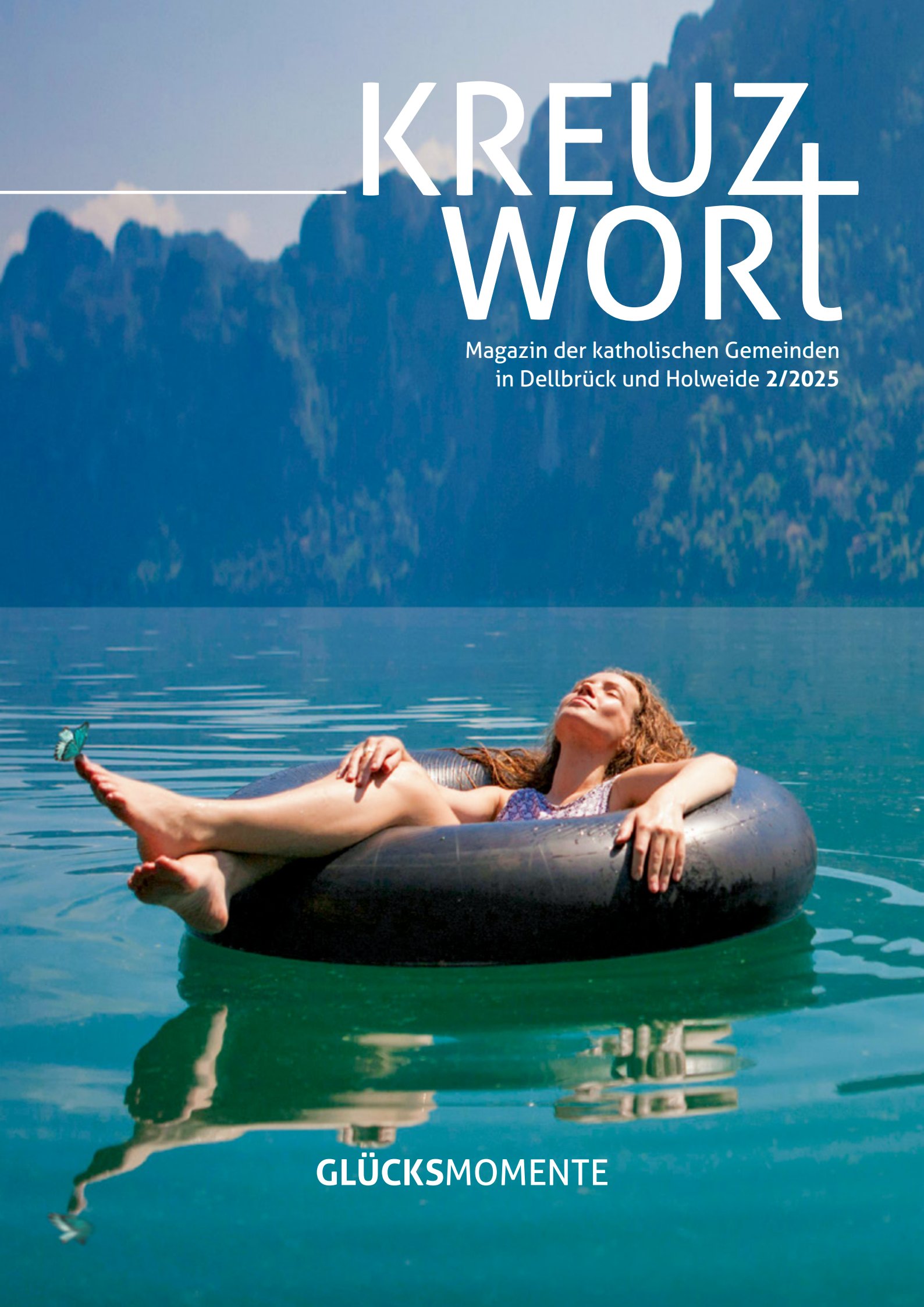
KREUZ WORT

Magazin der katholischen Gemeinden
in Dellbrück und Holweide **2/2025**



GLÜCKSMOMENTE

INHALT

04 Auf der Suche nach Glück •
05 Gott nah' zu sein, ist mein Glück •
06 Es sind die kleinen Dinge … •
08 Das Glück festhalten •
10 Glückserfahrungen •
11 Glücksmomente in der Hospizarbeit •
12 Neuer TreFF für Kinder und Jugendliche der Gemeinde in St. Joseph •
13 Zeigen, was alles möglich ist im Leben •
17 70 Jahre mit Herz •
20 Ein Sudoku aus Bäumen •
21 Kindersegnungsgottesdienst und Taufvorbereitung •
21 #ZusammenFinden – Votum zur zukünftigen Rechtsform •
22 Alles hat seine Zeit •
23 Trauer teilen tröstet •
24 Das unauslesbare Buch •
25 Angebote aus der Gemeinde •
26 Gottesdienstordnung •
27 Wir bedanken uns •
28 Wir laden Sie ein •
29 Sie suchen Unterstützung? – Ein Wegweiser für Dellbrück und Holweide •
30 Kontakte •
32 Impuls •

IMPRESSUM

KREUZWORT ist das Magazin der katholischen Gemeinden in Dellbrück/Holweide **HERAUSGEBER:** Der Pfarrgemeinderat
REDAKTION: Jens Aperdannier · Verena Bettels · Maria Daub (V.i.S.d.P.) · Thomas Hüsgen
REDAKTIONSANSCHRIFT: redaktion-kreuzwort@dellbrueck-holweide.de · Schnellweider Straße 4 · 51067 Köln
FRONT COVER: Curated Style & Aarn Giri on Unsplash **BACK COVER:** Maria Daub
GESTALTUNG: GraphiKa · Atelier für Visuelle Kommunikation · Marsstraße 56 · 46509 Xanten · graphika@t-online.de
DRUCK: msk marketingservice köln gmbh **AUFLAGE:** 7.500
Die Redaktion vermittelt gerne Kontakte zu den Autoren. **THEMA DER NÄCHSTEN AUSGABE 3/2025: VIP** – VERY IMPORTANT PEOPLE
Wir würden uns über Ihre Beiträge/Gedanken zu diesem Thema freuen. **REDAKTIONSSCHLUSS:** 06.09.2025

Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Artikel zu redigieren, zu kürzen oder nicht zu veröffentlichen.
Mit dem Einreichen von Texten und Bildern erteilen Sie der Redaktion das Recht, diese zu veröffentlichen.

Fotos: Privat · Hitanshu Patel on Unsplash

EDITORIAL

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

das folgende Zitat aus Goethes Faust: „Werd ich zum Augenblicke sagen: / Verweile doch! du bist so schön!" ging mir während der Entstehung dieser Aufgabe oft durch den Sinn. Was sind aber solche Augenblicke? Das versuchen unter anderem die Beiträge von Ilse Monika Höhn und Candida Nunziante-Sebastian zu verdeutlichen, aber auch die Fotos in diesem Heft sprechen davon. In dem Interview der Kommunionkinder mit Nele Moos sind diese Momente ebenfalls spürbar.

Auf zwei Jubiläen sei hingewiesen, das der Kindertagesstätte St Joseph und des Trauercafés. Ja, Werden und Vergehen gehören zu unserem Leben. Da in unserer Zeit das Zusammenwachsen der Christlichen Gemeinden (Ökumene) immer wichtiger wird, ist die Einladung von Ulrich Kock-Blunk zum Bibellesen ein wichtiger Schritt.

Auch Abschiede und Begrüßungen gehören zu unseren Erfahrungen. So müssen wir Abschied von Pfarrerin Sybille Noack-Mündemann nehmen, die die Ökumene sehr aktiv begleitet hat. Einen ganz besonderen Willkommensgruß sagt die Redaktion Frau Ulrike Schreurs, die ab der nächsten Ausgabe das Redaktionsteam unterstützen wird.

Schauen Sie auch unsere Einladungen an, vielleicht ist hier der Impuls für den ein oder anderen schönen Augenblick zu finden.

Sommerzeit – Ferienzeit, erleben Sie in dieser heiß ersehnten Zeit ganz viele Glücksmomente, aber natürlich auch in der Zeit danach.

Das wünscht Ihnen im Namen des Redaktionsteams

Maria Daub

FSC www.fsc.org MIX Papier aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C011331

AUF DER SUCHE NACH GLÜCK

Du meinst also, du hättest das Glück gefunden. Hast du es gesucht? Glaub ich nicht, denn wer das Glück sucht, hat damit kein Glück, es ist nicht auffindbar. Wie sieht es denn aus, das Glück? Ist es klein, ist es groß, ist es warm, kalt, schmiegsam, stachelig, haarig, glatt, feinsandig oder grobkörnig, wie ist es eigentlich?

Es ist alles, und es ist nichts, würden vielleicht die Philosophen sagen. Ist schon komisch. Man sagt, man findet das Glück. Oder: „Da habe ich aber Glück gehabt." Oder: „Zum Glück ist es anders gekommen." Und dann die Sprüche: „Glück und Glas, wie leicht bricht das!" Man kann Glück in der Liebe oder im Spiel haben. Oder gar nicht. Glücklose eben.

Glück kann genauso gut zufallen. Also den Menschen überfallen, ihn beglücken sozusagen. Recht selten sagt ein Mensch: „Ich bin glücklich!" Viel öfter geht's einem gut, man fühlt sich wohl, es ist alles in Ordnung, es ist gut. Meist ist nämlich der Ausruf: „Ich bin total glücklich" geprägt von einer gewissen Hysterie, die der zivilisierte Mensch nach Möglichkeit meiden möchte.
Beziehungen machen glücklich. Nicht immer, aber öfter als man glaubt. Der goldene Ring ist ein Glückssymbol. Aber von ähnlichen Symbolen gibt es Hunderttausende, er ist eines davon. Wenn viele Schwierigkeiten im Leben auftauchen, kann der Blick auf den goldenen Ring glücklich machen. Wie viel mehr aber macht das Lächeln des Partners glücklich? Nicht sein Lachen, nicht seine Fröhlichkeit, sein Lächeln ist das Kostbare. Oder die Geste eines Freundes, leicht und absichtslos, zaubert ein Lächeln auf seines und dein eigenes Gesicht. Und wen machst du damit glücklich? Na, jeden natürlich. Oder bringt ein Geschenk Glück? Nein, es müssen keine Brillanten sein, die allerdings auch manchmal, vor allem aber die Dinge, die gar nichts oder ganz wenig kosten. Besondere Federn, Muscheln vom Strandspaziergang, Herbstblätter gepresst, ein runder glatter Stein, sind prächtige Gaben und erzeugen tiefe Glücksgefühle. Überhaupt ist das Glück eigentlich eine reine Gefühlssache. Sobald man darüber spricht, verflüchtigt es sich, das Glück. Darum sage ich jetzt auch kein Wort mehr, und bin ein bisschen glücklich.

