



Löwenpresse

Sankt Markus

Jg. 40 / Frühjahr 2020



Aus dem Inhalt:

Xundheit Alt-Pfarrer	S.03
Fermentation	S.04
Jungschar	S.12
Infos PGR	S.13

NAHRUNG UND WIR

Liebe Gründberger*innen, liebe Pfarrgemeinde von St. Markus!

Eine Alltäglichkeit: Nahrung und Wir! Unser Körper verlangt nach Essen.



Ohne diesen Grundvollzug unseres Lebens, der uns mit unserer Mitwelt verbindet, könnten wir vielleicht einige Wochen überleben; aber letztlich wür-

den wir verhungern und sterben. „Von Luft und Liebe“ lebt es sich leider nicht wirklich lange. Umso wichtiger ist es, diesem täglichen Bedürfnis – gerade am Beginn der Fastenzeit – Aufmerksamkeit zu schenken. Die Artikel in diesem Blatt wollen als Anregung „zu sich genommen“ werden!

Die Volksweisheit „Du bist, was du isst!“ lässt mich jedes Mal aufhorchen und meine Essgewohnheiten reflektieren; in Zeiten der Klimakrise bekommt dieses Hinhören eine zusätzliche Dimension: Schade ich mit meiner Ernährung nicht nur mir selbst, sondern auch unserer Mutter Erde? Wie geht das mit meinem Fühlen und Gewissen zusammen, dass Lebewesen (Tiere und Pflanzen) für mich sterben müssen, damit ich leben kann?

„Der Mensch lebt nicht nur vom Brot allein, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt!“ – mit diesem Wort Jesu bei seiner Versuchung in der Wüste weißt er uns auf eine weitere Dimension unserer Nahrungsaufnahme hin: Wir brauchen auch Nahrung für die Seele und den Geist; wir Menschen sind so grundgelegt, dass wir ohne Zuwendung, ohne Anregung, ohne Rückbindung (lat. religio) an das Geheimnis, das wir Gott nennen, in unserer Seele und in unserem Geist verkümmern. Was uns bei unseren Kindern (und letztlich für uns alle bis zur Sterbestunde) wichtig ist und einleuchtet, dass wir Nahrung für unseren Geist brauchen, das ist uns im seelisch/geistlichen Bereich fraglich geworden. Lassen wir unsere Seele, dieses Organ, das uns mit dem größeren Ganzen verbindet, nicht verhungern!

In diesem Sinne: Nützen wir die Angebote auch bei uns in St. Markus: Fastenpredigten, Gottesdienste, Bibelkurse, geistliche Begleitung... herzliche Einladung dazu! Ein gutes Zugehen auf Ostern „mit Leib und Sö“ wünscht dir/Ihnen

Matthis List, PfarrA

G'essn wird, was am Tisch kummt....

„G'essn wird, was am Tisch kummt...“, eine Tischphrase meiner Kindheit. Dieser Satz klingt mir noch heute in den Ohren nach. Das Gegenteil erleb ich, wenn die illustre Enkerlschar am großen Familientisch essend zusammensitzt und lautstark zu vernehmen ist: Das mag ich nicht – ich mag n u r das!! Meine Eltern, eine Kriegsgeneration, erfuhr am eigenen Leib die Wahrheit des sinnigen Spruches von Willy Brandt, einem deutschen Politiker: „Wo Hunger herrscht, kann Friede keinen Bestand haben.“ Ja, und mein Vater erzählte mir, dass es gegen Monatsende oft nicht mehr zu einem Laib Brot reichte.

Wir Nachkriegsgeneration

Wir hingegen, die Nachkriegsgeneration, darf im Goethe-Satz schwelgen, der lautet: „Das Essen soll zuerst das Auge erfreuen, und dann den Magen.“ Und mein Auge ist oft so erfreut, daß ich dann so viel esse, bis nichts mehr Platz hat. Damit widerspreche ich aber der hippokratischen Weisheit: „Deine Nahrungsmittel seien deine Heilmittel!“ Da kann ich noch soviel Rufzeichen dahintersetzen, wenns Hirn aussetzt....findet's Besteck keine Ruhe.

Essen verlernt?

Und der Meinung eines französischen Starkochs möchte ich nun doch nicht Nahrung liefern, nämlich, daß viele Menschen das Essen verlernt haben, sie könnten nur noch schlucken. Von der lustigen Seite nimmts der französische Desinger Christian Dior: „Essen ist eine höchst ungerechte Sache. Jeder Bissen bleibt höchstens zwei Minuten im Mund, zwei Stunden im Magen, aber zwei Monate oder länger an den Hüften!“ Um die Ess-Materie weiter von der heiteren Seite zu betrachten, fällt mir eine Episode in der Straßenbahn, am morgendlichen Weg zur Arbeit, ein. Bekanntlich Morgenmuffelzeit. Mein Sitznachbar meinte zu seinem in sich verschanzten Gegenüber: „Warum bist du so schlecht gelaunt? Host leicht de ganze Nocht nix gessn?“

Speiseplan verkürbist

Noch etwas Persönliches. Seit unsere Kinder aus dem Haus sind, und das sind sie schon lange, hat meine Frau Rosina den familiären Speiseplan komplett verpflanzlicht, verkürbist. In letzter Zeit massiv verzuchinit. Schweinderl, Kuhlmuß oder sonstiges Getier mit Fleisch auf den Knochen – mir völ-

lig fremd. Sie meints ja gut mit mir, weil mein Essen ist umso gesünder, je bunter es ist. Da passt genau der Spruch, wenn die Menschen die Viecherl, die sie essen, selbst töten müssten, gäbs fast nur mehr Vegetarier. Ja und hat die Rosina dann sämtliche Standln am Grünmarkt leergekauft, um mich am Leben zu erhalten bzw. mir Freude zu bereiten, fällt mir der Paracelsus ein: „Bis 20 iss, soviel du kannst. Bis 30 iss, soviel du musst. Über 30, sowenig du kannst.“ Na eben. Zeit, um vom Sprüche klopfen wegzukommen. Ins Tun zu kommen. Übrigens ein Motto unseres Fachausschusses für Entwicklungspolitik in St. Markus. Schon mal gehört davon? Bin ich auch dabei.



