2022

www.mehr-auszeit.de

AdventsZeit

Das Magazin des Erzbistums Köln

Eine Sonderausgabe der Kirchenzeitung für das Erzbistum Köln

Kulturstiftung
KÖLNER DOM

Die große Weihnachtsverlosung 2022

Ihr Stern für den Kölner Dom!

Jetzt teilnehmen!

Ein eigener Stern am Kölner Dom?

Erfüllen Sie sich oder Ihren Lieben diesen Wunsch. Mit einem 15 €-Los der Weihnachtsverlosung und etwas Glück.

Neben den Sternen warten weitere attraktive Gewinne rund um den Kölner Dom auf Sie.

Die Lose erhalten Sie bis zum **23.12.22** in folgenden Verkaufsstellen:

Kölner Domshop | Roncalliplatz
Kreissparkasse Köln | Neumarkt 18 – 24

Der Erlös kommt zu 100 % den Projekten der Kulturstiftung Kölner Dom zugute.

Wir wünschen Ihnen viel Glück!

Fotos: Kulturstiftung Kölner Dom/privat

www.kulturstiftung-koelnerdom.de

Organisation der Vereinten Nationen für Bildung, Wissenschaft, Kultur und Kommunikation

Kölner Dom Welterbestätte seit 1996

Impulse zum Advent

Hören Sie an allen vier Adventssonntagen jeweils einen Audio-Podcast zur Einstimmung auf das Weihnachtsfest:

1. Advent: Es spricht Diakon Willibert Pauels

2. Advent: Es spricht Caroline Klasen, ehrenamtliche geistliche Leiterin der Katholischen Studierenden Jugend, Diözese Köln

3. Advent: Es spricht Monsignore Robert Kleine, Kölner Dom- und Stadtdechant

4. Advent: Es spricht Schwester Jakoba Zöll OSF, Franziskanerin von der ewigen Anbetung zu Olpe

Scannen Sie dafür diesen QR-Code oder geben Sie folgende URL-Adresse ein:
www.mehr-auszeit.de/adventskranz

Liebe Leserinnen und Leser!

„Ein bisschen Frieden" sang Nicole vor mehr als 40 Jahren und gewann damals als erste Deutsche den Grand Prix Eurovision de la Chanson. „Ein bisschen Frieden" – wünschen wir uns das nicht alle in diesen turbulenten und unruhigen Zeiten? Corona, die Flutkatastrophe im Sommer des vergangenen Jahres, dann wieder – oder immer noch – Corona und jetzt der Krieg in der Ukraine. Nicht zu vergessen die damit verbundene Energiekrise, die vielen Menschen bei uns und in zahlreichen anderen Ländern zu schaffen macht. Und ob es der Krisen nicht schon genug wären, gibt es da auch noch die Kirchenkrise. In nie gekanntem Ausmaß verlassen Menschen die Kirche. Die Gründe sind vielfältig, aber jeder, der geht, reißt eine Lücke. Das Zerbröseln der Kirche so vor Augen geführt zu bekommen, schmerzt.

In diesem zeitgeschichtlichen Kontext hat sich die Redaktion der AdventsZeit seit den Sommerferien mit der Konzeption der neuen Ausgabe intensiv beschäftigt.

Die Frage, wo kann Kirche, wo können kirchliche Institutionen Menschen in dieser angespannten Situation helfen, war einer der wichtigen Ausgangspunkte für unsere Überlegungen. Wir haben in Ratingen zwei Männer begleitet, die im Auftrag der Caritas als „Stromspar-Checker" unterwegs sind. In Pulheim besuchten wir die Tafel der Malteser und beobachteten, mit welchem Engagement dort Frauen und Männer ehrenamtlich arbeiten. Wir haben auch mit einem Schuldnerberater der Caritas gesprochen. Zusammen mit vielen Kolleginnen und Kollegen in zahlreichen Städten und Gemeinden steht er in Not geratenen Frauen und Männern mit Rat zur Seite. Die Integrationsbeauftragten der „Aktion Neue Nachbarn" kümmern sich seit sieben Jahren um Menschen mit Fluchterfahrung. Auch jetzt im Ukraine-Krieg sorgen sie mit vielen Ehrenamtlichen dafür, dass die Menschen aus dem Krisengebiet hier eine sichere Bleibe finden – ebenfalls ein Thema in diesem Magazin.

Welche Wege gibt es aus der Kirchenkrise? Das haben Generalvikar Guido Assmann und der in der Kölner Gemeinde St. Agnes tätige Pastoralreferent Peter Otten diskutiert. Und aus Anlass der zurzeit stattfindenden Fußball-WM haben wir Wolfgang Overath, Weltmeister von 1974, besucht und erfahren, wie dankbar er Gott für alles ist, was er erleben durfte – sportlich wie privat. Wie „Ein bisschen Frieden" ihr Leben verändert hat, davon berichtet die tiefgläubige Katholikin und Sängerin Nicole.

Den Schülerinnen und Schülern der Klasse 4b der Kölner Domsingschule danken wir für die Gestaltung der Weihnachtsgeschichte. Sie haben gemalt, ausgeschnitten und aufgeklebt. Unser Titelbild entstand während dieses Prozesses.

Herzlich lade ich Sie zur Teilnahme an unserer Leserbefragung ein. Füllen Sie den einem Teil der Auflage beiliegenden Fragebogen aus oder nehmen Sie online teil (siehe Seite 50). Wir möchten die beiden Magazine der Sommer- und AdventsZeit stetig verbessern, und deshalb freue ich mich auf Ihre Antworten und Anmerkungen.

Für die kommenden Wochen bis zum Fest der Geburt unseres Herrn wünsche ich Ihnen eine besinnliche und hoffentlich friedliche Adventszeit. Nehmen Sie sich hin und wieder eine Auszeit aus dem adventlichen Trubel.
Bleiben Sie behütet.

Foto: Benedikt Boecker

Robert Boecker
Chefredakteur

8 **Menschwerdung zwischen Heringsverkäufer, Flüchtling und Frau Müller-Hermann**
Benjamin Marx gestaltet seit mehr als 25 Jahren die Milieukrippe in der Kirche St. Maria in Lyskirchen in Köln – nicht nur mit Maria, Josef und dem Jesuskind.

10 **Gesucht: Wege aus der Krise**
Monsignore Guido Assmann, Generalvikar des Erzbischofs von Köln, und Peter Otten, Pastoralreferent in der Kölner Pfarrgemeinde St. Agnes, diskutieren Probleme und Perspektiven.

12 **„Ich hab dem Herrgott viel zu verdanken“**
FC-Idol Wolfgang Overath ist 1974 Weltmeister geworden. Im Exklusiv-Interview spricht der Siegburger über seinen Glauben und sein enges Verhältnis zu „dem da oben“.

15 **Der adventliche Mensch**
Gedanken zum heiligen Josef. Ein Impuls zum Advent von Benediktinerschwester Emmanuela Kohlhaas OSB.

16 **Dienst und Dilemma**
Immer mehr Menschen nehmen das Angebot der Tafeln in Anspruch. In Nordrhein-Westfalen arbeiten rund 12.600 Ehrenamtliche an insgesamt 172 Standorten. Ein Besuch in Pulheim.

18 **Einfach mal abschalten**
Die Energiekrise zwingt zum Umdenken und zum sparsamen Umgang mit allem, was an einer Steckdose hängt. „Stromspar-Checker“ der Caritas helfen dabei.

20 **Türen öffnen – und auch Herzen!**
Seit sieben Jahren arbeiten 20 Integrationsbeauftragte der „Aktion Neue Nachbarn“ im Erzbistum Köln. Gabriele Atug-Schmitz ist eine von ihnen.

22 **Mit „Speedy“ über die Wiese**
Die Sozialaktion der Sommer- und AdventsZeit ermöglicht Familien eine Auszeit im Westerwald. Kardinal Rainer Maria Woelki hat die „Arche Noah Marienberge“ besucht.

24 **Aus dem Kölner Dom in die ganze Welt**
Ein Blick hinter die Kulissen der Gottesdienstübertragungen des Multimediasenders Domradio.de.

28 **Ein bisschen Frieden**
Sie glaubt an Gott, traf einen Papst und liebt Weihnachten – Schlagersängerin Nicole, 40 Jahre nach ihrem Sieg beim Grand Prix Eurovision de la Chanson.

AdventsZeit

Hotline zur AdventsZeit

Haben Sie Anregungen und Wünsche? – Dann rufen Sie an:

0800 000 5523
22. November bis 2. Dezember
Montag bis Freitag in der Zeit von 10 bis 14 Uhr

Besuchen Sie unseren Blog im Internet! www.mehr-auszeit.de

QR-Codes
Immer dann, wenn Sie einen QR-Code entdecken, haben wir für Sie weitere Informationen zum Thema. Einfach QR-Code einscannen, und Sie werden zum Inhalt weitergeleitet.

30 Raus aus der Schuldenfalle
Interview mit dem Koordinator der Schuldnerberatung des Sozialdienstes Katholischer Männer in Köln.

32 „Keiner lebt für sich allein“
Die Kirchenfenster von St. Elisabeth in Köln-Höhenberg zeigen die sieben leiblichen Werke der Barmherzigkeit.

34 Die guten Geister von Gleis 1
Werke der Barmherzigkeit: Die Bahnhofsmission am Kölner Hauptbahnhof setzt das Werk „Fremde aufnehmen“ jeden Tag um.

36 „Herr Pfarrer, reden wir über Rassismus“
Interview mit Pfarrer Regamy Thillainathan, Leiter des Erzbischöflichen Priesterseminars Köln, zur neuen Ausstellung „Kirche und Rassismus“ des Bundes der Deutschen Katholischen Jugend.

40 Umstrittene Bilder einer tugendhaften Frau
Vom Mittelalter bis MeToo – weltweit erste Susanna-Ausstellung im Kölner Wallraf-Richartz-Museum.

42 Essen mit Genuss und ohne schlechtes Gewissen
Ein regionales, klimaschonendes Weihnachtsmenü von Norbert Schramm, Küchenchef im Katholisch-Sozialen Institut in Siegburg – inspiriert durch ein Buch des Restaurantkritikers Jürgen Dollase gegen Völlerei, für regionale Küche und „Weniger ist mehr“.

44 „Ich war immer katholisch und bleibe es“
Papst-Fan, Zarah-Leander-Double und Träger des Bundesverdienstkreuzes: Der bekennende Homosexuelle Curt Delander hat seinen Platz in der Kirche gefunden – in Bonn.

45 Botschaften einer Landschaft
Die Paar-Radtour führt dieses Mal zu Orten, Kirchen und durch Landschaften des Rhein-Erft-Kreises.

47 Vom Schneiden und Kleben ...
Kinder der Domsingschule Köln erzählen und malen die Weihnachtsgeschichte.

50 Impressum

Die Mönche haben die Trappistenabtei Mariawald in der Eifel schon vor Jahren verlassen. Doch immer noch hängen ihre Chorgewänder und ihre Arbeitsschürzen an den Haken, so als ob sie darauf warteten, dass die Mönche gleich wiederkämen. In der Taufe haben wir Christus als Gewand angezogen. Auch dieses Gewand wartet auf uns, dass wir uns damit bekleiden, damit durch uns Christus selbst gegenwärtig und erfahrbar wird für die Menschen.

Anselm Grün

I.N.R.I.
Dom M. Josef
Br. M. Bernhard

Menschwerdung zwischen Heringsverkäufer, Flüchtling und Frau Müller-Hermann

Die Milieukrippe in der Kölner Kirche St. Maria in Lyskirchen zieht ab dem ersten Advent Besucher in ihren Bann. Seit über 25 Jahren wird sie von Benjamin Marx gestaltet – für ihn „eine Passion, die erfüllt, begeistert und glücklich macht".

Von Robert Boecker

Was macht denn der Jude an der Krippe?" Die Frage eines Besuchers lässt Benjamin Marx noch heute fassungslos den Kopf schütteln. „Ich hatte der Figur des Josef einen jüdischen Gebetsschal um die Schultern gelegt. Warum auch nicht? Schließlich waren Josef und Maria Juden. Und dann kommt dieser Mann in der Kirche auf mich zu und stellt mir eine solche Frage", sagt Marx. Er und die Krippe in der romanischen Kirche St. Maria in Lyskirchen am Kölner Rheinufer sind eins. Der 68-Jährige wohnt direkt gegenüber dem Gotteshaus, das den Zweiten Weltkrieg weitgehend unbeschadet überstanden hat. Seit über 25 Jahren kümmert er sich um den Aufbau und die Gestaltung der Krippe. Was ist das Besondere? „Immer ist die Szenerie eine andere", sagt Marx. Natürlich stehe das Weihnachtsgeschehen im Mittelpunkt. „Aber die ‚Rahmenhandlung' ist stets neu." Es sind die Menschen aus dem Viertel, die Teil des Weihnachtsgeschehens werden: Frauen und Männer, die typisch sind für die Gegend in Rheinnähe, die jahrhundertelang durch die Schifffahrt ihre Prägung erhalten hat. Deshalb haben die Marktfrau, der Matrose und der holländische Heringsverkäufer ebenso ihren Platz wie der Ringroller – ein Tagelöhner, der für das Be- und Entladen der Schiffe angeworben wurde –, die Prostituierte, der Nichtsesshafte oder der Junkie.

Roma-Mädchen Crina ist neu

1983 stellt der damalige Pfarrer von Lyskirchen, Gottfried Kirsch, die Milieukrippe als Erster auf. 13 Jahre später fragt Kirsch Benjamin Marx,

ob er nicht anlässlich des in Köln stattfindenden Krippenkongresses die Krippe mit einer neuen Konzeption aufbauen wolle. Marx sagt begeistert zu. Für ihn ist es der Beginn einer intensiven Auseinandersetzung mit der Weihnachtsgeschichte. Seitdem wird das Alltagsgeschehen in dem Viertel rund um St. Maria in Lyskirchen noch stärker in die Gestaltung der Krippe einbezogen. „Mit einer Litfaßsäule auf dem Platz vor den Kulissen der Häuser fing meine Neugestaltung an. Daran befestigte Plakate thematisierten die Volkszählung", erinnert sich Marx. Mit den Jahren wächst die Zahl der Figuren kontinuierlich. Eine ist die von Irma Müller-Hermann. Bis zu ihrem Tod mit 90 Jahren kam sie regelmäßig während des Krippenauf- und -umbaus in die Kirche, schaute zu und erzählte von der Zeit der 1930er-Jahre, die in der Krippe dargestellt wird. Aber nicht nur das. „Die meisten Figuren wurden von ihr eingekleidet", berichtet Marx. Stolz habe sie immer verkündet, sie sei zwar evangelisch und in der SPD, aber bei der Krippe werde sie fromm. Als markante Persönlichkeit aus dem Viertel habe sie nach ihrem Tod einen Platz in der Krippe bekommen, so Marx. Inzwischen besteht das Ensemble aus 35 Figuren. Auch die zweier noch lebender Menschen zählen dazu. „David, ein Flüchtling aus Eritrea, und das achtjährige Roma-Mädchen Crina sind die neuesten Personen, die ich habe schnitzen lassen", sagt Marx.

Immer wieder neue Szenen

Kann man Krippenbau lernen? Marx lächelt ob dieser Frage. „Es ist eine Passion, die erfüllt, begeistert und glücklich macht." Krippenbau sei ein Prozess, der für ihn eine ständige Herausforderung bedeute. Da mache es auch nichts, wenn er für einen Umbau in aller Herrgottsfrühe in der Kirche zugegen sei und bis zu 20 Stunden für eine neue Szenerie benötige. „Wo hat man die Chance, sich so zum Ausdruck zu bringen?", fragt Marx, für den die Lektüre des Tagesevangeliums eine tägliche Selbstverständlichkeit ist. Wenn es gelinge, die Botschaft von der Bedeutung der Menschwerdung Christi bis in unsere Zeit den Betrachtern zu vermitteln, habe die Krippe ihre Aufgabe erfüllt.

www.krippe-online.de

Wenige Tage vor dem ersten Advent freut sich **Benjamin Marx**, dass das erste Bild der Krippe steht. Dann wird er sich wie in den vergangenen Adventszeiten regelmäßig in St. Maria in Lyskirchen aufhalten, die Reaktionen der Besucher beobachten und gerne für Gespräche bereitstehen.

Gesucht: Wege aus der

Guido Assmann, der Generalvikar des Erzbischofs von Köln, und der Pastoralreferent Peter Otten aus der Kölner Pfarrei St. Agnes, einer der Unterzeichner des Protestaufrufs gegen Kardinal Rainer Maria Woelki, im Gespräch.

Otten: Nicht nur die Kirche hat mit Misstrauen zu tun. Das Tragische ist: Wir sind ja diejenigen, die Vertrauen – anders gesagt: Glaube, Hoffnung, Zuversicht – in die Welt bringen müssten. Und die Leute merken: Eigentlich seid ihr doch die für Hoffnung Zuständigen, aber ihr beschäftigt euch mit euch selbst.

Assmann: Vertrauen ist ja eigentlich eine Sache zwischen zwei Menschen. Wenn man miteinander ins Gespräch kommt und merkt, der andere hört mir zu, der nimmt mich ernst, dann kann Vertrauen wachsen. Vielleicht ist es uns einfach in den vergangenen Jahren immer weniger gelungen, diese persönlichen Kontakte zu haben. Sei es, weil unsere Einheiten zu groß sind, weil wir alle so viel um die Ohren haben, weil wir uns sehr mit innerkirchlichen Dingen und Strukturen – die auch nicht unwichtig sind – beschäftigen. Was ich ganz bitter finde, da teile ich Ihre Sicht: Wenn gerade wir das mit dem Vertrauen nicht hinbekommen oder das Vertrauen nicht verdient haben, dann ist etwas ziemlich schiefgelaufen. Und Vertrauen, das einmal angekratzt ist, wieder herzustellen, das bedarf Kraft. Wo bekommen wir die Kraft her?

Otten: Vertrauen heißt Kredit geben. Ich muss erst mal was investieren, und ob ich was zurückbekomme, weiß ich nicht. Unser Alleinstellungsmerkmal als Kirche ist die Zwecklosigkeit, dass wir ohne Zweck einfach da sind. Bei uns in St. Agnes gibt es eine Maria-2.0-Gruppe, die alle vier Wochen ein Montagsgebet macht. Was mich bei denen fasziniert ist, wie sie einander Raum geben können. Da wird nicht gesagt: „Das haben wir noch nie gemacht", und das erlebe ich als total heilsam. Ich habe aber oft den Eindruck, dass Tradition und Regularien viel zu dominant sind. Wir denken zu klein und wir sind zu ängstlich und tun uns schwer, etwas zu verändern. Warum ordnen wir der Beharrung auf Institutionen Zuversicht und Vertrauen unter?

