GEMEINDE LEBEN in Dellbrück und Holweide

Pastorale Einheit KölnNordOst

Allerheiligen und 32. Sonntag im Jahreskreis

31. Oktober bis 8. November 2026

ZENTRALES PASTORALBÜRO

St. Mariä Himmelfahrt
und St. Anno Holweide
Schnellweider Straße 4
51067 Köln

Fon 63 25 49
Fax 63 99 49

Öffnungszeiten
Mo bis Fr 9 bis 11 Uhr
Di und Do 16 bis 18 Uhr

PASTORALBÜRO

St. Joseph und St. Norbert
Dellbrück
Thurner Straße 2
51069 Köln

Fon 68 87 79
Fax 68 27 05

Öffnungszeiten
Mo, Di, Do, Fr 9 bis 11 Uhr

Pastoralbüros digital

pastoralbueros@
dellbrueck-holweide.de

www.gemeindeleben.info

LEITENDER PFARRER
Klaus Gertz
Fon 632549

Ein bisschen Egoismus darf sein

Einsamkeit ist mehr als das Gefühl, allein zu sein. Sie kann auf Dauer auch unserer Gesundheit schaden. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen Zusammenhänge zwischen Einsamkeit und Depressionen, erhöhtem Stress, Schlafproblemen und einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Denn wir Menschen sind auf Gemeinschaft angelegt. Wir brauchen Begegnungen, das Gefühl, dazuzugehören, und die Erfahrung, für andere wichtig zu sein.

Dabei spielt inzwischen die Nutzung von „sozialen“ Medien eine immer größere Rolle. Deren Gefahr besteht darin, dass sie uns weniger „sozial“ machen, sondern eher empathieloser. Überschriften und Inhalte werden immer waghalsiger und erschütternder, wir stumpfen ab. Was wäre die bessere Alternative? Eine Möglichkeit ist, auf andere zuzugehen. Noch besser ist es, sich für andere einzusetzen. Überspitzt ausgedrückt: Das Egoistischste, was wir für unser Wohlbefinden tun können, ist anderen zu helfen. Wer anderen etwas Gutes tut, erlebt Gemeinschaft, wird gebraucht, knüpft Kontakte und entdeckt vielleicht sogar neue Seiten an sich selbst.

In unserer Pastoralen Einheit gibt es dazu viele Gelegenheiten: Büchereien, Cafés, offene Kirchen, Öffentlichkeitsarbeit, Krippenbauer, Messdiener, Klamöttchen, Kleiderkammer, Tafel, Liturgiekreise, Radeln ohne Alter, Kölsch Hätz, Lotsenpunkt, … und vieles mehr. Man muss dafür weder besonders begabt sein, noch täglich mehrere Stunden erübrigen können. Oft genügt schon ein wenig Zeit, ein offenes Ohr oder die Bereitschaft, mit anzupacken.

Aus dieser Sicht ist ehrenamtliches Engagement eine durchaus empfehlenswerte Form des Egoismus, da am Ende auch andere gewinnen.

Natürlich ist das kein Allheilmittel gegen Einsamkeit. Und man sollte gut auf die eigene Belastbarkeit achten. Aber vielleicht ist die nächste Begegnung, die uns guttut, nur einen kleinen Schritt entfernt.

Vielleicht finden Sie bei uns eine Aufgabe, die anderen hilft und Ihnen selbst gleich mit. Wir freuen uns auf Sie!

Ihr
Rüdiger Pohl
Engagementförderer, Köln-Dünnwald-Höhenhaus

SEELSORGETEAM

PFARRVIKAR	PFARRER i. R.	PFARRER i. R.	DIAKON	PASTORALREFERENTIN	GEMEINDEREFERENTIN
Pfarrer Johannes Zhao	Pfarrer Jürgen Martin	Pfarrer F.-J. Wimmer	Roland Tschunitsch	C. Nunziante-Sebastian	Dominique Odendahl
Fon 57079366	Fon 688779	Fon 68009188	Fon 6801767	Fon 0171-5436579	Fon 6808767

