

# PFARRBRIEF

Nr. 1/2026 01.02.-01.03.2026



Bild: Sylvio Krüger in: Pfarrbriefservice.de



- **Gottesdienste**
- **Veranstaltungen**
  - Gallus
  - Griesheim
  - Nied



- **Hinweise**
  - Verstorbene
  - Verabschiedung von Marianne Vangerow
  - Weltgebetstag
  - Erlös Weihnachtsmarkt in St. Gallus
  - Fastnacht
  - Ein Tag für die Liebe
  - 7 Wochen WERTvoll
  - PaarBalance+
  - Impressum

- **Sprechstunden**



**Digitaler Pfarrbrief:** Sie können den Pfarrbrief auch per Mail erhalten. Wenn Sie dies möchten, dann melden Sie sich bitte im Zentralen Pfarrbüro, per Mail unter: [pfarramt@sankthildegard-ffm.de](mailto:pfarramt@sankthildegard-ffm.de).

**Samstag, 31.01.2026**

18:00 Uhr **St. Markus** Heilige Messe mit Spendung des Blasiussegens

**Sonntag, 01.02.2026**  
**Mariä Lichtmess**  
**mit Spendung des Blasiussegens**  
**Kollekte für die Werke der CARITAS I**

09:30 Uhr **Dreifaltigkeit** Heilige Messe  
mit Kinderwortgottesdienst

09:30 Uhr **St. Gallus** Wortgottesdienst mit Kommunion

09:30 Uhr **Mariä Himmelfahrt** Heilige Messe

11:00 Uhr **St. Hedwig** Heilige Messe

11:00 Uhr **St. Markus** Wortgottesdienst

11:00 Uhr **Maria Hilf** Familiengottesdienst  
mit Kinderwortgottesdienst

18:00 Uhr **St. Pius** Heilige Messe

18:30 Uhr **Maria Hilf** Gottesdienst Queer + Katholisch

**Montag, 02.02.2026** **Darstellung des Herrn**

18:00 Uhr **St. Hedwig** Wortgottesdienst mit Kommunion und Spendung des Blasiussegens

18:00 Uhr **St. Gallus** Heilige Messe mit Spendung des Blasiussegens

**Dienstag, 03.02.2026**

15:30 Uhr **DOREA-Haus** Ökum. Wortgottesdienst

18:00 Uhr **Mariä Himmelfahrt** Heilige Messe mit Spendung des Blasiussegens

**Mittwoch, 04.02.2026**

17:30 Uhr **Dreifaltigkeit** Rosenkranzgebet

18:00 Uhr **Dreifaltigkeit** Heilige Messe

18:00 Uhr **Maria Hilf** Heilige Messe

18:30 Uhr **Maria Hilf** Sakramentale Anbetung mit der Legion Mariens

**Donnerstag, 05.02.2026**

09:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Heilige Messe
17:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Rosenkranzgebet
18:00 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe

**Freitag, 06.02.2026**

09:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Wortgottesdienst
09:15 Uhr	<b>St. Markus</b>	Heilige Messe
16:00 Uhr	<b>Johanna-Kirchner-AHZ</b>	Wortgottesdienst

**Sonntag, 08.02.2026**

09:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Heilige Messe
09:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Kleine Kinderkirche im Gemeindesaal
09:30 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Heilige Messe
09:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe
11:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Wortgottesdienst mit Kommunion
11:00 Uhr	<b>St. Markus</b>	Heilige Messe
11:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Heilige Messe mit Verabschiedung von Marianne Vangerow
18:00 Uhr	<b>St. Pius</b>	Wortgottesdienst mit Kommunion

**Dienstag, 10.02.2026**

09:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Heilige Messe
15:30 Uhr	<b>DOREA-Haus</b>	Ökum. Wortgottesdienst

**Mittwoch, 11.02.2026**

17:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Rosenkranzgebet
18:00 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Heilige Messe
18:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Heilige Messe

**Donnerstag, 12.02.2026**

09:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Heilige Messe
17:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Rosenkranzgebet
18:00 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe

**Freitag, 13.02.2026**

09:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Wortgottesdienst
09:15 Uhr	<b>St. Markus</b>	Heilige Messe

