

IHR DRAHT ZU UNS

Wenn Sie **Anregungen** haben oder **Kritik** loswerden möchten: Die Redaktion hat ein offenes Ohr am Telefon: 06131/28755-0 oder wir sind per E-Mail für Sie da: info@kirchenzeitung.de
Wenn Sie Probleme mit der **Zustellung** haben oder wenn Sie umziehen: Telefon: 06431/9113-0; vertrieb@kirchenzeitung.de
Wir sind auch im **Internet**: www.kirchenzeitung.de

HÖRFUNKTIPPS

Gottesdienste

DLF: SO 10.05 Uhr Katholischer Gottesdienst
WDR 5: SO 10.05 Uhr Evangelischer Gottesdienst
Radio Horeb: SO 7 Uhr Laudes: Klarissen-Kapuzinerinnen von der Ewigen Anbetung, Kloster Mainz; SO 10 Uhr Hl. Messe, 11.55 Uhr Übertragung aus Rom: Angelus und Segen mit Papst Franziskus; MO – SA 9 Uhr Hl. Messe
Radio Vatikan: Täglich 7.30 Uhr Hl. Messe in Latein; 23.30 Uhr Nachtgebet in Latein
Domradio: SO 10 Uhr Katholischer Gottesdienst

Kirchensendungen

hr 1: SO 7.45 Uhr Sonntagsgedanken; MO – FR 5.20 und 19.15 Uhr (SA 7.10 Uhr) Zuspruch von Ute Klewitz, Mainz-Kastel
hr 2: SO 7.30 Uhr Evangelische Morgenfeier; MO – SA 6.30 Uhr Zuspruch von Andrea Maschke, Frankfurt
hr 3: DI und DO 18.15 Uhr (SO 7.15 Uhr) Moment mal! Mit Christina Ellermann, Darmstadt
hr 4: MO – FR 17.45 Uhr (SO 7.45 Uhr) Übrigens. Mit Jochen Straub, Limburg
SWR 1: werktags 5.57 / sonntags 6.57 Uhr Anstöße
SWR 2: SO 7.55 Uhr Lied zum Sonntag: „Sometimes I feel like a motherless child“; MO – SA 7.57 Uhr Wort zum Tag
SWR 4: SO 8.50 Uhr Sonntagsgedanken von Thomas Weißer, Budenheim; werktags 5.57 und 6.57 Uhr (SO 6.57 Uhr) Morgengruß; DI – FR 18.57 Uhr Abendgedanken
BR 1: SO 10.03 Uhr Katholische Morgenfeier
DLF: DI – SA 6.35 Uhr Katholische Morgenandacht mit Martin Wolf, Mainz
DLR Kultur: DI, MI, FR – SA 6.23 Uhr Wort zum Tage
Radio Vatikan: Täglich 20.20 Uhr Magazin
FFH: SO 6 Uhr „Kreuz & Quer“
harmony.fm: SO 6 – 9 Uhr „Himmlich“



Foto: privat

Martin Wolf ist in dieser Woche für die „Morgenandacht“ im Deutschlandfunk zuständig – jeweils um 6.35 Uhr.

Nachrichten und Magazine

hr 1: SO 6.05 – 10 Uhr Am Sonntagmorgen
hr 2: SO 11.30 Uhr Camino: 1700 Jahre Jüdisches Leben (3) Ich bin Jüdin. Aufbruch einer Generation
hr 4: SO 12.45 Uhr Gemeindepöträt
hr info: SO 6.05 und 10.35 Uhr Himmel und Erde
SWR 2: SO 12.05 Uhr Glauben: Schwarz, jung, weiblich. Frauen gegen Rassismus in Deutschland
SWR info: SO 11.32 und 16.32 Uhr Sonntagmorgen
DLF: SO 8.35 Uhr Am Sonntagmorgen: Zachäus und ich. Evangelium der Anerkennung
DLR Kultur: SO 7.05 Uhr Feiertag: „Vor den Menschen liegen Leben und Tod.“ Mit Jesus Sirach die Zeichen der Zeit deuten

VORGEMERKT

Digital Rat holen zur Ausbildung

Limburg. „jobaktiv“, die Beratungsstelle für Jugendberufshilfe des Bistums Limburg, informiert über die Möglichkeiten nach dem Schulabschluss. Dazu gehören auch Freiwilligendienste oder duale Studiengänge. Ein Beratungstermin kann digital, aber bei Bedarf auch persönlich bei „jobaktiv“ in der Diezer Straße 50c stattfinden. Termin vereinbaren per Mail: info@jobaktiv-lm.de