Samstag, 31. Oktober

16.15 Uhr J Rosenkranzgebet

17.00 Uhr J Vorabendmesse (Martin)
Gebetsgedenken: SWA f. Magdalena Merkes** f. Hans Merkes**f. Barbara u. Peter Berens u. Sohn Günter**f. Sophie Loithmann, Christine Dreesen u. Johanna Müller**Jgd. f. Beate Zimmermann**Jgd. f. Ty Lingscheid**Jgd. f. Ursula Londschien u. d. Leb. u. Verst. d. Fam. Londschien, Niederehe u. Retterath

Sonntag, 1. November 2026, Allerheiligen Hochfest

L1: Offb. 7, 2-4.9-14; L2: 1 Joh 3, 1-3; Ev: Mt 5, 1-12a

10.00 Uhr MH **Festhochamt** (Zhao)

10.30 Uhr Gräbersegnung auf dem Dellbrücker Friedhof

11.30 Uhr J **Festhochamt** (Martin)
Gebetsgedenken: f. Dieter Nosbüsch**f. d. Verst. d. Fam. Soltysiak**
f. die Verst. d. Fam. Slottosch, Kleinegräve, Skrzypczak, Böhm und Simon**
Jgd. f. Hubert Bednorz u. f. d. Leb. u. Verst. d. Fam. Bednorz u. Gregorczyk u. Elisabeth Psujka

15.00 Uhr Gräbersegnung auf dem Ostfriedhof

15.30 Uhr Gräbersegnung auf dem Holweider Friedhof

Die Kollekte ist in Dellbrück für die Restaurierung der Orgel in St. Joseph bestimmt, in Holweide zum Erhalt des Pfarrzentrums.

Montag, 2. November, Allerseelen

18.00 - 20.00 Uhr J Offene Kirche an Allerseelen

Die Kollekte ist für die Priesterausbildung in Osteuropa bestimmt.

Dienstag, 3. November

8.30 Uhr MH Rosenkranzgebet

9.00 Uhr MH Messfeier
Gebetsgedenken: Jgd. f. Josef Moisa u. f. verst. Eltern u. Geschwister

Mittwoch, 4. November, Hl. Karl Borromäus

8.25 Uhr PK Ökumenischer Wortgottesdienst für die Schüler der Regenbogenschule in der Pauluskirche

17.15 Uhr J Rosenkranzgebet

18.00 Uhr J Messfeier anschließend stille Anbetung und eucharistischer Segen
Gebetsgedenken: f. Ehel. Jakob u. Christine Fine, geb. Werheit

Donnerstag, 5. November

8.15 Uhr MH Wortgottesdienst für die Schüler der Grundschule Neufelder Straße

9.00 Uhr J Messfeier

Freitag, 6. November, Herz-Jesu-Freitag

8.30 Uhr MH Wortgottesdienst für die Schüler der Grundschule Friedlandstraße

Samstag, 7. November, Herz-Mariä-Samstag

16.15 Uhr J Rosenkranzgebet

17.00 Uhr J Vorabendmesse (Martin) - es singt Frau Jessica Bruck
Gebetsgedenken: Jgd. f. Karin Degueldre, f. Karl u. Aenne Degueldre sowie f. d. Leb. u. Verst. d. Fam. Degueldre, Rüttgen, Weber, Simon u. Schieffers**
f. Anna u. Heinrich Worms**f. Renata Päffgen

Sonntag, 8. November 2026

L1: Weish 6, 12-16; L2: 1 Thess 4, 13-18; Ev: Mt 25, 1-13

10.00 Uhr MH Messfeier (Zhao)
Gebetsgedenken: f. Barbara u. Peter Berens u. Sohn Günter**Jgd. f. Manfred u. Klaus Stube u. verst. Eltern

11.00 Uhr J **Firmung mit Weihbischof Rolf Steinhäuser (Gertz)**
es singt der Chor „Kreuz Köln-Ost“ u. es spielt die Band
Die Kollekte ist für unsere Büchereien bestimmt.