● *Ilse Monika Höhn*

Fotos: Getty Images & Aarn Giri & Sujay Paul & ks kyung on Unsplash

GOTT NAH' ZU SEIN, IST MEIN GLÜCK

Das war die Jahreslosung, das Leitwort der evangelischen Kirche im Jahr 2014. Dieses Leitwort ist an den Psalmvers 73, 28 angelehnt: „Ich aber setze mein Vertrauen auf dich, meinen Herrn; dir nahe zu sein, ist mein ganzes Glück. Ich will weitersagen, was du getan hast." (Gute Nachricht Bibel 2018) Haben wir auch schon einmal eine solche Erfahrung gemacht? Können wir das nachvollziehen? Zu der Jahreslosung gibt es ein eigenes Lied. In der ersten Strophe greift die Dichterin Gefühle auf, die wir alle kennen: Dunkelheit, Verlassenheit, nicht mehr weiter wissen. Aber wir sollen darin nicht verharren, sondern wir könnten nun unser Vertrauen auf Gott setzen. Das können wir in dem Bewusstsein, dass er uns nahe sein will beziehungsweise nahe ist. Diese Nähe Gottes wird in der zweiten Strophe verdeutlicht. Wie könnte ich Gottes Nähe erfahren, mich ihr öffnen? Vielleicht müssten wir uns das in unserer Zeit noch einmal bewusst machen, das Nahesein Gottes, ihm nachspüren. So könnten wir dann auch, wie es der Psalmist tut, davon sprechen, es Weitersagen.

● *Maria Daub*

Manchmal wenn ich einsam bin,
manchmal wenn ich nicht weiß wohin,
manchmal wenn alles dunkel ist
und kein Licht die Schatten bricht,
dann seh' ich zu ihm auf
und spüre ganz genau:
Gott nah' zu sein, ist mein Glück.
Gott nah' zu sein, ist mein Glück.

Gottes Liebe, seine Kraft
durchströmt mich wie ein warmes Licht.
Er ist die Quelle, die mein Leben speist,
führt zusammen, was Familie heißt,
schützt mich vor Bitterkeit,
schenkt mir Geborgenheit.
Gott nah' zu sein, ist mein Glück.
Gott nah' zu sein, ist mein Glück.

Gott ist mir nah – umgibt mich stets.
Gott nah zu sein – das ist mein Glück.

● *Musik und Text: Saja-Christin Hüllsieck*
www.Wort-Gesang-und-Harfenklang.de

ES SIND DIE KLEINEN DINGE ...

Wenn ich auf mein Leben schaue, vor allem auf große Wendepunkte im Leben, wie zum Beispiel meinen Schul- oder Studienabschluss, meine Hochzeit, die Geburt meiner Kinder, meinen Einstieg in den Beruf, das alles sind Glücksmomente gewesen. Ich wurde in diesen Augenblicken beschenkt mit meist nur positiven Erfahrungen. Oder vielleicht bleiben nur die positiven Erfahrungen im Gedächtnis und alles andere wird ausgeblendet? Oft funktioniert unser Gehirn ja so, dass es gut filtert. Das ist auch manchmal gut so.

Schaue ich weiter auf mein alltägliches Leben, dann fallen mir auf den ersten Blick erstmal nicht so viele Glücksmomente ein. Aber schaue ich genauer hin, dann lässt sich sehr viel entdecken: Wenn ich aufmerksam mein Leben lebe, gibt es ganz viele Momente, die mich glücklich machen können: Das Bewusstsein zu leben, zu atmen, ein Mensch zu sein. Die Sonnenstrahlen sehen und spüren, den Regen hören und auf der Haut fühlen, ebenso den Wind. Einen Fluss plätschern hören, das Meer und den Wald rauschen hören und weit auf das Meer in den Horizont schauen und dabei die Seele baumeln lassen. Den Wald riechen. Tiere beobachten. Menschen beobachten. Tolle Begegnungen mit anderen Menschen ... Das sind nur ein paar Dinge, die mir gerade spontan einfallen, in denen ich mich freue, den Augenblick genieße und an die ich mich gerne erinnere. Diese Momente helfen mir, Kraft zu schöpfen. Und es sind meist die kleinen Dinge, die manchmal eher selbstverständlich scheinen, aber sie sind es nicht!

Ich glaube, dass Gott uns in dieser Welt erschaffen hat, und er hat das so wunderbar getan! Er schenkt uns alles, was wir zum Leben brauchen und darüber hinaus. Und schon nur dieser Gedanke erfüllt mich mit Freude, und der Blick auf die Schöpfung, besonders auch in ganz kleinen Details, ist jedes Mal ein Glücksmoment, der mir Kraft für mein Leben gibt, der mir Mut und Hoffnung gibt. Das Beschenktsein ist aber verbunden mit Verantwortung, einerseits für die Schöpfung, die Umwelt, dass wir sie bewahren und auf sie achten, andererseits für die Menschen um uns, die uns anvertraut sind, mit denen wir Lebenswege gehen, ob wir das manchmal wollen oder nicht. Es gibt nicht immer nur Glücksmomente im Leben. Das ist aber auch gut so, denn sonst würden wir sie als selbstverständlich ansehen und sie nicht mehr genießen können!

● *Candida Nunziante-Sebastian*

Fotos: Andrej Lisakov & Dave Hoefler & Asrn Girl on Unsplash

DAS GLÜCK FESTHALTEN

Momente glücklicher Erfahrungen festzuhalten, ist nicht möglich. Es gibt aber Augenblicke, da geht mir das Herz auf und ich muss schnell mein Handy holen, um sie festzuhalten. Da ist ein morgendlicher Sonnenaufgang, der den neuen Tag in einem ganz anderen Licht erscheinen lässt. Und obwohl es kein einmaliges Ereignis ist, fasziniert es mich immer wieder von Neuem. Bei einem Spaziergang durch den Wald strahlt auf einmal die Sonne durch die Bäume. Das muss ich festhalten. Vielleicht geht es Ihnen auch so, dass Sie erfüllt sind von dem Anblick der Blütenpracht. Doch wie schnell geht auch sie dahin. Ganz besonders erfreue ich mich immer wieder, wenn die Vögel die Futterplätze im Garten aufsuchen. Da ist der Buntspecht ein ganz besonderer Gast, denn im Wald hört man zwar sein Klopfen, aber selten bekommt man ihn so richtig zu Gesicht. Ja und dann neigt sich der Tag dem Ende zu und manchmal erscheint es so, als ob der Himmel brenne.

● *Maria Daub*

Fotos: Maria Daub · NewAfrica on Shutterstock · Aarn Giri on Unsplash

GLÜCKS -ERFAHRUNGEN

Für mich war es ein Glücksmoment, beim Kirchentag in Hannover zusammen mit meiner Frau Annette am „Offenen Singen" von Fritz Baltruweit teilzunehmen und die bekannten und beliebten Kirchentagslieder zu singen.

● *Jörg Kämmerer (66 J)*

Meinen Enkeln bei der Erforschung irgendwelcher Tätigkeiten zuzusehen oder eine unerfreuliche oder notwendige Tätigkeit erledigt zu haben oder …

● *Johannes Strücker (75 J)*

Fotos: Privat . Getty Images & Aarn Giri on Unsplash

GLÜCKS-MOMENTE IN DER HOSPIZARBEIT

Vor kurzem bin ich mal wieder auf den Satz gestoßen: „Glück ist ein wählbares Gut". Kann das auch für einen sterbenskranken Menschen gelten? Unsere ehrenamtlichen Begleiter und Begleiterinnen stimmen dem zu. Ihrer Erfahrung nach kann es auch in der tiefsten Trauer einen Lichtblick geben.

Wir haben zum Beispiel eine Patientin begleitet, die unbedingt noch die Geburt ihres dritten Enkels erleben wollte. Als unsere Ehrenamtliche sie zum letzten Mal besuchte, hielt die Dame ihr strahlend ein Foto entgegen. Darauf war sie zu sehen: im Arm den schlafenden Enkel. Zwei Tage später wechselte sie die Welten. Andere Menschen, die wir besuchen, lieben es, wenn wir mit ihnen singen. Auch dabei wird die Freude geteilt. Singen nimmt Angst und Schmerzen und macht glücklich. Einige Ehrenamtliche haben auch schon die Erfahrung gemacht, dass sie mit Liedern Patienten erreichen, die sonst kaum noch ansprechbar sind.

Wenn die Freude gemeinsam erlebt wird, besitzt sie eine besondere Qualität. Der Schweizer Künstler Marc Rickli zum Beispiel hat eine mobile „Meldestelle für Glücksmomente" erfunden. Ob er sich mit Lautsprecher und Verstärker auf einem Marktplatz oder in einem Bahnhof aufhielt: Die Leute standen Schlange, um von schönen Erlebnissen zu berichten und ihre Freude zu teilen.

In diesem Sinne versuchen unsere Mitarbeiterinnen, bei ihren Besuchen mit ihrem Gegenüber kleine Glückserlebnisse zu sammeln, sei es die Entdeckung, dass die Orchidee auf der Fensterbank plötzlich eine Knospe geöffnet hat, oder der Gang auf den Balkon, um die ersten warmen Sonnenstrahlen im Gesicht zu spüren. Nicht zuletzt hat der von Ehrenamtlichen gebackene Kuchen, den es jedes Mal in unserem Café für Trauernde gibt, sicher schon manche Gäste beglückt.