Theoretisches und Praktisches

Für Mitte Jänner lädt die Rosina, unsere Fachausschußleiterin, die Lebensmitteltechnologin Barbara Blauensteiner ein. Sie soll uns 12 Mitglieder durch einen Koch-Klausur-Tag begleiten, theoretisches Wissen vermitteln und schließlich im praktischen Tun anleiten. Barbara beginnt ihre Ausführungen mit „Warum werden unsere Lebensmittel haltbar gemacht?“, klärt über Infektionskrankheiten auf und weist auf den Faktor Reinlichkeit hin. Sie berichtet vom Clostridium Botulinum, kei-



ner ausgestorbenen Saurierart, sondern ein höchst gefährlicher Virenstamm. Betrifft eingemachte Lebensmittel, Fisch- und Fleischkonserven. Daher ist riechen vor dem Verzehr total wichtig. Bei Katz und Hund abschauen. Wir hören vom guten und schlechten Schimmelbefall. Ersterem auf Käse, und schlechtem, mykotoxinem Schimmelpilz



auf Marmelade, den wir alle kennen. Ist großzügig abzuschöpfen. Barbara erklärt uns auch den Unterschied zwischen Schimmel und Fäulnis am Beispiel Apfel. Schimmel bildet einen grünlichen Rand > entsorgen! Bei Fäulnis wird die Frucht n u r (!) gatschig.....Mahlzeit. Nachmittags geht's an die praktische Herstellung von Kimchi. Kimchi ist die Zubereitung von Gemüse durch Milchsäuregärung. Ein Vitamin-C-Speicher für den Winter. Ab jetzt geht's am Gemüsetisch rund. Zwölf Personen, 24 Hände lassen unter eifrigem Raspeln, unverdrossenem Hobeln, gemeingefährlichem Schneiden diesen erbeben. Alles Grünzeug zerfällt schier vor Angst in seine Kleinstbestandteile. Finger werden wieder weiß, Armkettler verfärben sich ob des eifrigen Eintauchens in den Gemüsebrei, Ellbögen versinken im großen Weidling in dem das Gemüse abgemischt wird und Uhren gehen verloren, weil sich das Uhrband im Milchsäurebad aufgelöst hat. Nein,



nein, so arg wars natürlich nicht. Wir halten uns ja an Hygienevorschriften! Schlußendlich wird das Häckselgut in Einmachgläser versenkt, gepreßt und mit Wasserbeutelchen beschwert. So verschlossen, bereit zur Gärung und zum Verzehr in einigen Tagen. Zuletzt genieß ich noch getrocknete Insekten, weils so gut zum Kimchi paßt und beiß einer Riesenheuschrecke den Kopf ab. Gar nicht schlecht. Snack for future, nennt sich das!

Personalisierte Ernährung

Zum Drüberstreuen verdeutscht uns Barbara noch den Begriff „personalisierte Ernährung“. Da bist im Geschäft mit deinen Gen-Daten, deinem Insulinwert u.a. eingeloggt, quasi um deine optimale Ernährung sicherzustellen. Hat mich nicht so angesprochen, so daß ich m e i n e personalisierte Ernährung während des Schreibens dieses Artikels auf meine Art sicherstellte. Nämlich mit Most und Speck! Da halte ich es mit dem Konstantin



Wecker: „Wer nicht genießt, ist ungenießbar!“

Wolfgang Woisetschlager

„Xundheit!“ Humor – als Nahrung für die Seele!

Ein wenig erlöster müssten die Christen ausschauen, damit ich an ihren Gott glauben könnte, sagte F. Nietzsche. Das ist ein sehr herausfordernder Anruf an Dich und mich! Ich hoffe, dass ich bei Ihnen ein Lächeln hervorzaubere, denn im Vorjahr war mir nach meinen 88 Tagen im Krankenhaus nicht immer zum Lachen zu Mute, jetzt aber schon wieder! Indem ich im Pfarrblatt 13 - 33 Personen mehr ansprechen kann, als durch eine Predigt in der Kirche, kann ich aus 100 km Entfernung etwas Gutes tun u.a., indem ich 16 Liter Diesel einspare. Übrigens muss ein Tag, der traurig beginnt, nicht traurig enden! Im Innviertel, also meiner Heimat, gab es früher bei den wohlhabenderen Bauern den Brauch der „Tanzenden Leich“: Wenn es der Bauer testamentarisch verfügte, gab es zuerst ein feierliches Begräbnis in der Kirche, dann ein kraftvolles Essen mit Kaisersemmel, Suppe, Rindfleisch mit Semmelkren und gerösteten Kartoffeln, und am Abend beim Tanz verflog die Trauer überraschend schnell. Vor etwa vierzig Jahren war ich zur Zehrung in den damaligen Gründberghof eingeladen. Die Stimmung wurde immer fröhlicher. Ich musste dienstlich nach Hause. Am nächsten Tag erzählte man mir, die Trauerfeierlichkeit wäre mit dem ergreifenden Lied ausgeklungen: „So ein Tag, so wunderschön wie heute,...“ Als Schüler achtete ich immer darauf, dass mir kein Lehrer vorwerfen konnte, ich wäre zu eifrig. Das wirkte sich auf die Stimmung meiner Mutter und meiner Professoren negativ aus; ich selber blieb gelassen und fröhlich. Meine Gebete waren vor Schularbeiten nicht sehr vertrauensvoll, musste ich doch in 8 Jahren Gymnasium erfahren, dass auch der liebe Gott faulen Schülern nicht durch ein Wunder hilft. Als mir ein Professor ziemlich genervt zuschrie: „Maislinger, Sie sind der Grenzstein zwischen Genie und Wahnsinn“, überlegte ich: „Soll ich mich ärgern, dass ich dem Wahnsinn nahe bin oder mich freuen, dass ich ein Zipfelchen vom Mantel eines Genies habe?“ Ich entschied mich für das Letztere. In meiner 88tägigen Karriere in vier Krankenhäusern konnte ich vor allem das Personal erheitern, manche Ärzte weniger! Ich fragte einige Primare vorsichtig: „Mögen Sie Witze?“ Wenn sie zustimmten, kam mein Standard Witz: „Was ist der Unterschied zwischen einem Primar und dem lieben Gott? – Der liebe Gott weiß, dass er kein

Primar ist!“ Ich freute mich am meisten über das verhaltene Gekicher des Begleittrosses. Im Ischler Krankenhaus bekomme ich Besuch von einer lieben Bekannten. Wir gehen auf dem Gang spazieren als uns ein für sein loses Mundwerk bekannter und sehr beliebter Pfleger nachruft: „Na ihr zwei, traut ihr euch nicht Handerl geben?“ Ich bin kurz sprachlos, was bei mir nicht so oft vorkommt. Ich erfange mich und schreie zurück: „Nein, das dürfen wir nicht! Wir leben in keiner eingetragenen Partnerschaft!“ Ein junger Arzt versucht einem etwas gereizten Patienten Blut abzunehmen. Nach dem dritten Fehlversuch schnauzt ihn der gemartete Patient an: „Herr Doktor, stechen können Sie nicht, aber vielleicht wären Sie ein guter Torero geworden!“ Zwei Eigenwitze von mir: „Was ist einer der Vorteile, wenn man gestorben ist? Dass man zum eigenen Begräbnis nicht mehr selber gehen muss!“ „Was ist der Unterschied zwischen Kirchenglocken und Kardinal Schönborn? Die Kirchenglocken fliegen nur einmal im Jahr nach Rom“ Ich frage den Journalisten Bert Brandstätter: „Was muss ich tun, damit Du auch mir in den OÖN einen wunderschönen Nachruf schreibst?“: Seine ergreifende Antwort: „Sterben“. Vor vierzig Jahren waren wir Seelsorgerinnen und Seelsorger aus Linz auf einer Studienwoche in Seggau, dem Bildungshaus der Diözese Graz. Da zu wenig Besprechungszimmer zur Verfügung stehen, verteilen wir uns zu viert in Einzelzimmer. Da es nur zwei Sessel gibt, sitzen meine Gesprächspartnerin und ich auf der Bettkante. Es klopft und herein kommt unangemeldet Bischof Weber. Ich spiele den Entsetzten und sage stotternd: „Herr Bischof, Sie sind der Erste, der mich mit einer Frau im Bett erwischt“ Gelächter! Sollten Sie beim Konsumieren meiner ergreifenden Worte nicht mindestens dreimal schmunzeln haben können, dürfen Sie von mir gratis Nachhilfe im Lächeln telefonisch erbitten: 0676 9455965. Auch im Zeitalter eines beinahe Gegenpapstes lassen wir uns die Freude am Glauben nicht nehmen!! Mit 77 Jahren ist noch lange nicht Schluss, mit 77 Jahren einen fröhlichen Gruß, Euer Alt-Pfarrer in (Un) Ruhe,