Noch Plätze frei für Pflegeschulen

Limburg. Die Pflegeschulen des Caritasverbands für die Diözese Limburg haben für den nächsten Ausbildungskurs noch freie Plätze. Die Ausbildung zur generalistischen Pflegefachkraft an den Schulstandorten Wiesbaden und Hadamar beginnt zweimal im Jahr. Weitere Informationen gibt es direkt bei den Pflegeschulen, Telefon 06431/997-460 oder über www.akademie-caritas.de

Vorsorgevollmacht oder Verfügung

Idstein. Die Hospizbewegung im Idsteiner Land e.V. bietet einen Online-Vortrag via Zoom zum Thema Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung an. Sie geben Auskunft darüber, welche Wünsche dem einzelnen in einer schweren Erkrankung und am Lebensende wichtig sind. Der Vortrag am Mittwoch, 17. März beginnt um 19 Uhr bis 20.30 Uhr Zugang über: www.hospizbewegung-idstein.de

Christlich-jüdische Zusammenarbeit

Limburg. Die Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen (ACK) lädt am 12. März um 18.30 Uhr in die St. Anna-Kirche in Limburg zum Gottesdienst ein. Er wird in Kooperation mit der Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit Limburg zur Woche der Brüderlichkeit gefeiert. Zelebranten sind die Pfarrerin Katrin Adams und Pfarrer Andreas Fuchs aus Hadamar.

Pause machen im Labyrinth

Seligenstadt. Am Außenlabyrinth von St. Marien Seligenstadt steht nun eine Bank und lädt dazu ein, Platz zu nehmen. So gibt es die Möglichkeit, Pause zu machen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Auch das Labyrinth in der Unterkirche von St. Marien ist in der Fastenzeit zugänglich – von 8 bis 18 Uhr. Kontakt zu Gemeindeforentin Gabi Laist-Kerber: gabi.laist-kerber@gmx.de

Schola Choralis singt an Laetare

Schwickershausen. Die Vorabendmesse zum vierten Fastensonntag (Laetare), Samstag, 13. März, 17 Uhr in der Wallfahrtskirche St. Georg Schwickershausen (Bad Camberg) gestalten die Männerstimmen der Schola Choralis unter der Leitung von Frank Sittel musikalisch mit. In der Eucharistiefeier erklingen Gregorianische Choräle, Antiphonen, Psalmen und geistliche Lieder.

Schönstattkapelle täglich geöffnet

Dietershausen. Auch in Zeiten der Corona-Pandemie lädt das Schönstattheiligtum – „das Kapellchen“ – als Ort der Ruhe und Erbauung täglich zum stillen Verweilen ein. Hier gelte es neu Gnade, Trost, Hoffnung und Vertrauen von Gott zu erbitten, sagt die Wallfahrtsleitung. Für alle Beter liegen Freuden-Sprüche zum Mitnehmen bereit; als Erinnerung an die Einkehr im Kapellchen.



Foto: Bistum Limburg

Seelsorgetag fragt nach Spiritualität im Sterben

„Haltung, um zu Halten“, so lautet das Motto am 19. Hospiz-Seelsorgetag im Bistum Limburg. Es geht um Spiritualität in der Begegnung mit sterbenden Menschen. Die Veranstaltung findet am 11. März erstmals online statt. Praktische Ratschläge gibt die Hospiz- und Trauerbegleiterin Monika Müller. Stephanie Link vom Palliativ Care-Team Frankfurt befasst sich mit Fragen zur hospizlichen Arbeit, ihren Auswirkungen und zur Spiritualität. Informationen und umgehende Anmeldung per E-Mail an: Hospiz-Palliativseelsorge@bistumlimburg.de

ANS HERZ GELEGT

Eule-Orgel im virtuellen Rundgang entdecken

Sie bietet in diesen Tagen die wenigen Hörgenüsse, die live zu erleben sind: Die Orgel und ihre Klänge in den Gottesdiensten. Passend, dass die Orgel das „Instrument des Jahres 2021“ ist. Aus diesem Grund macht die Kirchengemeinde St. Bonifatius in Gießen auf ihre Orgel – gebaut von der Bautzener Firma Eule – aufmerksam. Weil viele geplante Veranstaltungen zum „Instrument des Jahres 2021“ wegen der Beschränkungen in der Corona-Pandemie nicht möglich sind, startet die Gemeinde mit einer ersten Online-Aktion. Die Eule-Orgel lässt sich im Internet mithilfe eines virtuellen Rundgangs entde-