**Samstag, 14.02.2026**

18:00 Uhr **Mariä Himmelfahrt** Heilige Messe

**Sonntag, 15.02.2026**

09:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Heilige Messe
09:30 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Wortgottesdienst mit Kommunion
09:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe ++ der Familie Pham u. Nguyen
11:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Heilige Messe ++ Familien Noleppa und Werkmeister
11:00 Uhr	<b>St. Markus</b>	Familiengottesdienst Verkleidung ist erwünscht
11:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Wortgottesdienst mit Kommunion
18:00 Uhr	<b>St. Pius</b>	Heilige Messe

**Dienstag, 17.02.2026**

09:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Heilige Messe
15:30 Uhr	<b>DOREA-Haus</b>	Ökum. Wortgottesdienst

**Mittwoch, 18.02.2026****Aschermittwoch**

08:00 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Schülergottesdienst
08:00 Uhr	<b>St. Markus</b>	Schülergottesdienst
08:30 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Schülergottesdienst
08:30 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Schülergottesdienst
09:15 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Gottesdienst mit der Kita St. Markus
10:30 Uhr	<b>St. Pius</b>	Schülergottesdienst
17:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Kreuzwegandacht
18:00 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Heilige Messe
17:30 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Rosenkranzandacht
18:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Heilige Messe

**Donnerstag, 19.02.2026**

09:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Heilige Messe
17:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Rosenkranzgebet
18:00 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe ++ Familie Nguyen und Hoang
18:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Kreuzwegandacht

**Freitag, 20.02.2026**

09:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Wortgottesdienst
09:15 Uhr	<b>St. Markus</b>	Heilige Messe

**Samstag, 21.02.2026**

17:30 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	1. Fastenpredigt mit dem Thema "Franziskus. Radikal. Christ"
18:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Heilige Messe

**Sonntag, 22.02.2026****1. Fastensonntag**

09:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Heilige Messe mit Kinderwortgottesdienst
09:30 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Heilige Messe
09:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe
11:00 Uhr	<b>St. Markus</b>	Wortgottesdienst mit Kommunion
11:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Heilige Messe
18:00 Uhr	<b>St. Pius</b>	Heilige Messe

**Dienstag, 24.02.2026**

09:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Heilige Messe
15:30 Uhr	<b>DOREA-Haus</b>	Ökum. Wortgottesdienst
18:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Kreuzwegandacht

**Mittwoch, 25.02.2026**

17:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Kreuzwegandacht
18:00 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Heilige Messe
18:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Heilige Messe

**Donnerstag, 26.02.2026**

09:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Heilige Messe
17:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Rosenkranzgebet
18:00 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe
18:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Kreuzwegandacht

**Freitag, 27.02.2026**

09:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Wortgottesdienst
09:15 Uhr	<b>St. Markus</b>	Heilige Messe

## Sonntag, 01.03.2026

09:30 Uhr	<b>Dreifaltigkeit</b>	Wortgottesdienst mit Kommunion
09:30 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b>	Heilige Messe
09:30 Uhr	<b>St. Gallus</b>	Heilige Messe
11:00 Uhr	<b>St. Hedwig</b>	Wortgottesdienst mit Kommunion
11:00 Uhr	<b>St. Markus</b>	Heilige Messe mit Kantorei
11:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Heilige Messe mit Kinderwortgottesdienst + Helmut Keuchler ++ Eltern Stein
18:00 Uhr	<b>St. Pius</b>	Heilige Messe
18:30 Uhr	<b>Maria Hilf</b>	Gottesdienst Queer + Katholisch