Johann Maislinger

Fermentation – die Verwandlung von Lebensmittel

Fermentation ist ein Überbegriff für die Umwandlung organischer Stoffe mit Hilfe von Mikroorganismen oder Enzymen. In der Lebensmittelindustrie wird die Fermentation etwa zur Haltbarmachung und Herstellung von Sauerkraut, Natto (traditionelles japanisches Lebensmittel aus Sojabohnen), Tofu, Miso (japanische Paste hauptsächlich aus Sojabohnen), Sojasoße, Kimchi (eingelegter Chinakohl) und Käse oder zur Veredelung von Tee, Kaffee und Kakao



eingesetzt. Eine Fermentationsprozess läuft auch bei der Milchsäuregärung von Buttermilch, Joghurt oder Kefir ab und ebenso bei der alkoholischen Gärung von Bier, Wein oder Whiskey. Bevor es Tiefkühltruhen und gekühlte Lagerhäuser gab, musste die Ernte des Sommers so konserviert werden, dass die Lebensmittel auch im Winter verfügbar waren und ohne Strom haltbar gemacht wurden. Fermentierte



Lebensmittel werden nicht erhitzt und stellen auch im Winter die Vitaminversorgung sicher. Durch die Fermentation entsteht Säure, diese sorgt dafür, dass schädliche Bakterien, die das Lebensmittel verderben lassen würden, abgetötet werden. Fermentierte Lebensmittel sind ohne Kühlung haltbar. Gleichzeitig sind fermentierte Lebensmittel sehr gesund, da sie leichter verdaulich und durch die abgebauten Kohlenhydrate kalorienärmer sind. Bei der Fermentation entstehen u.a. Vitamin C und B Vitamine. Rohes fermentiertes Gemüse ist lebendige Nahrung, die viele aktive Enzyme und Milchsäurebakterien enthält. Diese sorgen für



eine gesunde Darmflora, stärken unsere Abwehrkräfte und machen immun gegen viele Krankheiten. Im Gegensatz zu gekauften probiotischen Präparaten aus der Apotheke enthalten selbst hergestellte Fermente eine viel größere Bandbreite an Mikroorganismen, die wohltuend für unseren Darm sein können. Leider ist das Sauerkraut aus dem Supermarkt meist erhitzt und enthält keine nützlichen Bakterien mehr.



Wer zu Hause Gemüse wild fermentieren möchte, braucht ein Gefäß, unraffiniertes Meersalz, Gemüse und Wasser. Ob auf der Oberfläche von Pflanzen, in der Milch, auf unserer Haut, oder in unserem Körper: Milchsäurebakterien sind überall präsent. Ihre Anwesenheit verhindert die Entwicklung von Fäulnis-erregern, krank machenden Bakterien und Pilzen. deshalb gelingt es so leicht, jedes Gemüse wild zu fermentieren. Für den Fermentationsprozess wird Gemüse in ein Gefäß gegeben und unter eine zweiprozentige Salzlake gedrückt. Die Milchsäurebakterien leben von den im Gemüse enthaltenen Kohlenhydraten und bauen diese zu Milchsäure ab. Dieses konserviert das fermentierte Gemüse und verleiht ihm seinen einzigartigen sauren und erfrischenden Geschmack. Die wilde Fermentation verläuft in zwei Phasen das gut an der Sauerkrautherstellung gezeigt werden kann. Durch Drücken und Stampfen des fein geschnittenen und gesalzenen Weißkrauts entweicht die Luft und der Zellsaft tritt aus. Dieser ist Nahrung für die Mikroorganismen, die die erste Gärphase einleiten und außerdem bildet dieser

mit dem Salz die Lake, unter die das Kraut gedrückt werden muss, damit kein Sauerstoff herankommt. Die erste Gärphase dauert zwei Tage und braucht eine Raumtemperatur von 20 bis 22 °C. Im Laufe der nächsten Tage sorgen die Milchsäurebakterien und Hefezellen für die Konservierung und Aro-



omatisierung des Sauerkrautes. Nach 10 bis 20 Tagen ist die Milchsäuregärung beendet. Allerdings brauchen die meisten Gemüsefermente zwei bis drei Wochen bis zur vollen Reife, Sauerkraut braucht sogar vier bis sechs Wochen. Also (überschüssiges) Gemüse mal nicht in die Tiefkühltruhe geben, sondern milchsauer vergären und am Besten roh genießen. Viel Spaß dabei und gutes Gelingen.

Literaturtipps:

Kirsten K. Shockey & Christopher Shockey: Fermentieren – Gemüse einfach und natürlich haltbar machen, Löwen-zahn Verlag

Rene Redzepi & David Zilbe: Das Noma – Handbuch Fermentation; Kunstmann Verlag



Barbara Blauensteiner-Tomandl, Lebensmittel- und Biotechnologin, Lehrerin an der HTL für Lebensmitteltechnologie und Getreidewirtschaft in Wels

Was mich nährt?

Mich nährt ein schönes Fest mit meinen Freund*innn!

-Matthias List



Sprung über den inneren Widerstand

Heilfasten - mit der Kraft der Gruppe

NAHRUNG für Geist, Körper und Seele

Seit 10 Jahren halten wir im beginnenden Frühling ein Heilfasten in der Gruppe.

Warum verspüren Frauen und Männer das Bedürfnis in einer Gruppe zu fasten? Ein paar Gedankensplitter von ihr, ihm und mir: „Irgendwie läuft das Leben so dahin.“ „Ich esse so gerne Schokolade, vor allem wenn ich unruhig bin oder mir alles zu viel ist.“ „Vieles tut mir gut, aber ich pack's nicht an.“ „Ich fühl mich träge, esse unregelmäßig, meist am Abend und dann zu viel.“ „Ich schaffe leichter Schnitt für eine gewisse Zeit, zB Fastenzeit ohne Alkohol und Schokolade - das gute Maß an allen Tagen gelingt mir nicht.“ „Ich sollte meine berufliche Arbeit überdenken und scheue die Veränderung.“ „Das häufige Kopfweg wird wohl mit meiner dauernden Anspannung zu tun haben.“ „Ich fühl' mich irgendwie abgeschnitten. Gott ist weit weg.“



Am Beginn der 40 Tage vor Ostern erinnert uns das Markusevangelium, dass Jesus sich - ganz in der Tradition der biblischen Propheten - 40 Tage lang der Wüste aussetzte: dem Ort des Gegensatzes zu den zivilisierten Lebensräumen. Der freiwillige Gang in die Wüste verdeutlicht was auch beim Fasten geschieht. Die gewohnten Lebensvollzüge werden unterbrochen um das eigene Leben wieder bewusst und auch selbstkritisch wahrzunehmen - Ess- und Schlafgewohnheiten, den Rhythmus des Alltags, die Aufgaben in Beruf und Familie, die Verbindung zur Erde, den Platz und die eigene Aufgabe in der Welt.

