



21. März 2025 – Nr. 118

Liebe Leserinnen und Leser,

zum Frühlingsanfang kommt der neue Newsletter.

Zwei Angebote in der Fastenzeit hat uns Anne Kricheldorf, Gemeindereferentin in Benrath/Urdenbach geschickt.

Verschiedene Termine planen wir für April und Mai, zum Vormerken haben wir sie schon mal aufgelistet.

Zwei schöne Konzerte gibt es in der Dietrich-Bonhoeffer-Kirche und in der JFE St. Matthäus, Hellerhof.

Herzliche Einladung!!!

Für unser Kinderhaus St. Theresia werden bei ALDI in Garath Pfandbons gesammelt. Den Erlös verwendet die Kita für ihr Außengelände.

Ihnen allen einen schönen Start in den Frühling und eine gute Zeit auf Ostern zu

Herzliche Grüße Doris Lausch (PGR)



## Fasten-Zeit für mich

In diesem Jahr laden wir Sie wieder ein, einen Teil der Fastenzeit anders und bewusster zu erleben.

Ökumenisch gestalten wir eine Woche, die spirituelle Begegnung, Heilfasten und Zeit für sich selber miteinander verbindet.

Fasten ist ein Grundmerkmal jüdischen und christlichen Lebens. Jesus, Mose und Elia haben gefastet. Die körperliche Umstellung schärft die Aufmerksamkeit und öffnet den Geist. Das Heilfasten findet nach den Methoden von Buchinger / Lütznert statt.

Diese zehn Tage werden durch spirituelle Impulse und regelmäßige gemeinsame Treffen begleitet.

Wer aus gesundheitlichen Gründen nicht fasten kann, ist trotzdem eingeladen, in den Begegnungen und Impulsen diese Fasten-Zeit gemeinsam zu erleben.

**Infotreffen ist am Dienstag, den 25.03. 2025, 19.30 Uhr** in der Alten Dorfschule, Hochstraße 8.

Begleitet wird dieses Treffen von Frau Dr. Simone Barsuhn und Frau Dr. Christiane Wirtz. Sie erzählen etwas über die Heilfastenmethode und die Voraussetzungen zum Fasten. An diesem Abend erfahren Sie auch, welche Struktur die Fastentage haben.

**Ab dem 28.03.** treffen wir uns – alle die mögen – zum Spaziergang von 18.30 Uhr bis 19.00 Uhr.

Vom 31.03. bis zum 04.04. gibt es tägliche Treffen am Abend (19-20 Uhr) zum Austauschen. An jedem Abend gibt es einen Impuls, der durch den kommenden Tag begleiten soll.

Sind Sie neugierig geworden? Dann freuen wir uns, wenn Sie zum Infotreffen kommen. Für Fragen wenden Sie sich gerne an Anne Kricheldorf [anne.kricheldorf@kkbu.de](mailto:anne.kricheldorf@kkbu.de) oder Tatjana Pfitzer [tatjana.pfitzer@ekir.de](mailto:tatjana.pfitzer@ekir.de)



## Dennoch: Hoffen

In dieser Fastenzeit haben sich zwei Formate aus den unterschiedlichen Gemeinden unserer neuen Pastoralen Einheit zusammengetan und gemeinsam etwas vorbereitet. Aus der AUSZEIT in St. Matthäus und der **Oase** im Seelsorgebereich Benrath – Urdenbach ist in dieser Fastenzeit, mit einem gemeinsamen Vorbereitungskreis, die **Oasenzeit** geworden, die es in dieser Fastenzeit zweimal geben wird, verteilt auf die Orte in Garath und Urdenbach. Das Thema für die Termine ist „Dennoch: Hoffen“.

Wir erleben heute eine Gesellschaft, die von Unsicherheiten und Herausforderungen geprägt ist. Das macht uns Sorge, manchmal sogar Angst und lässt uns ratlos zurück. Doch gerade in solchen Zeiten kann der Glaube eine Quelle der Stärke sein. Er bietet nicht nur Trost, sondern auch die Möglichkeit, über die gegenwärtigen Schwierigkeiten hinauszublicken und eine positivere Perspektive zu entwickeln.