Bild: Caroline Jakobi in: Pfarrbriefservice.de

## Gottesdienste der Muttersprachlichen Gemeinden

**Italienische Gemeinde, St. Markus**  
Sonntag 17:00 Uhr Heilige Messe  
Mittwoch 17:00 Uhr Heilige Messe

**Polnische Gemeinde, St. Markus**  
Sonntag 09:00 Uhr Heilige Messe

**Französischsprachige Gemeinde,  
Mariä Himmelfahrt**  
Sonntag 11:00 Uhr Heilige Messe

**Ungarische Gemeinde,  
Dreifaltigkeit**  
Sonntag 15:30 Uhr Heilige Messe  
jeden 2. und 4. Sonntag

**Slowakische Gemeinde, St. Pius**  
Sonntag 11:00 Uhr Heilige Messe  
jeden 2. und 4. Sonntag

**Eritreische Gemeinde, St. Hedwig**  
Sonntag 13:00 Uhr Heilige Messe

**Afrikanisch englischsprachige  
Gemeinde, Maria Hilf**  
Sonntag 14:00 Uhr Heilige Messe  
jeden 1. und 3. Sonntag



### Lesungen Lesejahr A

#### 01. Februar

**4. Sonntag im Jahreskreis**  
1. Lesung: Zef 2,3;3,12-13  
2. Lesung: 1 Kor 1,26-31  
Evangelium: Mt 5,1-12a

#### 08. Februar

**5. Sonntag im Jahreskreis**  
1. Lesung: Jes 58,7-10  
2. Lesung: 1 Kor 2,1-5  
Evangelium: Mt 5,13-16

#### 15. Februar

**6. Sonntag im Jahreskreis**  
1. Lesung: Sir 15,15-20  
2. Lesung: 1 Kor 2,6-10  
Evangelium: Mt 5,17-37

#### 22. Februar

**1. Fastensonntag**  
1. Lesung: Gen 2,7-9;3,1-7  
2. Lesung: Röm 5,12-19  
Evangelium: Mt 4,1-11

#### 01. März

**2. Fastensonntag**  
1. Lesung: Gen 12,1-4a  
2. Lesung: 2 Tim 1,8b-10  
Evangelium: Mt 17,1-9

## VERANSTALTUNGEN vom 01.02.-01.03.2026

### ST. GALLUS



Mo	09.02.	19:00 Uhr	Singkreis
Di	10.02.	18:00 Uhr	Legion Mariens
Di	17.02.	18:00 Uhr	Legion Mariens
Di	24.02.	18:00 Uhr	Legion Mariens
Mi	25.02.	19:00 Uhr	PGR
Mo	02.03.	19:00 Uhr	Singkreis

### ST. PIUS



Mo	02.02.	20:00 Uhr	Chorprobe
Do	05.02.	09:30 Uhr	Eltern-Kind-Café
Mo	09.02.	20:00 Uhr	Chorprobe
Mi	11.02.	15:00 Uhr	Seniorennachmittag
Do	12.02.	09:30 Uhr	Eltern-Kind-Café
Do	19.02.	09:30 Uhr	Eltern-Kind-Café
Mo	23.02.	20:00 Uhr	Chorprobe
Do	26.02.	09:30 Uhr	Eltern-Kind-Café

### MARIA HILF



Sa	07.02.	17:31 Uhr	Faschingssitzung
So	08.02.	11:00 Uhr	Verabschiedung von Marianne Vangerow

## MARIÄ HIMMELFAHRT



Mo	02.02.	17:00 Uhr	Frauenkreis
Di	03.02.	19:00 Uhr	Chorprobe
Mi	04.02.	19:00 Uhr	Ortsauschuss Griesheim
Mo	09.02.	17:30 Uhr	Kreativkreis
Di	10.02.	19:00 Uhr	Chorprobe
So	15.02.	15:11 Uhr	Kinderfasching
Di	17.02.	19:00 Uhr	Chorprobe
Sa	21.02.		Kinderkleiderbasar
Mo	23.02.	17:30 Uhr	Kreativkreis
Di	24.02.	19:00 Uhr	Chorprobe

## ST. HEDWIG



Di	03.02.	17:30 Uhr 19:00 Uhr	Gymnastik Hedwigsforum
Mi	04.02.	17:30 Uhr	Gymnastik
Di	10.02.	17:30 Uhr	Gymnastik
Mi	11.02.	17:30 Uhr	Gymnastik
Do	12.02.	14:30 Uhr	Seniorenclub
Di	17.02.	17:30 Uhr	Gymnastik
Mi	18.02	17:30 Uhr	Gymnastik
Sa	21.02.	17:30 Uhr	1. Fastenpredigt Thema: "Franziskus. Radikal. Christ" Prediger: Helmut Schlegel
Di	24.02.	17:30 Uhr	Gymnastik
Mi	25.02.	17:30 Uhr	Gymnastik
Do	26.02.	14:30 Uhr	Seniorenclub
Fr	27.02.		Fahrt der Erstkommunion- kinder nach Lindenfels