Fasten im Sinne Jesu betrifft den ganzen Menschen. Unser Körper ist das Haus für unsere Seele in der Welt, die Bibel spricht vom Körper als Tempel Gottes. Wenn wir uns in ihm zu Hause fühlen, uns daran freuen und gut für ihn sorgen, öffnen sich auch unser Geist und unser Herz - die Seele hat dann eine gute Wohnung.

Das zeitige Frühjahr, mit seinen treibenden Kräften unterstützt unser Bedürfnis nach Klärung und Reinigung.

Mit diesem weiten Blick schenken wir für 10 Tage unserem Körper besondere Aufmerksamkeit, indem wir fragen: Mit



welchen Bedürfnissen meldet er sich? Kann und will ich seine Symptome verstehen? Was ist mein Ziel?



Vereinfachen, reduzieren, die Tage bewusst gesund verbringen, sollen im Zentrum sein - nicht hungern! So etwa geht's:

- * Matthias List und ich laden ein. Die TeilnehmerInnen (etwa 10-15) entscheiden, in welcher Form sie fasten. Wir bieten zwei Möglichkeiten an, die Gesundheitskur nach Dr. F.X. Mayr mit Kursemmel und die Getreidekur aus der traditionellen chinesischen Medizin. In eigener Verantwortung können andere Formen des Fastens gewählt werden.
- * Die TeilnehmerInnen formulieren ihr wesentliches, erreichbares Ziel.
- * Beim täglich angebotenen Treffen von 30-45 Min am frühen Abend geben wir vielfältige Anregungen. Der Ablauf ist etwa folgender:
- * Ein gleichbleibendes Lied, das uns verbindet als Gruppe und mit Gott.
- * Kontakt mit unserem Körper (zB Atmen, Abklopfen, Selbstmassage).
- * Wissen teilen: zu Atmung, Stoffwechsel, Darmfunktion, Säuren und Basen, Ausscheidung, Reinigung und Entgiftung
- * Erinnerung an die reinigende Kraft der Kräuter - bei einer langsam geschlürften Tasse Tee.
- * Austausch über die Erfahrung und das Befinden der einzelnen.
- * Ein Segensgebet als Wegbegleitung.
- * Auf Wunsch stehen wir für Einzelgespräche zur Verfügung.

Drei anregende Zitate von Alexandra Stross, ehemalige Tierärztin - Körperdolmetscherin:

„Je unüberwindbarer die innere Grenze zu sein scheint, umso heilsamer ist es, sie tatsächlich zu überschreiten.“

„Was ist, darf sein, und was sein darf, ändert sich.“

„Der Himmel liegt jenseits der größten Angst und des größten Widerstandes.“



Die Heilfastentage nähren durch den aufgeweckten Geist, den gestärkten, vitalen Körper, den verfeinerten Geruch und Geschmack, die Dankbarkeit für das Wunderwerk unseres Körpers und die Freude an der guten Sorge für ihn.

Andrea Gschwendtner





ERFAHRUNG

100%



KOMPETENZ



ratzenboeck-reisen.at

ROM & ASSISI	15. - 20.3.2020
AMALFIKÜSTE	27.3.- 2.4.2020
BLUMENRIVIERA	05. - 09.4.2020
SIZILIEN	05. - 12.4.2020
BLUMENINSEL MADEIRA	14. - 21.4.2020
AMERIKA WESTKÜSTE	04. - 18.5.2020
SARDINIEN	09. - 16.5.2020
BALTIKUM	17. - 24.7.2020
NORKAP	25.7.-04.8.2020
SÜDNORWEGEN	04. - 13.8.2020
USBEKISTAN	15.-24.09.2020

Jahresprogramm mit 74 weiteren Reisen anfordern unter!!!
07717/7474 office@ratzenboeck-reisen.at

 **St. Markus
APOTHEKE**
Dr. Elke Kramberger - Kaplan KG

Leonfeldnerstraße 133 | A - 4040 Linz

Telefon 0732 731 252
pharmacy@sanktmarkusapo.at

FEINBÄCKEREI
EICHLER
www.baeckerei-eichler.at

MÜHLEGGGER
SANITÄR · HEIZUNG
Leonfeldner Str. 227, 4040 Linz - Urfahr
Telefon 0732 / 25 45 10
www.muehlegger.at

Für Wohnwünsche, die einem
nicht mehr aus dem Kopf gehen.
Raiffeisen Wohn Service



www.rlbooe.at/wohnen

 **Raiffeisen Landesbank
Oberösterreich**

**Frisör
Hofer-Keller**
Leonfeldnerstr. 157
4040 Linz
Tel.: 0732/254588

5€ Bonus
ab einen Wert von 40€

**WIR FREUEN UNS
AUF IHR KOMMEN**

Keine Barabläse

nur Dienstleistungen
pro Person 1 Gutschein


GASTHAUS
Auf der Wies
SEIT 1412

Wir sind täglich von 10-24 Uhr für Sie da. Warme Speisen gibt es von 11-22 Uhr.
4040 Linz, Leonfeldnerstraße 156, Telefon: 0732/244111 oder 0676/6305673
www.gasthaus-auf-der-wies.at

 **Blumen
Wandl**

Blumen und Pflanzen aus eigener Produktion

Einblumen	Floralität	Gärtner
- Schneidblumen - Blau- und - Kalenderblumen - Gemischte Blumen - Topfblumen	- Blumen für - gesunde Pflanzen - Heilpflanzen - Kosmetik	- Gärtner 4040 Linz, Pöschelweg 1 - TEL. 0732 / 25 45 10 - Geschäft: 4040 Linz, Pöschelweg 1 - TEL. 0732 / 25 45 10



Hofer
Elektroservice

📍 Leonfeldner Str. 154
4040 Linz

☎ 0732 / 94 76 15
hofer-elektro.at

REPARATUR SERVICE VERKAUF
Haushaltsgeräte / Kaffee-Vollautomaten



SIEMENS

Dometic



Constructa
Einfach gut gemacht.

Unsere neue Eigenmarke.
Ihr Wohlbefinden ist uns ein Anliegen.
26 Mikronährstoffpräparate
im Bereich der Nahrungs-
ergänzungsmittel.
Wir legen Wert auf Qualität!