Hoffnung, in biblischem Sinne, ist eine tiefgreifende Kraft, die uns durch schwierige Zeiten trägt und segnet. Sie ist ein Aufruf, den Glauben nicht zu verlieren und aktiv an einer besseren Zukunft zu arbeiten. In vielen biblischen Texten und Geschichten wird Hoffnung als eine kraftvolle und tragende Kraft beschrieben und von den Menschen erfahren. Sie ist nicht nur ein Gefühl, sondern eine tief verwurzelte Überzeugung, dass das Gute letztendlich siegen wird. Zu dieser Erfahrung laden wir Sie ein!

**Am Dienstag, den 8. April, feiern wir um 20 Uhr** „Messe pur“ im Matthäus-Haus. In dieser Messe wird viel gesungen, es gibt ein Predigtgespräch und die Kommunion unter beiderlei Gestalt.

**Am Donnerstag, den 10. April, laden wir um 20 Uhr** zu Impulsen, Texten, Stille und Gebet nach Herz Jesu ein.

Nehmen Sie sich eine Auszeit in dieser besonders geprägten Zeit und lassen Sie sich auf einen Perspektivwechsel ein.

Für das Vorbereitungs-Team Anne Kricheldorf - Seelsorgerin/Gemeindereferentin -

Bildnachweis: pixabay.com/photo/2014/04/05/11/10/inscription-314940\_1280.jpg

## Bitte vormerken:

So 6. April Kirche Kunterbunt	So 13. April Matthäus- Café	So 27. April Gold- kommunion	So 4. Mai Krankentag	Fr 9. Mai Buch und Wein	So 11. Mai Matthäus- Café	So 18. Mai Erst- kommunion
-------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------------------

# H BÜRGERVEREIN HELLERHOF e.V.



## 2025

## SALONORCHESTER RUHRIOSO



### Mutige Menschen

„Wo die Zivilcourage  
keine Heimat hat,  
reicht die Freiheit  
nicht weit.“

(Willy Brandt)

Erleben Sie einen Streifzug durch fünf Jahrhunderte populärer Musik und Zivilcourage – bunt, genre- und zeitübergreifend:

Musik ausschließlich von Musiker\*innen, die sich in ihrem Leben für Freiheit, Gerechtigkeit und Menschenrechte eingesetzt haben und die ihren Mund auftraten, wenn diese Werte mit Füßen getreten wurden.

Freuen Sie sich mit uns  
auf einen ebenso unterhaltsamen wie ermutigenden Abend.

Samstag

5. April

19:30 Uhr

JFE

Jugendfreizeiteinrich-  
tung St. Matthäus

Bertha-von-Suttner-Str. 17

Eintritt 20 €  
mit Dusselpass: 10 €

Karten im Vorverkauf

- Postshop Vettraino
- Denss (Brottheke)  
Hellerhof, Carlo-Schmid-Str. 1/2
- zentrum plus Garath  
Fritz-Erler-Str. 21

... und an der Abendkasse

Bürgerverein Hellerhof e.V.  
c/o Postshop Vettraino  
Carlo-Schmid-Str. 2



0211 889 224 80  
Info@buergerverein-hellerhof.de  
www.buergerverein-hellerhof.de

Stadtwerke  
Düsseldorf

## „Sammelstelle für Pfandbons“



Seit dem 17.03.2025 hängt  
ein Briefkasten im Aldi  
(Kurt-Schumacher-Str.).

Dort werden Pfandbons für  
das Montessori Kinderhaus  
St. Theresia gesammelt.  
Zurzeit sammeln wir Spen-  
den für die Gestaltung  
unseres Außengeländes.

Wir freuen uns über jeden  
einzelnen Pfandbon.

Michaela Martin, Leiterin

Hier sehen Sie  
den Briefkasten!

Der erste Pfandbon  
wurde gestern  
eingeworfen!



Kath. Pfarrgemeinde **St. Matthäus**  
René-Schickele-Str. 4  
Tel. 0211 70 17 77

info@st-matthaeus-duesseldorf.org  
www.st-matthaeus-duesseldorf.de

Unsere **Sonntagsgottesdienste**  
Sa 18:00 in St. Matthäus  
So 9:30 in St. Theresia  
So 11:00 in St. Matthäus

Der 11-Uhr-Gottesdienst am 30.03.  
wird musikalisch gestaltet von

encanto

dem jungen Chor unserer Gemeinde.