Assmann: Ich finde, das sollte gar kein Widerspruch sein, kann aber nachvollziehen, wenn das im Moment so erfahren wird. Ich sehe auch die Menschen, die sagen: „Es verändert sich so viel in der Gesellschaft, in der Welt … Wenn sich jetzt die Kirche auch noch verändert, dann habe ich gar nichts mehr, wo ich mich noch dran festhalten kann." Katholisch ist für mich, neben einem gemeinsamen Glaubensbekenntnis und einer guten Botschaft von Gott auch eine Weite zu haben. Wie können wir es hinbekommen, dass verschiedene Gruppen sich in der Kirche zu Hause fühlen? Es wäre doch schön, wenn die einen mitkriegen „Es muss ja nicht alles über den Haufen geworfen werden" und umgekehrt „Oh, was die da machen, ist auch gar nicht so schlecht".

In einer guten Atmosphäre führten Generalvikar **Assmann** und Pastoralreferent **Otten** ein konstruktives Gespräch.

Otten: Dafür müssen wir aber vor allem eins lernen: Kommunikation.

Assmann: Ja, nur so kann Vertrauen wachsen.

Otten: Die Frage ist: Wie gelingt das? Unsere Erfahrung beim Pastoralen Zukunftsweg war: Wir machten Vorschlag um Vorschlag, dann ging das durch drei Filter, und was ist am Ende übrig geblieben? Ja, wir müssen wieder lernen zu kommunizieren. Aber dann auch mit der

Krise

Ernsthaftigkeit, dass es nicht dabei stehen bleibt. Die Stärke des Katholizismus war doch, dass es Vielfalt gab und dass man sie auch ausgehalten hat. Glaube, Hoffnung und Zuversicht müsste die Überschrift sein, der wir alles unterordnen. Wenn aber zum Beispiel Frauen ausgeschlossen werden und keine Macht haben, wird man einen bestimmten Teil der Menschen verlieren.

Assmann: Das sollten wir auf keinen Fall tun. Deswegen würde ich gerne von dem Gedanken wegkommen, dass mit bestimmten Ämtern automatisch Macht verbunden ist. Also: Schaffen wir es in unserer katholischen Kirche, die Ämter wieder mehr als dienende Ämter zu verstehen? Es wäre doch schön, wenn wir in unserer Kirche – ich sage mal: außerhalb des Weiheamtes – gar nicht mehr darüber sprechen müssten, dass ein Großteil der Christen, nämlich Frauen, zu wenig vorkommt.

Otten: Aber ich finde, man muss über die politische Seite dieses Konstrukts „Leitung in der Kirche" auch sprechen. Das Amt hat eine dienende Komponente, aber es hat eben auch eine politische Seite. Natürlich geht es auch um Macht und Abhängigkeit und Ressourcen.

Assmann: Ich will auch gar nicht so tun, als wäre das nur ein dienendes Amt, das hat ja auch mit gesellschaftlicher Anerkennung zu tun. Wir merken aber, die schwindet, und vielleicht führt gerade das wieder auf den ursprünglicheren Gedanken des Amtes zurück. Vielleicht kann diese Situation unserer Kirche, in der es so wenig Berufungen gibt für Ordensleute und Priester, hervorbringen, dass noch mehr Leute entdecken: Wenn ich möchte, dass hier, wo ich wohne, Menschen mit dem Glauben in Berührung kommen, dann muss ich was tun. Wie aber kriegen wir die verschiedenen Einstellungen unseres „Katholischseins" wieder miteinander verbunden?

Otten: Ich würde sagen, einfach anfangen! Man darf Konflikte nicht verschweigen. Das ist natürlich schwierig und unbequem, und das macht keiner gerne. Aber aus der Erfahrung in St. Agnes kann ich sagen: Erstens macht es dann doch mehr Spaß, als man zunächst denkt, und es ist zukunftssicher. Nicht nur über einen Konflikt zu reden, sondern ihn auch auszutragen, das würde ich erwarten von Leuten, die eine Leitungsfunktion haben. Und was bei aller Verschiedenheit der Positionen die Menschen verbindet, sind die Bedürftigkeit und die Sehnsucht nach Glaube, Hoffnung und Liebe. Ich denke, alle Menschen, selbst die, die mit institutioneller Religion gar nichts mehr zu tun haben, verbindet die Sehnsucht, dass sie nicht verloren sind.

Assmann: Bei diesem Gedanken bin ich ganz bei Ihnen. Und ich würde den Menschen auf der Suche nach Liebe und Hoffnung gerne sagen, dass das einen Namen hat: nämlich Jesus Christus. Und dass dieser Jesus Christus in seiner Kirche wirkt. In der derzeitigen Wahrnehmung von Kirche wird der persönliche Glaube und Gottesbezug leider schnell verbunden mit Dingen, die im Namen der Kirche oder unter ihrem Dach falschgelaufen sind und schlimm sind. Aber im Wissen darum, dass vieles verbessert und geändert werden muss, habe ich doch die Hoffnung, dass diese Beziehung zu Gott mich trägt – und das möchte ich auch gerne anderen mitteilen. ✳

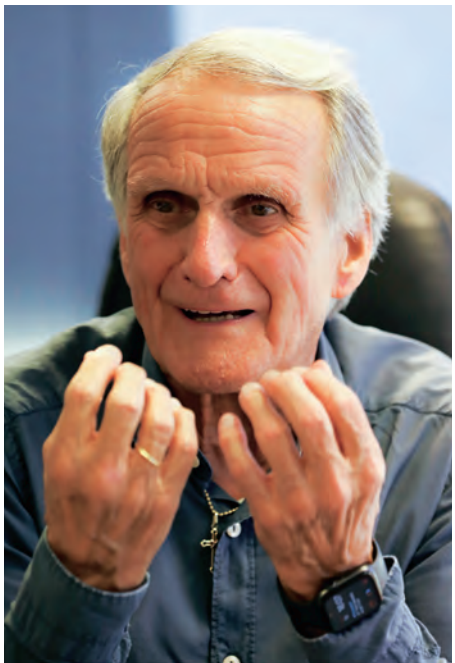
„Ich hab dem Herrgott viel zu verdanken“

Wolfgang Overath ist 1974 Weltmeister geworden, hat insgesamt 81 Mal für die deutsche Nationalmannschaft und 409 Mal für den 1. FC Köln gespielt. Der Siegburger kickt nach wie vor zweimal die Woche und hat als gläubiger Katholik ein enges Verhältnis zu „dem da oben“. Martin Mölder hat das FC-Idol getroffen.

Herr Overath, zurzeit läuft die Fußball-Weltmeisterschaft in Katar. Wie schätzen Sie die Chancen der deutschen Nationalmannschaft ein?
Wir hatten bei fast allen Weltmeisterschaften immer eine Mannschaft, die in der Lage war, ganz oben mitzuspielen. Wir sind ja nicht umsonst vier Mal Weltmeister geworden. Die Deutschen haben den Fußball ins Herz geschlossen, viele junge Menschen wollen Fußballerinnen und Fußballer werden, und wir haben Qualität genug in der Mannschaft. Entscheidend ist immer, wie man in so ein Turnier reinkommt. Wir sind auch schon mal mit einem Unentschieden gestartet, aber dann kommt es auf den Trainer an, der Mannschaft das notwendige Selbstvertrauen zu geben. Aber das traue ich Hansi Flick zu. Ins Halbfinale können wir immer kommen, und dann ist es manchmal eben Glück oder Pech, wie 1970 gegen Italien, ob du gewinnst oder verlierst.

Sie haben drei Weltmeisterschaften gespielt, sind in England Zweiter, in Mexiko Dritter und dann 1974 Weltmeister im eigenen Land geworden. Wie beurteilen Sie im Rückblick Ihre Leistung in der Nationalmannschaft?
Ich habe viele Spiele gemacht. In einigen davon ist es äußerst gut gelaufen für mich. Und dann habe ich Spiele gemacht, in denen ich katastrophal schlecht war, gerade in der Zeit vor der WM 1974. Das gehört zum Sport einfach dazu. Aber auch da hat mein Glaube mir immer geholfen.

Sie sagen selbst, Sie haben eine enge Beziehung zu „dem da oben“. Woher kommt dieser starke Gottesglaube?
Ich bin kein Vorzeige-Christ, bin ein Mensch mit all meinen Schwächen, aber an „den da oben“ glaube ich. Bei uns zu Hause gehörten Kirche und Glauben einfach immer dazu. Wir waren acht Kinder. Als ich auf die Welt kam als Jüngster, waren bereits zwei meiner Geschwister gestorben. Meine Eltern haben uns katholisch erzogen, das war ihnen immer sehr wichtig. Ich war einige Jahre Messdiener, und ich habe das gerne gemacht, solange ich das mit dem Fußball unter einen Hut bringen konnte.



Wie wichtig waren Ihre Eltern für Sie in der Kindheit?
Wenn ich meine Situation heute betrachte, dann haben meine Eltern alles, aber auch alles, richtig gemacht. Sie haben mir die Freiheiten gelassen, die ich brauchte, auch wenn es ihnen manchmal schwerfiel. Sie haben im Rahmen ihrer Möglichkeiten alles versucht, dass ich zum Gymnasium gehen konnte. Für meinen Vater war es sehr schwer zu verstehen, dass ich wegen meiner Fußballkarriere die Schule vor dem Abitur abgebrochen habe. Aber später hat er es verstanden und war stolz auf mich, als ich ihm die ersten Häuser, die ich gebaut habe, zeigen konnte. Da hatte er Tränen in den Augen, weil er gesehen und realisiert hat, dass man mit Fußball doch Geld verdienen kann und aus seinem Jüngsten doch was geworden ist. Das war ein Moment, den ich nie vergessen werde.

Wie leben Sie Ihren Glauben?
Ich trage immer ein Kreuz an einer Kette am Hals, und ich bete jeden Tag. Immer abends, vor allem, um mich bei „dem da oben“ zu bedanken – auch dafür, was er mir alles geschenkt hat. Mein Vater hat zwei Weltkriege erlebt, der hat viel mitgemacht, und meine Mutter musste die Kinder ja großenteils in dieser Zeit allein großziehen. Geld war meistens nur bis zum 15. eines Monats da, und dann mussten wir im Lebensmittelladen anschreiben lassen. Meine Eltern hatten es sehr schwer

Auf der Ehrenrunde nach dem WM-Triumph 1974.
Wolfgang Overath (l.) und Gerd Müller.

Foto: Presseforto Baumann/picture alliance

und haben alles für mich und meine Geschwister getan. Umso stärker wuchs dann in mir der Ehrgeiz, es irgendwann besser zu haben als sie und ihnen etwas zurückgeben zu können. Ich habe dem Herrgott einfach ungeheuer viel zu verdanken und mit ihm gemeinsam nur die Sonnenseite des Lebens erlebt: im Sport, im Beruf und in der Familie. Ich bin dankbar und sehr zufrieden.

Haben Sie ein Lieblingsgebet?
Ich bete gerne das Vaterunser – bis auf eine Zeile: „Und führe mich nicht in Versuchung". Das geht doch gar nicht. Gott würde uns nie in Versuchung führen. Wie kann man ihn so bitten? Das ist doch unsere eigene Verantwortung, Versuchungen aller möglichen Art zu widerstehen. Was hat Gott damit zu tun? Das verstehe ich nicht. Ich finde, da sollten die Bischöfe mal drüber nachdenken.

Zurzeit erlebt die Kirche auch im Erzbistum eine schwere Krise. Wie beurteilen Sie die derzeitige Lage?
Ich finde, das ist eine sehr schwierige Situation. Es kann überall und immer im Leben alles passieren. Menschen machen Fehler, und es sind eben Menschen, die unsere Kirche führen. Die Kirche muss sich aber auch der Zeit anpassen. Die Welt verändert sich, und da darf die Kirche nicht zu sehr an alten Zöpfen hängen. Meine Beziehung geht aber zu „dem da oben", und das ist der Unterschied. Dass es mal mit unserem Glauben und innerhalb der Kirche eine solche Situation wie im Moment geben würde, das habe ich für unmöglich gehalten. Vor 30, 40 oder 50 Jahren war die Stellung der Menschen zum Glauben und auch zur Kirche eine andere. Ich bin aber nach wie vor der Überzeugung, dass der Glaube ungeheuer wichtig für uns Menschen ist. Ich sage immer, es ist egal, an welchen Gott man glaubt, das muss ja auch nicht unbedingt ein christlicher Gott sein. Denn der Glaube gibt den Menschen Hoffnung und Zuversicht und macht sie stark. Ich bin davon überzeugt, dass eben nicht alles vorbei ist, wenn ich plötzlich umfalle, sondern dass das Leben da oben weitergeht nach meinem Tod.

Haben Sie auch die Hoffnung, dass Sie nach dem Tod Ihre verstorbenen Eltern und Geschwister wiedersehen?
Über Details habe ich mir noch keine konkreten Gedanken gemacht. Aber weil ich fest glaube, dass es da oben weitergeht, werde ich sie sicher treffen.

Haben Sie in Ihrer Karriere als Fußballer mal Gottes Nähe gespürt auf dem Platz?
Nein, in der Form nicht, aber ich bin mit ein paar Mannschaftskameraden 1970 in Mexiko vor der WM in die Kirche gegangen. Das war mir damals schon wichtig, und ich habe auch sonst immer versucht, meinen Glauben offen und öffentlich zu zeigen, auch vor den Spielen. Ich finde es sehr schön, wenn heute Mannschaften einlaufen und sich viele – überwiegend ausländische – Spieler bekreuzigen, bevor sie den Rasen betreten. Das hätte ich auch gemacht, zu meiner Zeit war das aber nicht üblich. Dafür habe ich meine Kette mit dem Kreuz angelassen, das geht heute ja nicht mehr. Ich habe immer die Bindung zum Herrgott gesucht und ihn auch manchmal gebeten, mir auf dem Platz ein bisschen zu helfen. Das Kreuzzeichen mache ich übrigens nach wie vor bei jedem Essen zu Hause. Zurzeit aber auch jedes Mal im Restaurant, gerade weil die Kirche in dieser schwierigen Situation steckt.

Sie engagieren sich seit Jahrzehnten unter anderem für Obdachlose beim „SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste im Rhein-Sieg-Kreis" und auch in anderen sozialen Projekten. Warum ist Ihnen das ein Herzensanliegen?
Für mich ist das selbstverständlich. Es muss doch die Aufgabe von uns – also von Menschen, denen es gut geht – sein, denen etwas zu geben, die es eben nicht so gut haben. Einander helfen, teilen, für andere da sein – es wäre schön, wenn alle, die so viel Glück hatten wie ich, die keine finanziellen Sorgen haben, das beherzigen und sich im sozial-karitativen Bereich engagieren würden. Manchmal habe ich das Gefühl, noch viel zu wenig Gutes zu tun.

Sie spielen immer noch zweimal die Woche Fußball. Wie „heilig" ist Ihnen das Training am Dienstag- und Donnerstagabend?
Also wenn unser Bundeskanzler anrufen und mich an einem der beiden Abende zu sich einladen würde, würde ich ihm freundlich absagen, und wir müssten einen anderen Termin finden. Wenn ich Training habe und meine Frau lädt Gäste zu Hause ein, dann hat sie Pech gehabt. Die beiden Termine stehen fest im Kalender. Das ist ja auch wieder „dem da oben" zu verdanken, dass ich mich mit 79 Jahren überhaupt noch so bewegen kann. Gut, die anderen Jungs sind 50, 60, 65 Jahre alt, also wesentlich jünger, und ich spiele nicht mehr so, wie ich gerne möchte, weil ich nicht mehr schnell genug bin, aber ich kann immer noch mitspielen. Am Wochenende laufe ich auch noch durch den Wald hier. Das ist eine Quälerei, aber dass das überhaupt alles noch so geht und funktioniert, ist ein Geschenk Gottes.

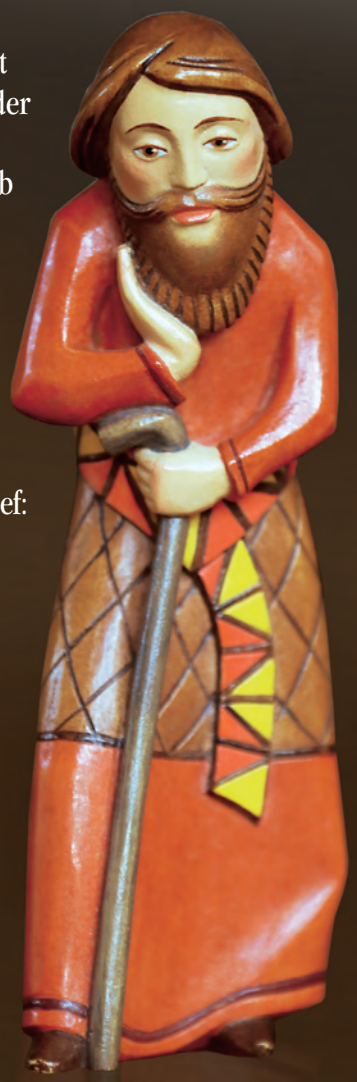
Schwester Emmanuela Kohlhaas OSB vom Orden der Benediktinerinnen vom Heiligsten Sakrament war bis zum Sommer Priorin des Benediktinerinnenklosters Köln. Inzwischen lebt die promovierte Musikwissenschaftlerin und Buchautorin im neu gegründeten Kloster in Düsseldorf-Angermund.

Der adventliche Mensch

Diese eine Geschichte hören wir in den Tagen des Advents in immer neuen Aspekten – und alles andere ist Ankündigung und theologische Deutung: Eine junge Frau bekommt unerwartet ein Kind. Nicht von ihrem Verlobten, der Vater ist vielmehr unbekannt. Welch eine Katastrophe für alle Beteiligten, besonders in einer Zeit, wo dies die völlige gesellschaftliche Ächtung, möglicherweise auch die Steinigung der betroffenen jungen Frau zur Folge hat.

Ihr Verlobter rettet ihr Leben, indem er die Verantwortung auf sich nimmt. Wer ist er, dieser Mann? Sicher kein Softie. Denn seine Entscheidung braucht enorm viel Mut und Selbststand. Tatsächlich ist zunächst einmal er die außergewöhnliche Gestalt in dieser auf den ersten Blick ganz gewöhnlichen Katastrophe, die sich immer wieder ereignet.

Wir kennen diesen Beginn der Weihnachtsgeschichte so gut, dass wir uns schon lange nicht mehr darüber wundern. Möglicherweise tun dies aber heute Menschen, die nichts mehr oder nicht mehr viel mit dem christlichen Glauben verbindet. So titelte zum Beispiel die Zeitung „Potsdamer Neueste Nachrichten“ an Heiligabend 1997 „Der erste neue Mann“ und schrieb sinngemäß von Josef, der unverkrampft mit seiner Lebensabschnittspartnerin zusammenlebt und ein Kind finanziert, das gar nicht seines ist, und dann plötzlich wieder verschwindet!



