



4. Fastensonntag – Über allgemeine Fastenregeln hinaus

Gedanken zum Thema Fasten von einer alten Dame, eine Woche vor ihrem 100. Geburtstag. Ein langes Leben als Krankenschwester liegt hinter ihr, mit Ausbildungsjahren mitten im Krieg. Auf die Frage, was Fasten für sie bedeutet, war die spontane Antwort, es hat nicht zuerst mit Essen zu tun. Dann überlegte sie, bei welchen Dinge es dafür aber sinnvoll sein könnte. Zum Beispiel bei der Zeit vor dem Fernsehgerät. Wobei das für sie, angewiesen auf einen Rollstuhl, die Tage in einem Pflegeheim um vieles interessanter macht. Und bestimmt auch dazu beiträgt, dass ihr Geist sehr klar und ihr Gedächtnis über die Geschichte sehr prägnant ist.

Eine große Bereicherung sind die zwei Heiligen Messen für sie, die verschiedene Priester der Stadt dankenswerter Weise jede Woche in der Hauskapelle mit den Bewohnern feiern. Sie bringen Impulse zum Nachdenken über die, für sie schon so oft wieder-gekehrten, kirchlichen Feste. Wenn man die ersten wenig bewussten 5 Jahre der Kindheit abrechnet, sind es immer noch 95 mal Ostern und Weihnachten, die sie gefeiert hat.

Sie muss sich über allgemeine Fastenregeln bestimmt keine Gedanken mehr machen, denn ihr Leben ist zum Teil ein ganz großer Verzicht, wie:

Nicht mehr ohne Hilfe auch nur einen Meter gehen zu können, wo sie in der Jugend so begeistert Tennis gespielt hat. Warten zu müssen, ob sie jemand besucht, da die Kinder weit weg wohnen und viele Freundinnen gestorben sind. Musik und Vogellieder zu vermissen, da die Ohren nicht mehr gut hören und das geliebte Hobby Lesen, wegen Problemen mit den Augen. Da sie aber all diese Begrenzungen eines selbstbestimmten Lebens mit so großer Würde und Humor trägt, scheint es mir ein wirkliches Fasten nach dem Willen und zur Freude Gottes zu sein. Sie verzichtet auch das ganze Jahr auf Unfreundlichkeit dem Heimpersonal gegenüber, auf das Jammern über das Essen oder auf Schimpfen auf die heutige Jugend.

Sie fastet unglückliche Gedanken und daher geht jeder ihrer Besucher mit leichterem Herzen und einem großen Vorbild nach Hause.

Pfarrer Dr. Andreas Mersch

4. Fastensonntag (Laetare) 29./30.03.2025

1. Les: Jos 5,9a.10-12
2. Les: 2 Kor 5,17-21
Ev: Lk 15,1-3.11-32

Seelsorgeteam

Pfarrer

Dr. Andreas Mersch

Leiter der Kirchengemeinden
(Pfarrverweser)

Poller Hauptstraße 26
51105 Köln

Tel.: 0221 830 72 98

Sprechstunde: nach Vereinbarung
andreas.mersch@erzbistum-koeln.de

Pfarrvikar

**Pater Abraham Muttethazhathu
MCBS**

Tempelstraße 2
50679 Köln

Tel.: 0221 669 662 77

Sprechstunde: nach Vereinbarung
abraham.muttethazhathu@erzbistum-koeln.de

Pastoralreferentin

Maria Schwarz

Poller Hauptstraße 26
51105 Köln

Tel.: 0221 933 79 50

0176 21 07 03 60

Sprechstunde: nach Vereinbarung
maria.schwarz@erzbistum-koeln.de

Kaplan

Chika Cyprian Okoye

Poller Hauptstraße 26
51105 Köln

Tel.: 0171 650 72 24

Sprechstunde: nach Vereinbarung
chika-cyprian.okoye@erzbistum-koeln.de

Termine und Veranstaltungen im Seelsorgebereich

Familienzentrum und Kidix-Kurse:

