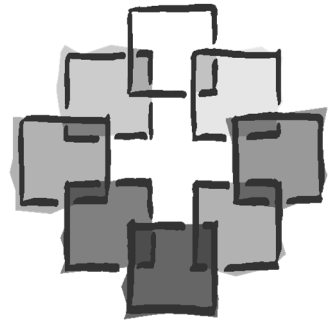


3. Fastensonntag – 8. März 2026

1. Lesung: Ex 17,3-7
2. Lesung: Röm 5,1-2.5-8
Evangelium: Joh 4,5-42

mit ECHO!

PFARR- NACHRICHTEN



Katholische Kirche
in Frechen

Wort für die Woche

Vom Glauben, der den Durst nach Leben stillt

„Besonders religiös bin ich aber nicht...!“ Dieser Satz steht nicht selten am Anfang eines längeren Gespräches, den ich als Krankenhausseelsorgerin mit Patienten führen darf. Aber was bedeutet Religion?

Religion, dieses aus dem Lateinischen abgeleitete Wort heißt übersetzt: Rückbindung.

Mich mit etwas verbinden, an etwas festmachen, Halt finden und auf einen tragenden Grund verlassen können, um angstfrei das Leben und am Ende auch das Sterben zu wagen. So lässt sich die menschliche Ur-Sehnsucht nach persönlicher Annahme, nach Vertrauen, nach Geborgenheit und unbedingtem Verbundensein beschreiben. Diese Sehnsucht begegnet mir bei sehr vielen Menschen, die ein Gespräch suchen, unabhängig davon, ob er oder sie sich als religiös bezeichnet oder nicht.

„Darf ich ehrlich zu Ihnen sein?“ – auch diese Frage gehört oft zur ersten Begegnung mit dazu.

Vielfach haben Menschen Glauben und Religion anders erlebt als sie ersehnten: Da wurde unterbunden, bewertet und aussortiert, da wurden Ängste geweckt und Lebensenergien zurückgedrängt. Glaube, der nicht in Wahrfähigkeit gesucht, gefunden und mit dem Leben verbunden werden kann, beraubt sich der Möglichkeit zu befreien, zu heilen und den Ur-Durst des Lebens zu stillen.

Die Frau aus Samarien, die uns das Evangelium (Joh 4,5-42) am Sonntag vor Augen stellt, hat in der Begegnung mit Jesus beides geschenkt bekommen:

1. Sie darf in der Begegnung mit Jesus wahrhaftig sein und fühlt sich ehrlich angenommen. 2. Sie erfährt eine unbedingte Verbundenheit mit der Quelle und dem göttlichen, tragenden Urgrund des Lebens.

Wie gut, dass sie ihrer Sehnsucht und ihrem Lebensdurst selbst in der größten Mittagshitze noch gefolgt ist! Wie heilbringend, dass sie sich auf die unerwartete Begegnung mit Jesus, dem Christus, ehrlich einlassen konnte! Welche Bedeutung spielte da am Ende noch die Frage nach ihrer religiösen oder sozialen Zugehörigkeit?

Einen wahrhaftigen Glauben, der lebendig macht und zur Quelle des Lebens führt, den wünsche ich mir und Ihnen in dieser Zeit,

Ihre Elke A. Wittemann

Kollekte

7./8.3.: Reparaturkollekte

14./15.3.: für die Gemeinden

15.3. in St. Ulrich: Kollekte für die Tafel in Frechen

Heute mit ECHO –

Bericht aus dem Pfarrgemeinderat
„der Countdown läuft ...“
(gelbes Einlegeblatt)

Erstkommunionvorbereitung

Am **Samstag, 14. März**, findet das nächste Treffen der Erstkommunionkinder aus Bachem statt. Um 10.00 Uhr ist der Treffpunkt im Haus Burggraben.