Glück oder Lebensfreude sind insofern wählbar, da ich die Wahl habe, das Gute zu sehen. Wenn ich meine Aufmerksamkeit auf das Angenehme in meinem Umfeld richte, werde ich mehr Schönes erleben. Und wenn ich mir bewusst mache, was mir das Leben lebenswert macht, werde ich mehr Lebenswertes erleben. Das macht zufrieden und gibt Kraft.

Und worüber haben Sie sich heute schon gefreut?

● *Marita Meye*

Foto: Getty Images on Unsplash

NEUER TREFF FÜR KINDER UND JUGENDLICHE DER GEMEINDE IN ST. JOSEPH

Seit Ende März hat der neue Jugendtreff, oder kurz „JuTre" für die Kinder und Jugendlichen der Gemeinde und des Veedels im Jugendraum der St. Josephskirche an der Dellbrücker Hauptstraße geöffnet. Das Angebot richtet sich an alle, die Lust auf Spaß, Gemeinschaft und abwechslungsreiche Aktivitäten haben. Neben Klassikern wie Kicker, Dart, Tischtennis und Ballspielen im Pfarrgarten gibt es auch gemütliche Ecken zum Musikhören, Chillen oder Gesellschaftsspiele spielen – ideal, um neue Freundschaften zu knüpfen. „Als Eltern fiel uns auf, dass es in Delbrück aktuell nur wenige Anlaufpunkte und Orte für Jugendliche gibt, an denen sie sich mit Freunden spontan im Alltag treffen können", erklärt Jens Harbecke den Hintergrund der Initiative. „In einer Pilotphase wollen wir zunächst bis zum Sommer schauen, wie ein solches Angebot in unserer Gemeinde gut funktionieren kann." Birgit Storck ergänzt: „Bewährt hat sich bisher die Kombination von ein bis zwei vorbereiteten Programmpunkten und ansonsten freier Zeit zur eigenen Verfügung."

Für ein paar Cent können die Teilnehmer Getränke und Snacks günstig kaufen. Zusätzlich sorgen besondere Aktionstage für Highlights, an denen alkoholfreie Cocktails gemixt, Waffeln gebacken oder Sandwiches zubereitet werden können. In der Regel ist der JuTre dienstags von 17 bis 19:30 Uhr und donnerstags von 16:30 bis 19:30 Uhr offen. Alle zwei Wochen findet montags zusätzlich ein Buchclub statt. An allen regulären Terminen können Kinder und Jugendliche ab dem 3. Schuljahr aufwärts teilnehmen. Die Zeit nach 18 Uhr ist den Jugendlichen der weiterführenden Schulen vorbehalten.

„Kommt vorbei und bringt auch gerne eure eigenen Ideen mit!", lädt das Eltern-Team des Jugendtreffs herzlich ein. Für weitere Informationen lohnt sich ein Blick auf den WhatsApp-Kanal des Jugendtreffs: ***https://rb.gy/as3z05***

Nach den Sommerferien soll es so wie in der Pilotphase weitergehen, vielleicht sogar mit der Unterstützung einer 520-Euro-Kraft, darüber entscheiden noch die Mitglieder des Kirchenvorstandes. Alle Infos veröffentlicht das JuTre-Team im WhatsApp-Kanal.

- ***Birgit Stork und Jens Harbecke***

Fotos: Privat

ZEIGEN, WAS ALLES MÖGLICH IST IM LEBEN

Silbermedaillistin Nele Moos spricht über ihr Leben als Profisportlerin, Spinnen und Schokolade

Als Nele Moos (23) am 15. März das Pfarrheim von Sankt Joseph betritt, läuft sie an Unterarmgehstützen. Das ist bitter für jeden, der auf das angewiesen ist, was der Volksmund Krücken nennt, aber für Nele Moos ist es noch bitterer: Sie ist nicht nur Leichtathletin, sondern Spitzensportlerin, hat Silber bei den Paralympics im vergangenen Jahr in Paris im Weitsprung gewonnen und möchte eigentlich gerade für die Weltmeisterschaft im September in Indien trainieren. Geht aber nicht, die gebürtige Duisburgerin und Wahl-Leverkusenerin ist verletzt. Das erzählt sie im Interview mit 14 Kommunionkindern, die im Rahmen ihres Gemeindepraktikums mit der deutschen Rekordhalterin sprechen.

Foto: Oliver Heuser

Seit wann machst du denn eigentlich Leichtathletik?
Oh, mal überlegen, ganz schön lange schon. Mit sieben habe ich angefangen, heute bin ich 23. Wie viele Jahre sind das? Kannst du mir helfen?

Von sieben bis 23?
Ja. Wie viel ist das?

16?
Super, jawohl (sie lächelt), guck mal, da haben wir gleich erfolgreich Mathe in unser Gespräch eingebaut.

Und warum hast du mit der Leichtathletik angefangen?
Meine Mama hat mich im Verein angemeldet. Sie dachte, das täte mir gut. Ich war dauernd in Bewegung, bin zum Beispiel in den Pausen über den Schulhof gerannt. Das sah nie schön aus, aber ich musste ständig rennen. Und meine Mutter dachte, da passt Leichtathletik doch gut.

Warum sah das nicht schön aus, wie du gelaufen bist?
Wisst ihr, was ein Schlaganfall ist, habt ihr davon schon einmal gehört? (Die Kinder nicken.) Als ich geboren wurde, hatte ich während der Geburt einen Schlaganfall. Dadurch ist bis heute meine rechte Körperhälfte eingeschränkt. Schaut mal, wenn ich ein Peace-Zeichen mache, sieht das mit der linken Hand so aus (sie hebt Zeige- und Mittelfinger, diese bilden das gängige Zeichen für Frieden), mit meiner rechten Hand, sieht es aber so aus (die Finger lassen sich nicht strecken, sie bleiben abgeknickt, das Zeichen bildet sich nicht). Ich kann auch schlecht mit der rechten Hand mit einer Schere arbeiten, ich freue mich, wenn meine Mitbewohnerin mir hilft, ein Ei zu pellen oder eine Melone zu schneiden. Bis heute bewege ich die Hand grobmotorischer als andere Menschen. Und diese Einschränkung der rechten Körperhälfte hat man damals auch beim Laufen gesehen. Es ist, als wäre die rechte Hand dauerhaft eingeschlafen, das kennt ihr doch, oder? (Die Kinder nicken.) Nur ohne Kribbeln.

Warst du auf einer ganz normalen Schule?
Ja, war ich.

Bist du da gemobbt worden?
Auf der Schule nicht, nein, jedenfalls nicht, dass ich mich daran erinnern könnte. Im Kindergarten aber. Da konnte ich nicht klettern und basteln wie die anderen, dafür habe ich mir einige Sprüche anhören müssen.
Und wie fühlt sich das heute an? Wissen die, die damals gelästert haben, dass du Silber bei den Paralympics gewonnen hast?
Oh (sie lacht), das weiß ich nicht. Ich habe gar keinen Kontakt mehr. Ich glaube aber auch nicht, dass sie das damals in böser Absicht getan haben, sie waren ja sehr jung.

Mobbing hat dich also nicht eingeschüchtert, hast du sonst vor irgendetwas Angst?
Nee. Denn Angst ist kein guter Ratgeber. Angst lähmt dich. Aber ich habe Respekt vor Dingen, ich habe vor jedem Rennen, vor jedem Wettkampf großen Respekt.

Ich meinte eher so etwas wie Spinnen, ob du Angst vor Spinnen oder so was hast.
Angst nicht, nein, Spinnen kann ich aber nicht besonders gut leiden. Dafür habe ich meine Mitbewohnerin. Wenn ich eine Spinne sehe, rufe ich Pia und die setzt die Spinne raus.

Fotos: Verena Bettels

Du wohnst also nicht alleine?
Nein, ich lebe in einer WG, einer Wohngemeinschaft, in unserem Fall für Sportlerinnen des TSV Bayer 04 Leverkusen. Wir wohnen in Leverkusen-Manfort, sehr nah an den Leichtathletikanlagen unseres Vereins. Das ist sehr praktisch, ich kann mit dem Fahrrad zum Training fahren.

Wie sieht dein Tag aus?
Ich stehe zwischen halb acht und acht Uhr morgens auf, um 9 Uhr ist das erste Training, das etwa drei Stunden dauert. Danach habe ich noch eine halbe Stunde Physiotherapie zur Regeneration, damit sich mein Körper von der Anstrengung erholt. Dann fahre ich nach Hause, esse etwas und weiter geht's zur Uni. Ich studiere Sonderpädagogik und möchte irgendwann einmal als Lehrerin arbeiten. Um 19 Uhr ist dann das nächste Training und gegen 21 Uhr liege ich abends im Bett. Ziemlich langweilig eigentlich.

Wie oft trainierst du denn?
Wir haben sieben bis acht Einheiten pro Woche: montags bis samstags.

Fällt dir das auch mal schwer?
Oh ja, vor allem samstags. Während viele meiner Freunde samstags ausschlafen und sich morgens im Bett noch einmal herumdrehen können, muss ich aufstehen und zum schlimmsten Training der Woche. Samstags machen wir ab 10 Uhr Tempoläufe, das ist richtig anstrengend. Dann fällt es mir manchmal schwer, mich zu motivieren.

Was hilft dir dann?
Tatsächlich habe ich mir nach dem Gewinn der Silbermedaille in Paris eine Vitrine gekauft, in der die Medaille liegt. Und wenn ich dann samstags merke, es fällt mir schwer, dann schaue ich mir die Medaille an und weiß wieder, wofür ich mich da quäle.

Wie war es denn, Silber zu gewinnen?
Krass. Ich weiß wirklich kein anderes Wort dafür, richtig, richtig krass. Das fing schon mit dem Stadion an. Du kommst da rein und 70.000 Menschen jubeln. Nur zum Vergleich: Wenn bei uns in Leverkusen das Fußballstadion ausverkauft ist, sind 35.000 Menschen da. Na ja, und diese 70.000 haben natürlich nicht alle mir zugejubelt, aber wenn du diese Atmosphäre erlebst, bereitet sie dir Gänsehaut. Und als Paraleichtathletin erlebe ich das nicht so oft, zu unseren Wettkämpfen kommen selten so viele ins Stadion.