Das mag für „geübte“ Christinnen und Christen wirklich gewöhnungsbedürftig klingen. Josef gilt in der Geschichte der Spiritualität als der Unscheinbare, der sich selbst ganz zurücknimmt, überhaupt nicht an sich selbst denkt, sich vielmehr förmlich im Geschehen „auflöst“. Damit ist er zu einer Ikone des selbstlos dienenden Menschen geworden. Das erscheint mir aber noch viel zu blass. Es braucht viel mehr, um so handeln zu können wie Josef:

- *Er ist sensibel und klug.*
- *Er ist stark und autonom.*
- *Er ist nüchtern und weiß doch seine Träume zu verstehen und ihnen zu trauen.*
- *Er „verliert nie den Kopf“, reagiert nicht im Affekt, sondern trifft seine Entscheidungen erst nach reiflicher Überlegung.*
- *Er ist zugewandt und wahrhaft barmherzig: Sein Mitgefühl reicht aus, um über die eigene Verletzung in dieser schweren Situation hinauszuschauen auf die Not, in der Maria sich befindet.*
- *Er kann vergeben – auch das in seiner Zeit Unverzeihliche.*
- *Er übernimmt Verantwortung aus Überzeugung und trägt diese durch.*
- *Er gibt Raum, damit Leben sich entfalten kann, und er hütet dieses Leben, egal, was es ihn selbst kostet. Darin erweist er sich als wirklicher Vater.*

Es lohnt sich – so glaube ich –, einmal darüber zu meditieren, über diese wunderbare Mischung von stillem Dienst und einer starken, souveränen und autonomen Persönlichkeit. Gott wirkt sein Heil auf den erstaunlichsten Wegen. Unsere Gründe und Abgründe werden zu Andockstellen seines Heils, zum „Einfallstor seiner Gnade“ … ✻

Mit großem Engagement und großer Freude arbeiten die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer bei der Tafel.

Dienst und Dilemma

Immer mehr Menschen nehmen das Angebot der Tafeln in Anspruch. In Nordrhein-Westfalen arbeiten rund 12.600 Ehrenamtliche an insgesamt 172 Standorten. Ein Besuch in Pulheim.

Von Lukas Bacciarelli

Donnerstag, kurz nach zehn Uhr: Vor dem Gebäude der ehemaligen Post in Pulheim fährt ein Lieferwagen vor. Der Fahrer steigt aus, öffnet die Hecktür des Fahrzeugs und beginnt, Kisten mit Obst und Gemüse auszuladen. Im Nu ist die bereitstehende Sackkarre gefüllt. Dann schiebt der Mann mit dem blauen Pullover, auf dem das Malteserkreuz zu sehen ist, die Karre in einen hallenartigen Raum. „Die Damen, hier kommt neue Ware", ruft er den drei Frauen zu, die an langen Tischen damit beschäftigt sind, Obst und Gemüse zu sortieren. Zwischen den Tischen stapeln sich die Kisten mit den Waren. Birgit Thomas, Ute Jeck und Agi Stotz sind drei von zahlreichen ehrenamtlichen Helfern, die an diesem Morgen in den Räumen der Pulheimer Tafel fleißig sind.

Die Frauen arbeiten konzentriert: Jeder Apfel, jede Schale mit Beeren und jeder Blumenkohl wird intensiv begutachtet, für gut befunden oder aussortiert. „Wir möchten, dass die Kunden möglichst einwandfreie Ware bei uns bekommen", erklärt die 50-jährige Birgit Thomas, die sich als „Obstfrau" vorgestellt hat. Zwölf Supermärkte, zwei Großbäckereien und drei Bauernhöfe im Stadtgebiet von Pulheim unterstützen die Tafel, die die Malteser seit zwölf Jahren in der Stadt betreiben. „Waren es in den ersten Jahren rund 160 Menschen, die die Dienste in Anspruch nahmen, kommen inzwischen mehr als 400 zweimal die Woche, um hier einzukaufen", erklärt Gerhard Kunst, der zusammen mit Petra Drehert die Einrichtung leitet. Einkaufen? „Natürlich", sagt Drehert, „hier bekommt niemand etwas geschenkt. Und das ist auch gut so. Das hat etwas mit der Würde der Menschen zu tun." Jeder Kunde zahle pro Besuch zwei Euro. Dafür bekomme er das, was er benötige. Natürlich sei der Wert der Waren, die die Menschen mit nach Hause nähmen, viel höher.

Einkaufen mit Regeln

43 Frauen und Männer bilden das Team der Tafel. Viele Spenderinnen und Spender sorgen dafür, dass zum Beispiel die Miete für das Gebäude gezahlt und manchmal auch Lebensmittel zugekauft werden können. Wer bei der Tafel einkaufen kann, ist klar definiert. „Jeder muss sich anmelden und seine Bedürftigkeit nachweisen", erklärt Kunst. „Dann bekommt die Person eine Kundennummer. Die ungeraden Nummern können dienstags einkaufen, die anderen kommen freitags. Abwechselnd dürfen zunächst die hohen Nummern, beim nächsten Mal die Kunden mit den niedrigen Zahlen zuerst in die Verkaufsräume." Damit alles seine Ordnung habe, sitze am Eingang ein Mitarbeiter, der mit einer „gewissen

Das Sortieren und Aussortieren der Waren gehört zur täglichen Arbeit.

Bestimmtheit dafür sorgt, dass die Regeln nicht gebrochen werden", beschreibt Petra Drehert die Alltagsroutine. Verkauft werden ausschließlich noch haltbare Lebensmittel. Was abgelaufen sei oder übrig bleibe, werde aber nicht weggeworfen, so Kunst, sondern der Initiative „Foodsharing" übergeben, die Lebensmittel rettet und verwertet. Georg Freiherr von Mylius ist Stadtbeauftragter der Malteser in Pulheim. Der Unternehmensberater ist mit Herz, Seele und Leidenschaft bei den Maltesern engagiert. „Wir öffnen die kleinen Türen, Herr von Mylius die großen", beschreibt Gerhard Kunst mit wenigen Worten eine der wichtigen Aufgaben des Freiherrn für die Tafel. Man sei sich aber auch bewusst, so von Mylius, dass hier Aufgaben des Staates übernommen würden, der eigentlich dafür zuständig sei, das Existenzminimum seiner Bürger zu garantieren. „Es ist ein Dilemma, aus dem es anscheinend keinen Ausweg gibt", bedauert der Freiherr.

Birgit Thomas hat die Arbeit bei der Tafel verändert. „Ich habe ein anderes Verhältnis zu Lebensmitteln bekommen", sagt die ehemalige Flugbegleiterin, die bei der Tafel eine neue Berufung gefunden hat. „Es hat mich zutiefst erschreckt, wie viele Lebensmittel weggeworfen würden, wenn wir sie nicht an Menschen weitergäben, die sie gut gebrauchen können."

www.tafel.de

Eine Bewerbung – viele Chancen:
www.talente-pool.de

caritas
Diözesan-
Caritasverband für das
Erzbistum Köln e. V.

Einfach mal abschalten

Energie ist so teuer wie seit Jahrzehnten nicht. Energiesparen ist deshalb angesagt. Aber wie? Die Caritas bietet Leistungsempfängern einen Stromspar-Check an.

Von Peter Angenendt

Boris Vandenberg und Jörg Meinke sind Stromspar-Checker bei der Caritas im Kreis Mettmann und kommen jeder Energieschleuder auf die Spur: Kronleuchter sorgen nicht nur für Festbeleuchtung, wenn statt LED-Leuchten immer noch ein Dutzend alter Hundert-Watt-Birnen brennt. Schlecht isolierte Eistruhen kühlen ohne Pause. „Einmal waren wir in einem Haushalt, in dem zuerst nichts darauf hindeutete, was die Rechnung bei den Stadtwerken so in die Höhe treiben konnte", sagt Vandenberg. Doch dann entdeckten sie im Garten den Grund: Vier kleine Teiche mit jeweils eigenen Pumpen und Filtersystemen ließen den Zähler sich munter weiterdrehen. Die Caritas-Berater fanden schon die gierigsten Geräte, die sich als heimliche Kostenfallen entpuppten. Das Angebot „Einfach mal abschalten" richtet sich an Leistungsbezieher und Menschen mit geringen Einkommen oder niedriger Rente. Mit dem Beratungsangebot will die Caritas sie für das Energiesparen gewinnen und damit auch vor der Schuldenfalle schützen. Denn der Anteil für Strom und elektrische Warmwasserbereitung reicht im Hartz-IV-Regelsatz schon lange nicht mehr aus, wie die Caritas bundesweit festgestellt hat. Immer mehr Leistungsbezieher fürchten sich vor hohen Nachzahlungen und Energiesperren.

Analyse und Problemlösung

Bei einem ersten Beratungsgespräch machen sich die beiden Stromspar-Checker ein Bild: „Wir schalten alle Geräte aus, die wir gerade nicht brauchen, auch Stand-by-Modus", sagen Mario Könen und Heike Schneider, bei denen die beiden Checker zu Besuch sind. Meinke und Vandenberg erkennen die Bemühungen zu sparen sofort. Aber sie wissen auch, mit welchen Soforthilfen sich der Energieverbrauch in der 60-Quadratmeter-Wohnung noch optimieren lässt. Allerdings braucht es kleine Helfer in Form von LED-Leuchten, Wasserspar-Duschköpfen, Strahlreglern für den Wasserhahn, ausschaltbaren Steckdosenleisten oder Thermometern für den Kühlschrank. Die Verbrauchsmengen und Daten der Elektrogeräte geben Vandenberg und Meinke an die Energieagentur weiter. Dort sehen die Experten, wo noch Sparpotenzial besteht. Bei einem zweiten Termin beraten die Checker zum Thema Lüften und Heizen und bauen Energie- und Wassersparhilfen ein. Manchmal hilft es auch, einfach abzuschalten, wenn ein Gerät gerade gar nicht gebraucht wird. „Ein Glas Senf stand bei einem unserer Kunden im Kühlschrank, sonst nichts", sagt Meinke. „Zwei Jahre lang. Und er hat es nicht einmal angebrochen." Ihr Caritas-Büro arbeitet auch mit der Schuldnerberatung und der Wohnungshilfe

Hier überprüfen die Stromspar-Checker die Temperatur im Kühlschrank. Sie messen zwei Grad: viel zu kalt.

zusammen. Die beiden Checker kommen selbst aus der Arbeitslosigkeit. „Die Beratung ist also niederschwellig und auf Augenhöhe“, erläutert Thomas Rasch, Caritas-Bereichsleiter in Mettmann. Die Soforthilfen – kleine Dinge wie neue Duschköpfe oder Steckdosenleisten, die beim Sparen von Wasser und Strom unterstützen – gibt es im Wert von 47 Euro kostenlos. Bei Anschaffung eines wirtschaftlichen Kühlschranks gibt es zusätzlich 104 Euro von der Energieagentur und aus Bundesmitteln – für eine Familie kann der Zuschuss sogar bis zu 300 Euro betragen.

Infos in vielen Sprachen

Während die Heizkosten vom Jobcenter übernommen werden, wird der Strom umgelegt. Durch zu hohe Kosten können Leistungsbezieher in die Schuldenfalle geraten. Die Verbraucherberatung rät, einen Notgroschen anzulegen. Aber „Rücklagen zu bilden, das ist für einen Leistungsbezieher geradezu ausgeschlossen“, weiß Rasch. Er gehe von einer Welle aus, die schon bald bei der Schuldnerberatung und der Wohnungshilfe ankommen werde. 350 Haushalte im Jahr sollten im Kreis Mettmann beraten werden. Dann kam die Pandemie mit ihren Einschränkungen. Immerhin konnten 2020 noch 230 und im vergangenen Jahr 286 Erwerbsgemeinschaften erreicht werden. Die Infomaterialien gibt es auch auf Arabisch, Persisch, Russisch, Polnisch, Türkisch, Englisch oder Französisch. Boris Vandenberg und Jörg Meinke besuchen derzeit viele Haushalte mit Bewohnern aus der Ukraine. Für Kinder haben die Checker als Geschenk eine Plastikbrotbox mit Buntstiften und kleinem Spielzeug. Für die Nacht gibt es eine Steckdosenleuchte. „Viele haben Angst im Dunkeln, weshalb die Eltern schon mal das Licht anlassen. Aber das verbraucht Strom“, sagt Vandenberg.

Neue Formen der Armut

Auch Könens und Schneiders Nachbarin Petra Niehaus, die während des Checks da war, rückt von ihrem Sparkurs etwas ab, wenn die Enkeltochter zu Besuch ist. Dann drehe sie die Heizung auf. Die immer neuen Nachrichten über steigende Heizkosten machen sie aber vorsichtig. „Es ist kalt, abends ziehe ich immer eine dicke Jacke an.“ Papst Franziskus spricht in seiner Enzyklika „Fratelli tutti“ davon, dass neue Formen der Armut entstehen, während der Reichtum auf ungleiche Weise wächst. „Ja, das kann ich bestätigen“, sagt Vandenberg. Eine Seniorin habe eine so schmale Rente gehabt, dass sie sich aus Sperrmüllabfällen einen provisorischen Schrank gezimmert habe. „Wenn ich es schaffe, dass sie am Ende 30 Euro im Monat mehr hat, ist das schon ein gutes Gefühl“, sagt der Stromspar-Checker.

Fünf Energiespar-Tipps für Küche & Co.

Abschaltbare Steckdosenleisten

Trennen Sie Fernseher, Computer & Co. mit abschaltbaren Steckdosenleisten vom Stromnetz, wenn Sie sie nicht mehr nutzen. Ein Vier-Personen-Haushalt kann so 50–100 Euro pro Jahr einsparen.

Strom automatisch einsparen

Ob Rechner, Notebook, Fernseher oder Spielkonsole – die meisten elektronischen Geräte können so eingestellt werden, dass sie Energie einsparen. Nutzen Sie deshalb die voreingestellten Spar-/Eco-Optionen oder stellen Sie die Geräte so ein, dass sie nach möglichst kurzer Zeit der Nichtnutzung den Verbrauch reduzieren.

Temperaturstufen

Wählen Sie bei Ihrem Kühlschrank eine möglichst geringe Kühlstufe. Empfehlenswert und in den meisten Fällen ausreichend ist beim Kühlschrank eine Innentemperatur von +7 °C, beim Gefrierschrank eine Temperatur von –18 °C.

Mit wenig Wasser und mit Deckel kochen

Bei der Wassermenge, die zum Kochen von Gemüse, Kartoffeln oder Eiern eingesetzt wird, gilt der Grundsatz „Weniger ist mehr“. Für das Garen ist es vollkommen ausreichend, wenn der Boden des Kochtopfs gut mit Wasser bedeckt ist.

Wasserkocher

Im Vergleich zum Elektroherd sparen Wasserkocher beim Erhitzen von einem Liter Wasser etwa ein Drittel, bei einem halben Liter Wasser sogar fast die Hälfte an Energie. Deshalb erhitzen Sie zum Beispiel Ihr Teewasser am besten im Wasserkocher.

www.steckys-spartipps.de

Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie die URL **www.mehr-auszeit.de/stromspartipps** ein. Dort sehen Sie weitere Tipps und Tricks, wie Sie zu Hause Strom sparen können.

Türen öffnen – und auch Herzen!

Seit sieben Jahren arbeiten Integrationsbeauftragte der „Aktion Neue Nachbarn" im Erzbistum Köln und setzen sich für eine gelebte Willkommenskultur und Hilfen für Menschen mit Fluchterfahrung ein. Gabriele Atug-Schmitz ist eine von ihnen.

Von Martin Mölder

Heute Morgen war ich in St. Laurentius und habe die Ehrenamtsbegleiterinnen und -begleiter getroffen. Dann gab es noch ein Treffen beim kommunalen Integrationszentrum gemeinsam mit den Kolleginnen und Kollegen der Stadt und der Caritas. Zwischendurch war ich mal kurz beim Zumba-Kurs für geflüchtete Frauen, dann zu Hause." Ein normaler Arbeitsalltag im Leben von Gabriele Atug-Schmitz, Integrationsbeauftragte für die „Aktion Neue Nachbarn" im Rheinisch-Bergischen Kreis. Sie ist als Ansprechpartnerin für alle Haupt- und Ehrenamtlichen in der Flüchtlingshilfe zuständig und meist unterwegs. In ihrem kleinen Büro in der Nähe des Marktplatzes von Bergisch Gladbach trifft man sie nur selten, denn die Begleitung und Umsetzung von Integrationsprojekten, die Organisation von Fortbildungen und Veranstaltungen, politische Bildungsarbeit und vor allem die permanente Vernetzung mit wichtigen Akteuren in der Region erfordert persönlichen Einsatz. „Die Netzwerke sind das Entscheidende bei meiner Arbeit hier, sonst würden sich viele Türen gar nicht erst öffnen. Die ersten Monate bin ich einfach überall hingegangen, habe mich vorgestellt und versucht, die Menschen zu gewinnen", sagt die gebürtige Aramäerin, deren Eltern Ende der 1960er-Jahre aus der Türkei nach Deutschland kamen und in Wipperfürth eine zweite Heimat fanden.

Engagiert und mit Herzblut dabei: die Integrationsbeauftragte **Gabriele Atug-Schmitz**.

Regional statt zentral

Seit 2016 arbeitet die gelernte Diplom-Kommunikationswirtin mit der positiven, fröhlichen Ausstrahlung jetzt als Integrationsbeauftragte. „Wir haben damals schnell gemerkt, dass wir Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für die Gemeinden, die Verbände und die zahlreichen Ehrenamtlichen vor Ort brauchen, die damals die vielen Geflüchteten aufgenommen und ihnen geholfen haben", erinnert sich Klaus Hagedorn, der gemeinsam mit Irene Porsch vom Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln die „Aktion Neue Nachbarn" koordiniert. „Die Integrationsbeauftragten sind Dreh- und Angelpunkt unserer Arbeit. Ohne sie und ihre Netzwerke geht vor Ort gar nichts. Sie sind nicht nur in Kontakt mit den Kirchengemeinden, Migrationsdiensten der Caritas, Jugendagenturen, Bildungswerken und den Engagementförderinnen und -förderern des Erzbistums, sondern auch mit den zuständigen Stellen für Flüchtlingsarbeit im Kreis oder der Stadt." Hagedorn gerät regelmäßig ins Schwärmen, wenn er von „seinen" Integrationsbeauftragten erzählt, vor allem, weil sie „in jeder neuen Krise wie Corona, Flut oder auch jetzt während des Ukraine-Kriegs sofort Ideen haben, ihre Netzwerke aktivieren und Angebote aufbauen. Das ist wirklich enorm und sehr beeindruckend."