## ST. MARKUS

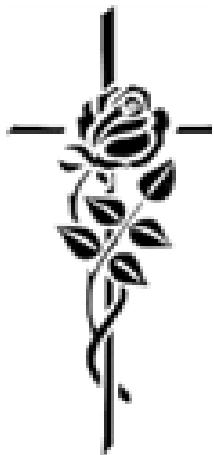


So	01.02.	12:00 Uhr	Team-Tag MAK
Mo	02.02.	18:00 Uhr	AG Caritas
Mi	04.02.	10:00 Uhr	Babytreff
Do	05.02.	20:00 Uhr	Kantorei
Di	10.02.	14:30 Uhr	Seniorenclub
		18:30 Uhr	Vorbereitung Weltgebetstag
Mi	11.02.	10:00 Uhr	Babytreff
Do	12.02.	15:30 Uhr	Trauercafé
		20:00 Uhr	Kantorei
Sa	14.02.	14:11 Uhr	Kinderfasching
Mi	18.02.	10:00 Uhr	Babytreff
Do	19.02.	20:00 Uhr	Kantorei
Mi	25.02.	10:00 Uhr	Babytreff
		18:30 Uhr	Vorbereitung Weltgebetstag
Do	26.02.	20:00 Uhr	Kantorei

## DREIFALTIGKEIT



Mo	02.02.	19:00 Uhr	Ortsausschuss Nied
Di	03.02.	17:00 Uhr	Liturgiekreis Nied
Do	12.02.	14:30 Uhr	Seniorenclub
Do	26.02.	14:30 Uhr	Seniorenclub



## Zu Gott heimgerufen wurden

**Josef Karl Schlesinger am 12.11.2025**

Kirchort St. Hedwig

**Angela Cedro Spampinato am 15.11.2025**

Kirchort St. Gallus

**Vinzenz Holzinger am 14.11.2025**

Kirchort Mariä Himmelfahrt

**Irmgard Katharina Hinzen am 18.11.2025**

Kirchort St. Gallus

**Josefa Reinhilde Nöldner am 01.11.2025**

Kirchort Mariä Himmelfahrt

**Ingeborg Wolf am 24.11.2025**

Kirchort St. Hedwig

**Hans Eugen Weick am 25.11.2025**

Kirchort St. Pius

**Gustav Otto Helmut Küster am 02.12.2025**

Kirchort Maria Hilf

**Ernst Helmut Ehmann am 02.12.2025**

Kirchort Mariä Himmelfahrt

**Marianne Dehler am 02.12.2025**

Kirchort Mariä Himmelfahrt

**Otto Josef Schlappal am 22.12.2025**

Kirchort St. Gallus

**Günter Heinz Hampel am 19.12.2025**

Kirchort St. Hedwig

**Simone Currier am 22.12.2025**

Kirchort St. Pius

**Adalbert Vollert am 28.12.2025**

Kirchort Dreifaltigkeit

**Judith Siart am 27.12.2025**

Kirchort St. Markus

**Werner Steiner am 31.12.2025**

Kirchort Mariä Himmelfahrt

**Elvira Siart am 02.01.2026**

Kirchort Dreifaltigkeit

**Karl Heinz Ebler am 01.01.2026**

Kirchort Maria Hilf

**Maria Goinar am 05.01.2026**

Kirchort St. Pius

**Ursula Häring am 11.01.2026**

Kirchort St. Markus

**Die Beisetzungen haben bereits stattgefunden.**



**Der Herr gebe ihnen die Ewige Ruhe  
und das Ewige Licht leuchte ihnen. Amen**

## Verabschiedung Marianne Vangerow

„*Und bis wir uns wiedersehen, halte Gott dich fest in seiner Hand...*“ Ende des Jahres hat unsere langjährige Pfarrsekretärin Marianne Vangerow ihren aktiven Dienst in unseren Gemeindebüros beendet und die passive Alterszeitphase begonnen. Frau Vangerow war nicht nur hauptamtlich in den Gemeindebüros engagiert, sie hat sich auch ehrenamtlich in den Gemeinden eingebracht. Sie kannte viele Gemeindemitglieder im Gallus persönlich und hatte immer ein offenes Ohr für Sorgen und Anliegen. Wir werden sie deshalb sehr vermissen.