Hast du mit der Medaille gerechnet?
Nein. Ich war im Frühjahr verletzt, das hat mich im Training zurückgeworfen. Dann musste ich alles aufholen, habe aber nicht damit gerechnet, dass ich in Paris schon meine Bestleistung würde abrufen können. Entsprechend hatte ich meine Tasche gepackt: Ich hatte keine Kleidung für die Siegerehrung dabei, mir waren Wechselklamotten wichtiger. Denn am Tag unseres Wettkampfs hat es geregnet und ich wollte gern etwas Trockenes haben.

Ist denn nicht egal, was du bei der Siegerehrung trägst?
Nein, ist es nicht. Wir werden für solche großen Wettkämpfe ausgestattet, wir bekommen zum Beispiel Trainings- und Wettkampfbekleidung, Ausgehbekleidung und welche für Interviews, na ja, und eben das, was du im besten Fall bei einer Siegerehrung anziehen sollst. Tja, aber das hatte ich nun nicht in die Stadiontasche gepackt.

Fotos: Verena Bettels

Und dann?
Hatte ich Glück. Mein Teamkollege Markus Rehm hat mir seine Bekleidung ausgeliehen. Die Hose und die Jacke waren natürlich ein bisschen zu groß, aber es lässt sich ja alles passend zuppeln (sie lacht).

Und was wäre passiert, wenn du das nicht hättest leihen können?
Das hätte den Leichtathletikverband 5000 Euro gekostet.

Krass!
Oder?

Wie hältst du dich denn fit für all das?
In erster Linie natürlich durchs Training. Und dann passe ich mein ganzes Leben daran an, ich achte zum Beispiel sehr darauf, was ich zu mir nehme. Ich trinke fast keinen Alkohol, ich esse wenig Süßigkeiten, obwohl ich Schokolade wirklich gerne mag.

Was ist denn dein absolutes Lieblingsessen?
Hmmmm, mal überlegen, Pizza esse ich schon richtig gerne.

Hast du auch ein Haustier?
Nein, aber wenn, dann hätte ich gern eine Katze.

Was ist denn dein Lieblingsfilm?
Ui, Lieblingsfilm? „Ocean's Eleven" vielleicht? Aber ich schaue gar nicht so viele Filme, eher Serien. „Gossip Girl" etwa oder „The Mentalist". Damit kann ich gut abschalten.

Und hast du auch Vorbilder?
Den Sprinter und Weltrekordler Johannes Floors finde ich inspirierend, genauso wie die Sprinterin und Weltrekordlerin Irmgard Bensusan. Dass ich heute selbst auf ihrem Level starte und vielleicht Vorbild für andere sein kann, ihnen Mut mache, das ist großartig.

Wie lange machst du das noch?
Solange mein Körper bereit ist, das mitzumachen und solange es mir Spaß macht.

Und dann?
Habe ich mein Studium fertig und arbeite als Lehrerin.

- ***Die Fragen stellten Ida Anastasi, Verena Bettels, Thomas Hüsgen, Severin Janus, Luis Kirchhof, Sophie Kreth, Jakob Kreth, Julia Kutz, Arthur Mark, Alexandra Müller, Linus Ortmaier, Samia Radtke, Cristiano Stier, Luca Tolksdorf, Matilda von der Mühlen und Konstantin Zoi.***

Foto: Oliver Heuser

Zur Person

*Nele Moos (*23. November 2001) startet für den TSV Bayer 04 Leverkusen. Sie ist Sprinterin und Weitspringerin. Weltklasseweitspringerin, um genau zu sein. Bei den Paralympics hat die deutsche Rekordhalterin im vergangenen Jahr in Paris Silber im Weitsprung gewonnen, ein Jahr zuvor bei den Weltmeisterschaften ebenfalls in Paris hatte sie Bronze geholt. Moos stammt aus Duisburg, trainiert in Leverkusen und studiert in Köln Sonderpädagogik. Nach ihrer Sportkarriere möchte sie als Lehrerin durchstarten.*

70 JAHRE MIT HERZ

Die Kita Sankt Joseph feiert ihr 70-jähriges Bestehen

Als Annegret Biergans und Petra Herrmann-Klein durch das Kästchen mit den archivierten Fotos stöbern, prusten sie zwischendurch schon mal laut los. „Siehst du das?" – „Guck mal hier!" – oder: „Weißt du noch?", entfährt es den beiden Erzieherinnen abwechselnd. Annegret Biergans hat 1977 begonnen, in der katholischen Kindertagesstätte Sankt Joseph an der Thurner Straße zu arbeiten, Petra Herrmann-Klein 1984, die beiden sind die Dienstältesten im pädagogischen Team der 14 Mitarbeiterinnen.

Petra Herrmann-Klein, Annegret Biergans

Leitungsteam Daniela Den Haese und Judith Hahn

Ins Fotokästchen schaut das Duo, weil Kita-Leiterin Daniela Den Haese und ihre Stellvertreterin Judith Hahn die beiden darum gebeten haben. Das Leitungsteam bereitet die Feier zum Jubiläum des 70-jährigen Bestehens der Einrichtung der Gemeinde vor. „Wir feiern am 20. September", berichtet Leiterin Den Haese im Kita-Büro. „Wir planen mit dem Team ein großes Erntedankfest für die Familien der Einrichtung", fährt Stellvertreterin Hahn fort, „mit Apfelkuchenbuffet, Kartoffelsuppe und Puppentheater. Allerdings können wir das aus Platzgründen nicht für die ganze Gemeinde öffnen." Daniela Den Haese nickt und ergänzt: „Im Gegensatz zum Gottesdienst, damit starten wir in den Jubiläumstag. Um 11 Uhr geht's los in Sankt Joseph. Und zum Gottesdienst ist natürlich die ganze Gemeinde eingeladen."

Und zu feiern gibt's einiges: 70 Jahre Kita-Geschichte. Im Juni 1955 war das jetzige Gebäude eröffnet worden. Zuvor hatte es schon einen Kindergarten im Gut Mielenforst und später in der sogenannten Bewahrschule gegeben, die im alten Pfarrheim an der Thurner Straße untergebracht gewesen war. Eine Bewahrschule – was soll das denn sein? „Das sagte man früher so", erläutert Annegret Biergans. „Damals war von Betreuung und Pädagogik ja noch keine Rede, damals wurden die 3- bis 6-jährigen einfach verwahrt oder bewahrt. Darum ‚Bewahrschule'." Vinzenzschwestern hätten sie geleitet, diese seien als Betreuerinnen auch mit in den neuen Kindergarten gezogen, als das Land NRW, die Stadt Köln sowie das Erzbistum den Bau an die Gemeinde übergaben. Das habe immer mal zu lustigen Situationen mit den Kindern geführt. Annegret Biergans erinnert sich an die Unterhaltung eines Jungen ihrer Gruppe mit einer der Schwestern. „Er hat sie sehr ernst angeschaut und gesagt: ‚Ich kenne alte Nonnen. Und ich kenne dich. Aber alte Nonnen sind nicht so schön wie du.'" Und Judith Hahn ergänzt: „Ein Mädchen kam einmal aus dem Flur zu mir in die Gruppe gerannt. Es hatte an der Tür geklingelt, eine der Schwestern stand dort im Ornat, sie hatte ihren Schlüssel vergessen. Und das Mädchen rief: ‚Frau Hahn, Frau Hahn, an der Tür steht die Königin der Kirche!'"

Heute besuchen 80 Kinder die Kindertagesstätte, wie sie inzwischen heißt. „Der Name hat sich mit der Betreuungssituation geändert", beschreibt Daniela Den Haese. „Früher war der Kindergar-

Fotos: Verena Bettels

ten nur bis 12 Uhr geöffnet, dann sind alle Kinder abgeholt worden und nach Hause in die Familien gegangen. Heute haben wir noch drei Kinder mit 35-Stunden-Verträgen, alle anderen sind 45 Stunden pro Woche bei uns." Sie essen also auch in der Einrichtung. „Und sie bekommen jeden Tag frisch gekocht", betont Judith Hahn, „darauf sind wir stolz, das bieten nicht mehr viele Kitas." Dafür beschäftigt die Gemeinde eine Köchin sowie eine Küchenkraft an der Thurner Straße. Legendär beispielsweise: ihre sogenannte Raupensuppe (mit Graupen) oder der Reibekuchentag.

Umbau 1986, Baracke

Umbau 1986, Rückwand

Wie die Betreuungszeiten ist auch das Platzangebot in der Einrichtung gewachsen. Zwei große Umbauten hat es gegeben: Mitte der 1980er-Jahre, damals wurde beispielsweise der „Rädchenplatz" angelegt, wie Petra Herrmann-Klein ihn nennt. Dort sind die Kinder in den Hofpausen mit Dreirädern und Bobbycars unterwegs. Zudem wurde der Raum der Gruppe 4 gebaut, diese war zunächst in einer angebauten Baracke untergebracht gewesen, bekam dann aber den Raum, der bis heute besteht. Pfarrer Franz Buchbender, nach dem der Pfarrer-Buchbender-Weg in Dellbrück benannt ist, übernahm 1986 die Einweihung mit dem damaligen Prälaten Piper.

Umbau 1986, Pfarrer Buchbender

Umbau 1986, Prälat Piper

Beim nächsten großen Umbau von 2013 bis 2015 ging es vor allem um die Bedürfnisse der sogenannten U-3-Kinder, also der Jungen und Mädchen, die nicht mehr im Alter von drei Jahren die Kita besuchen, sondern bereits früher damit beginnen. Für sie wurden beispielsweise barrierefreie Waschräume mit Wickeltischen und Ruheräume notwendig, Dach und Fassade wurden energetisch saniert, jede Gruppe bekam einen eigenen Außenbereich zusätzlich zum Gemeinschaftsgelände. „Und alles", betont Leiterin Den Haese, „während des laufenden Betriebs."