Pfarnachrichten / Internet

Mail-Adresse für Texte und Termine:

redaktion@kirche-in-frechen.de

Redaktionsschluss: dienstags,

18.00 Uhr. Besuchen Sie auch unsere

Homepage:

www.kirche-in-frechen.de

Pfarnachrichten als Newsletter:

Bei Interesse melden Sie sich auf unserer Internetseite an.



www.kirche-in-frechen.de



Aus der Pfarreiengemeinschaft

Pater Elex hat unsere Schule in Haiti besucht

Aus Croix-des-Bouquets/Haiti hat Pater Elex von seinem kurzen Aufenthalt in seinem Heimatland berichtet, in dem er einige wichtige Dinge erledigen konnte und auch einen familiären Höhepunkt erlebt hat. Er schreibt: „Meine Mission in Haiti ist erfüllt. Unsere Schulkinder waren so glücklich. Wir haben gelernt, gespielt, zusammen gegessen, gelacht und Spaß gehabt. Dazu das tolle Wetter. Ein Dankes-Wort an aller Spender unseres Schulprojektes. Danke an unseren Arbeitskreis von Frechen für die gute, erfolgreiche Zusammenarbeit seit Januar 2010. Danke auch an unser Team (Verein) „Timoun Ayiti“ für die Unterstützung. Jede Hilfe kommt gut an. Wir schaffen das gemeinsam. Die doppelte Freude war, die 100 Jahre meiner Oma in Haiti gefeiert zu haben. Liebe, schöne sonnige Grüße aus Haiti. Dazu Gottes reichen Segen!“

Pater Elex Normil

➤ Aktuelle Fotos finden Sie auf unserer Internetseite.

Faltblatt „Der Synodale Weg. Beschlüsse und Ergebnisse“

Der neugewählte Vorsitzende der Deutschen Bischofskonferenz Heiner Wilmer wird demnächst in Rom die Beschlüsse und Ergebnisse des Synodalen Weges vorstellen und um Zustimmung der vatikanischen Behörden bitten. Ein Faltblatt mit kurzer Zusammenfassung der Themen liegt zum Mitnehmen aus. Bischof Wilmer dürfen wir mit dem Gebet begleiten, damit er die unterschiedlichen Strömungen geistlich wieder zusammenführt.

Leo & Ansgar**Option für die Armen**

Mit „Dilexi te“ präsentiert Papst Leo XIV. sein erstes apostolisches Schreiben – eine leidenschaftliche geistliche Ermahnung, die die Liebe zu den Armen ins Zentrum stellt.

Am **Freitag, 15. Mai**, wird Weihbischof Ansgar Puff, um 19.30 Uhr im Pfarrheim St. Ulrich, Buschbell, über das Papstschreiben sprechen.
Herzliche Einladung an alle.



Aus der Pfarreiengemeinschaft

Donnerstag, 12. März

14.00 Uhr, Pfarrhaus St. Audomar
Dienstgespräch des Seelsorgeteams

Aus den Gemeinden

Montag, 9. März

16.00 Uhr Pfarrheim St. Audomar
kfd Verzäll-Café

Dienstag, 10. März

9.45 Uhr, Hildeboldzentrum
kfd Frühstück
16.00 Uhr, Hildeboldzentrum, Bücherei
Bücherei Teamleitungstreff

Donnerstag, 12. März

10.00 Uhr, Pfarrheim St. Severin
kfd Frühstück
15.00 Uhr, Pfarrheim St. Ulrich
Der Seniorenclub spielt Bingo
15.00 Uhr, Pfarrheim St. Antonius
Antoniusstube

Sonntag, 15. März

15.00 Uhr, Pfarrheim
St. Mariä Himmelfahrt
Sonntagstreff
17.45 Uhr, Pfarrheim St. Audomar,
Interreligiöses Ramadan-Fastenbrechen mit dem GIVE e.V.