Wir wollen Frau Vangerow im Rahmen eines Gottesdienstes gebührend verabschieden und laden dazu herzlich ein:

**Sonntag, 8. Februar 2026, um 11:00 Uhr in Maria Hilf.**



## Weltgebetstag der Frauen 2026

Unter dem Leitwort „Kommt! Bringt eure Last.“ feiern wir am Freitag, den 6. März 2026, gemeinsam mit Christinnen und Christen weltweit den ökumenischen Weltgebetstag. Wir beten miteinander, hören von der Lebenswirklichkeit der Frauen in Nigeria und teilen Hoffnung, Glauben und Gemeinschaft über alle Konfessionen hinweg.

### **Herzliche Einladung zu den Vorbereitungsabenden:**

**Dienstag, 10.02.26 um 18:30 Uhr:** Gespräch mit Vincent Jijingi (katholischer Priester aus Nigeria) über Land und Leute, anschließend gemeinsam kreativ sein und nigerianisches Essen zubereiten und essen.

**Mittwoch, 25.02.26 um 18:30 Uhr:** Gemeinsame Gestaltung und Vorbereitung des Weltgebetstagsgottesdienstes.

Die Vorbereitungsabende finden alle im Clubraum im Untergeschoss des Gemeindehauses von St. Markus (Nieder Kirchweg 12) statt. Den Weltgebetstag am 06.03. feiern wir im Saal des Gemeindehauses von St. Markus.

## Toller Erlös beim Weihnachtsmarkt 2025 in St. Gallus

Wieder richtig gut besucht wurde unser Weihnachtsmarkt in St. Gallus mit seinen liebevoll dekorierten Ständen.

Super leckere philippinische Köstlichkeiten, frisch gebackene Waffeln, Bratwürste, Plätzchen und eine riesige Kuchenauswahl waren einfach unwiderstehlich. Wunderschöne, handgefertigte Adventskränze und Gestecke, Holzarbeiten, Schmuck, Karten und weitere kreative Geschenkideen wurden gerne für zu Hause eingepackt.



Egal ob draußen an den Ständen oder drinnen in der gemütlichen, warmen und weihnachtlich dekorierten Cafeteria – Groß und Klein haben sich wohlgeföhlt und eine wunderbare Zeit verbracht.

Deshalb kam auch dieses Jahr mit € 4.000,-- ein unglaublich toller Erlös zusammen, den wir mit großer Freude je zur Hälfte an unsere beiden Projektpartner

**Edeltraut-Danner School, Davao City, Philippinen**  
**St. Michaels School im Kamerun**

überweisen werden und damit die wichtige Arbeit vor Ort unterstützen können.

Ganz lieben Dank an alle Helfer:innen, die den kleinen Hof in St. Gallus jedes Jahr in so einen bezaubernden Weihnachtsmarkt verwandeln, und natürlich an alle, die da waren. Und an die, die noch nicht da waren: Der Weg zum Weihnachtsmarkt nach St. Gallus lohnt sich auch in diesem Jahr wieder in jedem Fall!

Beate Neumann-Latsch und Elke Sadowski  
für die IG-Feste und dem Weihnachtsmarkt-Team



## **Helau – wir feiern Fasching!**

### **Faschingssitzung in Maria Hilf**

Auf Schatzsuche - Die Piraten sind los!