Umbau 2015, Rückansicht

Fotos: Kita

Fotos: Kita

30 QUER DURCH KÖLN Donnerstag, 16. Juli 2015 Kölner Stadt-Anzeiger

Pizzabote ersetzt fehlenden Strom in der Küche

SANIERUNG Die Kindertagesstatte Sankt Joseph an der Thurner Straße ist mehr als ein Jahr lang umgebaut worden – bei laufendem Betrieb

VON VERENA KOLL

Dellbrück. Drei Stunden. So lange dauert es, bis die Habseligkeiten einer kompletten Kindergartengruppe umzugsbereit sind. Jedenfalls wenn Annegret Biergans packt. Seit 38 Jahren arbeitet sie in der katholischen Kindertagesstätte Sankt Joseph an der Thurner Straße in Dellbrück. Angefangen hat sie als Kindergartenhelferin: „Das gibt es heute gar nicht mehr", sagt sie. Biergans hat sich zur Erzieherin weiterbilden lassen, leitet eine der vier Betreuungsgruppen in der Kita – und sie ist froh, dass sie bald den zweiten Umbau ihrer Karriere im Kindergarten hinter sich hat.

Im Dezember 2013 waren die Handwerker angerückt. „Der Umbau wurde nötig, weil wir mit der Tagesstätte nicht die Anforderungen erfüllt haben, die der Gesetzgeber für die Betreuung von Kindern vorsieht, die jünger sind als drei Jahre", erläutert Daniela Den Haese. Sie arbeitet seit 23 Jahren in der Kindertagesstätte und leitet sie bereits ins 19. Jahr. Für die sogenannten U-3-Kinder mussten zum Beispiel Wickeltische in die Toiletten gebaut werden. „Dadurch war der Umbau aller Waschräume nötig", sagt Den Haese. „Und wir mussten zusätzliche Räume schaffen." Für die kleinsten Kindergartenkinder sind sogenannte Ruheräume Pflicht, in denen die Zweijährigen etwa mittags schlafen können.

„Für Container war kein Platz, ein Quartier zum Ausweichen gab es nicht"
Daniela Den Haese, Kita-Leiterin

900 000 Euro hat das alles gekostet. Und während der ganzen Zeit war die Einrichtung wegen der Arbeiten nur einen Tag geschlossen. „Wir sind stolz, dass wir das geschafft haben", betont Den Haese, „wir konnten nicht ausweichen während der Zeit. Für Container gab es keinen Platz, ein Ausweichquartier auch nicht. Wir haben trotzdem den Betrieb aufrechterhalten, und unsere Köchin hat bis auf einen Tag das Mittagessen täglich frisch zubereitet."

Zweimal sei jede Gruppe im Haus umgezogen, so die Gruppenleiterin Petra Herrmann-Klein, die seit 31 Jahren in der Tagesstätte arbeitet. „Es war natürlich gruselig, alles immer packen zu müssen." Aber es habe auch dazu geführt, dass schon im Vorfeld viel aussortiert wurde, ergänzt Kollegin Biergans. „Außerdem", fügt Herrmann-Klein an, „fanden die Kinder die Bauarbeiten natürlich spannend. Die wissen jetzt, was ein Fundament ist und warum Eisen in die Wände gebaut wird." Den Haese erinnert sich, wie der Beton angeliefert wurde: „Alle haben zugeschaut, wie der durch den dicken Schlauch gequollen ist."

Noch arbeiten die Handwerker um Bauleiter Thilo Zyzik und Architekt Thomas Rosizy auf dem Außengelände der Tagesstätte. Der Boden soll um einige Zentimeter angehoben werden, damit der Zugang zum Kindergarten bald stufenlos ist. Bis Ende Juli sollen die Arbeiten abgeschlossen sein. „Das müssen sie auch sein", sagt Den Haese, „am 16. August feiern wir unser Sommerfest." Dann besteht der Kindergarten seit 60 Jahren. „Ein weiterer Umbau findet in absehbarer Zeit hoffentlich nicht statt", wünscht sich Erzieherin Biergans. „Ich will nicht noch einmal umziehen mit meiner Gruppe." Obwohl sie die ganzen Habseligkeiten inzwischen binnen drei Stunden verpacken kann.

Die Fassade der Kita Sankt Joseph an der Thurner Straße wurde gedämmt und neu gestaltet. Die Bauzeit betrug mehr als ein Jahr.

Der Umbau ist geschafft – darüber freuen sich (v. l.) Annegret Biergans, Petra Herrmann-Klein (Mitte) und Daniela Den Haese. Foto: Koll

Innen und außen neu

76 Quadratmeter zusätzliche Grundfläche hat die Kindertagesstätte an der Thurner Straße in Dellbrück durch den Umbau erhalten. Seit anderthalb Jahren arbeiten die Handwerker, Ende Juli wollen sie fertig sein. Zu Beginn des Umbaus betrug die Grundfläche des Kindergartens 672 Quadratmeter. 900 000 Euro hat der Umbau gekostet. Den Großteil hat das Erzbistum finanziert, ein weiterer Teil stammt aus Rücklagen der Pfarrgemeinde als Träger der Einrichtung. Außerdem hat das Land Nordrhein-Westfalen das sogenannte U-3-Baufördergeld beigesteuert – ein Sondertopf für den Ausbau von Tagesstätten für Unter-Dreijährige.

Von dem Umbau sind 90 Kinder betroffen gewesen, dazu 18 Mitarbeiter. Zweimal sind sie während des Baus innerhalb des Gebäudes umgezogen. Einmal war laut Tagesstättenleiterin Daniela Den Haese sogar der Notstrom in der Küche ausgefallen – also gab es Pizza. (vek)

Umbau 2015, Artikel im Kölner Stadt-Anzeiger

Elternkarneval: Annegret Biergans, Daniela Den Haese

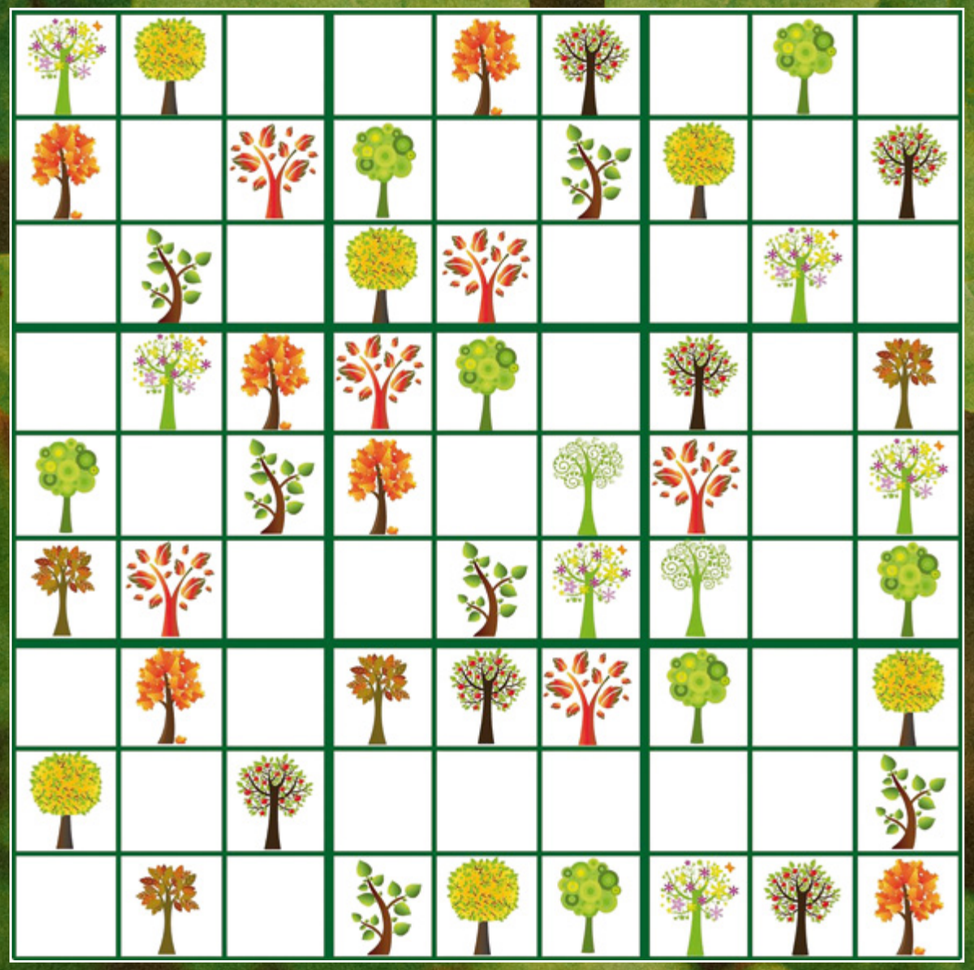
Einmal, so berichtete der Kölner Stadt-Anzeiger am 16. Juli 2015, fiel sogar der Notstrom in der Küche aus. Aber die Kinder hatten Hunger. Also? Gab's Pizza für alle.

„Ich glaube", überlegt Judith Hahn, „das ist etwas, was uns ausmacht. Wir finden immer eine Lösung." Daniela Den Haese nickt: „Hier bringt jeder seine Stärken ein, das macht den besonderen Geist dieser Einrichtung aus." – „Und ihr Herz", findet Stellvertreterin Hahn, „das spiegeln die Eltern auch, dass wir den Kindern und ihren Familien mit sehr viel Herzenswärme begegnen." Womöglich, überlegt Leiterin Den Haese, sei das auch der Grund, „warum inzwischen so viele Ehemalige die eigenen Kinder bei uns anmelden". Vielleicht ja auch wegen solcher Höhepunkte wie dem Elternkarneval (mit dem ganzen Team in ungewohnten Rollen von den Rollator-Omis über Tina Turner bis hin zu Nana Mouskouri), den Abschlussfahrten der Vorschulkinder, ihren Abschlussfesten. Und den vielen katholischen Bräuchen, die in der Einrichtung gepflegt werden. Seit 70 Jahren schon.

● *Verena Bettels*

EIN SUDOKU AUS BÄUMEN

Jeder Baum darf in jeder Reihe, in jeder Zeile
und in jedem Neuner-Quadratfeld nur ein Mal vorkommen.