**NATÜRLICH
SANKT MARKUS
APOTHEKE**

 **St. Markus
APOTHEKE**
Dr. Elke Kramberger-Kaplan KG

Leonfeldnerstraße 133, 4040 Linz | Telefon 0732 731 252 | Fax DW-14
pharmacy@sanktmarkusapo.at | www.sanktmarkusapo.at



Werbung

Sankt Markus

MARKUSFEST



Pfarre

Sankt Markus

Fr, 24. April
ab 19 Uhr



So, 26. April
ab 9 Uhr

10. Weinfrühling mit Winzern aus OÖ

- * F. Eschböck, Hörsching
- * L. Schiefermaier, Kematen
- * M. Maureder, Haselgraben

Festmesse: A Little Jazzmass

von Bob Chillcott
anschl.
Schnitzelsonntag

Römis. Kath. Pfarre St. Markus, Gründbergstraße 2, 4040 Linz, Telefon 07323346377, E-Mail: pfarre.st.markus.linz@diocesess-linz.at, Bankverbindung: IBAN: AT17 1860 0000 1080 0506

AT RAIFFEISENLANDESBANK OÖ
EUROPLATZ 1 A, 4020 LINZ

ZAHLUNGSANWEISUNG

Empfänger: Caritas für Menschen in Not
Haussammlung

IBAN: AT20 3400 0000 0124 5000

BIC: RAIFAT2L

Währung: EUR

Bitte füllen Sie alle Daten sorgfältig aus – vielen Dank!

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

4200X

Unterzeichnet: _____

Caritas
&Du

Wir

>

größer
als

Ich

**ZAHLUNGSANWEISUNG
AUFTRAGSBESTÄTIGUNG**

Empfänger: Caritas für Menschen in Not
Haussammlung

IBAN: AT20 3400 0000 0124 5000

BIC: RAIFAT2L

Währung: EUR

Bitte füllen Sie alle Daten sorgfältig aus – vielen Dank!

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

4200X

Unterzeichnet: _____

Caritas
&Du

Haussammlung für Menschen in Not in Oberösterreich

Mit Ihrer Spende über diesen Zehlschein helfen Sie konkret Menschen in verschiedenen Notlagen in Oberösterreich.

Weitere Informationen finden Sie unter www.caritas-linz.at

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Wenn Sie auf dem Zehlschein Ihr Geburtsdatum sowie Ihren Vor- und Nachnamen angeben, wird Ihre Spende bei der Haussammlung automatisch steuerlich berücksichtigt.



Pfarre

Sankt Markus



Singen für die eine Welt....tut uns gut



Hl. Messe mit Dechant Prskalo



Geladene Gäste, die Ehejubilare...



...herzlichen Glückwunsch!



Kompetente Bedienung und viele Knöööödel



Da lässt man sich gerne „süß“ verwöhnen



Familiengottesdienst...



...und danach der beliebte Kasperl



1. Adventsonntag mit Kaffee, Kuchen...



...und Unterstützung für soziale Projekte



Ein großes DANKE unseren Sternsängern



Tango-Balleröffnung im „Garten Eden“



Das Finale der „jugendlichen“ Balleinlage



Großer Applaus für diese Performance



Einer der letzten Tänze zu früher Stunde



Bargesprache unter Männern

WoKi neu – Umgestaltung zu einem Andachtsraum!

Seit fast zwei Jahren planen wir eine Umgestaltung unserer Wochentagskirche; ausgehend von der Erfahrung, dass in unserem „Marieneck“ in der Kirche ganz hinten – wo wir auch (Opfer-)Kerzen zum Anzünden zur Verfügung stellen – der Platz nicht so gut zum Verweilen einlädt (keine Sitzgelegenheit, bei der man auch die Kerzen im Blick hat), wollen wir einen Ort schaffen, wo die Gläubigen bleiben können, eine Kerze anzünden und ihren Dank und ihre Bitten vor Gott bringen können. Dazu eignet sich am besten unsere WoKi, weil es ein durchgängig geheizter Raum ist und wir mit der neuen Gestaltung einen Andachtsort schaffen können, der auch mit (Opfer-)Kerzen ausgestattet ist. Dieser Platz soll dazu einladen, unseren Gefühlen, dem Dank und den Bitten an Gott, Raum zu geben. Drei Künstlerinnen werden dazu eingeladen diese Neugestaltung vorzunehmen; es wird einen Wettbewerb geben und wir sind schon sehr gespannt auf die verschiedenen Konzepte. Der Taufort mit dem Taufstein und der Bibel in Ton bleibt bestehen, der übrige Raum wird neugestaltet. Er soll weiterhin für unsere Morgenlobe am Dienstag und Donnerstag sowie für die Hl. Messe am Mittwoch abend und für diverse andere Gottesdienste (Frauengodi, Lionhearts, Friedensgebet, Totenwachen) als guter Feierraum dienen. Wenn alles gut geht werden die dafür notwendigen Umbauten im Spätherbst starten, sodass wir zu unserem Jubiläumsjahr 2021 – 40 Jahre St. Markus – einen neuen Andachtsraum einweihen können. Ein Dankeschön an dieser Stelle an alle Mitdenker*innen des AK-Andachtsraum sowie an Fr. Mag. Sonja Meller vom Kunstreferat der Diözese für ihre kompetente Begleitung.

Matthias List, PfarrA



Pfarrausflug 2020

Schinkenfest in San Daniele und Stadtbesichtigung in Villach

2-tägiger Pfarrausflug 27.-28. Juni 2020

Das traditionelle Schinkenfest lädt jedes Jahr aufs Neue ein, den köstlichen Prosciutto zu verkosten und die Straßen sind voll mit Ständen und überall gibt es Musik und Wein. Gleich bei Udine liegt der Ort San Daniele, von dem die gleichnamigen Prosciutti stammen. Die Schinken reifen hier bis zu zwei Jahre, sind unvergleichlich zart, schmelzend und cremig. Die Keulen stammen von Schweinen, die in Oberitalien aufgewachsen sind. Meersalz ist alles, was an die Schinken darf. Keine Chemie, keine Zusatzstoffe anderer Art. Am Abend Fahrt nach Villach, Zimmer beziehen, und open end.



2. Tag: Frühstück, dann Stadtführung in Villach

KulturKirche St.Markus

Sonntag, 1. März 2020, 17.00 Uhr, Pfarrkirche

Unter der Leitung von Florian Maierl widmen sich die jungen Sängerinnen und Sänger vom coro siamo einem sehr menschlichen Thema: Freud und Leid.

Das neue A-cappella-Programm erkundet vielfältige Spannungsfelder, welche



die Höhen und Tiefen der menschlichen Seele und des Lebens ausloten.

Wie viel Schmerz können wir ertragen, wie viel Enthusiasmus wollen wir versprühen? Und brauchen wir am Ende das Leid, um uns wieder freuen zu können?

Freitag, 10. Juli 2020, 19.00 Uhr, Pfarrsaal St.Markus

Blues & Wein

Musik aus allen Richtungen von The Folk: **Rahela Vukovic**, Sängerin **Wolfgang Schönleitner**, Akkordeon, Moderation, **Jan Mares**, Geige **Gerald Harrer**, Kontrabass **Stiliana Popova-Kuritko**, Klavier



Leistungen: 1x Nächtigung/Frühstück, Stadtführung in Villach, Busfahrt, Steuern und Mauten

Preis pro Person: € 115,00

Einbettzimmerzuschlag: € 30,00

ev. Stornoversicherung: € 12,00

Anmeldung und genaues Programm in der Pfarrkanzlei 0732/246377 und bei Frau Wastler 0732/250361.