Nähere Informationen zu allen Angeboten finden Sie unter:

www.familienzentrum-deutz-poll.de

Exerzitien im Alltag:

(für angemeldete Teilnehmer)
„Das Leben ins Gebet nehmen“

Sonntag, 30.03.2025 – 18.30 Uhr

Treffen im Forum am Deutzer Dom mit Pfarrer Dr. Andreas Mersch und Pastoralreferentin Maria Schwarz

Männerwallfahrt von Jung bis Alt zur Kalker Madonna und zum Kölner Dom

„Siehe – nun mache ich etwas Neues. Merkt ihr es nicht?“ (Jesaja 43,19)

Samstag, 05.04.2025

19.35 Uhr Statio in St. Heribert

www.schweigegang.de

Termine und Veranstaltungen von St. Heribert und St. Urban

Caritaskreis: Donnerstag, 03.04.2025 – 15.30 Uhr im Forum am Deutzer Dom

Einweihung Deutzpfad – Stadtrundgang:

Donnerstag, 03.04.2025 – 17.30 Uhr
Statio und Konzert in St. Heribert

Eine-Welt-Gruppe:

Sonntag, 06.04.2025 nach der Messe
im Forum am Deutzer Dom
Café und Verkauf

MessdienerInnen:

Sonntag, 06.04.2025

Treffen nach der Messe

Kolpingfamilie St. Heribert:

Montag, 07.04.2025 – 17.00 Uhr

Wortgottesdienst in der Hauskapelle,
Theodor-Hürth-Str. 2 - 4

Gäste sind herzlich willkommen!

Besuchskreis: Mittwoch, 09.04.2025 – 16.00 Uhr im Forum am Deutzer Dom

kfd: Donnerstag, 10.04.2025 –

14.00 Uhr; Besinnungstag

im Forum am Deutzer Dom

Kommunionvorbereitung:

Samstag, 12.04.2025 – 10.30 Uhr

Palmstockbasteln

im Forum am Deutzer Dom

kfd: Montag, 14.04.2025 – 14.30 Uhr

Mitarbeiterinnenrunde

im Forum am Deutzer Dom

Erzählcafé: Mittwoch, 16.04.2025

nach der Wortgottesfeier

im Pfarrsaal von St. Urban

Ortsausschuss:

Mittwoch, 16.04.2025 – 17.30 Uhr

im Forum am Deutzer Dom

MessdienerInnen: Donnerstag,

17.04.2025 – 15.00 Uhr Probe für die

Kar- und Ostertage in St. Heribert

Spielenabend: Donnerstag, 17.04.2025 –

16.30 Uhr im Forum am Deutzer Dom

Gottesdienste vom 29. März bis 1. April 2025

Samstag, 29.03.2025

17.00 Uhr Vorabendmesse
St. Urban

18.30 Uhr Vorabendmesse
St. Joseph
LuV der Pfarrgemeinden

Sonntag, 30.03.2025 4. Fastensonntag (Laetare)