Grafik: Kath. Kinderzeitschrift Regenbogen, www.kinder-regenbogen.at. In: Pfarrbriefservice.de - Foto: Mathias Reding on Unsplash

KINDERSEGNUNGSGOTTESDIENST UND TAUFVORBEREITUNG

Liebe Tauffamilien, wir haben bereits in der Vergangenheit Kindersegnungsgottesdienste gefeiert und haben dabei erlebt, wie diese Gottesdienste eine besondere Bedeutung für die Familien und die Gemeinde haben. Wir freuen uns nun darauf, mit neuem Team und in neuem Gewand auch in der Zukunft den Weg vor und nach der Taufe mit euch und Ihnen ein Stück gemeinsam zu gehen. Im neuen Team begrüßen Pfarrer Zhao und Bianca Zirks Sie und euch zum nächsten Kindersegnungsgottesdienst am 20.09.2025 um 10:00 Uhr im neuen Pfarrsaal von St. Mariä Himmelfahrt. Dieser richtet sich an alle Kinder mit ihren Familien und Taufpaten, die in den letzten 3 Jahren getauft wurden. Anschließend laden wir Sie und euch herzlich zu einem gemeinsamen Frühstück ein und freuen uns über regen Austausch untereinander und miteinander.

Auf dem Weg der Vorbereitung zur Taufe Ihrer Kinder laden wir Sie zukünftig ein an einem von unseren Elternabenden teilzunehmen. Die nächsten drei Treffen finden am 22.11.2025, 14.03.2026 und 30.05.2026 jeweils um 10:00 Uhr statt. Bitte melden Sie sich für den Kindersegnungsgottesdienst und die Elterntreffen über das Pfarrbüro St. Mariä Himmelfahrt an. Per E-Mail: pastoralbueros@dellbrueck-holweide.de oder Telefon: 02 21 - 63 25 49.

#ZUSAMMENFINDEN – VOTUM ZUR ZUKÜNFTIGEN RECHTSFORM

Nach der Bildung eines Koordinationsteams, über die im vorigen Heft berichtet worden war, geht es auf dem Weg zum Zusammenschluss des Kirchengemeindeverbandes Delbrück-Holweide und der Pfarrei Heilige Familie in Dünnwald-Höhenhaus weiter: Im Juni musste über die Rechtsform der zukünftigen Pastoralen Einheit „Köln rechtsrheinisch Nord-Ost" entschieden werden.

Die Abstimmung erfolgte jeweils in den stimmberechtigten Gremien. Das sind die beiden Seelsorgeteams, die beiden Pfarrgemeinderäte sowie der Kirchengemeindeverband (KGV) Dellbrück-Holweide und der Kirchenvorstand Heilige Familie, also insgesamt sechs Stimmen. Zur Wahl stand, die beteiligten Pastoralen Einheiten zu einer einzigen Pfarrei zu fusionieren oder aber einen Kirchengemeindeverband zu bilden (dabei bleiben die ursprünglichen Pfarreien bestehen).

Das Votum für einen KGV wird auch als „Spurwechsel" bezeichnet und erfordert eine 4/5-Mehrheit der Stimmen. Da wir den „Spurwechsel" nicht von vornherein ausschließen wollten, hatten wir um ein Standortgespräch mit dem Generalvikariat gebeten, das mittlerweile unter reger Beteiligung der Gremien stattgefunden hat. Wie bei der hohen Hürde zu erwarten, kam keine Mehrheit für den „Spurwechsel" zu Stande. Bis 2030 werden Dellbrück-Holweide und Dünnwald-Höhenhaus daher zu einer einzigen Pfarrei fusioniert. Da es hier aber vor allem um juristische und verwaltungstechnische Details geht, wird die Entscheidung für die Fusion für die Gläubigen keine erkennbaren Auswirkungen haben. Nun stehen weitere Treffen des Koordinationsteams, verschiedener Gremien und der Kirchenmusik an, um gemeinsame seelsorgerische Aktivitäten voran zu bringen.

● *Jens Aperdannier*

ALLES HAT SEINE ZEIT

Liebe katholische Geschwister, seit November 2019 war ich in der evangelischen Gemeinde in Holweide und Dellbrück tätig – fast sechs Jahre, die ich dort verbringen durfte.

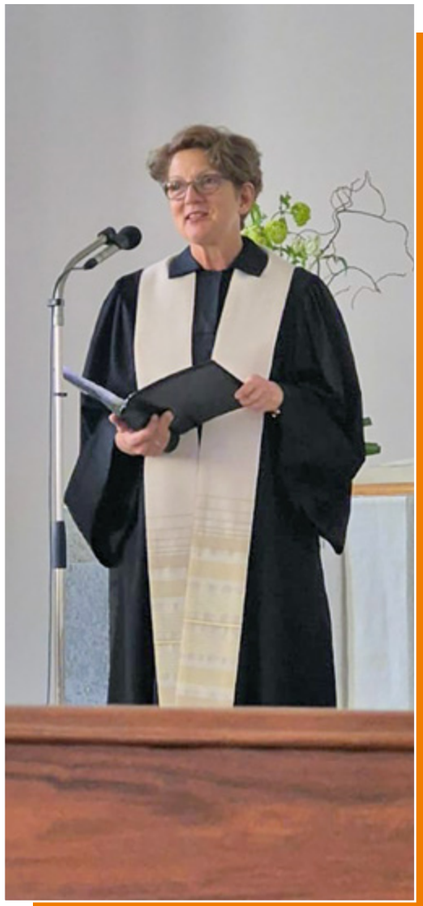


Foto: Privat

Vieles ist in dieser Zeit passiert – manches davon war sicher nicht geplant. Da war zum Beispiel Corona. Die Pandemie machte den Einstieg in mein neues Arbeitsfeld nicht leicht und manche Verluste, die dadurch entstanden sind, konnten nicht mehr kompensiert werden. Da waren aber vor allem viele wunderbare Erfahrungen mit einer lebendigen und vielfältigen Gemeinde und einer ebenso lebendigen Ökumene. Ob es Buß- und Bettag war, der Weltgebetstag oder die Eliasprozession. Ob es Schulgottesdienste, die Vernetzung ins Veedel oder die wunderbare Zusammenarbeit mit dem Bücherwurm war, es war ein unglaublich bereicherndes Miteinander und ich bin von ganzem Herzen dankbar dafür, das alles mit Ihnen und euch erleben zu dürfen.

Nun kommt für mich eine neue Lebensphase – Ruhestand. Manchmal kann ich es selbst nicht glauben – war nicht gerade erst die Ordination? Aber 30 Jahre sind 30 Jahre, und nun ist es Zeit zu gehen. Ich freue mich darauf, Zeit für Reisen, die Enkelkinder und Freunde zu haben. Ich freue mich darauf, Ehrenämter zu suchen und zu finden und politisch etwas aktiver zu werden. Ich freue mich auf unverplante Zeit, und ich bin sehr gespannt, was dieser nächste Lebensabschnitt an Geschenken bereithält. Ich hatte und habe einen der schönsten Berufe, die es gibt. Ich durfte frei gestalten, habe mich getragen gefühlt, durch die Menschen um mich herum und durch Gottes Geist.

Alles hat seine Zeit und in allen Zeiten sind wir begleitet durch die Liebe Gottes. Ich wünsche allen, dass sie das glauben und fühlen können.

Jetzt bleibt mir nur noch ein „Tschö" – bis bald ihr wunderbaren Holweider und Dellbrücker,

Eure
Sybille
Noack-Mündemann

P.S. Am 05.07.2025 um 18:00 Uhr feiern wir Abschied mit einem Gottesdienst in der Versöhnungskirche. Anschließend stoßen wir an auf Vergangenes und Neues.

TRAUER TEILEN TRÖSTET

Seit zehn Jahren bietet der Ökumenische Hospizdienst Köln-Dellbrück/Holweide e. V. einmal im Monat ein Café für Trauernde an. Zeit für einen Rückblick.

Im April 2015 begrüßten Heidi Cordier und Gisela Adolphi erstmalig Gäste. „Zum ersten Treffen sind fünf Personen gekommen", erinnert sich Heidi Cordier. „Wir waren überrascht, dass unser Angebot gleich so gut angenommen wurde. Deutlich zu spüren war von Anfang an das Bedürfnis vieler Trauernder, sich in einem wertschätzenden Rahmen über ihren Verlust austauschen zu können." Und genau so einen geschützten Raum bietet das Café für Trauernde seit zehn Jahren. Bis auf die Corona-Zeit hat das Café für Trauernde kontinuierlich jeden Monat stattgefunden. Es kennt keine Urlaubszeiten, weil ja auch die Trauer keine Ferien macht. Das schätzen viele Besucherinnen und Besucher. „Manch einer hat uns schon rückgemeldet, dass ihm das Café für Trauernde zu einer wichtigen Anlaufstelle geworden ist. Viele berichten, dass es als wohltuend erlebt wird, unverblümt über die verschiedenen Facetten der eigenen Trauer sprechen zu können", erläutert Heidi Cordier. „Das Wiedererkennen in den anderen Gästen, die ebenfalls einen Verlust erfahren haben, wird als tröstlich erfahren. Und das Besondere ist dabei, dass sich viele Gäste vermutlich außerhalb des Cafés nie begegnet wären." So zieht es ganz unterschiedliche Menschen in das Angebot des Ökumenischen Hospizdienstes, die Altersstruktur ist sehr breit gefächert. Und damit einhergehend Tätigkeiten, Interessen und Erfahrungen. In der Trauer verblassen diese Kategorien. Im Mittelpunkt steht der Verlust und der Austausch mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden. Das verbindet.