„Aktion Neue Nachbarn"

Die „Aktion Neue Nachbarn" unterstützt, vernetzt und fördert seit November 2014 die Haupt- und Ehrenamtlichen in der gemeindlichen und verbandlichen Flüchtlingshilfe im Erzbistum Köln. Seit dem Beginn der Aktion engagieren sich Tausende für Geflüchtete und für eine Willkommens- und Integrationskultur in den Gemeinden und Verbänden. 20 hauptamtlich tätige Integrationsbeauftragte dienen als Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für in der Flüchtlings- und Nachbarschaftshilfe sozial engagierte Menschen. Hier finden Sie Ihre Integrationsbeauftragten:

www.aktion-neue-nachbarn.de/mitmachen

Ein Café, hundert Geflüchtete

Gabriele Atug-Schmitz ist eine von denjenigen, die in den genannten Krisen sofort nach Hilfen und Lösungen für die Menschen mit Fluchterfahrung gesucht haben. Kurz nach Beginn des Ukraine-Kriegs hat sie bereits ihr Netzwerk „angeschmissen". „Ich habe damals direkt die Leiter des Bildungswerks und der Familienbildungsstätte angerufen", erzählt die zweifache Mutter, „und auch die Ehe-, Familien- und Lebensberatung wegen eventueller psychologischer Hilfe. Und dann gab es bereits im März das erste Begegnungscafé hier in St. Laurentius mit über hundert Geflüchteten aus der Ukraine, überwiegend Frauen und Kinder." Bereits eine Woche später starteten die ersten Deutschkurse. Atug-Schmitz organisiert zusammen mit der Stadt Sozialleistungen für die Geflüchteten und initiierte mit der Bethe-Stiftung eine Spendenverdopplungsaktion mit einem Erlös von über 20.000 Euro. „Diese Frau ist einfach wunderbar", sagt Antonia Siemens, die nicht nur ihre ukrainische Nichte mit Kind, sondern auch ihre Schwägerin Alevtyna und deren Mann und 14-jährigen Sohn bei sich in Bergisch Gladbach aufgenommen hat. „Gabi organisiert so viel für meine Landsleute. Meine Schwägerin Alevtyna macht ja jetzt auch mit beim Zumba-Kurs. Das ist wirklich toll."

Motivation Nächstenliebe

Seit einigen Wochen hat der Zumba-Kurs das Begegnungscafé dienstags als Angebot abgelöst. Auch diese Idee kam der Integrationsbeauftragten im Gespräch mit einer geflüchteten Frau. Seitdem treffen sich rund zwölf Frauen – nicht nur zum Zumba-Training. „Es ist so schön, mal an gar nichts denken zu müssen, nur die Musik zu hören, den Körper zu spüren, über Männer zu lästern und einfach mal Spaß zu haben. Das tut so gut", erzählt Alevtyna und strahlt. Zuvor, als sie uns von ihrer Flucht aus der Ukraine auf abenteuerlichen Wegen über Russland, Lettland, Litauen und Polen nach Bergisch Gladbach zu ihrer Schwägerin berichtet hat, gab es noch viele Tränen – nicht nur bei ihr und Antonia. „Natürlich ist es manchmal belastend, gerade jetzt, wenn Alevtyna oder auch andere Ukrainerinnen erzählen, oder 2015, als einige Geflüchtete damals nach Bergisch Gladbach gekommen sind, die aus Gegenden kamen, wo auch ich und meine Familie unsere Wurzeln haben", sagt Atug-Schmitz, „aber es ist auch ein Geschenk, so viel Vertrauen und Dankbarkeit spüren und empfangen zu dürfen." Ihre Motivation? „Nächstenliebe ist für mich als Christin die wichtigste Motivation für diesen Job. Ich würde gerne dazu beitragen, mehr Licht in die Welt zu bringen."

Die 42-jährige **Alevtyna** floh mit ihrem Mann und ihrem Sohn aus der Ukraine.

Mit „Speedy“ über die Wiese

Die Sozialaktion der Sommer- und AdventsZeit ermöglicht Familien eine Auszeit im Westerwald. Kardinal Rainer Maria Woelki hat die „Arche Noah Marienberge“ besucht.

Von Robert Boecker

Wie ich an dem Trikot erkenne, das du trägst, bist du Fan von Hansa Rostock. Und? Bist du zufrieden mit den Leistungen deiner Mannschaft?“ Der kleine Junge schaut erstaunt zu dem Mann, der ihn im Aufenthaltsraum der „Arche Noah Marienberge“ so unvermittelt anspricht. Dann nickt er zustimmend. „Mein Verein, der 1. FC Köln, ist ja nicht so gut in die Saison gestartet. Im Pokal in der ersten Runde rauszufliegen, ist nicht gerade toll“, sagt der großgewachsene Mann und lächelt freundlich. Der Fußballexperte, der mit dem Neunjährigen fachsimpelt, ist Kardinal Rainer Maria Woelki. An diesem Morgen hat sich der Kölner Erzbischof viel Zeit genommen, um in den Südosten des Erzbistums zu fahren und dort in Elkhausen im Kreis Altenkirchen das Familienferienheim „Arche Noah Marienberge“ und die Gäste zu besuchen, die dort gerade Urlaub machen.

Glückliche Menschen

Seit 2016 ruft die Redaktion der Sommer- und AdventsZeit auf, dabei zu helfen, dass Familien, die sich selbst keinen Urlaub leisten können, eine Auszeit im schönen Westerwald verbringen können. Rund 260.000 Euro haben unsere Leser bislang gespendet. Mit diesem Geld konnte 313 Erwachsenen und 438 Kindern ein einwöchiger Ferienaufenthalt in der Natur ermöglicht werden. Insgesamt 5091 Übernachtungen wurden so finanziert. Heute will

Dem Esel Pedro gefällt es, wenn die Kinder ihn streicheln und mit ihm knuddeln.

Scannen Sie den QR-Code. Wir nehmen Sie mit zur „Arche Noah Marienberge" und zeigen Ihnen, wie Erholung in turbulenten Zeiten gelingen kann.
www.mehr-auszeit.de/sozialaktion

sich auch der Erzbischof ein Bild von dem Haus und den Gästen machen. Die Begrüßung durch Georg Rieth, der das Haus seit 30 Jahren leitet, ist herzlich. Schnell sind die beiden Männer in ein Gespräch vertieft. Doch allzu lange will der Erzbischof nicht am Frühstückstisch sitzen. Er möchte das Haus mit seiner Kapelle sehen und die Gäste kennenlernen. In dieser Woche sind acht ukrainische Waisenkinder im Alter zwischen 9 und 14 Jahren zu Gast. Nikita, Roman, Gleb, Katharina, Michael, Lev, Sascha und Diana genießen den Aufenthalt. Mit Valentina, ihrer „Heimmutter", sind sie im März auf abenteuerlichen Wegen aus der Ukraine geflohen und schließlich in Köln gelandet. Dort lebt Valentinas Tochter. Ein Kölner Rechtsanwalt hat Valentina und ihren Schützlingen eine Etage als Wohnraum zur Verfügung gestellt. Sie erzählt, dass die Kinder jeden Urlaubstag sehr früh aufstehen, um all die Möglichkeiten, die sich auf dem weitläufigen Gelände der „Arche Noah" zum Spielen bieten, auszunutzen. „Sie spielen Verstecken, schmusen mit dem Esel, erkunden das Gelände, bauen Staudämme am Bach, oder kicken – sie machen einfach das, was Kinder gerne tun: ausgelassen sein und toben", übersetzt Viktoria Prytuliak, die als Dolmetscherin die Gruppe begleitet.

Kleiner roter Traktor

Nachdem schon verschiedene Ausflüge auf dem Programm standen, wartet heute ein besonderer Höhepunkt auf die Kinder, denn sie dürfen mit „Speedy" fahren. Speedy ist ein feuerroter 60 Jahre alter Traktor. „Auf Speedy machen die Kinder den Treckerführerschein", sagt Rieth und lacht dabei. Natürlich ist eine Aufsichtsperson bei den Kindern und kann jederzeit eingreifen, um den langsam fahrenden Trecker zum Stehen zu bringen. Aber selbst am Lenkrad zu sitzen, Gas zu geben und den Oldtimer samt Anhänger einige Runden über die Wiese zu steuern, fasziniert nicht nur die Jungs und Mädchen aus der Ukraine. Auch Kardinal Woelki nimmt gerne auf dem Trecker Platz, legt einen Gang ein und tuckert los. Beim Abschied lobt Woelki nicht nur die Sozialaktion der Sommer- und AdventsZeit. Auch Georg Rieth bekommt ein dickes Kompliment vom Kardinal: „Man spürt, dass hier eine ganz besondere Atmosphäre herrscht. Und das ist im Wesentlichen Ihr Verdienst." ✻

Auch dieses Jahr brauchen wir Ihre Unterstützung

Damit wir auch weiterhin Familien eine unbeschwerte Zeit in der „Arche Noah" schenken können, brauchen wir Ihre Hilfe und Ihre Spende. Benennen Sie uns Familien, die eine Auszeit geschenkt bekommen sollen. Schicken Sie Ihren Vorschlag bitte an: Arche Noah Marienberge, Stichwort „AdventsZeit", Georg Rieth, Albert-Schmidt-Weg 1, 58581 Katzwinkel, oder per E-Mail an info@marienberge.de. Wer die Aktion der Sommer- und AdventsZeit finanziell unterstützen möchte, kann seine Spende mit dem Stichwort „Sommer- und AdventsZeit" auf das Konto des Erzbistums Köln mit der **IBAN DE96 3706 0193 0000 0550 42** überweisen. Schreiben Sie bitte Ihre Anschrift auf den Überweisungsträger, wenn Sie eine Spendenquittung erhalten möchten.

Aus dem Kölner Dom in die ganze Welt

Bei Live-Übertragungen von Gottesdiensten aus der Kölner Kathedrale arbeitet das Team des Multimediasenders Domradio.de Hand in Hand.

Von Oliver Kelch

Samstagmorgen. Der Regieraum von Domradio.de im vierten Stock des Domforums am Kölner Dom füllt sich. Videoredakteur Sven Kubeile trifft als Erster ein und bereitet alles für die kommende Übertragung vor. Monitore sind eingeschaltet, Schalter und Regler an den Mischpulten leuchten, und der erste Check der übrigen Geräte verläuft positiv. Weitere Videoredakteure nehmen im Regieraum Platz. Man spricht die Übertragung des Gottesdienstes aus dem Kölner Dom anlässlich „20 Jahre Bibel TV" durch. „Wann fangen wir den Organisten mit der Kamera ein? Wann steht der Zelebrant am Ambo? Wo wird der Chor singen?" Das Signal, das von einem guten Dutzend Kameras im Kölner Dom und zahlreichen Mikrofonen eingefangen wird, geht nicht nur heute in die ganze Welt: im Internet-TV von Domradio.de, auf Facebook, bei YouTube – auch Bibel TV sowie EWTN.TV übertragen täglich die Messen live. Um kurz vor 10 Uhr heißt es „Hand in Hand arbeiten" für Kameramann, Tontechniker und Regisseur. Nichts wird dem Zufall überlassen. Zeitgleich beginnt Moderatorin Michelle Olion im Radioprogramm des Domradios die Anmoderation des Gottesdienstes. Wer zelebriert heute? Wer spielt die Orgel? Welche Lieder werden gesungen? Auch die Radiohörerinnen und -hörer können den Gottesdienst live verfolgen. Parallel ist die Social-Media-Redaktion im Dienst. Heute sitzt Maximilian Helmes in der Onlineredaktion und betreut den Gottesdienst-Chat auf Facebook und YouTube. „Uns ist wichtig, mit den

Übertragung des Gottesdienstes anlässlich „20 Jahre Bibel TV“ mit **Sven Kubeile** (Regie) und **Arthur Braun** (ferngesteuerte Kameras) im Regieraum und **Nicolas Ottersbach** (Kamera) im Dom.

Userinnen und Usern im Gespräch zu sein“, sagt Pressesprecher Martin Biallas. „So können wir zum Beispiel Fragen beantworten und das ein oder andere theologisch erklären.“

Kamerasteuerung per Joystick

Das Orgelspiel beginnt, die Prozession zum Einzug im Kölner Dom setzt sich in Bewegung. Die Kameras im Dom, gesteuert aus der Regie, verfolgen den Weg durch das Mittelschiff der Kathedrale. Damit die Zuschauerinnen und Zuschauer den Gottesdienst würdig mitfeiern können, werden Liedzahlen aus dem Gotteslob und Lesungstexte eingeblendet. Nach der Begrüßung durch den Zelebranten beginnt der Domchor mit dem ersten Lied. „Mikro 3 bitte ein wenig lauter“, ruft Sven Kubeile. Die Lautstärke wird korrigiert, das Tonsignal klingt sauber. „Jetzt Zoom auf den Organisten!“ Der Joystick wird bewegt, die Kamera fängt den Organisten ein, zoomt immer näher auf die Hände, die sanft über die Tasten der Orgel gleiten.

70 Minuten später neigt sich der Gottesdienst dem Ende entgegen, und das Domradio.de-Team bereitet sich auf den Abschluss vor. Das Domschiff wird in der Totalen gezeigt, der Auszug beginnt. Cut! Die Liveübertragung ist beendet, der Gottesdienst aber wird dauerhaft in der Mediathek auf Domradio.de und bei YouTube abrufbar sein. Längst hat die Online-Redaktion die Zusammenfassung der Predigt auf der Homepage veröffentlicht. Monitore und Mischpult werden ausgeschaltet – bis zur nächsten Übertragung. ✻

Übertragungen von Domradio.de in der Advents- und Weihnachtszeit

2. Adventssonntag, 4.12., 14.30 Uhr
Adventmitspielkonzert im Kölner Dom mit den Höhnern (Internet-TV/YouTube/Facebook)

Heiligabend, 24.12., 23.30 Uhr
Christmette im Kölner Dom (Radio/Internet-TV/YouTube/Facebook)

1. Weihnachtsfeiertag, 25.12., 10 Uhr
Pontifikalamt im Kölner Dom (Radio/Internet-TV/YouTube/Facebook)

2. Weihnachtsfeiertag, 26.12., 10 Uhr
Pontifikalamt im Kölner Dom (Radio/Internet-TV/YouTube/Facebook)

Mittwoch, 28.12., 10.30 Uhr
Gottesdienst im Kölner Dom zur Aussendung der Sternsinger im Erzbistum Köln (Internet-TV/YouTube/Facebook)

Silvester, 31.12., 18.30 Uhr
Pontifikalamt im Kölner Dom zum Jahresabschluss (Radio/Internet-TV/YouTube/Facebook)

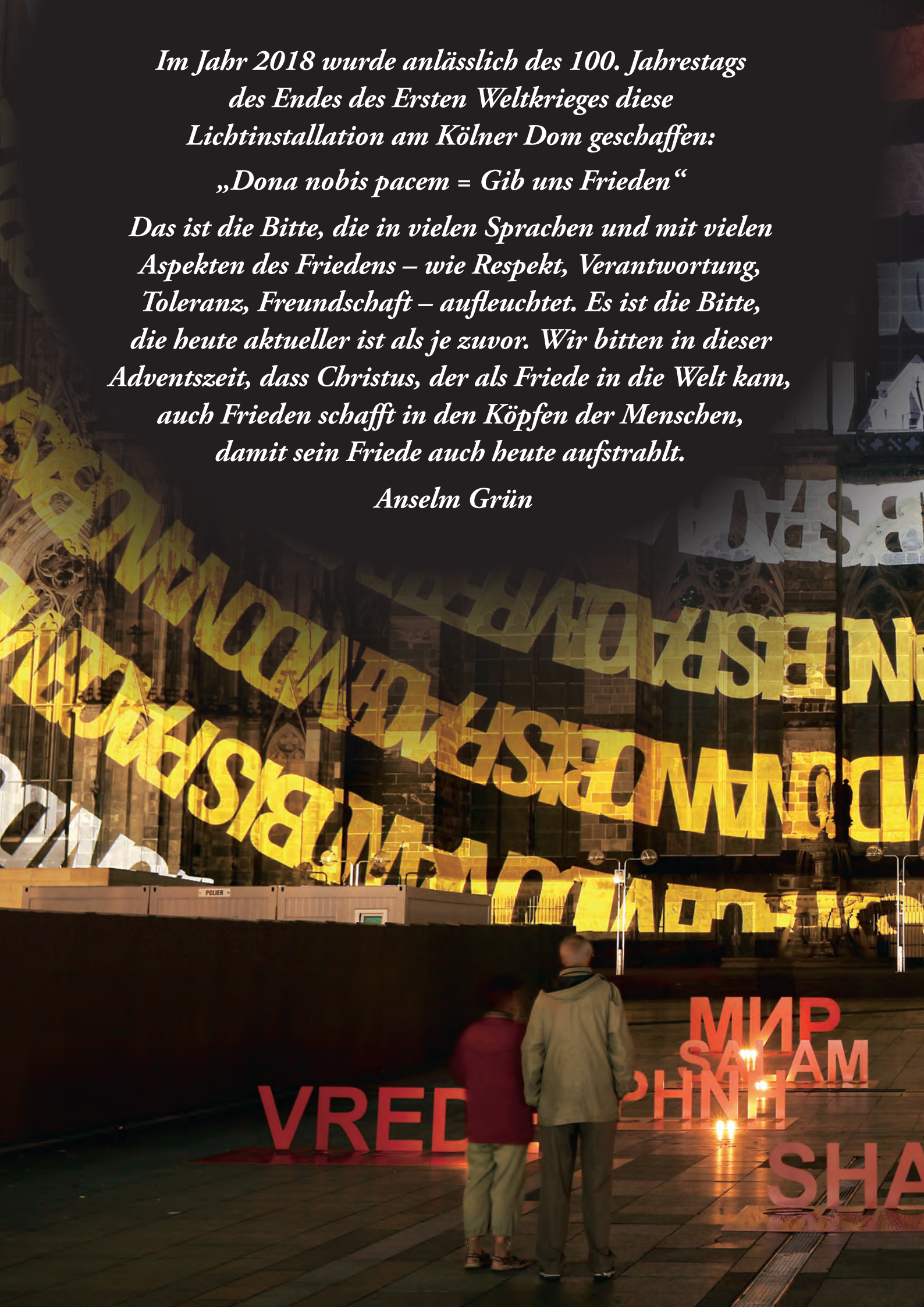
Neujahr, 1.1., 10 Uhr
Heilige Messe im Kölner Dom zum Hochfest der Gottesmutter Maria (Radio/Internet-TV/YouTube/Facebook)

Im Jahr 2018 wurde anlässlich des 100. Jahrestags des Endes des Ersten Weltkrieges diese Lichtinstallation am Kölner Dom geschaffen:

„Dona nobis pacem = Gib uns Frieden“

Das ist die Bitte, die in vielen Sprachen und mit vielen Aspekten des Friedens – wie Respekt, Verantwortung, Toleranz, Freundschaft – aufleuchtet. Es ist die Bitte, die heute aktueller ist als je zuvor. Wir bitten in dieser Adventszeit, dass Christus, der als Friede in die Welt kam, auch Frieden schafft in den Köpfen der Menschen, damit sein Friede auch heute aufstrahlt.