Pause mit Gott

Am **Mittwoch, 18. März**, um 19.00 Uhr im Pfarrheim St. Audomar.
Singen – Beten – Gedanken zu biblischen Texten – Austausch zu Themen, die uns wichtig sind
Diesmal zum Thema: „Fußwaschung war gestern - sich hingeben wie geht das heute?“

*Hilde Schmitz-Krahm, Lissa Strauch,
Birgitta Damm*

Impressum:

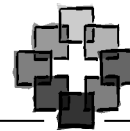
v.i.S.d.P.: Pfarrer Christof Dürig, 50226 Frechen, Rubensstraße 2, Telefon: (0 22 34) 99 10 410; E-Mail: christof.duerig(at)web.de

Adresse der Redaktion: redaktion(at)kirche-in-frechen.de; **Redaktionsschluss:** jeweils dienstags vor Erscheinungsdatum;

Kirche im Internet: www.kirche-in-frechen.de;

Rufbereitschaft für die Krankensalbung von 8.00–20.00 Uhr: Wenn Sie keinen Priester in der Pfarrei erreichen können, rufen Sie bitte an unter Telefonnr. (0 22 34) 936 91 41

Pastoralbüro St. Audomar, 50226 Frechen, Kölner Straße 3; Tel.: (0 22 34) 99 10 -0; E-Mail: pastoralbuero(at)kirche-in-frechen.de



Samstag, 07.03.2026		Reparaturkollekte
8.30 Uhr	St. Mariä Himmelf.	Hl. Messe, mit Andacht zu den 7 Schmerzen Mariens
12.00 Uhr	St. Maria Königin	Abschluss Erstkommunionvorbereitung
16.00 Uhr	St. Ulrich	Hl. Messe der indischen Gemeinde
16.30 Uhr	St. Audomar	Beichtgelegenheit (Subsidiar März)
17.00 Uhr	St. Audomar	Hl. Messe
18.30 Uhr	Heilig Geist	Hl. Messe
18.30 Uhr	St. Mariä Himmelf.	Hl. Messe
Sonntag, 08.03.2026		Reparaturkollekte
3. Fastensonntag		Ex 17,3-7,Röm 5,1-2.5-8, Ev: Joh 4,5-42
8.30 Uhr	St. Ulrich	Hl. Messe
9.30 Uhr	St. Antonius	Hl. Messe
9.30 Uhr	St. Maria Königin	Hl. Messe
10.30 Uhr	St. Elisabeth-Heim	Hl. Messe
11.00 Uhr	Hildebaldkirche	Hl. Messe
11.00 Uhr	St. Audomar	Familienmesse, mit Taufe
18.30 Uhr	St. Severin	Hl. Messe
Montag, 09.03.2026		
15.00 Uhr	Heilig Geist	Wortgottesdienst der Kita Hl. Geist
Dienstag, 10.03.2026		
8.00 Uhr	St. Mauritius	Schulgottesdienst der Mauritiuschule
8.30 Uhr	St. Elisabeth-Heim	Hl. Messe
9.00 Uhr	St. Maria Königin	Hl. Messe
9.15 Uhr	Hildebaldkirche	Wortgottesdienst gestaltet von der kfd
15.00 Uhr	St. Antonius	Antoniusdienstag, Hl. Messe und Andacht
16.00 Uhr	Senioren-Residenz Frechen	Wort-Gottes-Feier mit Kommunionausteilung
18.00 Uhr	St. Audomar	Hl. Messe mit anschließendem Rosenkranzgebet
Mittwoch, 11.03.2026		
8.30 Uhr	St. Elisabeth-Heim	Hl. Messe
9.00 Uhr	Heilig Geist	Wort-Gottes-Feier
16.00 Uhr	Curanum-Seniorenstift (Elisa)	Wort-Gottes-Feier mit Kommunionausteilung
17.30 Uhr	St. Ulrich	Kreuzwegandacht
18.00 Uhr	St. Ulrich	Hl. Messe
Donnerstag, 12.03.2026		
9.00 Uhr	St. Severin	Hl. Messe, mit anschließendem kfd Frühstück
9.15 Uhr	Hildebaldkirche	Laudes
10.30 Uhr	St. Audomar	Trauerfeier und Beisetzung auf dem Friedhof St. Audomar
17.00 Uhr	St. Elisabeth-Heim	Hl. Messe
18.00 Uhr	St. Antonius	Hl. Messe mit Meditation
19.00 Uhr	St. Mariä Himmelf.	Spätschicht
19.00 Uhr	St. Severin	Sofagottesdienst
Freitag, 13.03.2026		
9.00 Uhr	St. Katharinen-Hospital	Hl. Messe
15.30 Uhr	Katharinen-Stift	Hl. Messe
17.00 Uhr	St. Elisabeth-Heim	Hl. Messe
17.00 Uhr	St. Mariä Himmelf.	Kreuzwegandacht