Im Laufe der zehn Jahre sind zahlreiche Gäste im Café für Trauernde ein- und ausgegangen. Genaue Angaben haben die Initiatorinnen Heidi Cordier und Gisela Adolphi nicht, denn das würde der Vertraulichkeit, auf die im Café großen Wert gelegt wird, widersprechen. „Es entspricht unserer Haltung, jedem trauernden Menschen mit offenen Herzen zu begegnen und dafür Sorge zu tragen, dass das, was erzählt wird, in Verschwiegenheit bewahrt bleibt", erklärt Heidi Cordier. Im Rückblick auf die vergangenen zehn Jahre freut sich Gisela Adolphi besonders darüber, dass aus dem Café für Trauernde neue Bezüge und Freundschaften unter den Gästen entstanden sind. Sofern auch Sie einen Verlust beklagen, sind Sie herzlich eingeladen. Die Teilnahme am Café für Trauernde, jeden 2. Mittwoch im Monat in der Thurner Str. 105a, ist kostenfrei.

● *Heidi Cordier*

Foto: C. Czubaiko

DAS UNAUS-LESBARE BUCH

„Sie werden lachen, die Bibel", soll der atheistische Schriftsteller Bert Brecht geantwortet haben, als ein Journalist ihn nach dem für ihn wichtigsten Buch fragte.

Die Bibel ist unauslesbar; Geschichten, die staunen machen, stehen neben welchen, die man kaum versteht, und Sätze, die ärgern, stehen neben Sätzen, die, wenn man sie sich sagen lässt, glücklich machen. In der Bibel gibt es oft mehr als nur eine Antwort auf die Fragen von Leben und Glauben. Bis hin zu Widersprüchen reicht die Vielfalt der Antworten in der „Schrift" – Fundamentalisten müssten eigentlich daran irre werden. In der „Schrift" gibt es Texte und Gegentexte, Geschichten und Gegengeschichten.

Haben Sie Lust, sich auf eine Entdeckungsreise durch die ganze Bibel einzulassen und einmal die gesamte Bibel durchzulesen? Ich möchte das gerne mit Interessierten tun. In zweimal 20 Wochen (in diesem und im nächsten Winter jeweils von Mitte September bis Anfang Februar) kann man das gut schaffen. Die Idee ist: Wir lesen jeden Tag zu Hause nach einem abwechslungsreichen Zeitplan. Auch bei langsamem und sorgfältigem Lesen kann man das gut in einer Viertelstunde schaffen. Ich schicke Ihnen einmal im Monat ein kleines „Handout" mit Hilfen zum Verstehen und Hinweisen zum Hintergrund der zu lesenden biblischen Bücher. Und etwa einmal monatlich lade ich die, die gerne über ihre Leseerfahrungen sprechen möchten, zu einem Treffen mit den anderen Teilnehmenden ein.

Anmeldung unter:
Evangelische Kirchengemeinde
Köln-Dellbrück/Holweide
Telefon: 0221 - 68 24 65
E-Mail: koeln-dellbrueck-holweide@ekir.de

- *Ulrich Kock-Blunk*
  „Kick-off-Meeting"
  Mittwoch, 17. September 2025, 19:30 Uhr,
  Gemeindehaus Christuskirche

Foto: Jure Divich on Shutterstock

Grafik: Kath. Kinderzeitschrift Regenbogen, www.kinder-regenbogen.at. In: Pfarrbriefservice.de

Lösung von Seite 20

FÜR GUTE STIMMUNG

Junger Chor
Leitung: Anja Dewey
Probenraum Thurner Str. 8

Gruppe 1	ab 4 Jahre	Do	10:00 - 10:30 Uhr
Gruppe 2	ab 4 Jahre	Di	14:30 - 15:00 Uhr
Gruppe 3	1.+2. Schulj.	Di	15:15 - 16:00 Uhr
Gruppe 4	3.- 5. Schulj.	Di	16:15 - 17:00 Uhr
Gruppe 5	ab 6. Schulj.	Di	17:00 - 18:00 Uhr

Kirchenchor Cäcilia Köln-Dellbrück
Leitung: Anja Dewey
Probenraum
Thurner Str. 8 Mi 19:30 - 21:00 Uhr

Choralschola St. Joseph
Leitung: Anja Dewey
Proben n. Absprache Mi 21:00 Uhr

Chor Kreuz Köln Ost
Leitung: Hildegard Hager
Probenraum
Thurner Str. 8 Do 20:00 - 21:30 Uhr

Josephbläser
Leitung: Josef Dahlberg
Probenraum
Thurner Str. 8 Mo 19:00 - 20:30 Uhr

Schola an St. Mariä Himmelfahrt
Leitung: Angelika Müller
Pfarrzentrum St. Mariä
Himmelfahrt Mo 19:30 - 21:00 Uhr

Kontakt
Seelsorgebereichsmusikerin Anja Dewey,
Telefon: 0 22 02 - 4 41 42,
E-Mail: kirchenmusik@dellbrueck-holweide.de

Katholische Kirche Dellbrück | Holweide
KIRCHENCHOR

GOTTESDIENST-ORDNUNG

SAMSTAG

16:15 Uhr	J	Rosenkranzgebet
17:00 Uhr	J	Vorabendmesse

SONNTAG

10:00 Uhr	MH	Messfeier
11:15 Uhr	J	Messfeier
19:00 Uhr	MH	Abendmesse

DIENSTAG

09:00 Uhr	MH	Messfeier

MITTWOCH

17:15 Uhr	J	Rosenkranzgebet
18:00 Uhr	J	Messfeier

DONNERSTAG

09:00 Uhr	J	Messfeier

J = Pfarrkirche St. Joseph · Dellbrücker Hauptstraße
MH = Pfarrkirche St. Mariä Himmelfahrt · Schnellweider Straße

www.gemeindeleben.info

Fotos: Thomas Hüsgen

GWG
1897 Köln rrh. eG

Gemeinnützige Wohnungs-Genossenschaft 1897 Köln rrh. eG
Dellbrücker Mauspfad 318
51069 Köln (Dellbrück)
Tel.: 0221/68927-0
info@gwg1897.de · www.gwg1897.de

IN KÖLN SIND WIR DEIN HEIMVORTEIL

WIR BEDANKEN UNS HERZLICH FÜR IHRE UNTERSTÜTZUNG

Grabpflege, Gartenpflege und Neuanlagen: zuverlässig und preiswert
Höchste Qualität Meisterbetrieb zum günstigsten Preis
Friedhofsgärtnerei Klaus Habel · Meisterbetrieb
Möhlstr. 24 • 51069 Köln • **T** 02 21/68 15 66 • **F** 0221/680 17 49
service@klaus-habel.de · www.klaus-habel.de

Rechtsanwaltskanzlei
Helmut Hahn
Fachanwalt
für Miet- und Wohnungseigentumsrecht und für Familienrecht
Dellbrücker Hauptstr. 15 | 51069 Köln
Tel.: 0221/94 19 63-11 | Fax: 0221/94 19 63-17
E-Mail: raehk@t-online.de

BUCHHANDLUNG BAUDACH GmbH
www.buchhandlung-baudach.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 8:30 - 18:00 Uhr
Sa: 10:00 - 14:00 Uhr
FUCHS GRABMALKUNST
Dellbrücker Mauspfad 131
51069 Köln Dellbrück
Tel.: 0221 68 11 38 | Fax: 0221 68 31 72
E-Mail: grabmalkunstfuchs@gmail.com
www.fuchs-grabmalkunst.de

Scholl & Briller
Dachdeckermeister GmbH
Piccoloministraße 408 51067 Köln
Tel.: 02 21 / 63 86 15
www.scholl-briller.de

WIR LADEN SIE EIN

Taizé-Gebet
- 04.07.2025 um 19:00 Uhr, St. Joseph
- 06.09.2025 um 18:00 Uhr, Versöhnungskirche

Festhochamt Maria Aufnahme in den Himmel
- 15.08.2025 um 18:00 Uhr, St. Mariä Himmelfahrt

Spiritueller Morgenspaziergang (1,5 Std)
- 16.08.2025 um 6:30 Uhr, Treffpunkt St. Mariä Himmelfahrt, anschließend dort Frühstück

Ausstellung „Die Bibel in Form und Farben"
- 06.09. bis 28.09.2025 in den Kirchen St. Mariä Himmelfahrt und St. Joseph. Alle Veranstaltungen und Gottes dienste zur Ausstellung finden Sie ab September auf einem gesonderten Flyer und auf unserer Homepage.

Pfarrfest an St. Mariä Himmelfahrt
- 13./14.09.2025

Gemeindefest Ev. Kirchengemeinde Dellbrück-Holweide
- 13.09.2025 um 19:00 Uhr Konzert, Versöhnungskirche
- 14.09.2025 um 10:30 Uhr Festgottesdienst Christuskirche, anschließend Fest rund um die Pauluskirche

Pilgerwochenende für Frauen auf dem Jakobsweg im Bergischen Land
- 19.09. bis 21.09.2025 Nähere Informationen erhalten Sie unter d.odendahl@dellbrueck-holweide.de

„Maria aus Magdala"
- 21.10. bis 26.10.2025 Kinder-Sing-und-Bibel-Woche in und um die Christuskirche. Herzliche Einladung an alle Kinder zwischen etwa sechs und etwa 13 Jahren. Wir bereiten wieder ein Musical vor, dass am Sonntag morgen dann in der Christuskirche aufgeführt wird. Informationen bei Ulrich Kock-Blunk oder Mechthild Brand

Familienmesse in St. Mariä Himmelfahrt
- 14.09.2025 um 11:00 Uhr

Anmeldegespräche für die Erstkommunion 2026
- 22.09. bis 02.10.2025

Familienmesse zu St. Martin in St. Mariä Himmelfahrt
- 09.112025 um 10:00 Uhr

Start der Erstkommunionvorbereitung
- 15./16.11.2025

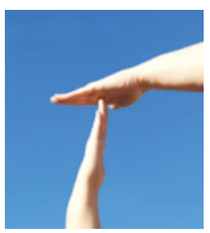
Familienpicknick des Familienzentrums
für alle Familien der Gemeinde in der Zirkusfabrik Dellbrück
Information und Anmeldung über die Kindertagesstätten
- 22.11.2025

BegegnungsCafé
nach der 11:15 Uhr Messe im Pfarrsaal St. Joseph. Bei Kaffee, Getränken und Keksen können sich Jung und Alt begegnen und Gespräche führen.
- Juli & August Sommerferien
- 28.09.2025
- 26.10.2025

MorgenCafé
nach der Morgenmesse um 09:00 Uhr.
Pfarrsaal St. Joseph:
- 10.07.2025
- 14.08.2025
- 09.10.2025
- 13.11.2025

Pfarrzentrum St. Mariä Himmelfahrt:
- 20.05.2025
- 17.06.2025
- 15.07.2025
- 19.08.2025
- 16.09.2025
- 21.10.2025
- 18.11.2025

Auszeit mit Gott – zwischen Arbeit und Wochenende
St. Mariä Himmelfahrt
um 17:30 Uhr
- 11.07.2025
  Ein Engel, der dir deinen Weg weist
- 10.10.2025
  Thema noch offen



Die Einladungen finden unter Vorbehalt statt!
Bitte vergewissern Sie sich auf der Homepage oder in den Schaukästen!