Anselm Grün



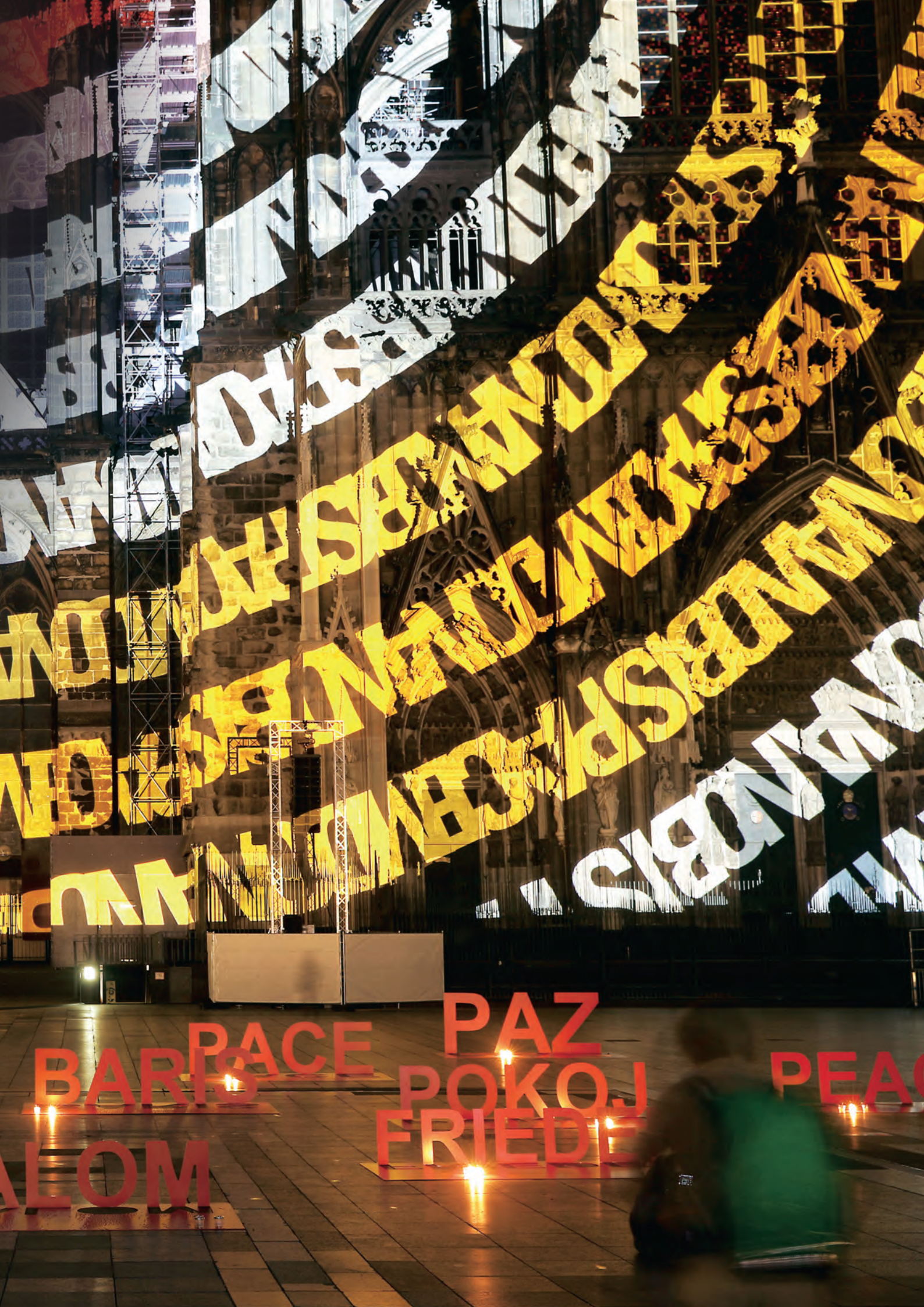

PAZ
PACE
BARIS
POKOJ
FRIEDE
ALOM

Foto: Nikolaj Georgiew

Ein bisschen Frieden

Sie glaubt an Gott, traf einen Papst und liebt Weihnachten – Schlagersängerin Nicole.

Von Birgitt Schippers

Mit einer weißen Gitarre auf einem Barhocker hat die 17-jährige Nicole vor 40 Jahren auf dem Grand Prix Eurovision de la Chanson ihr Lied vom Frieden gesungen – und wurde die erste deutsche Gewinnerin. „Wir haben uns gerade in der Zeit des Kalten Krieges und der Aufrüstung befunden", erinnert sie sich. „Es hat viele Demonstrationen gegeben, aber ich bin nicht der laute Mensch. Ich habe als junges, unschuldiges Mädchen ein Friedenslied gesungen, denn ich glaubte, die Menschheit möchte doch wirklich im Innersten Frieden auf der Welt." Heute, 40 Jahre später, veröffentlicht sie eine leicht veränderte Jubiläumsversion ihres weltberühmten Lieds – mit einem Refrain auf Russisch. „Ich wollte mich mit den vielen Ukrainern solidarisch erklären, die keinen Krieg möchten. Der Refrain ist auf Russisch, denn die Botschaft soll an Russen und Ukrainer gehen."

„Der liebe Gott hat es so gewollt"

Vor zwei Jahren wurde das Leben von Nicole (58) durch eine Krebserkrankung aus der Bahn geworfen. Jetzt geht sie mit ihrem neuen Album wieder auf Tournee. „Das war für mich ein Gottesgeschenk", sagt sie, „ich wusste nicht, ob ich jemals wieder auf die Bühne kann. Mit Gottes Hilfe, meinem Glauben und Kämpfen wurde es möglich. Dafür bin ich unglaublich dankbar." Nicole ist Katholikin und ein gläubiger Mensch. Besonders genießt sie es, wenn sie allein in der Kirche ist und mit Gott Zwiesprache hält: „Er hat mir schon so oft in schwierigen Situationen geholfen." Die Kirche in ihrem Dorf ist für sie ein Zufluchtsort. Sie schätzt sehr die Menschen, die sich in der Kirchengemeinde engagieren. „Mach mal eine Messe ohne Ministranten oder ohne Küster und Organisten. Die sind wichtig. Und wenn der Kirchenchor singt, dann ist das ein Erlebnis." Nicole singt besonders gerne in Kirchen, denn sie liebt die Nähe zum Publikum – und zu Gott: „Ich brauche nur nach oben zu schauen, und schon sehe ich ihn am Kreuz. Wenn du dann auch Lieder wie ‚Ein bisschen Frieden' singst, die Tiefe haben, die für die Seele sind, dann gibt es keinen besseren Ort."

Foto: Privat

Der unvergessliche Papstbesuch

Fast 40 Jahre ist Nicole mit ihrer Jugendliebe glücklich verheiratet und hat zwei Töchter und zwei Enkelkinder. Als sich 2011 das erste Enkelkind ankündigte, ist sie nach Rom geflogen und hatte eine Audienz bei Papst Benedikt XVI. Zu ihrer großen Freude hat der Papst sie erkannt und ihr silbernes Kreuz, das sie immer um den Hals trägt, die beiden Eheringe und den silbernen Schutzengelanhänger für ihr Enkelkind gesegnet. „Ich war beseelt", erinnert sie sich voller Freude. „Ich bin

Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie die URL **www.mehr-auszeit.de/nicole** ein und hören Sie das Interview mit Nicole als Podcast.

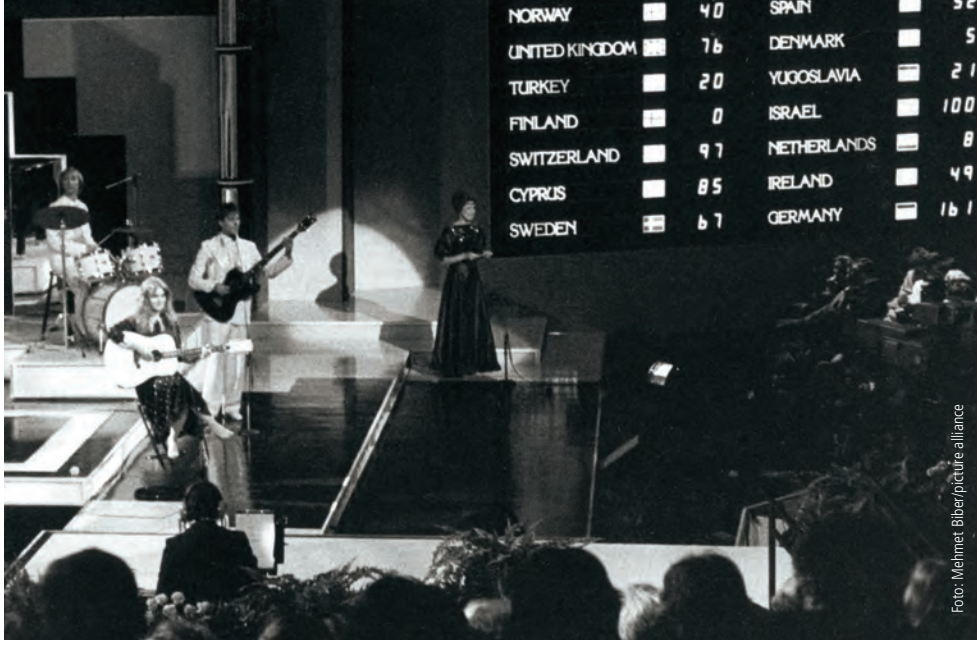


Foto: Mehmet Biber/picture alliance

Nicole singt noch einmal ihr Lied „Ein bisschen Frieden", nachdem sie damit den Grand Prix Eurovision de la Chanson am 24. April 1982 in Harrogate gewonnen hat – mit 161 Punkten.

da raus und habe in die Luft gerufen: Jetzt kann mir nichts mehr passieren." Das Foto von dieser unvergesslichen Papstbegegnung trägt sie seitdem immer in ihrem Portemonnaie. Und dieses Foto hat auch schon Gutes bewirkt. Während eines Fluges konnte eine Frau mit Flugangst nicht beruhigt werden. Und Nicole ist zu ihr gegangen und hat ihr das Foto gezeigt. „Ich habe sie angetippt und gesagt: ‚Sie brauchen keine Angst zu haben. Der Papst fliegt mit.' Und da wurde sie wirklich ruhiger." Der kleine silberne Schutzengel hängt seit dem Papstbesuch am Bett der ersten Enkelin. Jetzt will Nicole noch einmal nach Rom zu Papst Franziskus reisen, um für das zweite Enkelkind einen Schutzengel segnen zu lassen. „Ich habe noch einen Kontakt. Ich werde den mal anfunken."

Im Mittelpunkt steht ihre Familie

Inneren Frieden erlebt Nicole in der Natur und mit ihrer Familie. „Wenn alle glücklich und zufrieden sind und keine Sorgen haben, dann geht es mir auch gut", sagt sie. Es ist ihr wichtig, die Familie zusammenzuhalten. Drei Tage in der Woche sind bei ihr und ihrem Mann die Enkelkinder zu Besuch. Sie kümmern sich dann um die Hausaufgaben, aber besonders gerne spielt Nicole mit ihnen die „alten" Kartenspiele wie Mau-Mau oder Schwarzer Peter. Nicole liebt die Geselligkeit. „Ich bin ein Mensch, der die Menschen sucht", sagt sie von sich. So laden sie und ihr Mann gerne Freunde nach Hause ein, um bei einem schönen Abendessen über Gott und die Welt zu reden. „Man muss die Menschen nach Corona einfach wieder an sich ranlassen." Weihnachten ist für sie das Fest in der Familie. Alle versammeln sich um den Tannenbaum und eine traditionelle Krippe in ihrem festlich geschmückten Haus. Vor der Tür steht ein zwei Meter großer Engel aus Pappmachee. Das ganze Haus soll nach Weihnachten riechen. Und sie lässt es sich nicht nehmen, selbst zu kochen. „Ich mag Weihnachten sehr – es ist eine Zeit des In-sich-Gehens." ✳

Ich bin zurück

In ihrem neuen Album „Ich bin zurück" singt Nicole über ihre wiedergewonnene Lebenskraft, den Wert von menschlicher Nähe, den Glauben an ein Wiedersehen, die Musik als Lebenselixier und – ein bisschen Frieden. Die Texte hat Heinz Rudolf Kunze geschrieben. Das neue Album „Ich bin zurück" ist bei TELAMO erschienen.

Wir verlosen zehn CDs des neuen Albums von Nicole. Schreiben Sie eine E-Mail an redaktion@kirchenzeitung-koeln.de mit dem Betreff „Nicole" oder eine Postkarte an die Kirchenzeitung Köln, Advents-Zeit, Stichwort: Nicole, Ursulaplatz 1, 50668 Köln. Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2022.

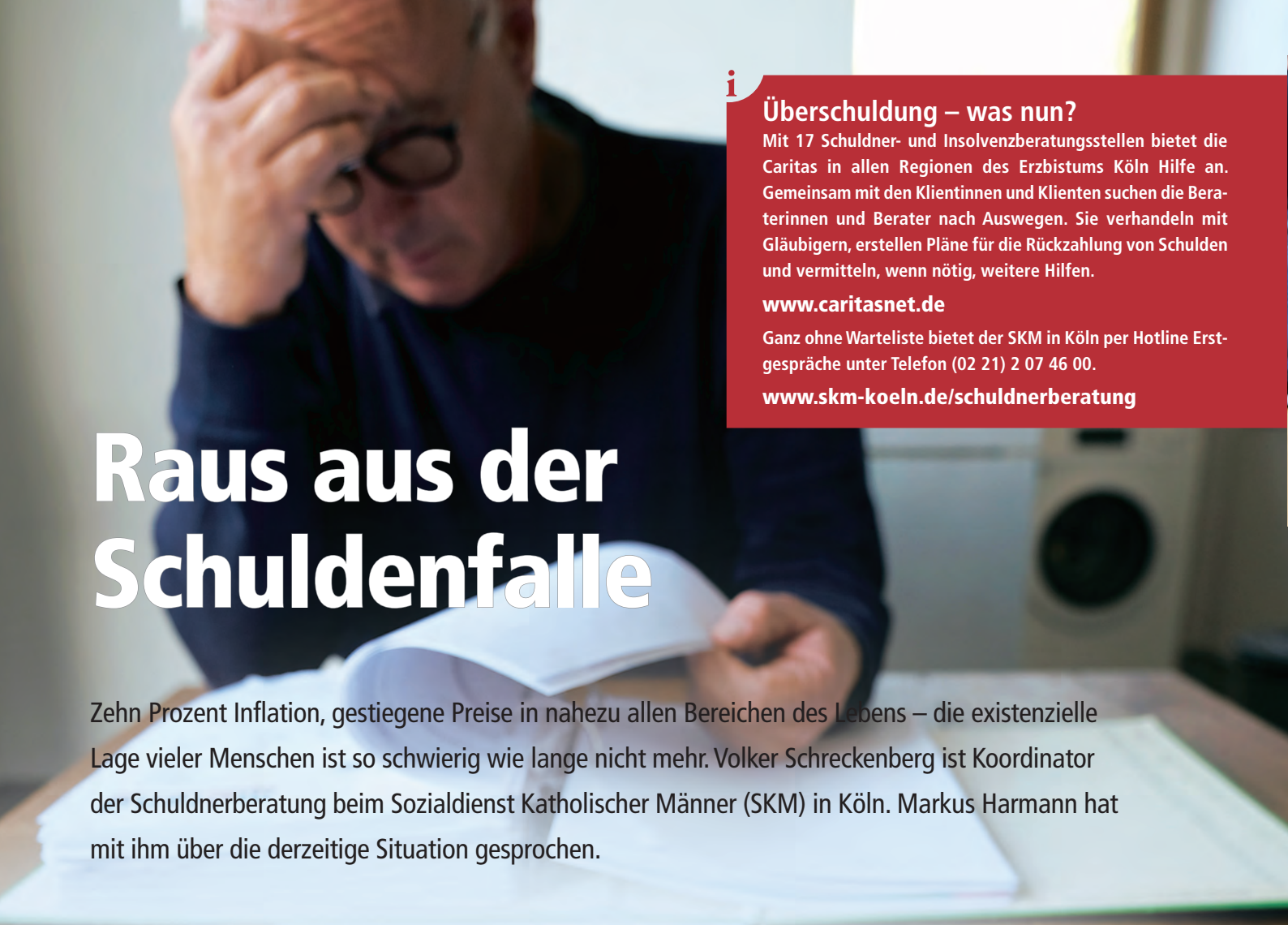
EINMAL SPENDEN, DOPPELT HELFEN!

JETZT EIN NEUES ZUHAUSE SPENDEN!

Unterstützen Sie den Ausbau des Projektes „Florastraße"!
Mitten in Nippes – moderner Wohnraum für obdachlose Menschen – 37 abgeschlossene Einheiten mit unbefristetem Mietvertrag.

Bis zum 23. Januar VERDOPPELT die Bethe-Stiftung jede eingehende Spende.

SPENDE JETZT!
→ www.skm-koeln.de/spende-verdoppeln
→ Sparkasse KölnBonn DE20 3705 0198 0008 5820 33
→ PayPal: paypalspenden@skm-koeln.de
Stichwort: Spendenverdopplung



Raus aus der Schuldenfalle

Zehn Prozent Inflation, gestiegene Preise in nahezu allen Bereichen des Lebens – die existenzielle Lage vieler Menschen ist so schwierig wie lange nicht mehr. Volker Schreckenberg ist Koordinator der Schuldnerberatung beim Sozialdienst Katholischer Männer (SKM) in Köln. Markus Harmann hat mit ihm über die derzeitige Situation gesprochen.

Eine Schuldnerberatung ist so etwas wie ein Seismograf für die gesellschaftliche Entwicklung. Welche Gruppen trifft es gerade besonders?

Die Zahl der Rentnerinnen und Rentner, die zu uns kommen, steigt; ein Indiz dafür, dass die Rente nicht mehr zum Leben reicht. Obwohl die Menschen oft lange gearbeitet haben, bleibt am Lebensende wenig übrig. Außerdem brauchen immer mehr Menschen Hilfe, die von Sozialleistungen leben. Jobcenter schicken Hartz-IV-Empfänger zu uns. Man muss das so deutlich sagen: Die Sozialleistungen reichen hinten und vorne nicht.

Jetzt steigen die Kosten für Energie und Lebensmittel dramatisch. Was kommt da auf Sie und die Gesellschaft zu?

Das wissen wir im Augenblick noch nicht, wir bereiten uns auf deutlich mehr Anfragen im Frühjahr 2023 vor. Dann werden die ersten Nachzahlungen für Strom und Gas fällig. Zurzeit sind die erhöhten Kosten zwar angekündigt, aber in vielen Fällen noch nicht zu spüren. Das dicke Ende kommt erst noch.

Woran merke ich denn, dass ich überschuldet bin und Hilfe brauche?

Schulden an sich sind erst einmal kein Problem, die haben ja viele von uns. Die meisten Menschen können ihre Verbindlichkeiten aber bezahlen. Kritisch ist die Überschuldung, das betrifft über sechs Millionen Bürger über 18 Jahre in Deutschland: Der Dispo ist ausgereizt, die Bank nimmt Rückbuchungen vor oder führt Aufträge nicht mehr aus. Dann ist man schnell in der Spirale, und die Existenzsicherung ist in Gefahr.

Was ist genau damit gemeint?

Wenn das Konto leer ist, kann ich meine Miete nicht mehr zahlen, dann wird unter Umständen der Strom abgeklemmt, gleichzeitig laufen weitere Zahlungsverpflichtungen. Es kann der Verlust der Wohnung drohen. Wenn das Existenzminimum nicht gesichert ist, wird es problematisch.

Wie helfen Sie konkret?

Wir besprechen mit unseren Klientinnen und Klienten zunächst die eigene Haushaltsplanung, schauen auf Einnahmen und Ausgaben. Wo können Ausgaben reduziert werden? Welche Raten können nicht mehr gezahlt werden? Dafür nehmen wir Kontakt mit Gläubigern oder Ämtern auf. Unter Umständen wird ein Privatinsolvenzverfahren eröffnet, das dauert nicht mehr sechs, sondern nur noch drei Jahre.