Was mich nährt?

Nahrung ist für mich, dass ich an meinem Geburtstag viele Glück- und Segenswünsche und frohe Gedanken einsammeln durfte! Der Herzens-Safe ist reich gefüllt!

- Adelheid Leeb



Pfarre

Sankt Markus

Infos aus dem PGR

Liebe Pfarrgemeinde



Wie alle Jahre hat der Pfarrgemeinderat im Spätherbst eine Klausur abgehalten. Ein Thema, dem wir uns gestellt haben, war die Ergründung, der ehrenamtlich in St. Markus geleisteten Arbeit. Wir haben alle Fachbereiche, Gruppen und Arbeitsfelder durchforstet und die Tätigkeiten unserer MitarbeiterInnen niedergeschrieben und den geschätzten Zeitaufwand dazu festgehalten. Unglaubliche 12.000 Arbeitsstunden haben wir ermittelt. Mit der Dunkelziffer an zu Hause, oder unberücksichtigten geleisteten ehrenamtlichen Arbeitsstunden, können wir davon ausgehen, dass im Schnitt, umgerechnet ca. 10 MitarbeiterInnen in Vollzeitbeschäftigung, das ganze Jahr über ihren Dienst leisten. Stellen Sie sich einmal vor, was dies an Gehälter und Löhne kosten würde, wenn ein Unternehmen diese Leistungen bezahlen müsste! DANKE, DANKE, DANKE, an alle ehrenamtlichen MitarbeiterInnen in St. Markus, ohne die ein planbarer, seelsorglicher, kultureller, kulinarischer und zukunftsorientierter Pfarrbetrieb nicht möglich wäre. Ich lade alle ein, die sich in St. Markus beheimatet fühlen und Interesse haben, einen Teil ihrer Zeit in das Pfarrleben in St. Markus zu investieren, sich bei uns zu melden! Sie sind gerne willkommen!

Nachdem der Pfarrgemeinderat von St. Markus eine Teilnahme, als eine der ersten Pfarren für die Umstrukturierung zur Pfarrgemeinde, für sich beschlossen

hat, ist der „Zukunftsweg“ der Diözese Oberösterreich, nun auch im Dekanat einen Schritt weiter. In der letz-

ten Dekanatskonferenz wurde darüber abgestimmt, ob unser Dekanat bereits von Anbeginn an, den Strukturwandel mitträgt und mitgestalten möchte. Wie schon in der Vergangenheit auch, waren leider nicht alle Pfarren, bzw. deren Verantwortliche dafür (wir respektieren deren Entscheidung), aber knapp 2/3 der Stimmberechtigten haben sich, für die Teilnahme am Umstrukturierungsprozess, als eines der ersten Dekanate, entschieden. Sobald die Freigabe vom Papst, für das Vorhaben „Zukunftsweg“ der Diözese erteilt wird, darf unser Bischof darüber entscheiden. Ist doch immer wieder komisch, dass unser Christsein, nach wie vor „Rom“ bestimmen will!



Mitarbeiterfest 2019, ein Dank an die ehrenamtlichen Mitarbeiter



Grüße, Christian Dörn
(Obmann des Pfarrgemeinderates)

Fastenpredigten

„Aufregend“ - unser Glaube zwischen Provokation und Frohbotschaft

1. Fastenso, 1. März
Gott allmächtig ohnmächtig?

2. Fastenso, 8. März
Verführt Gott?
Familien-Fasten Sonntag
Die KfB lädt zur Fastensuppe

3. Fastenso, 15. März
Frauen in der/die Kirche!
Anschl. Diskussion im Pfarrbüffet

4. Fastenso, 22. März
Im Himmel ist alles gut?!
mit Krankensegnung
Liebstattsonntag

5. Fastenso, 29. März
Gott vergibt – ein Freibrief für alle?
Versöhnungsgottesdienst
mit den Erstkommunionkindern
Palmsonntag, 5. April
Mitlaufen oder Nachlaufen?

OSTERN

Palmso. 5.4. 9 Uhr: **Palmprozession**
Gründo. 9.4. 20 Uhr: **Abendmahlfest**
Karfr. 10.4. 15 Uhr: **Kinderandacht**
20 Uhr: **gesungene Passion**
Karsa. 11.4. 20 Uhr: **Osternachtfeier**
Osterso. 12.4. 9 Uhr: **Festgottesdienst**

Was mich nährt?

Mich nährt das Tanzen mit meinem Mann!
-Monika Dörn

TAUFEN

- 3.11. Helene Heidi Klewein
- 11.11. Noah Johann Jochinger
- 17.11. Helene Maria Hirsch
- 24.11. Melina Hausleitner
- 24.11. Jordan Zang Wittek
- 5.1. Aiden Joshua Deimbacher
- 2.2. Hanna Pöschl
- 16.2. Jamie René Bayer

TODESFÄLLE

- 25.10. Maria Zandonelli (93)
- 31.10. Anna Sonnleitner (75)
- 1.11. Franziska Strobl (92)
- 4.11. Anna Rois (80)
- 5.12. Elfriede Wildfellner (88)

10 Jahre Weinfrühling in St. Markus

Am 24.04.2020 feiern wir den 10. Weinfrühling in der Pfarre St. Markus. Waren es bisher eher Weinbauern aus Niederösterreich, die uns mit ihren besten Weinen begeisterten, sind es diesmal - mit Florian Eschlböck aus Hörsching, Lukas Schiefermair aus Kematen a. d. Krems und Manfred Maureder aus dem Haslgraben - 3 Weinbauern aus Oberösterreich. Die Anfänge des oberösterreichischen Weinbaues reichen bis in das 8. Jahrhundert zurück. In St. Magdalena wurde noch bis etwa 1820 Wein angebaut. Durch die Kleine Eiszeit zwischen dem 16. und 19. Jahrhundert endete diese Ära. Jetzt feiert der Rebensaft „Made in OÖ“ eine glanzvolle Wiederkehr. Nach 200 Jahren kehrt der Wein zurück nach Oberösterreich. Alleine im letzten Jahr erhöhte sich die Anbaufläche um fast 20 % auf mittlerweile knapp 100 Hektar Weingärten mit für unser Klima bestens geeigneten Sorten. Die Veranstaltung beginnt um 19:30. Wie immer gibt es das traditionelle Käsebuffet von Schäringer-Berglandmilch und bestes Brot von der Bäckerei Eichler.

Gerhard Strobl





... an Roland Mayer und das ganze Ballteam für die wundervoll paradiesische Gestaltung des Pfarrballs; es war ein himmlischer Genuss!



... an alle Sternsingerkinder und auch -erwachsene für den unermüdlichen Einsatz für eine gerechtere Welt!



... an Christl Saminger und Wolfgang Woisetschlager für das alljährliche Aufputzen unserer Christbäume!