**Fastenpredigt in allen deutschsprachigen Messen am Wochenende:
Solidarität mit der Welt und den Menschen**

9.45 Uhr Heilige Messe
St. Heribert

10.00 Uhr Wortgottesfeier für Familien mit Kleinkindern
St. Joseph
anschließend Treffen

11.15 Uhr Heilige Messe
Hl. Dreifaltigkeit

17.00 Uhr Heilige Messe der Frankophonen Gemeinde
St. Urban
in französischer Sprache

Montag, 31.03.2025

18.00 Uhr Kreuzwegandacht
Hl. Dreifaltigkeit

Dienstag, 01.04.2025

8.20 Uhr Wortgottesfeier der Grundschulen
St. Heribert

9.00 Uhr Heilige Messe
St. Joseph

14.30 Uhr Heilige Messe im Caritas Altenzentrum St. Heribert
St. Heribert

18.00 Uhr Rosenkranzgebet
Hl. Dreifaltigkeit

Unsere **Kindertagesstätte St. Joseph Köln-Poll** sucht

- vom 30.06.2025 bis zum 28.02.2026 eine
Fachkraft in Vollzeit

Bewerbungen bitte an: kita.joseph.deutz-poll@erzbistum-koeln.de

Infos bei Herrn Joel Mayer 0221 830 72 29

Unsere **Kindertagesstätte St. Heribert Köln-Deutz** sucht

- ab sofort bzw. zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine
Pädagogische Fachkraft in KiTa (m/w/d) in Vollzeit,
zunächst befristet bis Februar 2026 mit der Option auf Verlängerung.

Bewerbungen bitte an: kita.heribert.deutz-poll@erzbistum-koeln.de

Infos bei Frau Melanie Dukic 0221 81 13 76

Gottesdienste vom 2. bis 5. April 2025

Mittwoch, 02.04.2025

8.15 Uhr St. Joseph	Wortgottesfeier der Gemeinschaftsgrundschule Poller Hauptstraße
8.30 Uhr St. Urban	Heilige Messe
16.00 Uhr St. Joseph	Ökumenischer Gedenkgottesdienst im Johanniter-Stift

Donnerstag, 03.04.2025

9.00 Uhr Hl. Dreifaltigkeit	Heilige Messe gestaltet vom Frauenkreis Hl. Dreifaltigkeit
12.00 Uhr Deutzer Friedhof	Beerdigung
13.30 Uhr Deutzer Friedhof	Beerdigung
18.30 Uhr St. Heribert	Wortgottesfeier im Eduardus-Krankenhaus

Freitag, 04.04.2025

Herz-Jesu-Freitag

8.15 Uhr Kapelle der Stille Evang. Gemeinde	Ökumenische Wortgottesfeier der Katholischen Grundschule Am Altenberger Kreuz (Janusz-Korczak-Schule)
18.00 Uhr St. Heribert	Heilige Messe

Samstag, 05.04.2025

Kollekte in allen Gottesdiensten: Misereor und Fastenopfer der Kinder

15.00 Uhr St. Heribert	Tauffeier
17.00 Uhr St. Urban	Vorabendmesse
18.30 Uhr St. Urban	Anbetung der Frankophonen Gemeinde
18.30 Uhr Hl. Dreifaltigkeit	Vorabendmesse LuV der Pfarrgemeinden
19.35 Uhr St. Heribert	Statio der Männerwallfahrt zur Kalker Madonna „Siehe – nun mache ich etwas Neues. Merkt ihr es nicht?“ (Jesaja 43,19) 20.00 Uhr Abgangszeit 22.15 Uhr Abschlussmesse im Dom

Osteragape: Samstag, 19.04.2025
nach der Feier der Osternacht
im Forum am Deutzer Dom

kfd: Mittwoch, 30.04.2025 – 14.00 Uhr
Führung in der Griechisch-Orthodoxen
Kirchengemeinde – Alt St. Heribert

Eine-Welt-Gruppe:
Mittwoch, 30.04.2025 – 18.30 Uhr
im Forum am Deutzer Dom

Termine und Veranstaltungen von St. Joseph und Hl. Dreifaltigkeit

Kommunionvorbereitung:
Samstag, 29.03.2025 – 17.00 Uhr
Kerzenbasteln im Pfarrsaal

Frauenkreis Hl. Dreifaltigkeit:
Donnerstag, 03.04.2025 – nach der
Messe Stadtführung „Es war einmal“

Bücherei Lesezeichen:
Freitag, 04.04.2025 – 19.00 Uhr
„Ein Schmecktakel“
Lesung mit dem Ensemble
vom Theater „Das Spielbrett“