Sie arbeiten schon lange in der Schuldnerberatung, zunächst als Berater, jetzt als Koordinator. Schärft das auch privat die Sinne im Umgang mit Geld?

Ich bin sensibler in Geldangelegenheiten geworden, und mir ist bewusst, wie gut es mir geht.

Überschuldung – was nun?

Mit 17 Schuldner- und Insolvenzberatungsstellen bietet die Caritas in allen Regionen des Erzbistums Köln Hilfe an. Gemeinsam mit den Klientinnen und Klienten suchen die Beraterinnen und Berater nach Auswegen. Sie verhandeln mit Gläubigern, erstellen Pläne für die Rückzahlung von Schulden und vermitteln, wenn nötig, weitere Hilfen.

www.caritasnet.de

Ganz ohne Warteliste bietet der SKM in Köln per Hotline Erstgespräche unter Telefon (02 21) 2 07 46 00.

www.skm-koeln.de/schuldnerberatung

SCHENKEN SIE GEMEINSAMZEIT!

Im Kinder- und Jugendhospiz Balthasar finden lebensverkürzt erkrankte Kinder und Jugendliche gemeinsam mit ihren Familien ein zweites Zuhause auf Zeit.

Die gleichnamige Stiftung hat das Ziel, die Arbeit im Kinder- und Jugendhospiz Balthasar in Olpe dauerhaft zu sichern, denn die Arbeit ist zu 50 % aus Zuwendungen finanziert.

Helfen Sie mit!

Mit einer Zustiftung können Sie das Stiftungsvermögen erhöhen und so dazu beitragen, die Begleitung von Familien mit schwerkranken Kindern auf Dauer zu sichern.

Kinder- und Jugendhospizstiftung Balthasar

Pax Bank Köln · IBAN: DE23 3706 0193 0000 0190 11
BIC: GENODED1PAX · Verwendungszweck: Zustiftung Adventszeit 2022 + Ihre Anschrift

www.balthasarstiftung.de
kontakt@balthasarstiftung.de

Maria-Theresia-Straße 42 a
57462 Olpe

Balthasar
Kinder- und Jugendhospizstiftung

Malteser
...weil Nähe zählt.

#fassdireinherz

Wir suchen ehrenamtliche Unterstützung für unsere Hilfsangebote:

Foto: Martin Klindtworth

Erste-Hilfe-Ausbildung

Foto: Andi Weiland

Sanitätsdienst

Foto: Andi Weiland

Katastophenschutz

Foto: Martin Klindtworth

Soziales Ehrenamt

Foto: Tim Tegelmann

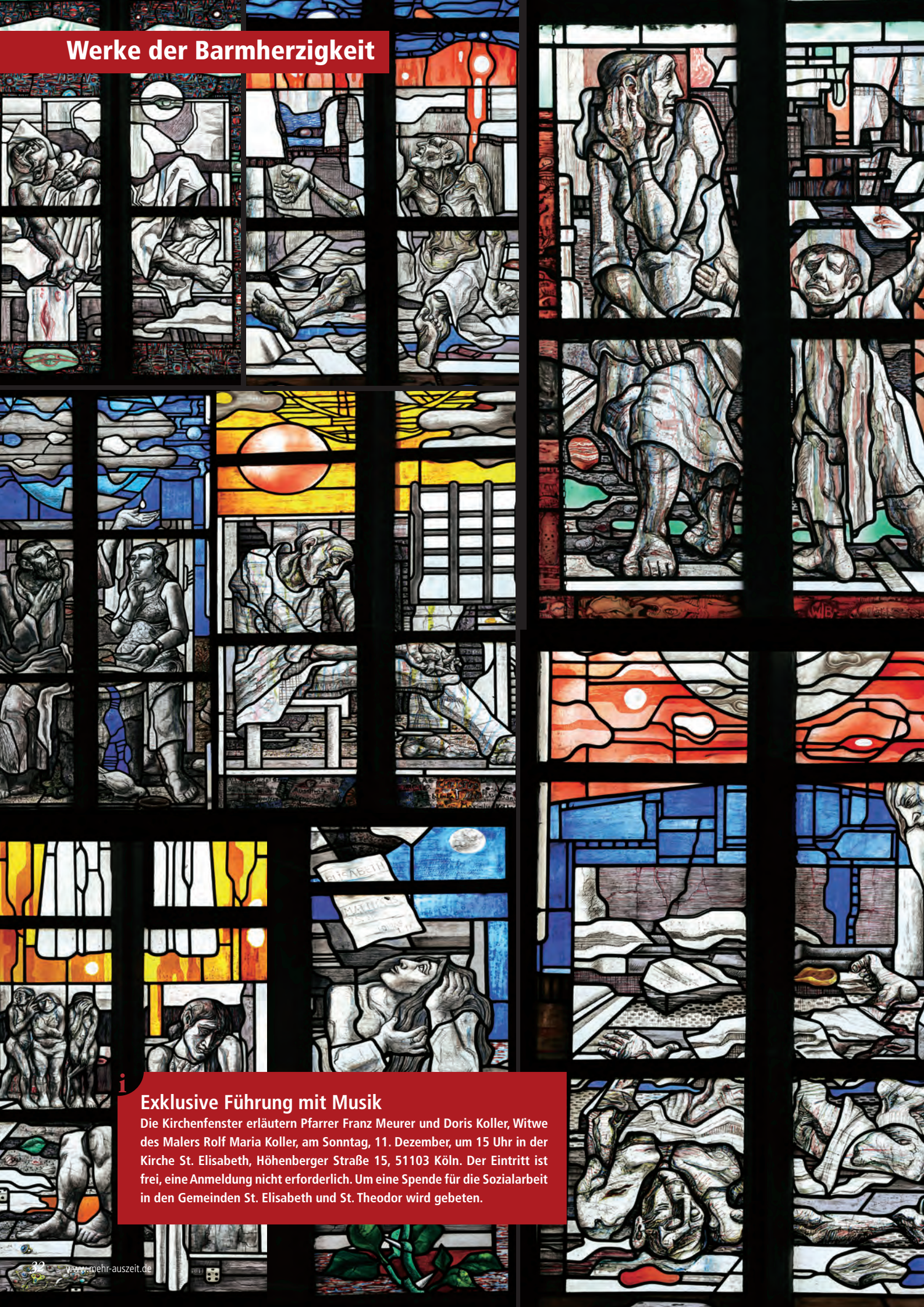
Malteser Jugend

... und viele weitere Möglichkeiten für ein ehrenamtliches Engagement!

Malteser Hilfsdienst e.V. im Erzbistum Köln // Kaltenbornweg 3, 50679 Köln
ehrenamt.dgs.koeln@malteser.org // malteser-koeln.de
@Malteser.DGS.Koeln

Du willst helfen? Wir finden das Ehrenamt, das zu dir passt: malteser.de/fassdireinherz

Werke der Barmherzigkeit



Exklusive Führung mit Musik

Die Kirchenfenster erläutern Pfarrer Franz Meurer und Doris Koller, Witwe des Malers Rolf Maria Koller, am Sonntag, 11. Dezember, um 15 Uhr in der Kirche St. Elisabeth, Höhenberger Straße 15, 51103 Köln. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich. Um eine Spende für die Sozialarbeit in den Gemeinden St. Elisabeth und St. Theodor wird gebeten.

In der St.-Elisabeth-Kirche in Köln-Höhenberg befinden sich die eindrucksvollen Fenster, die **Rolf Maria Koller** geschaffen hat.

„Keiner lebt für sich allein“

Sieben Kirchenfenster in der Kirche St. Elisabeth in Köln-Höhenberg zeigen die sieben leiblichen Werke der Barmherzigkeit. Eine Betrachtung von Pfarrer Franz Meurer.

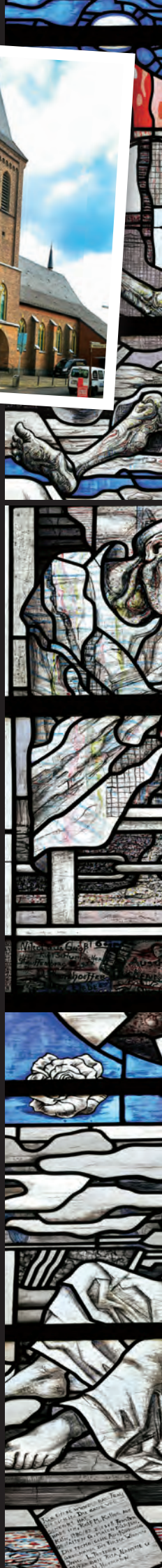
Unsere Kirche in Köln-Höhenberg hat die heilige Elisabeth von Thüringen als Patronin. Als Landgräfin hat sie sich vor 800 Jahren besonders um die Armen gekümmert. Sie hat sich so intensiv engagiert, dass sie schon mit 24 Jahren starb. Vier Jahre später bereits wurde sie heiliggesprochen. Als vor 40 Jahren die acht Fenster in der Kirche gestaltet werden sollten, war sogleich klar: Eins muss die heilige Elisabeth zeigen. Doch was soll in die anderen sieben? Natürlich das, was Elisabeth getan hat gemäß ihrem Wahlspruch „In den Armen begegnet uns Gott“. Also die sieben Werke der leiblichen Barmherzigkeit, die da sind: Hungernde speisen, Durstigen zu trinken geben, Nackte bekleiden, Fremde aufnehmen, Gefangene befreien, Kranke besuchen und Tote bestatten. Für die künstlerische Gestaltung der Fenster konnte Professor Rolf Maria Koller gewonnen werden, Hochschullehrer an der Kölner Fachhochschule für Kunst und Design.

Wie zeige ich Barmherzigkeit?

Die geniale Idee: Die Fenster zeigen nicht die sieben guten Werke, sondern die sieben Notlagen! Also müssen sich die Menschen in der Kirche, die die Fenster betrachten, überlegen, was zu tun ist. Wollen sie sozusagen in die Bilder einsteigen und sich engagieren? Möchten sie Teil der Darstellung werden und mitspielen durch gute Werke der Barmherzigkeit? Was Barmherzigkeit ist, erklärt sehr gut der Soziologe Heinz Bude in seinem Buch „Solidarität“. Er sortiert die Begriffe Empathie, Barmherzigkeit, Gerechtigkeit und Solidarität. Empathie verwenden wir oft positiv, es meint aber nur die Fähigkeit, sich in andere hineinzudenken. Auch der Folterer muss empathisch sein.

Was bin ich bereit zu investieren?

Barmherzigkeit ist die Kraft des Einzelnen, die Macht des Individuums. Du kannst deiner kranken Nachbarin helfen oder eben nicht. Es liegt an dir. Gerechtigkeit ist die Aufgabe des Staates. Sie gelingt immer nur unvollkommen, wie die Energiekrise zeigt. Solidarität meint, dass wir alle voneinander abhängen. Niemand ist eine Insel, keiner lebt für sich allein. Wir sind aufeinander angewiesen. Die Fenster in unserer Kirche machen nachdenklich. Was bin ich bereit zu investieren? Kann ich Geflüchtete aufnehmen? Oder mit einer Spende mithelfen? Oder mit einem guten Wort denjenigen beistehen, die Durst nach Anerkennung haben? Wie ich mich engagiere, entscheide ich selbst – das ist Barmherzigkeit. Die Fenster laden dazu ein mitzumachen.



Rolf Bauer, ein Mann wie ein Baum. Ihn bringt im Trubel des Bahnhofs nichts aus der Ruhe.

Die guten Geister von Gleis 1

Rolf Bauer arbeitet ehrenamtlich bei der Bahnhofsmission am Kölner Hauptbahnhof. Er und seine Kollegen sind erste Ansprechpartner für alle Menschen in Not. Viele sind auf der Durchreise, manche auf dem Weg nach Hause, und andere sind gekommen, um zu bleiben.

Von Anna Woznicki

Geschäftig eilen die Menschen über die Bahnsteige. Sie ziehen Koffer oder tragen Aktentaschen. Ein Blick auf die große Bahnhofsuhr. Die Züge fahren quietschend ein und wieder los. Die Bahnsteige leeren sich, füllen sich erneut. Hunderte von Menschen, die nach Arbeitsschluss pünktlich nach Hause kommen möchten oder auf die eine Reise wartet, ein Freund oder die Familie.

Und dann gibt es Menschen wie ihn. Ungewöhnlich still steht er da. Ohne Hast, ohne Ziel. Auf ihn wartet niemand. Es scheint, als zöge das Leben an ihm vorüber, so wie die Züge auf den Gleisen. Sein ganzes Hab und Gut passt in eine Einkaufstasche. „Der kommt öfter hier zu uns", sagt Rolf Bauer. „Der Kölner Hauptbahnhof ist sein Zuhause. Und wir sind seine Anlaufstation, wenn er sich mal aufwärmen möchte. Oder einfach nur jemanden zum Reden braucht." Rolf Bauer ist 65 Jahre und arbeitet ehrenamtlich bei der Bahnhofsmission auf Gleis 1. Zusammen mit weiteren 75 Haupt- und Ehrenamtlichen ist er für Hilfesuchende der erste Halt in der Not. Das kann die ältere Dame sein, die auf ihrer Reise eine stützende Hand benötigt. Die ukrainische Familie, die vor dem Krieg flüchtet. Die junge Frau, die Gewalt in ihrer Beziehung erfahren musste und Schutz sucht. Oder der Obdachlose, der sich in den Räumlichkeiten bei einer Tasse Tee aufwärmt. Die Bahnhofsmission ist die stabile Instanz an einem Ort der Rastlosigkeit. Ein Ort, an dem man kommt und geht und niemals gerne bleibt. Die meisten jedenfalls nicht.

Notfälle sind Routine

„Bis morgen", sagt Rolf Bauer zu dem Mann mit der Einkaufstasche. Mürrisch zieht er ab. Er wäre gerne geblieben. „Die Bahnhofmission ist kein zweites Wohnzimmer. Wir versuchen, den Menschen, die zu uns kommen, kurzfristig zu helfen, und vermitteln sie dann an die richtigen Anlaufstellen weiter." Ein junger Mann mit Laptop sitzt dort, ein Obdachloser, der ein Brötchen mümmelt, und eine ältere Dame, die ihren Reisekoffer fest umklammert hält. Kolleginnen und Kollegen von Bauer telefonieren derweil. Ihnen geht es um eine afrikanische Mutter mit ihren vier Kindern, die aus ihrem Heimatland geflohen ist,

das Baby gerade erst ein paar Wochen alt. „Ein Notfall“, erklärt uns Rolf Bauer. „Wir versuchen, diese Familie irgendwo unterzubringen. Sie wird von den Städten und Ämtern hin und her geschickt. Keiner fühlt sich verantwortlich.“ Die Mitarbeitenden der Bahnhofsmission sind unter Druck. Bis 18 Uhr müssen sie eine Lösung gefunden haben, dann schließen sie. Rolf Bauer ist zuversichtlich: „Irgendwo bekommen wir sie unter. Wir halten hier das Netzwerk aller sozialen Anlaufstellen in den Händen.“ Der Ehrenamtliche arbeitet seit fünf Jahren bei der Bahnhofsmission. Als er kurz vor Renteneintritt arbeitslos wurde, war das sein Weg, sich nicht nutzlos zu fühlen. Einmal die Woche kommt er und hilft mit. „Hier wird man wertgeschätzt. Gut ausgebildet und aufgefangen. Man weiß nie, was einen am Tag erwartet. Welchen Menschen man gegenübersteht, welche Probleme man zu lösen hat. Das macht es so spannend.“ Rolf Bauer hat schon viele Menschen begleitet, war ein kurzer, hilfreicher Zwischenstopp auf einer ihrer Reisen. Seinen ersten Fall wird er nie vergessen. „Ein junger Mann brauchte unsere Hilfe und sprach uns an. Er war auf Abschiedstournee, erzählte er. Er hatte nur noch ein paar Tage zu leben und verabschiedete sich von seinen Freunden und seiner Familie. Die letzte Reise ging zum Sterben nach Basel. Ich begleitete ihn zum Zug. In diesem Moment wusste ich, dass ich hier richtig bin.“

Ton wird rauer

Bauer führt uns zum Breslauer Platz. Gerade ist alles ruhig. Keine Randalierer, keine Menschen in Not. Der Urin-Gestank wird immer heftiger. Er brennt sich in die Nase wie die Bilder vor uns in unsere Köpfe. Schläft der Obdachlose? Oder ist er bewusstlos? Lebt er überhaupt noch? Bauer nickt. Seinem geübten Blick entgeht nichts. Es sind mehr geworden, erzählt er. Mehr von denen, die kein Zuhause haben, die sich rund um den Bahnhof aufhalten, weil sie sonst nicht wissen, wohin. „Mit unserem ausgehenden Dienst schauen wir nach genau diesen Menschen. Manchmal reicht es ihnen, einfach nur von uns wahrgenommen zu werden, manchmal vermitteln wir Schlafplätze. Insgesamt ist der Ton rauer geworden, sind die Menschen ungeduldiger, die Zeiten härter.“ Kein Ehrenamt für sanfte Gemüter. Wer hier nur seine freie Zeit füllen möchte, ist falsch. Die wichtigste Voraussetzung für eine Arbeit bei der Bahnhofmission? „Man muss Menschen lieben. Und zwar alle“, sagt Rolf Bauer.

www.bahnhofsmission.de

i

75 Haupt- und Ehrenamtliche sowie Freiwillige, Praktikantinnen und Praktikanten arbeiten für die Bahnhofsmission am Kölner Hauptbahnhof. Auf Gleis 1 ist sie seit 1899 für Hilfesuchende erste Anlaufstelle in der Not. Träger der Bahnhofsmission sind IN VIA Köln und das Diakonische Werk Köln und Region. In den ersten Wochen des Ukraine-Kriegs empfingen die Mitarbeitenden der Bahnhofsmission rund 300 Geflüchtete täglich an den Gleisen.

Pfarrer Regamy Thillainathan.

„Herr Pfarrer, reden wir über Rassismus“

Pfarrer Regamy Thillainathan leitet das Erzbischöfliche Priesterseminar Köln und ist Direktor des Erzbischöflichen Theologenkonvikts Collegium Albertinum Bonn. Ein Interview von Katharina Geiger.

Wo liegen die Gründe für Rassismus in unserer Gesellschaft?
Ich glaube, dass Rassismus bei uns immer dann vorkommt, wenn unvorhersehbare Ereignisse unser Leben einholen oder wir aus dem normalen Alltag herausgerissen werden, weil wir feststellen, dass dieses Thema doch nicht überwunden ist. Diese Grundhaltung gibt es sehr stark in den Vereinigten Staaten, aber auch in Deutschland: Wir meinen, durch Martin Luther King oder Nelson Mandela in den 1960er- bis 1980er-Jahren erreicht zu haben, dass Schwarze und Weiße nebeneinander friedlich koexistieren können, dass sie über gleiche Rechte verfügen und ihnen selbstverständlich die gleiche Würde zugesprochen wird. Wir sind natürlich auch geprägt von der Geschichte, die geschehen ist. Jetzt denken wir, wir können dieses Thema ad acta legen. Das, was jetzt ansteht, auch im Jahr 2022, ist, dafür zu sorgen, dass das, was an Rechten erarbeitet worden ist, auch in den Köpfen und Herzen der Menschen ankommt.