Familienfasttag

Gemeinsam für eine Zukunft aus eigener Hand-Teilen spendet Zukunft Familienfasttag am 6. März 2020. Die Katholische Frauenbewegung er- sucht Sie an diesem Tag bewusst ein- fach zu kochen und das Ersparte am Familienfastensonntag, 8. März um 9.00 Uhr, für über 100 Frauenpro- jekte in Asien, Afrika und Lateiname- rika zu spenden. Mit Ihrem Beitrag ermöglichen Sie den Frauen in diesen Ländern, durch Bildung, Arbeit, Ein- kommen und Eigenständigkeit, die Fä- higkeit zur Überwindung ihrer Armut. Im Jahr 2020 liegt der Schwerpunkt der Aktion Familienfasttag auf dem Thema Ernährung und Landwirtschaft. Im Pfarrbuffet werden aus diesem Anlass wieder Speisen am Fasten- sonntag angeboten, die Sie natürlich auch mit nach Hause nehmen können.



Katholische Frauen Bewegung

März

05.03. 08.00 Frauengottesdienst, Kaffeejause
06.03. 16.00 Ökumenischer Frauen- weltgebetstag Kirche
08.03. 09.00 Gottesdienst zum Fami- lienfastensonntag, Sup- pen, Mehlspeisen im Pfarrbuffet
16.03. 18.00 Kegeln, Stammtisch GH Lüftner
30.03. 08.00 Palmbeserl binden
31.03. 08.00 Palmbeserl binden

April

02.04. 08.00 Frauengottesdienst, Kaf- feejause
06.04. 18.00 Kegeln, Stammtisch GH Lüftner
09.04. 20.00 Gründonnerstagsliturgie und Anbetung
22.04. 15.00 Löwen-Lebkuchen ver- zieren, SZ, Pfarrküche
26.04. 09.00 Patrozinium, Lebkuchen- verkauf

Mai

07.05. 08.00 Frauengottesdienst, Kaf- feejause
10.05. 09.00 Muttertagsmesse mit Muttertagsaktion
11.05. 18.00 Kegeln, Stammtisch GH Lüftner
28.05. 19.30 Maiandacht, WoKi Juni
04.06. 08.00 Frauengottesdienst, Kaf- feejause
09.06. 19.00 kfb-Abend TR
15.06. 18.00 Kegeln, Stammtisch GH Lüftner

26.06. 19.00 Abschlussfest bei Fam. Gschwendtner
27./28. 06. 2-tägiger Pfarrausflug

Juli

02.07. 08.00 Frauengottesdienst, Kaf- feejause
13.07. 18.00 Kegeln, Stammtisch GH Lüftner
17.07. 17.00 Ripperlessen im Peter- splatzl (anmelden!)

Jungschar

Jungschar-Tipp: Ostereier natürlich färben Ihr könnt mit vielen natürlichen Ma- terialien, die ihr zuhause oder im Garten findet knallbunte Eier färben und tolle Muster kreieren. Hier ein paar Tipps, was ihr dazu braucht! Je nachdem wie intensiv ihr eure Far- ben möchtet, könnt ihr die Eier un- terschiedlich lange in den Farben lassen.

Rote Eier

Dafür braucht ihr rote Rüben. Die- se etwa eine halbe Stunde ko- chen und die Eier anschließend in das Wasser der Rüben einlegen.

Blaue Eier

Für ein schönes Blau braucht ihr Holun- derbeeren, die ihr ebenfalls kocht und die Eier im Anschluss dazugebt. Ihr könnt auch einen Holunderbeeren-Saft nehmen.

Gelbe Eier

Für ein schönes Gelb braucht ihr zirka 3-4 Esslöffel Safran. Weicht den Safran ca. 30 Minuten ein und kocht ihn an- schließend weitere 30 Minuten. Dann heißt es ab mit den Eiern ins gelbe Bad! Wer keinen Safran zuhause hat, kann ein mildes Gelb auch mit Kamille erreichen.

Grüne Eier

Petersilienblätter als Kräuter zum Ko- chen verwendet jeder gerne: Hier könnt ihr sie für ein schönes Grün bei den Ostereiern nutzen. Ihr braucht in etwa 500g und kocht sie eben- falls für gut eine halbe Stunde. Viel Spaß beim Ausprobieren!

Auch das Jungscharteam wird dieses Jahr natürliche Färbemittel ausprobieren und damit mehr als 300 Eier färben, die wir wie immer am Ostersonntag gemeinsam an die Kirchenbesucher verteilen. Kommt vorbei, und holt euch ein selbstgefärbtes Ei von uns !



Hast du Lust zu uns in die Jungschar zu kommen?

Wir treffen uns an jedem zweiten Samstag von 18 bis 19 Uhr: Ballspiele, Improtheater, Spielgeschichten und Bas- telstunden warten auf dich! Du kannst gerne Freund/innen mitnehmen!

Die nächsten Termine:

25.4., 9.5., 23.5., 6.6., 20.6., 4.7.

Jungschar-Abschluss Grillfest

Alle Termine immer aktuell auf www.linz-stmarkus.at/fa-jungschar



NEUES VON DEN GOLDHAUBEN

22. März 2020: Liebstattsonntag

An diesem Sonntag verkaufen unsere Goldhaubendamen liebevoll verzierte Lebkuchenherzen!



5. April 2020: Osterstand

Verkauf von Osterbasteleien und verschiedenen Köstlichkeiten



am 18. Oktober 2020, um 9.00 Uhr mit der Harmonikamesse von Florian Michlbauer und anschließend Frühshoppen im Pfarrsaal. Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch.



Wichtiges zum Vormerken:

28. Juni 2020: Kräutersonntag und Tag der Tracht in unserer Pfarre.

Jeder Kirchenbesucher der in Tracht die Messe besucht, bekommt eine kleine Überraschung von den Goldhaubenfrauen.

Unsere Gruppe feiert heuer ihr 35-jähriges Bestehen. Wir feiern dieses Fest

Wer Interesse an unseren schönen Trachten hat und einmal selbst eine Messe in der Pfarre St. Markus „vergolden“ möchte, kann sich bei der Obfrau Gerlinde Hübsch unter 06502604532 melden!

JUNGSCHARLAGER

Das Jungscharlager ist dieses Jahr vom 16. bis 22. August in Groß-



loiben, Weyer; Anmeldung nach Pfingsten auf der Homepage oder in Sekretariat!



Was mich nährt?

Wenn meine Frau auf Seminar ist und mir am Abend schreibt: Ich freue mich auf dich! oder: Wenn mein Enkelkind Marcel beim Spielen plötzlich sagt: Opa, wir zwei sind beste Freunde!
- Karl Straßer

Palmsonntag=Marathon

Am Palmsonntag findet in Linz wieder der Marathon statt, es werden sicher wieder Straßen gesperrt werden und es wird zu Behinderungen kommen. Wir lassen uns aber natürlich nicht davon abhalten die Palmsonntag-sprozession wie gewohnt durchzuführen. Wir freuen uns auf Ihr Kommen und allen Teilnehmern der Pfarre wünschen wir viel Erfolg beim Lauf.

Was mich nährt?

Mich nährt mit Menschen zusammen-sein, die ich gerne habe!
-Teresa Kaineder

Einladung zum Palmbeserlbinden

Herzliche Einladung zum allgemeinen Palmbeserlbinden am 30. und 31. 03 .2020 jeweils ab 8.00 im Pfarrheim. Es ist schon eine liebgewordene Tradition in St. Markus die Palmbeserl zu binden, viele Gruppen stellen sich in den Dienst der Pfarre und produzieren 1000ende Palmbeserl. Für das leibliche Wohl ist natürlich gesorgt. Wir freuen uns auf jeden, der kommt und mithilft.