SIE SUCHEN UNTERSTÜTZUNG?

EIN WEGWEISER FÜR DELLBRÜCK UND HOLWEIDE

Caritas-Sprechstunde von Diakon Roland Tschunitsch
- Sprechstunde in Holweide nur telefonisch unter 02 21 - 680 17 67 möglich.
- donnerstags 14:30 - 17:00 Uhr, Kopischstraße 4a

Ökumenischer Hospizdienst – In schwierigen Zeiten an Ihrer Seite

Wir sind für Schwerstkranke sowie deren Angehörige und Nahestehende telefonisch und per E-Mail erreichbar. Wenn Sie für sich oder Ihre Lieben eine Begleitung in der letzten Lebensphase wünschen, unterstützen wir Sie. Wir besuchen Sie zuhause.
- Café für Trauernde: Im Hospizbüro, Thurner Str. 105a, 51069 Köln-Dellbrück, jeden 2. Mittwoch im Monat von 15:00 - 17:00 Uhr. Wir laden Sie dazu ein, untereinander Ihre Erfahrungen auszutauschen. Gerne stehen dabei auch unsere geschulten ehrenamtlichen MitarbeiterInnen für Gespräche zur Verfügung. Eintritt frei, bitte anmelden!
- Trauerwege Friedhofstreff: 05.09.2025, 16:30 Uhr, Friedhof Dellbrück, Thurner Straße, Unterstand Friedhofsmitte 29.11.2025, 10:30 Uhr, Ostfriedhof Dellbrück, hinter dem Haupteingang
- Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung: Beratung jeden 1. Mittwoch im Monat, 17:00 – 19:00 Uhr, im Hospizbüro Thurner Str. 105a, durch Dipl.-Rechtspfleger Hans-Theo Schmitz, das Angebot ist kostenlos, Spenden willkommen. Beratung nur nach Anmeldung!
- „Letzte Hilfe"-Kurs – Wir vermitteln das „kleine 1x1 der Sterbebegleitung": Das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende. Der Kurs setzt sich zusammen aus vier Teilen: 1. Sterben als ein Teil des Lebens, 2. Vorsorgen und Entscheiden, 3. Leiden lindern, 4. Abschied nehmen. Der Kurs wird von zertifizierten Kursleiterinnen durchgeführt. Kostenbeitrag: 20 Euro. 21.11.2025, 16:00 – 20:00 Uhr, Gemeindehaus Pauluskirche, Thurner Str. 105. Bitte unbedingt anmelden.
- Koordinatorinnen
  Ulrike Lenhart und Christiane Schattmann-Arenz
  Ökumenischer Hospizdienst,
  Köln-Dellbrück/Holweide e. V.
  Thurner Straße 105a
  Telefon: 02 21 - 16 90 64 88
  Mobil: 0 152 - 03 69 94 07
  E-Mail: info@hospizdienst-koeln-ost.de
  Web: www.hospizdienst-koeln-ost.de

Augen auf! – Hinsehen und schützen
- Präventionsfachkraft Candida Nunziante-Sebastian
  Telefon: 0 151 - 12 96 59 61
  E-Mail: PraeventionsFK@dellbrueck-holweide.de

Kölsch Hätz – Nachbarschaftshilfe Dellbrück/Holweide

Sie wollen helfen – Sie suchen Hilfe
- Sprechstunden dienstags, 15:30 - 17:30 Uhr, Kopischstraße 6
  Telefon: 02 21 - 680 63 53
  E-Mail: info@koelschhaetz.de

Vom 21.07.2025 bis zum 05.08.2025 geschlossen.

Kleiderkammern Dellbrück/Holweide
- Holweide Pfarrzentrum, Maria-Himmelfahrt-Str. 8
  Annahme montags & Ausgabe jeden 1. u. 3. Dienstag im Monat jeweils 09:00 - 11:00 Uhr
- Kleiderkammer Dellbrück, Kopischstraße 8
  Annahme & Ausgabe donnerstags 10:00 - 12:00 Uhr

Lebensmittelausgabe Dellbrück/Holweide
- montags 15:00 - 17:30 Uhr, Holweide Pfarrzentrum, Maria-Himmelfahrt-Straße 8
- donnerstags 14:30 - 18:30 Uhr, in Dellbrück, Kopischstraße 6
- nach vorheriger Anmeldung in der Caritas-Sprechstunde von Diakon Roland Tschunitsch

Die beiden Lebensmittelausgaben sind vom 21.07.2025 bis zum 10.08.2025 geschlossen.

Zentrales Pastoralbüro für den Kirchengemeindeverband Dellbrück/Holweide

Schnellweider Straße 4 · 51067 Köln
Telefon: 02 21 - 63 25 49 · Fax: 02 21 - 63 99 49

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 09:00 - 11:00 Uhr
Di - Do 16:00 - 18:00 Uhr

Bankverbindung:
KKG St. Mariä Himmelfahrt und St. Anno
IBAN: DE92 3705 0198 0030 3123 26

Pastoralbüro Dellbrück

Thurner Straße 2 · 51069 Köln
Telefon: 02 21 - 68 87 79 · Fax: 02 21 - 68 27 05

Öffnungszeiten:
Mo, Di, Do, Fr 09:00 - 11:00 Uhr

Bankverbindung:
KKG St. Joseph und St. Norbert
IBAN: DE02 3705 0198 0002 4321 69

Ihre Ansprechpartnerinnen sind: Silvia Engel · Susanne Rau · Monika Soltysiak · Ulrike Strohbach
Pastoralbüros digital: E-Mail: pastoralbueros@dellbrueck-holweide.de · Web: www.gemeindeleben.info

Katholische Kindertagesstätten

St. Joseph
Thurner Straße 8 · 51069 Köln
Daniela Den Haese · Telefon: 02 21 - 68 17 65
E-Mail: kitastjoseph@dellbrueck-holweide.de

St. Norbert
Kopischstraße 4a · 51069 Köln
Patrick Jahn · Telefon: 02 21 - 68 58 11
E-Mail: kitastnorbert@dellbrueck-holweide.de

St. Mariä Himmelfahrt
Maria-Himmelfahrt-Straße 1a · 51067 Köln
Melanie Schlieski · Telefon: 02 21 - 63 04 11
E-Mail: kitastmaria@dellbrueck-holweide.de

Netzwerk Katholisches Familienzentrum Dellbrück/Holweide

Telefon: 02 21 - 63 04 11 · E-Mail: kathfamilienzentrum@dellbrueck-holweide.de

Katholische öffentliche Büchereien

St. Joseph und St. Norbert
Dellbrücker Hauptstraße 48
51069 Köln
www.buecherei-dellbrueck.de

Öffnungszeiten:
Di 13:30 - 15:30 Uhr
Mi 15:00 - 17:00 Uhr
Do 10:00 - 12:00 Uhr
Fr 15:00 - 16:30 Uhr
Sa 10:30 - 12:00 Uhr
So 10:30 - 13:00 Uhr

St. Mariä Himmelfahrt und St. Anno
Maria-Himmelfahrt-Straße 8
51067 Köln
koeb.Maria-Himmelfahrt@t-online.de

Öffnungszeiten:
Di 09:00 - 10:00 Uhr
Mi 18:00 - 19:00 Uhr
So 10:00 - 12:00 Uhr

Bücherwurm an der Versöhnungskirche
Buschfeldstraße 30 im Innenhof
51067 Köln
1. OG im Gemeindesaal
(nicht barrierefrei)
www.buecherwurm-holweide.de

Öffnungszeiten:
Di 15:00 - 17:00 Uhr
Do 15:00 - 17:00 Uhr
So 12:00 - 14:00 Uhr

Fotos: Privat

PASTORALTEAM

Pfarrer Sebastian Bremer
leitender Pfarrer
Schnellweider Straße 4 · 51067 Köln
Telefon: 02 21 - 63 25 49
E-Mail: sebastian.bremer@erzbistum-koeln.de

Pfarrer Johannes Zhao
Pfarrvikar
Telefon: 02 21 - 57 07 93 66
E-Mail: j.zhao@dellbrueck-holweide.de

Pfarrer Jürgen Martin
Pfarrer i. R.
erreichbar über das Pastoralbüro Dellbrück

Pfarrer Franz-Josef Wimmer
Pfarrer i. R.
Thurner Straße 2 · 51069 Köln
Telefon: 02 21 - 68 00 91 88

Diakon
Roland Tschunitsch
Thurner Straße 2 · 51069 Köln
Telefon: 02 21 - 68 01 767
E-Mail: r.tschunitsch@dellbrueck-holweide.de

Pastoralreferentin/Präventionsfachkraft
Candida Nunziante-Sebastian
Schnellweider Straße 4 · 51067 Köln
Telefon: 0 171 - 54 36 579
E-Mail: c.nunziante-sebastian@dellbrueck-holweide.de

Gemeindereferentin
Dominique Odendahl
Thurner Straße 2 · 51069 Köln
Telefon: 02 21 - 68 08 767
E-Mail: d.odendahl@dellbrueck-holweide.de

Seelsorgebereichsmusikerin
Anja Dewey
Telefon: 0 22 02 - 44 142
E-Mail: kirchenmusik@dellbrueck-holweide.de

Katholische Kirche Dellbrück|Holweide

Fotos: Thomas Hüsgen

Geh aus, mein Herz, und suche
Freud in dieser lieben Sommerzeit.

Paul Gerhardt