Wohnung gesucht! Wir suchen für unseren erwachsenen Sohn Luca (19 Jahre) in Dellbrück, Holweide oder Buchheim eine 1- bis 2-Zimmer-Wohnung. Luca ist berufstätig und ein zuverlässiger, freundlicher Mensch. Wir unterstützen ihn als Pflegeeltern auf seinem Weg in ein selbstständiges Leben. Wir freuen uns über jeden Hinweis! Gerne übernehmen wir bei Bedarf eine Elternbürgschaft. ☎ Dr. Annette und Andrea Müller (0221-4305867), a.mueller-koeln@gmx.de

Für die **Verteilung der Pfarrmagazine in Dellbrück und Holweide** werden für verschiedene Straßen bzw. Straßenabschnitte Helfer/innen gesucht. Bei Interesse melden Sie sich bitte in den Pastoralbüros.

Wir feiern das Wort Gottes: Am 1. November um 19.00 Uhr lädt der Liturgiekreis wieder zu einer **Wortgottesfeier** mit sonntäglichen Texten ein unter dem Thema "Allerheiligen - Leben nach dem Geheimnis des Mondes". Herzliche Einladung!

Am **Allerseelentag,** dem 2. November laden wir herzlich ein, zum Gebet, zum Entzünden einer Kerze, zum Hören tröstender Texte und Klänge für eine Weile in die Kirche St. Joseph zu kommen und Ihrer Verstorbenen zu gedenken. Die Kirche ist geöffnet von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr.

Ab dem 3. November wird dienstags um 8.30 Uhr vor der 9.00 Uhr Messfeier das **Rosenkranzgebet in St. Mariä Himmelfahrt** angeboten. Herzliche Einladung hierzu!

Das Fatima-Weltapostolat in St. Joseph am Samstag, dem 7. November entfällt!

Am nächsten Wochenende 7./8. November ist wieder die **halbjährliche Zählung der Gottesdienst-besucher.**

Der ökumenische Hospizdienst lädt am Mittwoch, dem 11. November Trauernde in das **Café für Trauernde** in die Räume des Hospizbüros an der Pauluskirche, Thurner Str. 105a, ein. Dies ist geöffnet von 15.00 bis 17.00 Uhr. Eine Anmeldung ist erforderlich, Tel.-Nr. 0221-16906488 oder 0152-03699407.

Morgencafé - nach dem Wortgottesdienst am Donnerstag, dem 12. November, um 9.00 Uhr im Pfarrsaal von St. Joseph. Kaffee, Begegnung, Gespräch und ein guter Start in den Tag. Wir freuen uns auf Sie!

Trauerwege Friedhofstreff des Ökumenischen Hospizdienstes: Wir treffen uns am Samstag, dem 14. November, um 10.30 Uhr auf dem Friedhof Köln-Dellbrück, Unterstand in der Mitte des Friedhofs. Wir laden Sie dazu ein, untereinander Ihre Erfahrungen auszutauschen. Das Sprechen fällt im Gehen manchmal leichter. Gerne stehen dabei auch unsere geschulten ehrenamtlichen MitarbeiterInnen zur Verfügung. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

„Wat steht denn op d´r Foderkaat?"- so lautet das Motto der beiden **Konzerte** der „2 vun dr Schäl Sick" Diakon Roland Tschunitsch und Markus-Hintze Neumann mit Unterstützung von Rafael Neumann am Tenorhorn. Auf der „Foderkaat" steht eine bunte Mischung von selbst gemachten kölschen Liedern bis hin zum französischen Chanson und portugiesischem Fado. Termine sind: Freitag, 13. November, um 19.30 Uhr im Pfarrsaal von St. Joseph und Samstag, 14. November, um 19.30 Uhr im Pfarrzentrum von St. Mariä Himmelfahrt. Der Eintritt ist frei. Um Spenden am Ausgang wird gebeten.

Am Sonntag, dem 15. November findet um 16.00 Uhr in der Kirche St. Joseph ein **Chor- und Orchesterkonzert** statt. Unter dem Motto „JubilateDeo" singen und spielen der Kirchenchor, der Jugendchor und die Dellbrücker Symphoniker. Herzliche Einladung!

Vom 21.-28. August 2027 wird die **Kinderfahrt des Seelsorgebereiches Dellbrück und Holweide** stattfinden. Hier können Kinder zwischen 8-14 Jahren teilnehmen. Bei Interesse können Sie den Informationsflyer über die Pastoralbüros erhalten.