Kontakt

Pfarre Linz-St. Markus,
Gründbergstrasse 2, 4040 Linz
Tel. (0732) 246 377, Fax: Dw. 22
E-Mail:

pfarre.stmarkus.linz@dioezese-linz.at

Web: www.linz-stmarkus.at

Pfarrkanzlei:

Di, Mi, Do: 8:30 - 10 Uhr

Fr 16 - 18 Uhr

Sprechstunden

Pfarrassistent

Matthias List: Fr 17 - 18 Uhr

Pfarre

Sankt Markus



Termine in St. Markus

Gottesdienste

Dienstag, 7.15: Morgenlob*

Mittwoch, 19.00: Heilige Messe*

Donnerstag, 7.15: Morgenlob* entfällt wenn Frauengodi

Sonntag, 9.00: Heilige Messe oder Wortgottesfeier (WGF)

Wiederkehrende Termine

Offener Spielgruppentreff* jeden Mo 15.00-17.00 Saal

Spielgruppe* jeden Di 9.15-11.00 im Spielgruppenraum

Jungschar* Sa, 14-tägig jeweils um 18.00, Termine laut Homepage

Goldhaubengruppe Stammtisch 10.00: 1.3., 29.3., 7.6.,

SelbA-Kurs* 14-tägig um 15.00, 18.2., 3.3., ...

Kirchenchor*, jeden Do von 20.00-21.30 im Saal

* entfällt in den Ferien

Vielfältiges

...im Februar

Mo, 24., 19.00: **PGR-Sitzung** im Saal

Mi, 26., 19.00: Liturgie mit Aschenkreuz

...im März

So, 1., 1. Fastenso., 9.00: Hl.Messe, Kinderkirche,
17.00: KluturKirche: Wiener Chorkonzert - coro Siamo

Mo, 2., 19.00: **Frauenrunde** Mosaik: Lesung „Im Augenblick“
mit Mona Peirhofer

Do, 5., 8.00: Gottesdienst **von Frauen mitgestaltet**, anschl.
Frühstück

Fr, 6., 16.00: ökumenischer **Weltgebetstag der Frauen**, anschl.
Jause im Buffet, 19.30: Fotovortrag von Dr. Manfred Gschwendtner über Südamerikareise

So, 8., 2. **Familienfastenso.**, 9.00: Hl.Messe, anschl. Suppenessen im Pfarrbuffet,

Mi, 11., 14.00: **Senioren**nachmittag, 19.00: Kreuzweg

Di, 17., 19.30: Emmanuelabend

Mi, 18., 19.00: **Healingsongs**

Do, 19., 19.00: Friedensgebet

So, 22., 4. Fastenso., **Liebstattsonntag**, 9.00: Hl.Messe mit
Krankensegnung

Mo, 23., 19.00: **Frauenliturgie**

Mi, 25., 19.00: **KMB-Kreuzweg**

Fr, 27., 5.30: Abfahrt Pfarreise blühendes Apulien

Sa, 28., 13.30: **EK-Nachmittag** mit Stationsbetrieb

So, 29., 5. Fastenso., 9.00: **EK-Versöhnungsgottesdienst**,

Mo, 30. und Di 31., ab 8.00: allgemeines Palmbeserlbinden
für die Pfarre

Mo, 30. 18.30: **Frauenrunde** Mosaik: Palmbeserlbinden

...im April

Mi, 1., 14.00: **Senioren**andacht mit Krankensalbung, anschl.
Kaffeejausa 19.00: österlicher Buß- und Versöhnungsgottesdienst

Do, 2., 8.00: Gottesdienst **von Frauen mitgestaltet**, anschl.
Frühstück

So, 5., Palmsonntag, 9.00: Segnung der Palmzweige, Palmprozession und Festgottesdienst (Palmbüscherl werden zum Kauf angeboten) und Osterstand der **Goldhaubengruppe**

Do, 9., Gründonnerstag, 20.00: Abendmahlsfeier, anschließend

bis 22.00 Uhr Gelegenheit zum gemeinsamen Nachtwachegebet, 21.00: Nachtwache der Jugendlichen im P4

Fr, 10., Karfreitag, 15.00: **Kinderandacht** (Kinder bitte Blumen zum Kreuzschmücken mitbringen) 20.00: Karfreitagsliturgie mit gesungener Passion

Sa, 11., 20.00: Osternachtfeier und Schola (Kerzen für die Lichtfeier sind bei den Kircheneingängen erhältlich), anschließend Agape.

So, 12., Ostersonntag, 9.00: Festmesse mit P. Werner Hebeisen, Chor und Kindertanz, anschließend Eierpecken am Kirchenplatz

Mo, 13., Ostermontag, 9.00: WGF

Mi, 15., 8.30: Ostergottesdienst VS 26

Do, 16., 19.00: Lionheartsgottesdienst

Fr, 17., 17.00: Emmauswanderung mit **EK-Familien**,

So, 19., 9.00: Hl.Messe, Segnung der Neugetauften,
17.00: Konzert Feinsilbig

Di, 21., 19.30: Emmanuelabend

Mi, 22., 15.00: kfb-Lebkuchenlöwen verzieren

Do, 23., 9.00: kfb -Lebkuchenlöwen einpacken

Fr, 24., 19.00: Weinfrühling mit oberösterreichischen Weinen

So, 25., Patrozinium, 9.00: Hl.Messe, Schnitzeessen im Büffet

Mo, 27., 19.00: **EK-Elternabend**

Mi, 29., 19.00: **Healingsongs**

Do, 30., 19.00: **PGR-Sitzung** im Saal

...im Mai

jeden Do 19.30 Maiandacht in der Wochentagkirche (Woki),
jeden So 19.30 bei der Gründbergkapelle-entfällt bei Regen

So, 3., 9.00: WGF, Kinderkirche

Mo, 4., 19.00: **Frauenrunde** Mosaik: Tanzen bei der Purbachmühle

Do, 7., 8.00: Gottesdienst **von Frauen mitgestaltet**, anschl.
Frühstück, 19.30: Maiandacht der **Goldhaubengruppe**, anschl.
Stammtisch

Mo, 11., 19.00: **Frauenliturgie**

Mi, 13., 14.00: **Senioren**nachmittag

Do, 14., 19.00: Friedensmaiandacht

So, 17., 9.00: WGF, fairer Sonntag

Di, 19., 19.30: Emmanuelabend

Do, 21., 9.00: **Erstkommunion**, 19.30: KMB-Maiandacht

Do, 28., 19.30: **kfb**-Maiandacht

Sa, 30., Diözesanfest: Wanderung mit Bischof Manfred auf
den Pöstlingberg

So, Pfingstso., 9.00: Hl.Messe/
WGF

Die Pfarre St.Markus
wünscht Ihnen eine
besinnliche Fastenzeit
und ein belebendes
Osterfest!



Termine

Sankt Markus