Fastenessen der Gemeinde: Sonntag,
06.04.2025 – 12.00 Uhr im Pfarrsaal
mit Eine-Welt-Laden und Spielecke

KiTa St. Joseph:
Dienstag, 08.04.2025 – 10.00 Uhr
Religionspädagogisches Angebot

Ortsausschuss Poll: Mittwoch,
09.04.2025 – 20.00 Uhr Treffen
mit dem PGR in der Bücherei

Palmstockbasteln:
Samstag, 12.04.2025 – 10.00 Uhr
im Pfarrheim

MessdienerInnen: Dienstag,
15.04.2025 – 16.00 Uhr Probe für die
Kar- und Ostertage in St. Joseph

Osteragape: Samstag, 19.04.2025 nach
der Feier der Osternacht im Pfarrsaal

Kommunionvorbereitung:
Mittwoch, 30.04.2025 – 16.00 Uhr
Probe in Hl. Dreifaltigkeit

Kommunionvorbereitung:
Freitag, 02.05.2025 – 16.00 Uhr
Probe in Hl. Dreifaltigkeit

13. Poller Irish Night:
Samstag, 10.05.2025 in der GGS
Karten sind zum Preis von 20 €
im Pfarrbüro sowie über die Website
www.polleririshnight.de erhältlich.



**Diese Woche lesen Sie
in der Kirchenzeitung**

Die KI glaubt nicht an Gott

25 Jahre Tagung für Öffentlichkeitsarbeit

Visitenkarten des Doms

Der Dienst als Domschweizer ist nicht immer einfach

Von Fegefeuer und Erlösung singen

Mit Simon Halsey für den „Dream of Gerontius“ proben

**4 Wochen kostenlos lesen
Telefon (02 21) 16 19-193**

Öffnungszeiten des Pastoralbüros in Deutz

St. Heribert

Deutzer Freiheit 64, 50679 Köln

Tel.: 0221 801 95 00

st.heribert.deutz-poll@erzbistum-koeln.de

Montag	9.00 – 11.00 Uhr
Dienstag	9.00 – 11.00 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr
Mittwoch	9.00 – 11.00 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr
Donnerstag	9.00 – 11.00 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr
Freitag	9.00 – 11.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr

Spenden > Bankverbindung:

IBAN: DE88 3705 0198 0002 0026 57

BIC: COLSDE33 Sparkasse KölnBonn

Öffnungszeiten des Pastoralbüros in Poll

St. Joseph und Hl. Dreifaltigkeit

Poller Hauptstr. 26, 51105 Köln

Tel.: 0221 830 72 10

Fax: 0221 83 14 55

st.joseph.deutz-poll@erzbistum-koeln.de

Dienstag	9.00 – 11.00 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr
Mittwoch	9.00 – 11.00 Uhr
Donnerstag	9.00 – 11.00 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr
Freitag	9.00 – 11.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr

Spenden > Bankverbindung:

IBAN: DE51 3705 0198 0002 8422 76

BIC: COLSDE33 Sparkasse KölnBonn

Verwaltungsleitung

Iris Fuchs

Tel.: 0221 801 95 0-27

Tel.: 01520 89 19 152

iris.fuchs@erzbistum-koeln.de

Verwaltungsleitung

Ressort Kindertagesstätten

Rita Geuenich

Tel.: 0162 62 13 162

rita.geuenich@erzbistum-koeln.de

Adressen der Kindertagesstätten

St. Heribert

Lorenzstr. 5-7, 50679 Köln

0221 81 13 76

St. Joseph

Poller Hauptstr. 26b, 51105 Köln

0221 830 72 29

Adressen der Pfarrheime

Forum am Deutzer Dom

Deutzer Freiheit 64

St. Joseph

Poller Hauptstr. 26

St. Urban

Ulitzkastr. 3

Kirchenmusik

Matthias Leenen

Seelsorgebereichsmusiker

Tel.: 0221 88 41 48

matthias.leenen@erzbistum-koeln.de

Stand: Donnerstag, 27.03. - 11.00 Uhr

Gottesdienste am 6. April 2025

Sonntag, 06.04.2025 5. Fastensonntag

**Fastenpredigt in allen deutschsprachigen Messen am Wochenende:
Lebendiger Glaube in Gemeinschaft**

Kollekte in allen Gottesdiensten: Misereor und Fastenopfer der Kinder

9.45 Uhr
St. Heribert

Heilige Messe

11.15 Uhr
St. Joseph

Heilige Messe

17.00 Uhr
St. Urban

Heilige Messe der Frankophonen Gemeinde
in französischer Sprache

Gottesdienste im Eduardus-Krankenhaus

regelmäßiger Gottesdienst: donnerstags um 18.30 Uhr

Informationen bei: Pastoralreferent Leonard Schymura, Tel. 0221 82 74-33 62

Kinderchor

Alle Kinder ab dem Grundschulalter sind herzlich eingeladen!

Deutz: mittwochs von 17.00 - 17.45 Uhr

im Forum am Deutzer Dom, Deutzer Freiheit 64

Poll: donnerstags von 17.00 - 17.45 Uhr

im Pfarrsaal St. Joseph, Poller Hauptstr. 26

M. Leenen, Tel.: 0221 88 41 48, matthias.leenen@erzbistum-koeln.de

Büchereien:

Pfarrbücherei KÖB St. Heribert, Deutzer Freiheit 64

dienstags 15.30 – 18.00 Uhr

mittwochs 10.00 – 12.00 Uhr

donnerstags 15.30 – 18.30 Uhr

E-Mail: koeb-heribert@gmx.de; Telefon 0221 801 95 036

LESEZEICHEN KÖB St. Joseph und Hl. Dreifaltigkeit, Poller Hauptstr. 26

sonntags 10.00 – 13.00 Uhr

dienstags und donnerstags 17.30 – 18.30 Uhr

E-Mail: koeb.lesezeichen@gmx.de; Telefon: 0160 92 13 49 00

Caritassprechstunden und weitere Hilfsangebote:

Caritas St. Heribert: dienstags 10.00 – 11.00 Uhr, Forum am Deutzer Dom

Kölsch Hätz-Büro Deutz: dienstags 16.00 – 18.00 Uhr

Deutzer Freiheit 64, Tel.: 0221 801 95 0-22, E-Mail: info@koelschhaetz.de

Kölsch Hätz-Büro Poll: freitags 10.00 – 12.00 Uhr

Rolshover Str. 588a (Marktplatz) Tel: 880 79 89, E-Mail: info@koelschhaetz.de

Deutzer Tafel: donnerstags um 14.30 Uhr im Forum am Deutzer Dom;

Lebensmittelausgabe für Deutzer Rentner*innen mit Köln-Pass

Seniorenclubs:

Seniorenclub St. Heribert: dienstags um 14.30 Uhr im Forum am Deutzer Dom

Offener Seniorentreff: am 2. und 4. Dienstag im Monat

von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr im Pfarrzentrum St. Urban

Seniorenclub Hl. Dreifaltigkeit: 1. bis 3. Mittwoch im Monat um 14.30 Uhr

im Haus Nikolaus

Eine-Welt-Kreise:

Eine-Welt-Gruppe St. Heribert:

Verkauf von fair gehandelten Produkten an jedem 1. Sonntag im Monat nach der Heiligen Messe in St. Heribert

Eine-Welt-Laden St. Joseph:

monatlich in der Seitenkirche St. Joseph – siehe Terminseite

Besondere Hinweise:

Café „Sprachen-Raum“: Ein Ort zur interkulturellen Begegnung

freitags 10.00 Uhr – 12.00 Uhr im Forum am Deutzer Dom;

in Zusammenarbeit mit „Willkommen in Deutz Initiative“ c/o CENO e.V.