Wieso gibt es Rassismus auch innerhalb der katholischen Kirche?
Weil es ihn nicht geben darf! Gerade weil man meint, wir hätten doch das verstanden, was Jesus von Nazareth gesagt hat, dass alle Menschen gleich sind. Wir haben doch die Nächstenliebe im Programm stehen. Man kann uns doch nicht vorwerfen, dass wir rassistisch sind. Und da beginnt die große Schwierigkeit: Wir wollen Themen einfach nicht anschauen, weil es sie nicht geben darf. Das ist nicht nur beim Rassismus so, sondern bei allen Formen von Diskriminierung. Genauso existieren auch Homophobie und alles andere, was es nicht geben darf, nicht. Für uns als Kirche ist die größte Herausforderung, immer wieder bekennen zu müssen, dass zwar die Kirche Diskriminierungen aller Art von ihrer Grundverfassung her überhaupt nicht beinhalten kann und darf, aber wir Menschen, die Kirche sind, Kirche vor Ort leben und ihr ein Gesicht geben. Wir sind da mit unseren menschlichen und vor allem gesellschaftlichen Schwierigkeiten nicht außen vor. Wir müssen in der Diskussion um das Thema Rassismus in der Kirche ehrlich, aufrichtig und genau hinschauen und auch über die kolonialen Strukturen, die immer noch irgendwo verankert sind, sprechen. Es ist Teil unseres Erbes – ob wir es wollen oder nicht –, dass Rassismus, Kolonialismus und Kirche ganz eng miteinander verbunden sind.

Der Diözesanverband Köln des Bundes der Deutschen Katholischen Jugend (BDKJ) beschäftigt sich durch die Ausstellung „Rassismus geht uns alle an!“ aktuell damit in den eigenen Strukturen. Was halten Sie davon, dass sich junge Menschen auf diese Weise mit dem Thema auseinandersetzen?
Wir haben ja eigentlich schon in den letzten Jahren immer wieder erlebt, dass viele Themen, die notwendigerweise die Kirche angehen, durch die Jugendverbandsarbeit wieder in die Kirche hineingeholt worden sind. Das Thema Klimagerechtigkeit beispielsweise. Das hat eine gewisse Tragik, ist aber auch vielleicht die entscheidende Herausforderung, dass die Jugendverbände manchmal sogar schmerzhaft die Finger in die Wunden legen müssen, wo die Kirche als großes Ganzes in ihrer normalen Prägung einfach blind geworden ist. Das Thema Rassismus und gerade auch die Schwierigkeiten der „People of Colour“ in Deutschland sind kirchlich gesehen zum ersten Mal von der Jugendverbandsarbeit aufgegriffen worden. Deswegen finde ich es auch folgerichtig und wichtig, dass dort daran weitergearbeitet wird. Aber ich glaube, dass auch beim Thema Klimagerechtigkeit die Jugendverbandsarbeit feststellen muss, dass es, bis das ankommt, ein paar Jahre dauert. Das darf aber ja nicht die Begründung dafür sein, das nicht anzugehen, den Kopf in den Sand zu stecken und aufzugeben.

Was wünschen Sie sich jetzt?
Es gibt zwei Dinge, die ich mir wünsche – von der Kommunität der Schwarzen, der Menschen mit Migrationshintergrund: dass nicht alle Themen, alle Herausforderungen, nicht all das, was uns im Alltag begegnet, schnell mit dem Wort „Rassismus“ abgetan wird. Das führt uns nicht

BDKJ Bund der Deutschen Katholischen Jugend Erzdiözese Köln

Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie die URL **www.mehr-auszeit.de/rassismusinderkirche** ein, um im Video einen Einblick in die Ausstellung „Rassismus geht uns alle an!“ zu bekommen.

weiter, wenn es rein auf dieser Ebene der Schuldzuweisung geschieht – dann bringt es uns nur zu einer gewissen Blockade von beiden Seiten. Von den Weißen erwarte ich, dass, wenn das Thema Rassismus auftaucht, das nicht direkt als Vorwurf verstanden wird. Deswegen habe ich mit den Menschen mit Migrationshintergrund angefangen, weil ich glaube, wir haben eine Verpflichtung, mit viel Wohlwollen und Verständnis die Menschen auf Dinge hinzuweisen, ohne dass sie sich selbst in Verteidigungshaltung begeben müssen. Denn das führt immer wieder dazu, dass das, was uns vielleicht auch zusteht, nicht erreicht werden kann, weil es nicht in den Herzen und Köpfen der Menschen ankommt. Wir brauchen, glaube ich, ein sehr wohlwollendes Miteinander, um auf Dinge hinzuweisen, ohne dass direkt eine Verteidigungshaltung aufgebaut wird. ✳

Ausstellung ausleihen

Die Wanderausstellung des BDKJ Diözesanverbands Köln „Rassismus geht uns alle an!“ hilft dabei, sich niederschwellig mit dem Thema Rassismus zu beschäftigen.

Ausleihe: ab Januar 2023, kostenlos
Zielgruppe: Jugendliche ab 14 Jahren
Ansprechperson: Katharina Kube,
E-Mail politik@bdkj.koeln,
Telefon (02 21) 16 42 65 69

Zum Beispiel mit der nachhaltigen Geldanlage der Pax-Bank!

Finden Sie jetzt Ihren persönlichen Anlagefavoriten auf

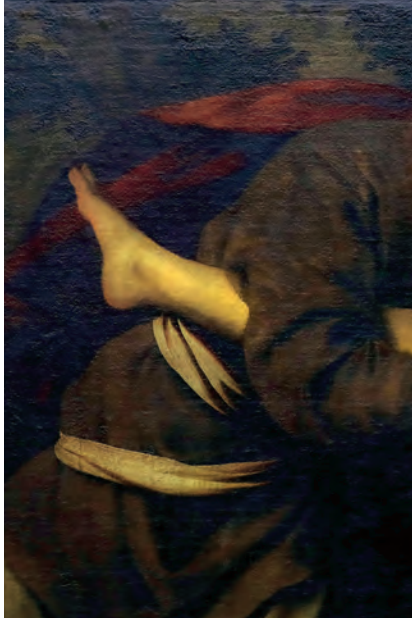
pax-bank.de/adventszeit

Pax-Bank

Pax-Bank eG • Christophstr. 35 • 50670 Köln
T 0221 16015-8888 • info@pax-bank.de

Der Mond gilt als Sinnbild des Milden, Anlehnungsbedürftigen, Weiblichen. Das Flugzeug, das dunkel vor dem hellen Mond erscheint, möchte uns etwas von dieser Milde und von der weiblichen Weisheit auf die Erde bringen. Wir brauchen dieses Hoffnungsbild der Milde in unserer harten Welt. Und uns tut das Weibliche not, das keinen Krieg will, sondern Frieden, das verbindet, anstatt zu spalten. Jesus wird aus einer Frau geboren, um uns miteinander in Frieden zu verbinden.

Anselm Grün



Umstrittene Bilder

Weltweit erste Susanna-Ausstellung im Wallraf-Richartz-Museum in Köln.

Von Birgitt Schippers

Die Geschichte der Susanna ist eine topmoderne Kriminalgeschichte: Zwei alte lüsterne Männer werfen gierige Blicke auf eine schöne nackte Frau beim Bade. Durch eine perfide Erpressung wollen sie die junge Mutter und verheiratete Frau gefügig machen. Doch Susanna bleibt standhaft und wird als Ehebrecherin verleumdet vor Gericht gestellt. Mit einer die Rechtsgeschichte revolutionierenden kriminalistischen Verhörtechnik überführt der junge Prophet Daniel die beiden Alten der Lüge. An Dramatik ist diese Geschichte kaum zu überbieten. Kein Wunder, dass sie die Fantasie der Kunstschaffenden von der Spätantike bis heute beflügelt hat. In der biblischen Geschichte ist von der Susanna als Nackte nie die Rede. Ganz bibeltreu wurde in der frühchristlichen Katakombenmalerei Susanna als Schaf zwischen zwei Wölfen dargestellt – ein Sinnbild für innertheologische Auseinandersetzungen um den rechten Glauben. Ganz nackt war Susanna auch nicht in den mittelalterlichen Bildern, erklärt Kurator Roland Krischel: „Aus dem Bad wurde ein reines Fußbad, das heißt, sie rafft die Kleidung und taucht die Füße ins Wasser. Das war im 15. Jahrhundert schon gewagt genug." Spätestens in der Renaissance und vor allem in der Barockzeit fielen die Hüllen der Susanna.

Malerei unter Pornografie-Verdacht

Die Herausforderung für die Künstler der Renaissance und im Barock war, die verführerische Schönheit der Susanna und ihre Missbrauchsgeschichte lebendig und überzeugend in Szene zu setzen. Wenn die Alten auf Anthonis van Dycks Gemälde der wehrhaften Susanna das Badetuch wegziehen wollen, sind wir mitten im dramatischen Geschehen einer versuchten Vergewaltigung. Aber ging es den Künstlern wirklich nur um die brutale Geschichte einer tugendhaften Frau aus der Bibel oder setzten sie auch auf die erotisierende Wirkung ihrer Bilder? Die feministische Kunstbetrachtung seit 1980 verurteilte diese Darstellungen als religiös verbrämte Pornografie für eine rein männliche Auftraggeberschaft, so Krischel. In der Ausstellung werden aber auch Susanna-Darstellungen für weibliche Auftraggeberinnen gezeigt. „Susanna ist insbesondere in den Stundenbüchern für Frauen ein wichtiges Thema. Manchmal mit demselben Motiv wie für die

einer tugendhaften Frau

Männer", erklärt Anja Sevcik, stellvertretende Direktorin und Barockexpertin am Wallraf-Richartz-Museum. Eine rein voyeuristisch-männerkritische Interpretation des Motivs der nackten Susanna greift also zu kurz.

Susanna und die göttliche Gerechtigkeit

Auf einem kleinen Schmuckstück, dem über tausend Jahre alten, kostbaren Lothar-Kristall, wird in acht Einzelszenen die Geschichte der Susanna und des jungen Propheten Daniel als Triumph der Gerechtigkeit gegenüber rechtlicher Willkür erzählt. „Diese Geschichte kann auch als sehr schöne gesellschaftliche Utopie gesehen werden, in der eine Frau und ein Kind gegenüber Machtmissbrauch, Korruption, Lüge und Verleumdung den Sieg davontragen", so Sevcik. Besonders in den Rathäusern und Schöffenzimmern des Mittelalters war das Susanna-Motiv beliebt. Das monumentale Gemälde von Nicolaas Roosendael (17. Jahrhundert) in der Ausstellung vermittelt ein beeindruckendes Bild von der berühmten Gerichtsszene mit Susanna als Ikone der Tugendhaftigkeit.

Hitchcock, Artemisia und der feministische Blick

Susannas Geschichte ist außerdem eine aktuelle MeToo-Geschichte. Alfred Hitchcock hat in seinem Filmklassiker „Psycho" die Susanna-Geschichte bewusst inszeniert. Der schizophrene Norman Bates beäugt die duschende Marion Crane durch ein Guckloch wie die Alten die Susanna durch eine Hecke. Doch kein Gott hilft ihr vor dem sicheren Tod. In einem eigenen Ausstellungsraum werden noch weitere Verbindungen von Hitchcocks Thriller zur Susanna-Geschichte aufgezeigt. Aus den Memoiren von Schauspielerin Tippi Hedren erfahren wir, dass Hitchcock selbst vor massiven sexuellen Belästigungen nicht zurückgeschreckt ist. Hochspannend ist die künstlerische Auseinandersetzung der Künstlerin Kathleen Gilje mit der Barockmalerin Artemisia Gentileschi und deren Susanna-Gemälden. Gilje sieht in Gentileschi eine frühe Feministin, die Opfer einer Vergewaltigung wurde und sich gewehrt hat. In der Ausstellung werden Susanna-Bilder von Gentileschi den Interventionen von Gilje gegenübergestellt. Auch die Fotografien der zeitgenössischen Künstlerin Zoe Leonard oder die großformatige Arbeit von Heike Gallmeier am Eingang der Ausstellung fordern heraus, sich mit Geschlechterrollen und der MeToo-Debatte auseinanderzusetzen. Anja Sevcik ist gespannt auf die Reaktionen: „Wir hoffen, einen wichtigen Beitrag leisten zu können, um das Susanna-Thema in seiner Vielschichtigkeit ins Bewusstsein zu rufen."

www.wallraf.museum

Die Ausstellung „Susanna – Bilder einer Frau vom Mittelalter bis MeToo" ist im Kölner Wallraf-Richartz-Museum noch bis zum 26. Februar 2023 zu sehen. Die AdventsZeit verlost gemeinsam mit dem Museum 20 x 2 Eintrittskarten und zusätzlich fünf Ausstellungskataloge. Schreiben Sie eine E-Mail mit dem Betreff „Verlosung Susanna" an redaktion@kirchenzeitung-koeln.de. Oder schicken Sie eine Postkarte mit demselben Stichwort per Post an die Kirchenzeitung Köln, AdventsZeit, Ursulaplatz 1, 50668 Köln.
Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2022.

Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie die URL **www.mehr-auszeit.de/susanna** ein und begleiten Sie uns auf einen Besuch durch die Ausstellung.

Eine gute Vorbereitung ist das A und O eines gelungenen Festmahls. **Norbert Schramm**, der Küchenchef des Katholisch-Sozialen Instituts, beherrscht die Kunst perfekt und zaubert ein köstliches Weihnachtsessen.

Essen mit Genuss und ohne schlechtes Gewissen

Ein regionales, klimaschonendes Weihnachtsmenü von Norbert Schramm, Küchenchef im Katholisch-Sozialen Institut in Siegburg – inspiriert durch ein Buch des Restaurantkritikers Jürgen Dollase gegen Völlerei, für regionale Küche und „Weniger ist mehr".

Von Birgitt Schippers

Völlerei ist eine der sieben Todsünden in der christlichen Tradition. Zu Recht, sagt Jürgen Dollase, einer der bekanntesten Restaurantkritiker Deutschlands. „Dieses Koma-Essen bis zum Anschlag, bis man gar nichts mehr reinkriegt, ohne noch Hunger zu haben, steht der Wertschätzung von Schöpfung entgegen." Da spart er auch nicht mit Kritik an Feinschmeckern, für die das Essen zur Religion geworden ist: „Das ist getarnte Völlerei. Da wird eine Grenze überschritten." Dollase ist da einer Meinung mit dem inzwischen verstorbenen Kardinal Joachim Meisner, der ihm in einem Gespräch sagte: „Wer nicht genießt, ist ungenießbar. Aber der Genuss darf nicht Endzweck sein."

Bewusst wahrnehmen

Gemeinsam an einem Tisch zu sitzen, miteinander zu essen und zu reden, ist ohne Frage eine Lebensqualität. Doch eines kommt dabei oft zu kurz – sich bewusst zu werden, was wir da gerade essen. „Einfach mal konzentriert darauf achten, was da eigentlich passiert, wenn wir etwas in den Mund stecken, zu erleben, was wir für ein ungeheuer komplexes Sensorium haben, um den vielfältigen Geschmack des Essens wahrzunehmen", empfiehlt Dollase. Es ist ein Lernprozess, für den wir nicht mit vollem Portemonnaie in teure Restaurants gehen müssen. „Das fängt bei der Pommesbude um die Ecke an." Ob Speiseeis, Wiener Schnitzel oder Rindercarpaccio – mit jedem Versuch, mehr wahrzunehmen als süße Kälte, knusprige Panade oder dominante Pinienkerne auf dem Carpaccio, sensibilisieren wir uns für gutes Essen. Noch immer ist für viele der Merksatz aus Kriegs- und Nachkriegszeiten im Hinterkopf: Wir dürfen nichts umkommen lassen. Was früher aus der Not geboren war, ist heute hochmodern, weil ökologisch. Viele junge Köche vertreten den Ansatz, dass möglichst alles verwendet werden sollte. So nutzen sie in ihrer Küche nicht nur die Rosenkohlröschen, sondern auch die Blätter und den Stamm. Ebenso bevorzugen sie regionale Produkte.

Gaumenfreuden an Weihnachten

Wichtig ist für jedes Weihnachtsmenü der festliche Rahmen. Doch von riesigen Tellern, die von Köstlichkeiten aus großen Schüsseln überhäuft

Foto: Thomas Ruhl

i

Jürgen Dollase
Völlerei. Das große Fressen
112 Seiten
S. Hirzel Verlag
ISBN 978-3-7776-2968-1
15 Euro

Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie die URL **www.mehr-auszeit.de/rezept** ein, laden Sie das dort hinterlegte Rezept herunter und kochen Sie das Menü von Norbert Schramm nach.

sind, hält Dollase nichts. „Das führt dazu, dass in kürzester Zeit alle platt sind." Da kommt schnell die Völlerei ohne nachhaltigen Genuss ins Spiel. Viel schöner ist ein Essen, das aus mehreren kleinen Gängen besteht, die zelebriert werden. Ganz in der Tradition der Klosterküche kann so ein Gang schlicht, eine Gaumenfreude und ökologisch wertvoll sein: „Man muss dahin kommen, dass man drei Kartoffeln einer ganz exzellenten Sorte auf den Teller legt, exzellent gegart, mit einem Stück ganz exzellenter Butter und gutem Salz."

Mit solchen einfachen, aber liebevoll zubereiteten Tellerfreuden können die Gäste lange an der festlichen Weihnachtstafel zusammensitzen und miteinander bewusst genießen. Und die reiche Vielfalt, die uns die Schöpfung anbietet, wertschätzen.

Hirschgulasch mit Kürbis-Kartoffelklößen

„Der Trend geht zu Nachhaltigkeit, das ist die Zukunft", sagt Norbert Schramm, seit über 30 Jahren Chefkoch im Katholisch-Sozialen Institut und Tagungshotel in Siegburg. Für die Leserinnen und Leser der AdventsZeit präsentiert er ein festliches traditionelles Weihnachtsgericht mit einem möglichst geringen ökologischen Fußabdruck: „Das Gericht muss komplett aus regionalen und saisonalen Produkten bestehen." Schramm hat sich für Hirschgulasch mit Kürbis-Kartoffelklößen und Apfelrotkohl entschieden. Damit dieses Festtagsmahl unter dem Label Nachhaltigkeit laufen kann, muss einiges bedacht werden. Das Hirschfleisch sollte von regionalen Anbietern kommen. Um lange Garzeiten zu vermeiden, ist das Fleisch von der Schulter erste Wahl, denn es ist zart und verspricht eine kürzere Garzeit. Um noch mehr Energie zu sparen, sei der Dampfdrucktopf „perfekt", sagt Schramm. Ob Zwiebeln, Quittengelee oder die Zartbitterschokolade, alle Zutaten können in Bio-Qualität und/oder regional gekauft werden. Auch Kürbis, Rotkohl, Kartoffeln oder Äpfel werden in der Region angebaut und können ohne Energieaufwand gut gelagert werden. „Wir unterstützen dadurch auch unsere Landwirte." Ganz wichtig: Gemüse- und Kräuterreste sind viel zu wertvoll, um sie wegzuwerfen. Aus ihnen kann zum Beispiel eine leckere Gemüsebrühe gekocht werden. Der Fantasie im Namen der Nachhaltigkeit sind keine Grenzen gesetzt. ✳

„Ich war immer katholisch und bleibe es“

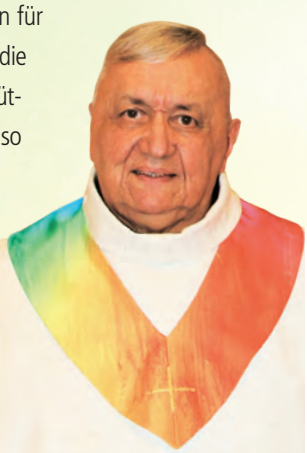
Papst-Fan, Zarah-Leander-Double und Träger des Bundesverdienstkreuzes – der bekennende Homosexuelle Curt Delander (72) hat seinen Platz in der Kirche gefunden, auch in seiner Gemeinde St. Petrus in Bonn.