17.30 Uhr St. Mauritius Kreuzwegandacht
 18.00 Uhr St. Mauritius Hl. Messe
 19.00 Uhr St. Severin Bibelgespräch

Samstag, 14.03.2026

8.30 Uhr St. Mariä Himmelf. Hl. Messe, mit Andacht zu den 7 Schmerzen Mariens
 11.00 Uhr St. Antonius Trauerfeier in der Kirche
 15.15 Uhr Hildebaldkirche Taufe
 16.30 Uhr St. Audomar Beichtgelegenheit (Subsidiar März)
 17.00 Uhr Hildebaldkirche Hl. Messe der italienischen Gemeinde
 17.00 Uhr St. Audomar Hl. Messe
 18.30 Uhr Heilig Geist Hl. Messe
 18.30 Uhr St. Mariä Himmelf. Hl. Messe

Sonntag, 15.03.2026

4. Fastensonntag (Laetare)

1 Sam 16,1b.6-7.10-13b,Eph 5,8-14, Ev: Joh 9,1-41

8.30 Uhr St. Ulrich Hl. Messe
 9.30 Uhr St. Antonius Familienmesse
 9.30 Uhr St. Maria Königin Hl. Messe
 10.30 Uhr St. Elisabeth-Heim Hl. Messe
 11.00 Uhr Hildebaldkirche Hl. Messe
 11.00 Uhr St. Audomar Familienmesse
 18.30 Uhr St. Severin Hl. Messe

Besondere Gottesdienste und Veranstaltungen in dieser Woche der Fastenzeit

Samstag, 07.03.	8.30 Uhr, St. Mariä Himmelfahrt	Hl. Messe, mit Andacht zu den 7 Schmerzen Mariens
Sonntag, 08.03.	11.00 Uhr, St. Audomar	Familienmesse mit Taufe
Mittwoch, 11.03.	17.30 Uhr, St. Ulrich	Kreuzwegandacht
Donnerstag, 12.03.	18.00 Uhr, St. Antonius	Hl. Messe, mit Meditation
	19.00 Uhr, St. Mariä Himmelfahrt	Spätschicht
	19.00 Uhr, St. Severin	Sofaandacht
Freitag, 13.03.	17.00 Uhr, St. Mariä Himmelfahrt	Kreuzwegandacht
	17.30 Uhr, St. Mauritius	Kreuzwegandacht
	19.00 Uhr, St. Severin	Bibelgespräch in der Fastenzeit
Samstag, 14.03.	8.30 Uhr, St. Mariä Himmelfahrt	Hl. Messe, mit Andacht zu den 7 Schmerzen Mariens
Sonntag, 15.03.	9.30 Uhr, St. Antonius	Familienmesse
	11.00 Uhr, St. Audomar	Familienmesse

ECHO

Bericht aus dem Pfarrgemeinderat – „Der Countdown läuft ...“

März 2026

Bericht aus dem Pfarrgemeinderat

Das Jahr hat zwar gerade erst angefangen, aber der Pfarrgemeinderat (PGR) hat das nächste Jahr schon fest im Blick: speziell die Fusion, die ab dem 01.01.2027 Realität sein soll.