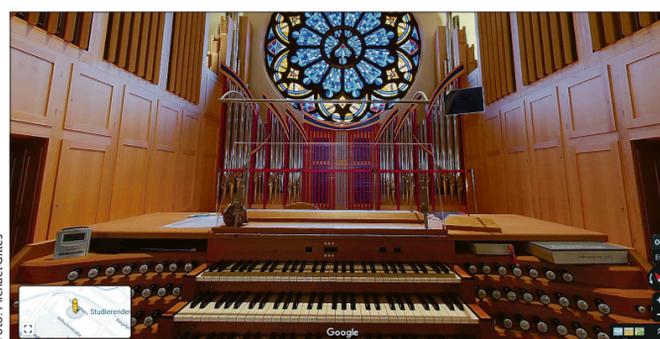


Foto: Michael Cillies

Die Eule-Orgel in der Gießener Bonifatiuskirche

cken. Sogar in das Innere des Instruments können die Internetautoren eintreten. Die Bilder

wurden vom Fotografen Sascha Rheker gemacht. Schöner Nebeneffekt: Auch die Kirche

St. Bonifatius lässt sich virtuell erkunden. Auch wenn man sich beim Klicken erstmal orientieren muss, damit man nicht Kopf steht, „sitzt“ man irgendwann wie ein Organist am Tisch oder schaut von der Empore hinunter in den Kirchenraum. Die Eule-Orgel wurde am 12. September 2015 eingeweiht. Sie hat 42 Register mit 2659 Pfeifen.

Anja Weiffen

Der virtuelle Rundgang und weitere Informationen zur Orgel in St. Bonifatius finden Sie unter dieser Internetadresse: <https://bistummainz.de/pfarrei/giessen-st-bonifatius/kirchenmusik/orgeln-in-bonifatius/page/>

„nachrichtenleicht“

Die tägliche Nachrichtenlage ist komplex. Vieles ist so formuliert, dass ein Teil der Gesellschaft die Inhalte nicht richtig verstehen kann. Das gilt für Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur und im Moment oft auch für offizielle Gesundheitsinformationen. Der Deutschlandfunk veröffentlicht die wichtigsten Meldungen der Woche an jedem Freitagnachmittag auf seiner Internetseite „nachrichtenleicht“. Sie ist für alle Interessierten gedacht, die mit schwieriger Sprache Probleme haben. Manche können nicht oder nicht mehr so gut lesen. Vielleicht auch nicht so schnell Neues lernen. Ältere Personen werden vielleicht vergesslicher. Auch für sie sind Nachrichten interessanter, die Kompliziertes einfach formulieren. Zum Beispiel sind die Sätze kürzer. Schwierige



Logo: Deutschlandfunk

Wörter werden durch einfachere ersetzt oder besonders erklärt. Es gibt sogar die Möglichkeit, „nachrichtenleicht“ als Podcast zu abonnieren. In diesem Fall werden die neuen Meldungen jeden Freitag automatisch auf Computer oder Smartphone geladen. Mit diesen Geräten kann man die Meldungen anhören, wann man es möchte.

Evelyn Schwab

www.nachrichtenleicht.de

Stufe für Stufe

Es muss kein Fitnessstudio sein. Ein „Mehr“ an Gesundheit muss nichts kosten – außer der eigenen Konsequenz. Gesundheitsexperten schwärmen vom Treppensteigen: Stufe für Stufe trainiere man die Atmung, das Herz-Kreislaufsystem, außerdem Po-, Oberschenkel- und Wadenmuskulatur. Auch den Stoffwechsel könne man so verbessern. Abnehmen außerdem als Zugabe. 400 Treppenstufen am Tag entsprechen etwa einer 15-minütigen Joggingeinheit.

Und das ist ja lediglich die Außensicht auf den Nutzen des Treppensteigens. Mit dem Blick aufs Seelenleben fallen einem sofort die „Stufen“ ein, die „kleinen Schritte“, das „Auf- und Ab“ ... In der Fachliteratur – ob christlich oder esoterisch – ist häufig von einem Stufenmodell spiritueller Prozesse die Rede,



Foto: adobestock/mehaphum

von spirituellem Wachstum in vier oder sieben Stufen. Doch ganz gleich, welcher Meditationsstufe man folgt, jeder und jede haben täglich Gelegenheit und Motiv. Sprich: Wer sich am Tatort aufhält, der darf sich hier sogar ungestraft frei bewegen. Wiederholungen sind ausdrücklich gut geheiß.

Deshalb der nahegelegene Tipp in vorösterlichen Tagen: Aufzug-Fasten. Tut einfach gut. Johannes Becher