**Samstag, 7. Februar 2026, 17:31 Uhr**

Gemeindehaus Maria Hilf, Eingang über Frankenallee 150

Einlass ab 16:30 Uhr, Eintritt: 8 Euro

Kartenreservierung per Mail: [faschingimgallus@web.de](mailto:faschingimgallus@web.de)  
oder Kauf an der Abendkasse

**Party und Tanz nach dem Programm - Herzlich willkommen!**

### **Kinderfasching in Nied und Griesheim**

**Samstag, 14. Februar 2026, 14:11 Uhr**

Gemeindesaal St. Markus, Nieder Kirchweg 12

Eintritt frei

**Sonntag, 15. Februar 2026, 15:11 Uhr**

Gemeindesaal Maria Himmelfahrt, Auf der Beun

Eintritt Kinder: 50 Cent, Eintritt Erwachsene: 1 Euro

**Alle Kinder mit ihren Familien sind herzlich willkommen.**

**Es erwarten Euch Spiel, Spaß und gute Laune!**

## **Ein Tag für die Liebe**

### **Der 14. Februar hat eine lange Tradition**

Sich freuen am Glück! Sich freuen an der Verliebtheit, an der eigenen Verliebtheit und an der der andern. Das konnte er wohl gut, der heilige Valentin. Und es macht gar nichts, dass wir nicht so genau und sicher wissen, wer er war. Valentin von Terni, der am 14. Februar 269 unter dem römischen Kaiser Claudius hingerichtet wurde. Um ihn ranken sich viele Legenden. So soll er junge Paare mit Blumen aus seinem Klostergarten beschenkt haben. Und angeblich hat er Liebespaare getraut und den Männern geraten, lieber bei ihrer Frau zu bleiben, als in den Krieg zu ziehen. Verständlich, dass das dem Kaiser nicht gefallen hat. Zumal Valentin ein Mann mit viel Rückgrat gewesen sein muss: Kaiser Claudius wollte, dass er den christlichen Glauben aufgibt und stattdessen die Götter Roms verehrt. Valentin weigerte sich. Und obwohl er dem Kaiser sehr sympathisch war und der Legende nach auch noch die blinde Tochter des Stadtrichters heilte, wurde er gefoltert und entthauptet. Seine Mitchristen haben ihn aber nicht vergessen. Es entstanden viele Legenden, die auch mit anderem Brauchtum verbunden wurden.

### **Brauchtum im antiken Rom**

Der Brauch, an diesem Tag den Frauen Blumen zu schenken, reicht sogar in die vorchristliche Zeit zurück. Im antiken Rom gedachte man nämlich am 14. Februar der Göttin Juno, der Schützerin von Ehe und Familie.

Ebenfalls schon im antiken Rom wurde im Umkreis des 14. Februar das Fest des Hirtenottes Lupercus gefeiert. In einer "Liebes-Lotterie" fanden junge Frauen und Männer durch Losentscheid zueinander. Ein Jahr lang konnten sie – in allen Ehren, versteht sich – zusammenbleiben, und nicht selten wurde mehr daraus. Die Kirche machte daraus einen frommen Brauch. Die jungen Leute erhielten per Los keinen Partner, keine Partnerin, sondern ihnen wurde ein christlicher Heiliger zugewiesen, dessen Lebenswandel und Tugend sie nachahmen sollten. Diese Form setzte sich aber nicht durch, sondern der 14. Februar wurde zum Tag der Verliebten.

Ich finde es schön, dass es diesen Tag gibt und dass er auch auf kirchlichem Boden gewachsen ist.

In einem Gebet heißt es: „Gott, schütze die Liebenden, schenke ihnen Phantasie. Schütze die schönen Erinnerungen bei denen, die zusammen sind und bei denen, die der Tod oder das Leben getrennt hat. Schütze das Vertrauen zueinander und auch die kleinen Geheimnisse, die die Langeweile verhindern.“

## 7 Wochen WERTvoll

### Wöchentliche Aktion während der Fastenzeit für Paare und Familien

Unter dem Motto „**7 Wochen WERTvoll**“ beleuchten wir im Bistum Limburg bei der diesjährigen Fastenzeitaktion im deutschsprachigen Raum unser Familien- und Paarleben.

Dazu erhaltet ihr ab Mitte Februar 2026 für jede Woche einen Brief mit Anregungen, Ideen und spirituellen Impulsen für euer Miteinander:

- Was ist würde- und WERTvoll für uns?
- Welchen WERT hast du, habe ich, haben wir für einander?
- Wie feiern wir unsere Unterschiede WERTvoll?
- Welche Momente machen unsere Zeit WERTvoll?

... und noch mehr Themen.

Jede Woche lädt euch freitags ein **Textimpuls** zum Nachdenken und miteinander Sprechen ein. Ihr bekommt zu jedem Thema Ideen für kleine **Aktionen** und einen **spirituellen Impuls**.

Meldet euch gleich kostenlos an: [7-Wochen-Aktion](#)

<https://www.7wochenaktion.de>

## PaarBalance+

### Online-Kurs für Paare

Sie sind schon eine ganze Weile ein Paar. Egal, ob in Fernbeziehung, mit oder ohne Kinder, gleichgeschlechtlich, zusammenlebend oder verheiratet: der Alltag ist ganz schön stressig, und das Paarsein bleibt schon mal auf der Strecke. Dabei ist Ihnen die Beziehung zueinander doch so wichtig! Sie würden gerne besser verstehen, warum es manchmal schwierig zwischen Ihnen beiden wird? Wussten Sie, dass es allen Paaren so geht? Und wussten Sie, dass es effektive Möglichkeiten zur Unterstützung gibt, bevor es zu einer Krise kommt?

Dieser interaktive Online-Kurs kann Ihre Paarbeziehung nachweislich verbessern. Machen Sie den ersten Schritt und melden Sie sich an! Der Kurs ist auch wirksam, wenn nur ein Partner ihn macht. Er bietet 18 Online-Module zu "typischen" Beziehungsthemen. Mit den kurzen pointierten Videoimpulsen und den anschließenden Übungen lernen Sie sich selbst und Ihre Partnerin/ Ihren Partner besser kennen und gewinnen so einen neuen Blick auf Ihre Beziehung. Sie lernen, Ihre eigenen Bedürfnisse und Gefühle besser wahrzuneh-

men, anzusprechen und auch schwierige Themen miteinander anzugehen. Sie werden angeregt, kleine Rituale in den Alltag zu integrieren, die Sie beide als Paar miteinander verbinden. Besonders schön ist es, über die im Kurs behandelten Themen immer wieder ins Gespräch zu kommen. Begleitend bieten wir Ihnen drei digitale Abende mit ergänzenden Impulsen und Übungen, beantworten Ihre Fragen und sorgen für Austausch zu zweit und in der Gruppe. Die online-Module können Sie selbstbestimmt zu der für Sie passenden Uhrzeit bearbeiten. Dafür brauchen Sie lediglich Zugang zum Internet. Jede und jeder erhält einen eigenen Zugang (dieser ist für vier Monate freigeschaltet). Sie können alle Erkenntnisse und Ihre persönlichen Notizen in Ihrem persönlichen Bereich abspeichern, ausdrucken oder teilen. Die Wirksamkeit des online-Kurses ist wissenschaftlich nachgewiesen. Alles Wesentliche, d.h. alles Persönliche findet nur im geschützten Rahmen des Paares/ im Privaten statt.

Kurs 1: Begleitabende: 29.01.2026 | 05.03.2026 | 16.04.2026

Kurs 2: Begleitabende: 26.03.2026 | 23.04.2026 | 21.05.2026 jeweils 19:30 Uhr – 21:00 Uhr (Zoom) Teilnahmebeitrag: pro Paar: 50,00 €, Einzelperson: 25,00 € (inkl. Zugangscodes für vier Monate)

Anmeldung: [paare@bistumlimburg.de](mailto:paare@bistumlimburg.de)

Weitere Infos und Paarangebote finden Sie unter [paar.bistumlimburg.de](http://paar.bistumlimburg.de)



## IMPRESSUM

Der Pfarrbrief der Katholischen Pfarrei St. Hildegard in Frankfurt am Main erscheint monatlich.

Herausgeber: Pfarrgemeinderat der Pfarrei St. Hildegard Frankfurt am Main

Redaktion: Tanja Cancarevic, Ingrid Cieszynski, Susanne Rothacker

Anschrift: Katholische Pfarrei St. Hildegard Frankfurt am Main

Mainzer Landstraße 299, 60326 Frankfurt am Main

Pfarramt@sankthildegard-ffm.de

Auflage: 750 Exemplare

Haftungsausschluss: Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung des Herausgebers oder der Redaktion wieder.

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: Dienstag, 10. Februar 2026

Erscheinen der nächsten Ausgabe: Sonntag, 01. März 2026

**Pastoralteam**

**Pfarrverwalter Pfarrer Martin Sauer (Sprechzeiten nach Vereinbarung)**

**Pater Roger Abdel Massih** (St. Markus)  
email: r.abdel-massih@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 0162 - 26 10 19 6

**Steffi Seubert** (Dreifaltigkeit)  
email: s.seubert@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 069 - 33 999 78 53

**Isabel Sieper** (St. Markus)  
email: i.sieper@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 069 - 33 999 78 31

**Ruben Manger** (St. Hedwig)  
email: r.manger@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 069 - 33 999 78 43

**Rolf Müller** (Mariä Himmelfahrt)  
email: r.mueller@mariaeimmelfahrt-ffm.de  
Tel. 069 - 33 999 78 62

**Beate Buballa** (Maria Hilf)  
email: b.buballa@sankthildegard-ffm.de  
069 - 33 999 78 71

**Pfarrer Jozef Kohut** (St. Pius)  
email: j.kohut@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 069 - 33 999 78 72

**Susanne Stierle** (St. Gallus)  
email: s.stierle@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 069 - 33 999 78 18

**Dr. Harald Stuntebeck** (St. Pius)  
email: h.stuntebeck@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 069 - 33 999 78 75

**Abba Medhanie** (St. Hedwig)  
email: m.yohannes@sankthildegard-ffm.de  
Tel. 0157 - 31 13 89 54

**Ansprechpartner Prävention sexualisierte Gewalt: Beate Buballa Pater Roger Abdel Massih**

**Verwaltungsleiter: Heinz Klieber** email: h.klieber@sankthildegard-ffm.de

**Zentrales Pfarrbüro**

Mainzer Landstr. 299, 60326 Frankfurt am Main  
Tel. 069 - 33 999 78 0, email: pfarramt@sankthildegard-ffm.de  
[www.sankthildegard-ffm.de](http://www.sankthildegard-ffm.de)

**Öffnungszeiten:** Mo, 15:00-17:00 Uhr, Di, 09:00-12:00 Uhr, Mi, 15:00-17:00 Uhr,  
Do, 14:00-16:00 Uhr und Fr, 09:00-12:00 Uhr

<b>St. Hedwig</b> Elsterstraße 18 65933 Frankfurt am Main Tel.: 069 - 33 999 78 41 Do 10:00-12:00 Uhr und 15:00-17:00 Uhr	<b>Mariä Himmelfahrt</b> Linkstraße 45 65933 Frankfurt am Main Tel.: 069 - 33 999 78 60 Di 09:30-11:30 Uhr Mi 16:00-17:30 Uhr Offenes Pfarrbüro	<b>St. Markus</b> Mainzer Landstraße 787 65934 Frankfurt am Main Tel.: 069 - 33 999 78 30 Fr 09:30-11:30 Uhr
--	---	--

<b>Dreifaltigkeit</b> Oeserstraße 126, 65934 Frankfurt am Main Tel.: 069 - 33 999 78 50 Mi 16:00-18:00 Uhr	<b>St. Pius</b> Philipp-Fleck-Straße 13 60486 Frankfurt am Main Tel.: 069 - 33 999 78 77 Fr 10:00-12:00 Uhr	<b>Maria Hilf</b> Rebstöcker Straße 70 60326 Frankfurt am Main Tel.: 069 - 33 999 78 70 Fr 10:00-12:00 Uhr
--	---	--

**Bankverbindung: Katholische Kirchengemeinde St. Hildegard Frankfurt am Main**  
**IBAN: DE65 5005 0201 0200 7844 12 / Frankfurter Sparkasse 1822**