Viele fragen sich: Wie soll das gehen angesichts fehlender Hilfestellungen und zahlreicher, scheinbar planloser Vorgaben, was bis wann zu geschehen hat. Da passt es gut, dass unsere Überlegungen am Beginn der Fastenzeit stattfanden. Es hilft – nicht nur vor großen Aufgaben und Veränderungen, sondern auch im Alltag – mal einen Schritt zurückzutreten, raus aus der Hektik und Unübersichtlichkeit, hinein in eine besinnliche Ruhe.

Kardinal Woelki schlägt hierfür in seinem Fastenhirtenwort vor, sich wenigstens 8 Minuten am Tag Zeit für einen solchen Rückzug zu nehmen, achtsam zu sein auf die Menschen um uns herum, auf uns selbst. So gestärkt kann man Schritt für Schritt vorangehen. Man muss nicht den kompletten Weg von Anfang an im Blick haben und planen. Beppo Straßenkehrer aus dem Buch „Momo“ von Michael Ende hat dazu einen passenden Rat, den ich hier zitiere: *„Man darf nie an die ganze Straße auf einmal denken, verstehst du? **Man muss nur an den nächsten Schritt denken**, an den nächsten Atemzug, an den nächsten Besenstrich. Und immer wieder nur an den nächsten.“* Wieder hielt er inne und überlegte, ehe er hinzufügte: *„Dann macht es Freude; das ist wichtig, dann macht man seine Sache gut. Und so soll es sein.“*

Einen ersten wichtigen Schritt sind wir schon gegangen: die große indische Gemeinde in Frechen wird zukünftig durch zwei Personen im PGR stimmberechtigt vertreten sein.

Die nächsten Schritte werden bei der gemeinsamen Sitzung von PGR und Ortsausschüssen bedacht werden, die für den 28.03.2026 vorgesehen ist.

Helga Pöttinger

Unser Pfarrgemeinderat:

Vorsitzender: Achim Fink

stellvertretende Vorsitzende: Helga Pöttinger, Leonie Hesselmann, Alex Baum

Mitglieder: Christof Dürig, Claudia Forsbach, Matthias Ganter, Markus Gehringer, Jenny Hennemeyer, Ursula Klein, Michelle Nickel, Sabine Mathes, Jacqueline Scholl, Leonie Schönochens und Gabriele Sonntag (als Vertreterin aus dem KGV)

Kontakt: pastoralbuero@kirche-in-frechen.de oder Tel. 02234 99100

O-TÖNE

8 Minuten Achtsamkeit am Tag in der Fastenzeit,
8 Minuten innehalten und durchatmen –
ich will es ausprobieren.
Sabine Matthes

Ermutigend und für das Miteinander förderlich empfinde ich stets die Impulse von Achim Fink. Sie laden ein, persönlich etwas mit den anderen zu teilen. Dieses Mal haben alle Anwesenden etwas gesagt, wie sie versuchen die Fastenzeit achtsam zu gestalten und dabei bestimmte Dinge zu meiden oder darauf zu verzichten. - Erfreulich finde ich, dass der PGR sich einstimmig dafür ausgesprochen hat, 2 Mitglieder der indischen Gemeinschaft ins Gremium zu berufen. So kann diese große Gruppe, die vielfach in unserem Krankenhaus in der Pflege arbeitet – auch im Sinn des verstorbenen Pater Matthäus – in unser Gemeindeleben noch stärker integriert werden.
Christof Dürig

Immer wieder bin ich überrascht, welche Entschlüsse bzw. Vorgaben aus Köln kommen. Wir lassen uns nicht abschrecken! Wir gehen gemeinsam in die Zukunft.
Alex Baum

Mit Achtsamkeit und viel Zuversicht in die Fastenzeit!
Achim Fink

Arbeitsreich, intensiv, wohlwollend, zukunftsorientiert!
es war wieder eine gelungene Sitzung!
Ursula Klein

Sehr offener, vertrauensvoller Austausch, viele Impulse für eine „Neueinsteigerin“, gelungene Sitzung. *Gabi Sonntag*