Von Beate Behrendt-Weiß

Wenn ich bei meinem Metzger immer wieder schlecht bedient werde, dann geh ich da irgendwann nicht mehr hin“, sagt Curt Delander. „Aber das heißt ja nicht, dass ich kein Fleisch mehr esse.“ Mit diesem Vergleich beschreibt das Bonner Urgestein gerne sein Verhältnis zu Kirche und Glauben. Als bekennender Homosexueller habe er viel Ausgrenzung erfahren, auch in der Kirche, wo ihm sogar mal die Kommunion verweigert wurde. Aber das sei lange her, und seinen Glauben an Gott hätten diese Erfahrungen ohnehin nicht tangiert: „Mit dem da oben hatte ich nie Probleme.“ Aufgewachsen in einer Künstlerfamilie – der Vater Opernsänger, die Mutter Tänzerin –, machte der gelernte Schaufensterdekorateur früh die Erfahrung, dass Homosexualität in Ordnung sei. Und er wuchs in einem Umfeld auf, in dem Kirche und Ökumene präsent waren. „Meine katholische Mutter hatte einen evangelischen Amerikaner geheiratet“, erzählt der 72-Jährige, der viele Jahre eine Kleinkunstbühne betrieb und noch heute gelegentlich Benefizauftritte in seiner Paraderolle als Zarah Leander gibt. Aber vor allem seine Oma habe ihn mit ihrem rheinisch-katholischen Glauben und ihrer Marienverehrung geprägt.

Franziskus-Tattoo am Arm

Seit vielen Jahren schon hat Delander, der für sein soziales Engagement mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet wurde, in der Gemeinde St. Petrus Heimat gefunden. Dazu haben viele Puzzleteile beigetragen. Vor allem aber waren es aufgeschlossene Seelsorger gewesen, die ihm mit Wertschätzung begegneten und ihn baten, Kommunionhelfer und Leiter von Wortgottesfeiern zu werden. Aufgaben, die der glühende Papstverehrer, der Franziskus als Tattoo am Oberarm trägt, mit Herzblut lebt. Auf Delanders Initiative geht auch die Wiederbelebung der Gertrudisverehrung in Bonn zurück, nachdem er 2010 Fundstücke der im Krieg zerstörten Gertrudiskapelle gerettet und in einem in einer ökumenischen Feier gesegneten Andachtsraum im Bonner Frauenmuseum zusammengetragen hat. Hier gibt es regelmäßig Wortgottesdienste mit Einzelsegen – bewusst für Menschen jeder Herkunft oder sexueller Orientierung. Der Travestiekünstler freut sich, dass es ihm gelungen ist, Menschen für die katholische Kirche zurückzugewinnen. „Aber die Jauchekübel, die vielfach über der Kirche ausgeschüttet werden, machen mich wirklich traurig.“ Genauso wie die Erkenntnis, dass die „queere Presse“ von seinen positiven, versöhnenden Erfahrungen mit Kirche nichts hören will. „Aber ich war immer katholisch und bleibe es“, sagt Delander und blickt sich glücklich und auch ein bisschen stolz in „seiner“ Gertrudiskapelle um.



Fotos: Beate Behrendt-Weiß

12. Februar 2023

Botschaften einer Landschaft

Inspirationen für Liebe und Partnerschaft gibt es im Februar auf einer Radtour für Paare.

Von Udo Wallraf

Die Paar-Radtour im kommenden Februar startet diesmal schon am Sonntag vor dem Valentinstag mit besonderen Impulsen und Aktionen rund um die Themen Liebe und Partnerschaft. Alle Paare sind herzlich dazu eingeladen. Ziel der Tour sind die Landschaftsräume um die Tagebaugebiete Hambach und Garzweiler – eine ganz besondere Region im Grenzbereich des Erzbistums Köln. Hier finden Gestaltungsprozesse mit einer hohen Dynamik statt, die schnelllebig und oft gegensätzlich ist: Altes und Neues, Verlust und Gewinn, Erhalt und Neuaufbau … Wir erleben eine Landschaft, die viele Impulse für das Leben in Beziehung und Partnerschaft bereithält. An verschiedenen Orten rund um Bedburg steigen wir vom Sattel und gehen auf Entdeckungsreise. Treff- und Startpunkt ist der Bahnhof in Bedburg. Vom Schlosspark aus, der Anregung gibt für die ersten Impulse, geht es nach Grottenherten zur alten Turmwindmühle, die die Stürme der Umsiedlungen und Umgestaltungen überlebt hat. Bevor wir zur St.-Irmundus-Kapelle am Hahnerhof und der dortigen Quelle weiterradeln, wartet in Kirchherten eine kulinarische Stärkung. Anschließend führt die Paar-Radtour in ein neu aufgeschüttetes Gelände, wo Windkraft gewonnen wird und mittendrin ganz unerwartet ein vor einigen Jahren errichteter kleiner Kirchbau steht: die St.-Petrus-Kapelle. Dieses Kirchlein kann viel erzählen über Neugründung und Kontinuität. Wieder auf dem Sattel, führt der Weg nach Kaster – zunächst zum Kasterer See, einer alten Tagebaugrube, dann durch ein Tor in den alten Ortskern. In der schönen Kirche St. Georg, die gerne als Hochzeitskirche genutzt wird, klingt die Tour mit einem Gottesdienst für die teilnehmenden Paare aus. Anschließend geht es gemeinsam zurück zum Ausgangspunkt nach Bedburg.

Termin: Sonntag, 12. Februar 2023, 9.30 bis 18 Uhr
Streckenlänge: rund 31 Kilometer
Start und Ziel: Parkplatz am Bahnhof in Bedburg
Teilnahmegebühr: 35 Euro pro Paar inklusive Mittagsimbiss
Anmeldung: bis zum 15. Januar 2023
per E-Mail an info@erzbistum-koeln.de
oder unter Telefon (08 00) 0 00 55 23
Leitung: Regina Oediger-Spinrath (Pastoralreferentin im Sendungsraum Bedburg-Elsdorf), Clemens Rott (ADFC Köln), Alexandra Parker (Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft) und Dr. Udo Wallraf (rheinland-pilgern.de)
Veranstalter: Redaktion AdventsZeit in Kooperation mit dem Katholischen Bildungsforum Rhein-Erft, dem Exerzitienhaus des Erzbistums Köln und dem Katholisch-Sozialen Institut
Weitere Informationen: www.rheinland-pilgern.de

www.kirchenzeitung-koeln.de

EINE FÜR ALLES.

Kirche. Glaube. Leben.
Eine Zeitung.

Jede Woche 56 Seiten über Menschen, die ihren Glauben leben, über die Kirche im Erzbistum, in Deutschland und der Welt. Exklusive Interviews und Reportagen, Hintergründe, Meinungen und Service – inklusive Gottesdienstordnung und Berichten aus Ihrer Region!

Auch als E-Paper erhältlich

Scannen Sie den QR-Code und laden Sie sich die App der Kirchenzeitung kostenlos herunter. Sehen Sie im E-Paper zusätzliche Fotos und Videos und haben Sie Zugriff auf alle Ausgaben des vergangenen Jahres.

https://kirchenzeitung.app.link/go

Testen Sie jetzt 8 Ausgaben kostenlos!

Bitte einsenden an: Kirchenzeitung für das Erzbistum Köln, J. P. Bachem Medien GmbH, Ursulaplatz 1, 50668 Köln, oder per Fax an: 0221 - 16 19 - 205, E-Mail: vertrieb@kirchenzeitung-koeln.de

☐ **Ja**, hiermit bestelle ich die wöchentl. erscheinende Kirchenzeitung für das Erzbistum Köln. Ich erhalte acht Ausgaben kostenlos, wenn ich danach weiterlesen möchte, muss ich nichts tun. Ich erhalte dann vorerst für mind. 12 Monate die Kirchenzeitung zum monatlichen Preis von 9,10 Euro (zzgl. 2,85 Euro Zustellgebühr). Die Bezugszeit verlängert sich dann jeweils um 3 Monate, wenn der Besteller nicht 6 Wochen vor Ablauf der Vertragszeit schriftl. kündigt. Sollte mich Ihr Angebot nicht überzeugen, teile ich Ihnen dies bis zum Erhalt der sechsten Ausgabe mit.

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die erste Ware in Besitz genommen haben bzw. hat. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (J.P. Bachem Medien GmbH, Ursulaplatz 1, 50668 Köln, Telefon 0221/1619-0, Telefax 0221/1619-205, vertrieb@kirchenzeitung-koeln.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das auf unserer Homepage hinterlegte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs: Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, erhalten Sie unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist, alle geleisteten Zahlungen zurück. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben.

Der Rechnungsbetrag soll von meinem Konto abgebucht werden.

Vorname, Name

Straße, Nr.

PLZ, Ort

E-Mail-Adresse

Ort/Datum/Unterschrift

Geldinstitut

IBAN

BIC

Ort/Datum/Unterschrift

Datenschutzhinweise finden Sie auf unserer Webseite: www.kirchenzeitung-koeln.de

Vom Schneiden und Kleben ...

Kinder der Klasse 4b der Domsingschule haben ein Gemeinschaftsbild zur Weihnachtsgeschichte gemalt (siehe folgende Seiten). Wir haben sie vorher gefragt: Was fällt euch ein, wenn ihr an die Weihnachtsgeschichte denkt?

zum fertigen Bild

Krankenhaus
Ausverkauft
Gasthaus
Ausverkauft

Ihre Meinung ist uns wichtig

Leserumfrage zur Sommer- und AdventsZeit mit Gewinnspiel

Wir möchten wissen, wie Ihnen das Magazin des Erzbistums Köln gefällt. Beantworten Sie uns bis zum 31. Dezember online elf Fragen und nehmen Sie an einer Verlosung teil. Zu gewinnen gibt es dreimal eine Übernachtung mit Vollpension für zwei Personen im Katholisch-Sozialen Institut auf dem Michaelsberg in Siegburg. Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen! **www.mehr-auszeit.de/umfrage**

Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie die URL **www.mehr-auszeit.de/umfrage** ein und nehmen Sie an unserer Online-Befragung teil.

Wann und wo Advent und Weihnachten feiern

Datenbank zu Gottesdiensten, Konzerten und besonderen Veranstaltungen

Wann ist dieses Jahr die Kinderkrippenfeier? In welcher Kirche gibt es eine Christmette? Veranstaltet unsere Gemeinde ein Weihnachtskonzert? Aufschluss gibt die Datenbank, in der wir für Sie Details zu Gottesdiensten, Konzerten und besonderen Veranstaltungen in der Advents- und Weihnachtszeit gesammelt haben. Alle Pastoralbüros im Erzbistum Köln wurden dafür angeschrieben und gebeten, Termine einzutragen. Herzlichen Dank an alle, die mitgemacht haben, und gutes Finden allen, die nach einem Angebot suchen. **www.mehr-auszeit.de/gottesdienste**

Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie die URL **www.mehr-auszeit.de/gottesdienste** ein. Dort finden Sie die Datenbank.

Die AdventsZeit enthält in Teilauflagen folgende Beilagen:
SKFM Erkrath, Pfarrbrief der Gemeinde St. Gereon und Dionysius – Monheim am Rhein und Leserumfrage der Sommer- und AdventsZeit.

Wir bitten unsere Leser um Beachtung.

Impressum

AdventsZeit
eine Sonderausgabe der Kirchenzeitung für das Erzbistum Köln
Die Zeitung wird kostenlos an alle katholischen Haushalte im Erzbistum Köln verschickt.

Herausgeber: Der Erzbischof von Köln | **Chefredakteur:** Robert Boecker | **Redaktion:** Kathrin Becker (Chefin vom Dienst), Markus Harmann, Pia Modanese, Katharina Geiger, Martin Mölder, Birgitt Schippers, Dr. Udo Wallraf | **Anzeigen:** Ronald Morschheuser | **Projektbetreuung:** Mark Piechatzek | **Anschrift der Redaktion:** Ursulaplatz 1, 50668 Köln, Telefon: (0221) 1619-131, Fax: (0221) 1619-216, E-Mail: redaktion@kirchenzeitung-koeln.de, Internet: www.mehr-auszeit.de | Veröffentlichungen, die namentlich gekennzeichnet sind, geben nicht die Meinung der Redaktion wieder, sondern stellen die persönliche Meinung des Verfassers dar. Nachdruck und Verwendung dieser Zeitschrift in digitaler Form, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion. | **Layout:** Petra Drumm | **Verlag:** J.P. Bachem Medien GmbH, Ursulaplatz 1, 50668 Köln, Telefon: (0221) 1619-0, Fax: (0221) 1619-214, E-Mail: info@bachem-medien.de | **Geschäftsführer:** Dipl.-Kfm. Claus Bachem | **Fotos:** Robert Boecker, wenn nicht anders gekennzeichnet. | **Druck:** Burda Druck GmbH, Offenburg

Datenschutz-Information gemäß § 15 KDG

Die AdventsZeit ist eine Mitgliederzeitung des Erzbistums Köln und wird kostenlos an alle katholischen Haushalte im Erzbistum Köln verschickt. Dazu verwenden wir die Mitgliederdaten der Katholiken im Erzbistum Köln. Zur postalischen Versendung der AdventsZeit bedienen wir uns der Unterstützung durch technische Dienstleister. Diese Dienstleister werden gemäß den für uns geltenden Datenschutzbestimmungen sorgfältig ausgewählt und sind gesetzlich und vertraglich dazu verpflichtet, ein hohes Datenschutzniveau sicherzustellen. Wir verarbeiten personenbezogene Daten im Einklang mit den Bestimmungen des KDG (Kirchliches Datenschutzgesetz) zur Wahrung der berechtigten Interessen des Verantwortlichen oder eines Dritten gem. § 6 Abs. 1 lit. g KDG als Verkündungsorgan.

Verantwortlicher ist das Erzbistum Köln, Marzellenstraße 32, 50668 Köln, Telefon: (0221) 1642-0, E-Mail: info@erzbistum-koeln.de. Unser betrieblicher Datenschutzbeauftragter ist unter dieser Adresse erreichbar sowie per E-Mail an betrieblicher-datenschutz@erzbistum-koeln.de.

Ihre Rechte: Beim Meldewesen im Generalvikariat des Erzbistums Köln, erreichbar per E-Mail an meldewesen@erzbistum-koeln.de, können Sie folgende Rechte ausüben:
• Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten Daten und deren Verarbeitung (gemäß § 17 KDG) • Berichtigung unrichtiger personenbezogener Daten (gemäß § 18 KDG) • Löschung Ihrer bei uns gespeicherten Daten (gemäß § 19 KDG) • Einschränkung der Datenverarbeitung, sofern wir Ihre Daten aufgrund gesetzlicher Pflichten noch nicht löschen dürfen (gemäß § 20 KDG) • Datenübertragbarkeit (gemäß § 22 KDG).

Widerspruchsrecht/Abbestellung: Adressaten, die zukünftig keine kostenlose Mitgliederzeitung erhalten wollen, werden gebeten, dies unter Nennung ihres Namens und ihrer Anschrift mitzuteilen, per Post an Erzbistum Köln, Generalvikariat, Stichwort „Widerspruch Mitgliederzeitung", 50606 Köln, per E-Mail an info@erzbistum-koeln.de oder unter Telefon (0800) 000 5523.
Weitere Datenschutz-Informationen finden Sie im Internet unter www.mehr-auszeit.de/datenschutz-print

Hotline 0800 000 5523 | Vom 22. November bis 2. Dezember
Montag bis Freitag in der Zeit von 10 bis 14 Uhr

Schonung der Schöpfung

Durch die ausschließliche Verwendung von PEFC™-zertifiziertem Papier unterstützt die AdventsZeit aktiv den Erhalt unserer Ur- und Regenwälder. Sie fördert damit auch das Bemühen des Erzbistums Köln um einen verantwortungsvollen und ökologischen Umgang mit der Schöpfung. Als Ausgleich für das bei der Produktion der AdventsZeit freiwerdende Kohlendioxid (CO_2) wird im Rahmen der Klimainitiative der Druck- und Medienverbände ein zertifiziertes Klimaschutzprojekt unterstützt, das Windenergie im Nordosten Brasiliens fördert. In 14 Windfarmen in den Staaten Piauí und Pernambuco werden dabei insgesamt 156 Turbinen betrieben. Das Projekt leistet einen Beitrag im Hinblick auf die UN-Ziele für nachhaltige Entwicklung, speziell in den Bereichen Klimaschutz, bezahlbare und saubere Energie sowie menschenwürdige Arbeit und Wirtschaftswachstum. Dem schonenden Umgang mit der Schöpfung trägt die AdventsZeit auch beim Versand Rechnung. Dieser ist klimaneutral durch das zertifizierte Ausgleichsprojekt „gogreen" der Deutschen Post.

PEFC
PEFC/04-32-0832
PEFC zertifiziert
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen
www.pefc.de

www.pefc.de
www.klima-druck.de
www.bvdm-online.de
www.deutschepost.de/gogreen

GO GREEN
Der klimaneutrale Versand mit der Deutschen Post

Klimaneutral
Druck und Versand
ClimatePartner.com/16011-2103-1002

Manche Vorsätze erfordern etwas mehr Ausdauer.

Eine gute Partnerschaft ist dabei sehr hilfreich.

Damit Sie bei Ihren finanziellen Vorsätzen lange durchhalten, begleiten wir Sie über viele Jahre. Beginnen wir das neue Jahr am besten mit einem persönlichen Beratungsgespräch. Wir freuen uns auf Sie und wünschen Ihnen einen guten Jahresanfang. Mehr Informationen finden Sie unter **sparkasse.de**

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse

Mit Gewalt
oder mit Menschen?
Mit Menschen.
Foto: Klaus Mellenthin/Misereor
DZI
Spenden-
Siegel
Gemeinsam mit Ihnen ermöglicht Misereor Schutz
und Perspektiven für Geflüchtete im Nahen Osten.
Mehr erfahren: misereor.de/mitmenschen
misereor
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT