

# PFARRMAGAZIN

*Sommer 2021*



KATHOLISCHE KIRCHENGEMEINDE  
**ST. PANKRATIUS KÖLN**

St. Pankratius | St. Vitalis | St. Joseph | Christi Auferstehung

**Kath. Pfarrgemeinde St. Pankratius**

Pastoralbüro St. Pankratius  
Am Weidenpesch 23  
50858 Köln-Junkersdorf

Mo–Fr 09.00–11.30 Uhr und  
Di, Do 15.00–18.00 Uhr  
E-Mail: [pastoralbuero@sanktpankratius.koeln](mailto:pastoralbuero@sanktpankratius.koeln)

Dr. Wolfgang Fey  
*Leitender Pfarrer*

0221-474468-0  
[fey@sanktpankratius.koeln](mailto:fey@sanktpankratius.koeln)

Britt Liebler  
*Leitung Pfarrbüro/  
Stellv. Leitung Familienzentrum*

0221-474468-26  
[liebler@sanktpankratius.koeln](mailto:liebler@sanktpankratius.koeln)

Jürgen Sprenger  
*Verwaltungsleiter*

0221-474468-28  
[sprenger@sanktpankratius.koeln](mailto:sprenger@sanktpankratius.koeln)

Thomas Lützler  
*Verwaltungsassistent*

01573-1331876  
[luetzler@sanktpankratius.koeln](mailto:luetzler@sanktpankratius.koeln)

**Pastoralbüro**

Andrea Wirtz  
Dagmar Oetken  
Marius Schalk

0221-474468-0  
[pastoralbuero@sanktpankratius.koeln](mailto:pastoralbuero@sanktpankratius.koeln)

**Verwaltung**

Claudia Piontek

0221-474468-0  
[verwaltung@sanktpankratius.koeln](mailto:verwaltung@sanktpankratius.koeln)

**Seelsorge**

Prälat Hans-Josef Radermacher  
*Pfarrvikar*

0221-42300342  
[hajoradermacher@web.de](mailto:hajoradermacher@web.de)

Sobin Kuruvilla  
*Kaplan*

01577-1329547  
[sobinaremattam@gmail.com](mailto:sobinaremattam@gmail.com)

Klaus Bartonitschek  
*Diakon*

0221-16913820  
[klaus.bartonitschek@koeln.de](mailto:klaus.bartonitschek@koeln.de)

Dr. Holger Bade  
*Diakon*

0221-42348275  
[bade@sanktpankratius.koeln](mailto:bade@sanktpankratius.koeln)  
*Sprechstunde: Mi, 10.00–12.00 Uhr Pfarrbüro  
nach telefonischer Vereinbarung*

Ulrich Hinzen  
*Subsidiar*

0221-466288  
[ulrich.hinzen@gmx.de](mailto:ulrich.hinzen@gmx.de)

Schwester Emilie

0221-53098911  
[sr.emilie@gmx.net](mailto:sr.emilie@gmx.net)

Samantha Kurzawski  
*Jugendreferentin*

0221-474468-22  
[kurzawski@sanktpankratius.koeln](mailto:kurzawski@sanktpankratius.koeln)



Juli 2021

Liebe Gemeindemitglieder,

*dieses Heftchen soll Sie ein wenig durch den Sommer begleiten.*

*Es enthält alles was den Sommer angenehm machen kann:*

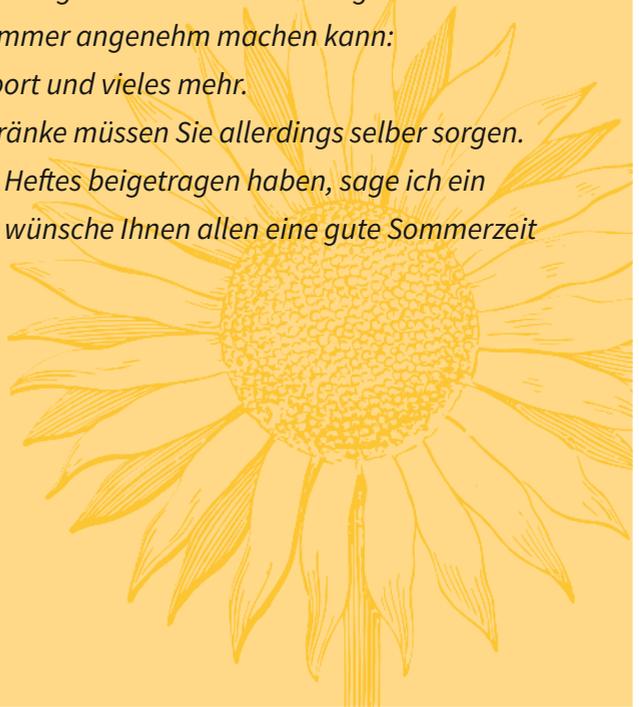
*Rezepte, Buchtipps, Denksport und vieles mehr.*

*Für Schatten und kühle Getränke müssen Sie allerdings selber sorgen.*

*Allen, die zum Gelingen des Heftes beigetragen haben, sage ich ein herzliches Dankeschön und wünsche Ihnen allen eine gute Sommerzeit und viel Lesevergnügen.*

Ihr Pfarrer

*Dr. Wolfgang Fey*



**NEWSLETTER**

**Wir möchten mit Ihnen in Kontakt bleiben!**

Melden Sie sich zu unserem Newsletter an.

Schicken Sie uns eine formlose E-Mail an: [info@sanktpankratius.koeln](mailto:info@sanktpankratius.koeln)



Mallorca



Stuttgart



Hamburg



Fuerteventura



Heiligenhafen



Wangerooge



Venkoteusee





Perpignou



Stadtwald



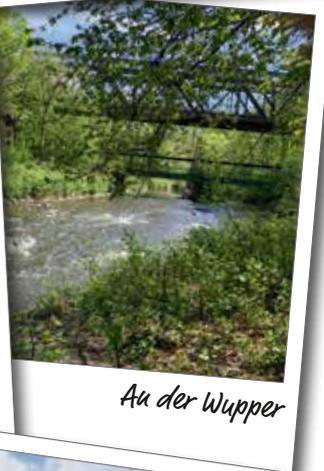
Kessel au der Maas (NL)



Mallorca



Düne d



Au der Wupper



Rouen



Langeoog



Berlin

# Ferienzeit –

Zeit, die „Autobahn“ des Alltags zu verlassen;  
neue Wege zu gehen, die Perspektive zu wechseln.  
Die Welt als Bilderbuch sehen, das Gott für uns aufschlägt.  
Wo immer wir auch unterwegs sind, wir sind nie allein.

*Wege neuen Lebens –  
Wo führen sie hin?  
Keiner kann es sagen.  
Geh und finde Sinn.*

*Wege neuen Lebens –  
gehst auch du sie mit?  
Komm, wir geh'n zusammen,  
tun den ersten Schritt.*

*Wege neuen Lebens –  
geh'n wir nicht allein.  
Der sein Volk geleitet,  
stellt auch heut sich ein.*

*Wege neuen Lebens –  
in die Hände leg,  
dem, der für uns Wahrheit,  
Leben ist und Weg.*

Sr. Charis Doepgen OSB



©:fedderfrei

## Adolph Kolping

Es gab Zeiten, kaum zu glauben, da war Priester werden ein sozialer Aufstieg. Und davon träumt ein kleiner Junge in Kerpen nahe bei Köln; er kommt aus einer Schäferfamilie aus ärmlichsten Verhältnissen. Er muss Schuhmacher werden. Eine in der dörflichen Situation und sozialen Hierarchie eher minderwertige Position als Geselle. Aber schließlich findet er, um Priester zu werden und damit auch einen Aufstieg zu haben, eine Mäzenin, eine Förderin. Er kann studieren und wird Priester. Er wird Kaplan in Sankt Laurentius in Wuppertal und erlebt fürchterliche Situationen und Verhältnisse. Er findet Vorbilder, wie er das Leben der Menschen verändern kann.

Es gibt schon das, was man Gesellenvereine und Gesellenhospize nennt in England, in Frankreich und schließlich auch in Wuppertal. Kolping sieht das. Kolping, der einen Koffer mitgebracht hat, voller Bücher, um anfänglich zu studieren, um ein Priester zu werden, der noch mehr wird. Kolping will promovieren, aber schließlich verwirft er den Koffer und

wird das, was man den Gesellenvater nennt. Und aus ihm und seinen Ideen wird das Kolping-Werk.

Kolping ist aber ganz anders, als man ihn tatsächlich in der sogenannten Kolping-Tradition formiert hat. Kolping ist ein guter Beobachter. Seine Beobachtungen, seine Reisen und seine Schriften, die sich damit verbinden, lassen sich durchaus auch mit den Schriften von Marx, Engels und anderen Sozialreformern des 19. Jahrhunderts messen. Sie sind ihnen auch literarisch durchaus ebenbürtig. Aber dieser Kolping ist in Vergessenheit geraten. Geblieben ist leider nur der Gesellenvater und Kolping gibt auch eine Parole aus. In einem Brief schreibt er einen ganz, ganz wichtigen Satz: "Wir müssen zusammen selig werden. Das heißt das, was uns glücklich macht, das, was uns selig macht, das, was uns tatsächlich frei macht, das können wir nicht alleine erwerben, dazu brauchen wir uns schon alle. Dazu braucht es eine Gesellschaft, die selig macht. Dazu braucht es Gemeinschaft, die selig macht." Und er sieht in einem ganzen Stück darin auch den Auftrag der Kirche, dass wir miteinander selig werden. Sieht die Kirche das tatsächlich so? Sehen wir Kirche so, dass sie uns alle selig macht, heilig macht, hebt, fröhlich macht, froh macht und frei?

Adolph Kolping hat den Koffer verworfen, indem er für sich selber etwas Bedeutsames wird, damit er mit anderen selig wird. Und vielleicht ist dieser Koffer ein gutes Symbol. Dass auch wir ihn schließen, ihn zur Seite schieben, auf den Speicher oder in den Keller tragen, damit wir endlich frei werden, die anderen zu sehen, bei ihnen zu sein und miteinander selig zu werden. Gerade jetzt, wo wir die anderen vielleicht doch ein Stück vermissen.

***Alle Folgen von Fromm&Fey gibt es auch abgedruckt als Buch. Dieses ist im Pfarrbüro erhältlich.***



## Pfarrer Fey`s Buchtipps

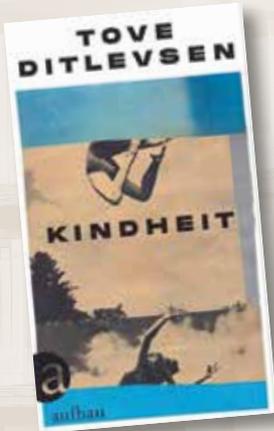
### Kindheit

von Tove Ditlevsen

Tove Ditlevsen mit ihrer sogenannten Kopenhagen-Trilogie bestehend aus drei Bänden. *Kindheit* heißt der erste, *Jugend* der zweite und *Abhängigkeit* der letzte, war für mich eine Entdeckung.

Sie nimmt die Leser\*innen dicht hinein in ihre Befreiungsversuche aus dem beklemmenden Arbeitermilieu, in das Wunder ihres schriftstellerischen Erfolgs und in die Hölle ihrer Sucht. Dies ist zugleich die Autobiografie von Tove Ditlevsen und ich empfehle, es in der entsprechenden Abfolge zu lesen.

Aufbau (Verlag)



### Aus der Mitte des Sees

von Moritz Heger

Dass in einem Kloster heute meist nur alte Mönche leben, ist kein Grund, einen Roman zu schreiben. Die Auseinandersetzung aber des einzigen jungen Mönches mit der Gemeinschaft und seiner eigenen Zukunft wird durch die Begegnung mit einer schönen und geheimnisvollen Frau zu einem, von Moritz Heeger meisterhaft erzähltem, innerem Dialog. Dabei kommt der Autor aus meiner Sicht den entscheidenden Fragen geistlichen Lebens erstaunlich nah und findet durch den Erzählrahmen, hinter dem sich deutlich die Abtei Maria Laach verbirgt, eine Bühne für die Entscheidung des jungen Mönches.

Diogenes Verlag



# Vati

von Monika Helfer

Monika Helfer erzählt über ihre Kindheit, ihre Schreibversuche und die sich darin wiederfindende Geschichte ihrer Familie. Sie erzählt damit auch vom Leben ihres Vaters, seinem Aufstieg, seiner Schuld und seiner merkwürdigen Art der Liebe für Bücher.

Beeindruckt hat mich die Sprache, in die Monika Helfer ihre Erinnerungen fasst und sie LeserInnen in die Frage nach der Herkunft und dem Wandel der eigenen Existenz einlädt.

Hanser Verlag



# Der Nachtstimmer

von Maarten `T Hart

Aus dem Auftrag, in einem niederländischen Hafenstädtchen eine große historische Orgel zu stimmen, lässt Maarten `T Hart ein regelrechtes Abenteuer entstehen.

Durch den Lärm einer naheliegenden Werft ist das Stimmen der Orgel an Werktagen tagsüber kaum möglich. So geschieht diese Arbeit in der Nacht. Und auf eine geradezu verrückte Weise verliebt sich der Eigenbrötler Gabriel in die schöne Gracinha. Gegensätzlicher können Menschen nicht sein, aber wie Maarten `T Hart es uns lehrt und man mit großer Spannung lesen darf, ziehen sich bekanntlich Gegensätze an.

Piper Verlag





## Pfarrer Fey`s Buchtipps

### Fahrtwind

von Klaus Modick

Jeder von uns kennt die gelben Reklamheftchen, die uns bekrizelt und zerfleddert durch die Schulzeit begleitet haben. Klaus Modick findet im heimischen Bücherregal Joseph von Eichendorffs „Aus dem Leben eines Taugenichts“. Diese wiederentdeckte Schullektüre weckt in ihm die Erzähllust. Klaus Modick reist wie der Taugenichts auf abenteuerliche Weise mit dem Leser nach Italien.

Modick bezieht seine Motive häufig aus der Kultur- und Geistesgeschichte und lässt das literarische Erbe Eichendorffs in seinem neuen Buch aus meiner Sicht, mit großer Kunst lebendig werden.

Kiepenheuer & Witsch



### Am siebten Tag flog ich zurück

von Arnold Stadler

Über dem Esstisch der elterlichen Wohnung hängt das Bild vom Kilimandscharo. Es begleitet den Ich-Erzähler ein Leben lang. Nach Jahrzehnten entschließt er sich zu einer siebentägigen Reise. Gespannt wartet er auf „seinen“ Blick auf dem Kilimandscharo, dabei immer geplagt von dem schlechten Gewissen, mit seiner kurzen Reise einen schlechten ökologischen Fußabdruck zu hinterlassen.

Eingeholt wird er durch Erinnerungen an den deutschen Kolonialismus und die damit verbundenen Auseinandersetzungen. So wird das Sehnsuchtsziel zu einem Blick auf die sich wandelnde Welt. Stadler reist sozusagen nicht in ein äußeres Abenteuer, sondern letztlich in die innere Auseinandersetzung mit sich selbst.

S. Fischer Verlag

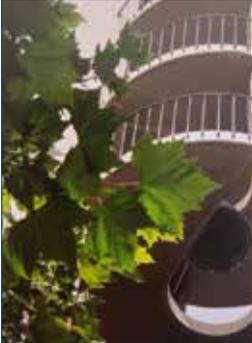


# Zu welcher Kirche gehört die jeweilige Abbildung?

In unseren Kirchen gibt es nur wenige kostbare Kunstwerke. Aber es lohnt sich dennoch der Blick auf Details. Unser Bilderrätsel zeigt einige davon. Viel Spaß beim Rätseln. Ihr Pfarrer Fey

**Mein Tipp:** Auf unser Homepage finden Sie unter [www.kirche-im-leben/videos](http://www.kirche-im-leben/videos) kürzlich erschienene Videos, die bei der Auflösung helfen können.

1.



2.



3.



4.



5.



Wir verlosen unter **allen** Einsendungen  
**3 Buchgutscheine** in Höhe von je 20,00 €  
 von der Buchhandlung Klinski.  
 Einsendungen bitte an das Pfarrbüro.

**Einsendeschluss ist der  
 15. September 2021.**

Die Bildidee stammt von unseren inzwischen  
 verstorbenen Gemeindemitgliedern  
 Charlotte Siefer und Marianne Hartmann.

6.



7.



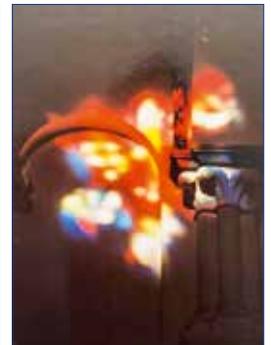
8.



9.



10.



## ... trotzdem Ja zur Kirche sagen

Auf diese Überschrift zu meinen Gedanken bin ich gekommen, weil ich mich über eine lange Zeit mit dem jüdischen Arzt und Psychiater Viktor Frankl beschäftigt habe. Dessen erstes und für seine spätere Arbeit grundlegendes Buch trägt den Titel: *... trotzdem Ja zum Leben sagen*. In diesem Buch legte Viktor Frankl seine Erfahrungen und Gedanken als Gefangener des KZ Auschwitz nieder, das er auch deshalb überlebte, weil er unbeirrt daran festhielt, dass auch dieser Teil seines Lebens seinen SINN hat und behält.

Viktor Frankl bewahrte sich auch in dieser scheinbar aussichtslosen Situation den Blick für die Schönheit des Lebens. Er schrieb: *„Und wenn wir dann draußen die düster glühenden Wolken im Westen sahen und den ganzen Horizont belebt von den vielgestaltigen und stets sich wandelnden Wolken mit ihren fantastischen Formen und überirdischen Farben vom Stahlblau bis zum blutig glühenden Rot und darunter, kontrastierend, die öden grauen Erdhütten des Lagers und den sumpfigen Appellplatz, in dessen Pfützen noch sich die Glut des Himmels spiegelte, dann fragte der eine den anderen: „Wie schön könnte die Welt doch sein!“ (69)*

Viele Menschen tragen sich mit dem Gedanken, ihr JA zur Kirche in ein NEIN zu verändern – wenn sie es nicht schon z. B. durch ihren Kirchenaustritt getan haben – weil sich ihr Eindruck verfestigt hat, dass ein Leben in einer Kirche mit soviel „Dreck am Stecken“ sinnlos ist; oder weil sie es nicht länger ertragen können, dass sich diese Kirche in ihren wichtig-

ten Repräsentanten weigert, überlebenswichtige Veränderungen zuzulassen; oder weil sie die Hoffnung auf ein Leben in einer den Menschen heilsam zugewandten Kirche aufgegeben haben; oder weil sie nur noch Gründe zur Flucht sehen.

Kardinal Marx hat es überdeutlich gesagt: Wir sind mit der Deutschen Kirche an einem „toten Punkt“ angekommen... Viele gute Gründe, ein NEIN zu dieser Kirche zu sagen!

Wenn ich für ein „trotzdem JA zur Kirche sagen“ plädiere, dann tue ich das natürlich von Berufs wegen – wie sollte ich auch anders? Dieses JA entspricht meiner persönlichen Überzeugung! Dieses JA entspricht vor allem meinen langjährigen Erfahrungen! Und, was mir am wichtigsten ist: Dieses JA entspricht meinen Hoffnungen für unsere Kirche.

Ich bin davon überzeugt, dass mein JA zur Kirche auch in ihrer momentan erschreckenden Verfassung dem JA entspricht, das Gott durch Jesus zu mir spricht, trotz meiner reichlich vorhandenen Schwachstellen. Das sage ich weniger kokettierend, als vielmehr dankbar im Blick auf meine Lebensgeschichte, die nicht immer gradlinig verlief.

Ich bin davon überzeugt, dass mein Leben ohne mein JA zur Kirche ..., oder besser noch: ohne mein JA zu Menschen, denen ich in dieser Kirche begegnen durfte, sehr viel ärmer und sehr viel schwieriger verlaufen wäre. Das bezieht sich auf meine theologischen Lehren, zu denen an erster Stelle der vor kurzem

verstorbene Professor Hans Küng in Tübingen zählte, der trotz seines Leidens an seiner Kirche ein lebenslanges JA zu ihr sprach.

Das bezieht sich auf Frauen und Männer an meinen unterschiedlichen Arbeits- und Lebensorten, mit denen ich zusammen leben und arbeiten durfte, und die mich begleiteten und stützten, wenn mir nach „Flucht“ zumute war. Ich bin davon überzeugt, dass die Kirche auch als Institution vital und lebendig genug ist, um sich an Haupt und Gliedern zu erneuern; um sich ihrer Kraftquellen zu besinnen, aus denen sie neuen Geist trinken kann.

Ich habe mit vielen Menschen, die vielleicht diese Gedanken lesen, erlebt, dass sich unsere Kirche mit Papst Johannes XXIII. und nach dem 2. Vatikanischen Konzil in einer Art und Weise veränderte, die niemand erwarten konnte, und die an ein Wunder grenzte. Für mich war diese lebendige Zeit ein starkes Motiv, mich damals auch für einen Beruf in dieser Kirche zu entscheiden.

Unter den heutigen Umständen und Bedingungen kann ich mir eine solche Entscheidung allerdings – leider! – nicht vorstellen.

### **Und trotzdem:**

Ich möchte zu einem „... trotzdem JA zur Kirche sagen“ ermutigen auch im Blick auf die vielen Frauen und Männer, die sich laut oder leise in dieser Kirche, in unserer Gemeinde engagieren.

Ich möchte solidarisch sein mit den hochengagierten Aktiven, die sich in den überlebensnotwendigen politisch-kirchlichen Aktionen einsetzen.

Ich möchte als Teil und Glied dieser Kirche meine Stimme erheben, wenn ich es für angebracht halte.

Ich möchte, wenn nötig und wichtig, Widerstand leisten und zum Widerstand ermutigen, aber nicht durch ein NEIN, sondern durch ein kritisches JA, das zum Ausdruck bringt, dass ich bereit bin, auch in meinem Leiden an dieser Kirche einen tragenden Sinn zu sehen.

*Subsidiar Ulrich Hinzen*



## Die Ausbildung im Priesterseminar

Die Priesterausbildung ist immer ein fortlaufender Prozess. Als Teil der Ausbildung hier in Köln haben wir, zehn Priester aus verschiedenen Teilen der Welt, davon sechs aus Indien und vier aus afrikanischen Regionen, im Oktober 2019 mit dem Ausbildungsunterricht begonnen.

Es ist ein zweijähriger Kurs mit jeweils drei Blöcken. Jeder Block dauert zwei Monate. Am Anfang hatten wir den Unterricht in Köln. In dieser Zeit war unser jetziger Pfarrvikar Prälat Radermacher unser Regens. Aufgrund der Renovierung des Gebäudes war der letzte Block in Bonn. Während des Kurses studierten, diskutierten und dachten wir viel über die deutsche Kirche, besonders über die Diözese Köln, nach. Dabei studierten wir die deutsche Kultur, Musik, theologische Ansichten der deutschen Kirche usw... Es war so hilfreich, mehr über die gegenwärtige Kirche hier zu erfahren. Das Leben im Priesterseminar war sehr schön. Wir haben zusammen mit dem Seminaristen gebetet. Wir haben zusammen Hl. Messen angeboten. Es ist ein großer Segen, ein Priester zu sein und dem Volk Gottes zu dienen.

Während dieser Zeit hatten wir viele Gelegenheiten, verschiedene Menschen kennen zu lernen, die für die Diözese arbeiten. Einige Male hatten wir auch die Chance, unseren Kardinal zu treffen.

Der ganze Kurs gab uns neue Ideen und ein neue Perspektiven, über die Kirche in Europa nachzudenken. Die Kirche hier in Deutschland ist sehr verschieden im Gegensatz zu unserer

eigenen Kirche in Indien. Nicht nur in der Liturgie oder in Ritualen, sondern auch kulturell. So gaben uns diese sechs Monate Erfahrung neue Ansichten.

Auch wenn wir die Reisen in die Ukraine und nach Jerusalem verpasst haben, war das Leben am Rhein in Bonn wunderschön. Wenn wir durch die Fenster schauten, konnten wir die Schönheit der Rheins genießen. Er sieht immer anders aus. So war auch mit dem ganzen Unterricht: Auch wenn die Kirche die gleiche ist, sind die Blicke darauf in jedem Moment anders.

*Kaplan Sobin*



## Unser Pfadfinderstamm

DPSG ist kein Paketdienst, sondern als „Deutsche Pfadfinderschaft Sankt Georg“ Teil des „Bundes der katholischen Jugend“ (BDKJ). Ja, BRD und Deine Abkürzungen... Hier bei uns zwischen Autobahntunnel und Aachener Weiher sind das „Unsere Pfadfinder“.

Zum Beginn der Sommerferien haben sie sich noch einmal oben am Jahndenkmal getroffen. Ja, so schnell sieht man sich nicht wieder. „Seid Ihr denn in den Ferien unterwegs?“, fragen die Leiterinnen in den großen Kreis hinein. „Ich fahre zu meiner Oma.“ „Wir sind an der Ostsee.“ Im Kreis wird vieles Aktuelles besprochen und ausgetauscht. Vor allem die Erlebnisse der letzten Woche. Vieles, was in der Schule oder sonst wo passiert ist, wird dabei reflektiert. Pfadfinder versuchen, den Alltag bewusster zu nehmen.

Daran erinnert auch der typische Pfadfindergruß: die drei Mittelfinger nach oben und der starke Daumen über dem schwächeren kleinen Finger. Letzteres ist ja direkt klar: der Stärkere tritt für den Schwächeren ein. Die drei Mittelfinger weisen auf die Achtung gegenüber Gott und seiner Schöpfung hin, dann auf die Achtung gegenüber unseren Mitmenschen und schließlich auf die tolle Persönlichkeit, die in jeder Pfadfinderkluft drinsteckt.

Treffen waren in der Coronazeit bisher nicht möglich. Die Pfadfinder haben sich aber nicht als Opfer für die ältere Generation gesehen, wie es uns die Presse immer wieder vorsagt. Vielmehr waren die Ideen der digitalen Treffs ein Geschenk an die Gefährdeten. Wir wissen um die Dankbarkeit der älteren Jahrgänge. Natürlich: Ausnahmen gibt es immer wieder. So fand an einem Samstag ein digitales Treffen statt unter dem Thema „Kinderrechte“. Nach dem Gottesdienst, bei dem auch jeder ohne Maske zu Hause mitsingen konnte, haben sich



Links und rechts der Aachener Straße  
vom Autobahntunnel bis zum Aachener Weiher

die Leiter lustige Spiele ausgedacht. Es ist toll, was am Computer alles möglich ist, vom Teamspiel bis hin zum Malen beim Bilderrätsel. Den Umgang mit dieser Technik haben die Kinder und Jugendlichen schon mit in die Wiege gelegt bekommen. Für mich selber ist alleine schon das Finden in diese digitalen Gruppen ein Abenteuer. Da werde ich wohl immer ein Wölfling bleiben.

Vieles haben sich die Leiter für die Zukunft bereits überlegt. Das große Ziel für Alle ist natürlich das Zeltlager! Sich kaputt lachen, wenn das Zelt nach mehrmaligem Aufbauversuch wieder nicht hält, die Wasserschlacht am nahen Bach, das Singen und Erzählen am Lagerfeuer, die Geländespiele und als Höhepunkt das leckere Essen von unserem „Eis“. Hoffentlich geht dieser Wunsch in Erfüllung.

Danke an Euch, liebe Pfadfinder, für Eure Ausdauer in dieser schwierigen Zeit. Lasst Euch auch weiterhin mit frohem Mut alte und neue Pfade gehen. Euch, liebe Leiterrunde, einen ganz besonderen Dank, dass Ihr in Zeiten des Mutloswerdens immer einen neuen Anfang gewagt habt. Und Ihnen, liebe Eltern, danke für die Unterstützung durch die ganze Zeit, besonders für die Gründung des Fördervereins zur Unterstützung der Pfadfinder. Was wünschen sich die Pfadfinder einander? GUT PFAD!

*Diakon Klaus Bartonitschek*

## BREAD – für Indien

*Diese Jahr unterstützen unsere Erstkommunionkinder ein Projekt in Indien, auf das uns ein Gemeindemitglied aufmerksam gemacht hat. Ihr Enkel war dort und stellt es hier vor:*

Mein Name ist Caspar und ich war gemeinsam mit meiner Cousine Philippa 2018 nach unserem Abitur fast 5 Monate in Indien. Wir waren in einer Schule, die vom Ende der Welt Lichtjahre entfernt zu sein schien: Nur stundenweise Strom, kein warmes Wasser, niemand in unserem Alter. Nur ein kleiner Schulcampus, den wir nicht verlassen durften und konnten, weil es draußen scheinbar zu gefährlich war. Gefährlich war es eigentlich gar nicht, nur hatten die Menschen dort noch nie Leute aus Deutschland gesehen. Das Dorf lag 200 km oder mit dem Auto gute vier Stunden Fahrt im Osten von Delhi. In die Schule gingen 150 Grundschul Kinder.



Zum Glück waren die vier Nonnen, mit denen wir auf dem Schulgelände gewohnt haben, besonders nett und haben sich gut um uns gekümmert. Noch heute haben wir engen Kontakt auch zu ihnen. Dort waren wir zunächst echt verzweifelt, weil wir nicht wussten, wie wir mit den Lebensumständen klarkommen sollten. Jeden Tag morgens, mittags und abends das gleiche Essen: Daal (eine Art Lin-

seneintopf). Kaum Internet zu haben, war das geringste Problem... Wir hatten uns durchaus darauf eingestellt große Kompromisse einzugehen, aber dass es so extrem wird, hätten wir nicht erwartet. Und dabei war diese Schule, wie sich später beim Besuch der BREAD Schulen rausstellen würde, für indische Verhältnisse fast wie eine Luxus-Schule: Alle Räume hatten eine Tür, es gab Tische und Stühle und die Kinder hatten Hefte und Stifte! Das ist gar nicht selbstverständlich in Indien. Wie ihr auf den Fotos sehen könnt, werden die Kinder oft im Freien oder in Privaträumen



unterrichtet. Dann wird morgens alles zur Seite geräumt, sodass die Schulkinder aus der Gegend auf dem Fußboden Platz haben, und der Lehrer/in kommt und unterrichtet. Pater Josen, der Leiter von BREAD, stand eines Tages plötzlich am Schulcampus und nahm uns spontan mit nach Delhi. Wir waren begeistert, mal aus unserem kleinen Schulcampus rauszukommen und etwas von Indien zu

sehen. 10 Minuten Zeit zum Packen und schon waren wir mit der Hälfte unseres Gepäcks auf dem Weg nach Delhi, ohne zu wissen, wann oder wie wir wieder zurückkommen. Am nächsten Morgen nahm er uns mehr oder weniger ohne Vorwarnung zu seinem Routinebesuch bei den BREAD Schulen in den Slums von Delhi mit.

An das Elend und die Armut, die ich dort gesehen und erlebt habe, werde ich mich mein ganzes Leben erinnern. Das meiste, was ich dort bei den Ärmsten der Armen erlebt habe,



wird mir für immer wie ein Stein im Magen bleiben. Positiv wird immer die Erinnerung an BREAD und die fantastischen Auswirkungen, die daraus resultieren, bleiben. Das ist Dank Pater Joson möglich, er arbeitet und lebt, um den Menschen seines Landes soviel zu helfen wie möglich. **Die Kinder bekommen eine kostenlose Schulmahlzeit, finanziert durch Spenden aus der ganzen Welt - nun auch durch die Kommunionkinder der Gemeinde St. Pankratius. Ein großes Danke dafür!**

Das Schulessen kostet ca. 18 €/ Jahr pro Kind. Unvorstellbar wenig, oder? Die Kinder bekommen Daal, ein typisches indisches Linsengericht. Einmal pro Woche gibt es ein Ei – dann kommen besonders viele Kinder zur Schule. Wir haben dort erlebt, wie groß die Bedeutung eines einzigen Essens am Tag ist. Dort gibt es keine Kühlschränke und keinen Kiosk, wo man gerade mal was kaufen kann.

Umso dankbarer und toller ist es, dass eure Kollekte an Pater Joson und BREAD geht! Damit können viele **Mahlzeiten** gekauft werden, genauso wie **Medikamente** und andere wichtige Dinge, die den Menschen in den Slums helfen gegen **Corona** anzukommen, denn leider gibt es dort auch Corona.

Trotz der Armut sind die Kinder glücklich und fröhlich. Toll fanden wir, dass wir mit einem kleinen Betrag ein Kind ein ganzes Schuljahr lang mit einer täglichen Mahlzeit versorgen können. Außerdem ist es so, dass viele der Kinder nur in die Schule gehen dürfen, weil sie dort etwas zu essen bekommen, ohne dafür bezahlen zu müssen. Denn viele Kinder in Indien müssen ihren Eltern helfen, Geld zu verdienen, manchmal müssen sie sogar betteln, um etwas zu essen zu haben.

*Caspar*



*Hintergrund: Mary's meals (MM) ist eine internationale Hilfsorganisation, die 1,8 Millionen Kinder ernährt. ([www.marysmeals.de](http://www.marysmeals.de)) BREAD (Bord for research education and development) ist die indische Partnerorganisation von MM, die sich vor Ort um Nahrung und Verteilung kümmert. Wir unterstützen konkret Pater Joson und seine Schule.*

[www.kirche-im-leben.de/termine/kommunion-21/](http://www.kirche-im-leben.de/termine/kommunion-21/)

## Chorproben und -singen zu Coronazeiten

Vor gut einem Jahr gab es für mich als neuen SB-Musiker gerade einmal zwei Möglichkeiten, mit den Chören – heute würde man sagen: unter normalen Umständen – einen Gottesdienst zu gestalten, bevor dann im März der erste Lockdown kam und alles anders wurde. Nachdem dann das Singverbot verordnet wurde und sich zeigte, dass diese Situation, sich nicht zum Singen treffen und miteinander musizieren zu können, wohl vorerst nicht mehr so schnell in die Normalität zurückfinden würde, musste eine Lösung her.

Vieles konnte dann relativ schnell digitalisiert werden und homeschooling und homeoffice wurden unser aller Alltag. Doch blieb die Frage offen:

Wie geht es aber mit dem Chorsingen weiter?

Mittlerweile haben wir alle die Erfahrung gemacht, dass sich bei einem „digitalen Treffen“ mit mehreren Personen schnell die Bild- und Tonqualität der Verbindung verschlechtert. So schien es vorerst ausgeschlossen, ein digitales Format mit dem Chor zu realisieren.

Schließlich fand sich dann aber nach einigen Nachforschungen und dem Austausch mit Kolleginnen und Kollegen auf Bistumsebene sowie aus der Not und dem drängenden Bedürfnis heraus, dieser scheinbar so aussichtslosen Situation entgegenzuwirken, die Plattform JAMULUS für die Lösung des Chorsingens. JAMULUS leitet sich von dem Wort jammen ab, was zunächst einmal soviel heißt wie zusammen mit anderen Musikern an den Instrumenten frei improvisieren. Diese digitale Plattform wurde bisher meist von Instrumentalmusikern genutzt, die sich zu Rock-, Jazz-

und klassischer Musik über eine schnelle, kabelgebundene Internetverbindung auf einem JAMULUS-Server „treffen“ bzw. zusammen einwählen. Somit ist das Musizieren über Länder- und Kontinentgrenzen hinweg in Echtzeit möglich. Da hier nur das Audio-, also Tonsignal gesendet bzw. im Internet ausgetauscht wird und kein zusätzliches Videosignal, ist die Verzögerung durch die doch relativ geringen Datenmengen so minimal, dass hier auch der Hoffnungsschimmer für das Chorsingen lag.

Wir haben dann nach diversen technischen Anschaffungen und Einarbeitungen einen gemeindeeigenen JAMULUS-Server eingerichtet, auf dem sich dann nur die Chorsängerinnen und -sänger einwählen konnten. Zudem haben wir dann in mühevollster Kleinstarbeit und mit einer für mich außergewöhnlichen Einsatzbereitschaft der Chormitglieder die Einrichtung jedes einzelnen Sängers/jeder einzelnen Sängerin balanciert (Tischmikrofon, Computer, Verbindung, Toneinstellungen, etc.), sodass sich am Ende, wenn auch nicht alle, so aber doch der größte Teil der Chormitglieder einwählen konnte und wir tatsächlich miteinander singen konnten. Jeder hat dann also von seinem Zuhause in sein Computermikrofon gesungen und hörte das Klavier und alle anderen MitsängerInnen in Echtzeit über die eigenen Kopfhörer.



Das war, und damit spreche ich sicher für alle mit daran beteiligten Chorsängerinnen und -sänger, ein komplett neues Singerlebnis, besonders aus dem Grund, weil man sich nicht sehen, sondern nur hören konnte.



Nicht zuletzt haben wir so die musikalischen Mitgestaltungen der Gottesdienste über JAMULUS vorbereiten können und diese dann unter strengen Abstands- und Hygieneregeln und unter einem hohen technischen Aufwand auch im Gottesdienst umsetzen können.

Ohne die wirklich großartige Unterstützung konkret dieser Kirchengemeinde St. Pankratius, wäre das so nicht möglich gewesen. Daher ist es mir ein ganz besonderes Anliegen, mich an dieser Stelle bei all denjenigen Menschen

zu bedanken, die bewusst oder unbewusst mitgeholfen haben, das Projekt *digitale Chorprobe* so mit umzusetzen.

Nun, wo die Auflagen in sofern gelockert werden konnten, als dass derzeit wieder Live-Proben möglich sind, bin ich als Chorleiter überglücklich zu sehen und zu hören, dass sich so gut wie kein Rost auf den Stimmen niedergelegt hat und wir in den Live-Proben auch diejenigen wieder auffangen konnten, die bei dem JAMULUS-Format nicht mit dabei sein konnten und somit eine längere Singpause hinter sich hatten.

Auch die Tatsache, dass über JAMULUS nur über das Ohr gesungen werden konnte, hat die Sensibilität des Chorsingens stark nach vorne gebracht.

Aus diesem Format hat sich nun ein großer Erwachsenenchor formiert, der nicht durch Altersunterschiede oder andere Gründe Grenzen aufstellt, sondern der, auf der Suche nach gutem Musizieren, von selber in die Balance des Miteinanders findet.

Zudem finden immer mehr Menschen aus der Gemeinde wieder einen Zugang zum Chorsingen, nicht zuletzt vielleicht auch deshalb, weil die Chorproben in den Sommermonaten Corona-bedingt etwas exponierter draußen vor der Kirche St. Pankratius im Atrium stattgefunden haben und stattfinden, alternativ in der Kirche St. Pankratius. So gab es zwangsläufig etwas nähere Einblicke in die Chorsing- und Chorprobensituation und bei dem einen oder anderen ist die Sehnsucht hochgestiegen, das in diesen Zeiten so besonders gewordene Singen für sich wiederzubeleben.

Nach der Sommerpause beginnen wir, digital oder live, draußen oder drinnen, ein englisches Christmas-Programm, mit traditionellen Carols und englischer Musik verschiedener Zeitepochen, zu erarbeiten.

Ralf Rhiel

## Unsere vier VOX-Formate

Liebe Eltern, liebe Kinder,

Spaß und Freude am Singen liegt in der Grundnatur der Kinder.

Gerade in den ersten Lebensjahren zeigt sich dies in der Ungezwungenheit und der Selbstverständlichkeit, die Kinder beim Musizieren an den Tag legen.

Dieses kostenfreie Angebot der kath. Kirchengemeinde St. Pankratius **für Kinder ab dem letzten Kindergartenjahr bis zum 2. Schuljahr** ist eine musikalische Förderung mit Gesang, Bewegung und Spiel unter dem Namen:



Die Kinder entwickeln in dieser Zeit wesentliche und wertvolle Grundbausteine des Musizierens und erlernen einen freien und klangschönen Umgang mit ihrer Stimme.

Bei Interesse an diesem Format für (Klein-)Kinder hat, gerne per E-Mail anmelden. Dann gibt es genauere Informationen zu Probenort und -zeit.

Liebe Kinder,

Stimmtalente gibt es überall.

Meistens sind sie versteckt oder man weiß vielleicht selber noch gar nichts davon...

Am Schönsten ist es aber, wenn dieses Talent nicht alleine bleibt, sondern sich mit anderen zusammenschließt und gemeinsam gesungen und Musik gemacht wird.

Wer gerne singt und Spaß am Singen hat, ist hiermit ganz herzlich zu dem neuen und kostenfreien Angebot **für Kinder ab dem 2. Schuljahr bis zur 5. Klasse** eingeladen:



Erklärt werden braucht nicht viel: „VOX“ bedeutet übersetzt „die Stimme“ Der Buchstabe „S“ steht für alles, was einem in den Sinn kommt, wenn man an „die Stimme“ denkt: Spaß, singen, super, sensationell, sound, ...

Wer gerne dabei sein möchte, meldet sich einfach per E-Mail an. Daraufhin folgen genauere Informationen zu Probenort und -zeit.

*Ich hoffe, Euer/Ihr Interesse geweckt zu haben.  
Fragen und Anmeldung gerne per E-Mail an  
[rhiel@sanktpankratius.koeln](mailto:rhiel@sanktpankratius.koeln)*

Aktuelle Informationen unter  
[www.kirche-im-leben.de/unsere-kirchengemeinde/kirchenmusik/](http://www.kirche-im-leben.de/unsere-kirchengemeinde/kirchenmusik/)

Ganz herzliche Einladung zum Mitsingen und miteinander Musizieren an alle, die sich gerne gemeinsam mit anderen musikalisch einbringen wollen, einbringen können oder es versuchen möchten.



Die sogenannten **Jugendchorprojekte** sind zunächst auf Gottesdienste mit besonderen Anlässen oder Themen hin angelegt worden. Dies kann aber auch noch andere und weitere kreative Wege finden.

Musiziert werden neben teilweise speziell arrangierten, mehrstimmigen Stücken zu modernen geistlichen Liedern, auch Gospels, Taizégesänge, passende Lieder aus Pop, Rock und Jazz und v.a.m.

Die Proben für die jeweilige Gestaltung finden immer projektbezogen statt. Somit ist es möglich, sich nur bei einem Projekt bzw. einer Gottesdienstgestaltung oder gleich bei mehreren mit einzuklinken, gerade so, wie es sich für Euch vereinbaren lässt.

Herzliche Einladung zum Mitsingen im **Erwachsenenchor** der Kirchengemeinde St. Pankratius:



Geprobt wird Literatur aus geistlicher und weltlicher Chormusik zur Mitgestaltung der Gottesdienste aber auch für eigene Konzertformate.

Wer gerne mitsingen möchte, ist sehr herzlich zu unseren Proben eingeladen:

Dienstags, 20.00 Uhr - 21.30 Uhr

Selbstverständlich ist auch ein Reinschnuppern oder Zuhören möglich. Gerne lässt sich auch ein Treffen zu Austausch und Kennenlernen vorab einrichten.

Anmeldemöglichkeit unter:  
rhiel@sanktpankratius.koeln

*In großer Vorfreude auf neue Begegnungen, ein Kennenlernen  
und mit einem herzlichen Gruß*

## Jugendarbeit-Mobil

Liebe Gemeinde,

mein Name ist Samantha Kurzawski und im September 2020 begann meine Reise als Jugendreferentin in dieser Gemeinde. Der eine oder andere kennt mich vielleicht durch das Krippenspiel-Video.

Mit Vorfreude und Motivation versuchte ich das **Mobil „Jugendarbeit“** in neuer Form in der Kirchengemeinde St. Pankratius an den Start zu bringen.



Corona bescherte dem Mobil einen holprigen Weg, der selbstverständlich bergauf ging. Schnell merkte ich aber, dass ich nicht alleine bin. Der Zusammenhalt und das Engagement durch Leiter\*innen, Katechet\*innen, Familienausschuss sowie Mitarbeiter\*innen gaben dem Mobil Rückenwind und gemeinsam versuchten wir die unterschiedlichen Hürden zu umfahren. Dennoch erkundeten wir gemeinsam viele schöne Stationen.

Eine unserer ersten Stationen war der **Adventskalender und die virtuelle Adventsfeier für die Messdiener\*innen**. Gemeinsam versuchten wir bei unserer Adventsfeier den Escape Room zu lösen. Souverän lösten die Teilnehmer\*innen die Rätsel und retten Weihnachten. Mit viel Schwung startete das Mobil mit uns in das neue Jahr. Dieses Jahr war am Anfang direkt durch zwei tolle Aktionen geprägt. Unsere Helfer\*innen der **Sternsinger Aktion** sammelten, wenn auch dieses Jahr auf anderem Weg, 20.000 Euro für die Kinder in der Ukraine ein. Weiterhin packten die Erstkommunionkinder, Firmlinge und Messdiener\*innen rund 50 **Essens- und Hygienepakete für Obdachlose**. Diese wurden bei der Caritas Kleiderkammer und durch den Verein SKM an die Menschen verteilt.

Kaum hatten wir die Etappe geschafft, stand die nächste Station vor der Tür. Den geliebten Karneval wollten die Messdiener\*innen nicht einfach ausfallen lassen, somit entschieden wir, die **Karnevalsfeier** kostümiert mit einigen Spielen virtuell zu feiern.

Während unserer Weiterfahrt bildeten sich in unserem Mobil neue Teams. Die kleinen Messdiener-Leiterrunden taten sich zusammen. Weiterhin nahmen wir auf unserem Weg neue Wegbegleiter\*innen mit und es bildete sich eine neue Leiterrunde für die Sommerfahrt. In regelmäßigen Sitzungen grübelten und organisierten wir. Die Ergebnisse lassen sich sehen: Zusammen gestalteten wir einen Ort, an den das Mobil immer wieder zurückkehren und von dem es auch immer wieder

neu starten kann. Der **neue Jugendraum** dient für Gruppenstunden, Leiterrunden und als Ort für den Austausch.

Diesen Ort konnten wir nach langem Warten am **Aktionstag für die Messdiener\*innen** einweihen. Bevor wir gemeinsam den Grill nutzten, machten sich die fünf Gruppen auf dem Weg, um Mr. X zu finden. Dieser hatte sich in unser Einzugsgebiet gemogelt. Kurz vor Ablauf der Zeit schafften wir es, Mr. X zu finden. Nach getaner Verfolgungsarbeit ließen wir den Abend mit ein paar Würstchen ausklingen.

Die nächste große Station, unser Sommercamp, liegt bald vor uns. In den letzten zwei Sommerferienwochen werden unsere Leiter und Leiterinnen rund 40 Kindern den Sommer verschönern.

Nun bin ich gespannt, wo uns das Mobil gemeinsam hinbringen wird. Ich hoffe, dass wir endlich wieder Gemeinschaft erleben können und freue mich auf die kommenden Erlebnisse.

*Samantha Kurzawski*



# BLATTSPINATSALAT MIT LACHSFILET

à la Ralf Rhiel | Seelsorgebereichsmusiker



## Zutaten:

- ca. 200 g Baby-Blattspinat
- 1 geraspelte Möhre
- 3-4 kleingeschnittene Tomaten
- 1 in dünne Streifen geschnitten rote Zwiebel
- 1 halbe, kleingeschnittene Avocado
- Rucola Keimlinge
- Garten Kresse
- Rettich Keimlinge
- 1 kleiner Bund Koriander
- 1 Schuss Olivenöl
- 1 Schuss Balsamico-Essig
- Salz und Pfeffer
  
- 1-2 Lachsfiletscheiben
- Butter
- eine frische Zitronenscheibe

## Zubereitung:

Alle Zutaten in einer Salatschüssel vermengen.

Die beiden Lachsfilets leicht salzen und pfeffern und dann kurz in der Pfanne mit Butter anbraten.

Alternativ: Belag aus Tofu, Feta-Käse, Hähnchenstreifen

*Ein schneller, frischer und bekömmlicher Salat, welcher zusammen mit Lachs, oder auch Tofu, Feta-Käse, Hähnchenstreifen, etc. gut auf dem Mittagstisch Platz findet.*

*Genauso bekömmlich aber auch am Abend mit einer kleinen Käseauswahl gegessen werden kann.*

*Für mich ist dieser Salat gerade im Sommer eine wunderbar frische Alternative und mit einer Vorbereitungszeit von 10 Minuten ideal in den Alltag einzubinden.*

*Guten Appetit und herzliche Sommergrüße*

# GEHACKTER SALAT AUF MEDITERRANE ART

à la Claudia Piontek | *Verwaltungssekretärin*



## Zutaten für 8 Portionen:

- 1 Dose(n) (à 850 ml) weiße Bohnen
- 2 Zwiebeln (z. B. rote)
- 2 Paprikaschoten (z. B. gelb und rot)
- 2 Möhren
- 1 Salatgurke
- 5 Tomaten
- 1 kleiner Eisbergsalat
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Schnittlauch
- 150 ml heller Balsamico-Essig
- 5 EL Ahornsirup
- Salz, Pfeffer
- 7-8 EL Olivenöl

## Zubereitung:

Für den Salat Bohnen abgießen, abspülen und gut abtropfen lassen. Zwiebeln schälen, vierteln und in Streifen schneiden. Paprika putzen, waschen und fein würfeln. Möhren schälen, waschen und grob raspeln. Gurke schälen, waschen und fein würfeln. Tomaten waschen und fein würfeln. Salat putzen, waschen, grob schneiden und anschließend fein hacken.

Petersilie und Schnittlauch waschen und hacken bzw. in Röllchen schneiden. Vorbereitete Salatzutaten und Kräuter in einer großen Schüssel mischen.

Für die Vinaigrette Essig, Ahornsirup, Salz und Pfeffer verrühren. Öl unterschlagen. Vinaigrette über den Salat gießen und alles gut miteinander mischen.

## WASSERMELONENSALAT

à la Samanta Kurzawski | *Jugendreferentin*



### Zutaten:

500 g Wassermelone  
4 kleine Tomaten  
2 kleine Gurken (Minigurke)  
2 kleine rote Zwiebeln,  
(oder eine halbe große rote Zwiebel)  
200 g Feta-Käse  
6 EL Balsamico  
2 EL Weißweinessig/Zitronensaft  
4 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Die Melone, die Tomaten und den Feta-Käse in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel und die Gurke in feine Scheiben schneiden. Alle Zutaten vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen, Öl und Essig unterrühren und abschmecken. Guten Appetit!

## HÄHNCHEN-PAPRIKA-SALAT

à la Dagmar Oetken | *Pfarrsekretärin*



### Zutaten:

2 Hähnchenbrustfilets  
1 rote Paprika  
1 Dose Pfirsiche  
3 Esslöffel Mayonnaise  
3 Esslöffel Ketchup  
1 Spritzer Zitronensaft

### Zubereitung:

Hähnchenbrustfilets braten, anschließend abgekühlt in kleine Stücke schneiden. Paprika waschen und in kleine Stücke schneiden. Pfirsiche in kleine Stücke schneiden.

Aus Zitronensaft, Mayonnaise und Ketchup ein Dressing anrühren, eventuell etwas Saft aus der Dose hinzugeben. Alle Zutaten miteinander verrühren. Guten Appetit.

# ERDBEER-MOZZARELLA-SALAT

à la Jan Rolfes | *Küster St. Pankratius*



## Zutaten für 2 Portionen:

50 g Baby-Blattspinat  
 250 g Erdbeeren  
 300 g kleine Strauchtomaten  
 2 Kugeln Mozzarella (à 125 g)  
 5 Stiele Basilikum  
 5 El Olivenöl  
 1 TL Honig  
 1-2 El Zitronensaft  
 Salz  
 Pfeffer  
 20 g Parmesan

## Zubereitung:

1.  
Spinat waschen und trocken schleudern. Erdbeeren und Tomaten putzen und in Scheiben schneiden. Mozzarella gut abtropfen lassen und in Scheiben schneiden. Erdbeeren, Tomaten und Mozzarella auf zwei Tellern anrichten, Spinat mittig daraufgeben.
2.  
Basilikumblättchen abzupfen und fein hacken. Mit Olivenöl, Honig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer kräftig verrühren und über den Salat träufeln. Parmesan darüberhobeln und sofort servieren.

**Tipp:** Erdbeeren, Tomaten und Mozzarella sollten Raumtemperatur haben, so schmecken sie viel aromatischer.

*Zubereitungszeit:* 20 Min

# COUSCOUS-SALAT MIT SCHAFSKÄSE, GURKEN UND PAPRIKA

à la Britt Liebler | *Leiterin Pfarrbüro, Stellv. Leiterin Familienzentrum*



## Zutaten für 4 Portionen:

- 0,5 Bio-Zitrone
- 300 g Couscous
- 4 El Olivenöl
- 1 Prise Salz
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Tl Kreuzkümmel (gemahlen)
- 1 Tl Koriander (gemahlen)
- 1 Paprikaschote (rot)
- 0,5 Salatgurke
- 2 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 0,5 Bund glatte Petersilie
- 2 El Weißweinessig
- 1 Prise Pfeffer (aus der Mühle)
- 100 g Pinienkerne
- 200 g Schafskäse

## Zubereitung:

1. Zitronenschale abreiben, Saft auspressen. Couscous mit Zitronensaft, 200 ml kochendem Wasser, Olivenöl, 1/2 Tl Salz vermischen, zugedeckt ca. 5 Min. quellen lassen. Knoblauch abziehen, fein würfeln, zusammen mit Kreuzkümmel und Koriander unterrühren.
2. Paprika, Gurke, Tomaten putzen, rote Zwiebel abziehen, alles klein würfeln. Petersilienblätter abzupfen, in Streifen schneiden, Zutaten unter den Couscous heben, mit Zitronenabrieb, Weißweinessig, Salz und Pfeffer kräftig würzen.

## Arbeitszeiten:

*Zubereitungszeit ca. 35 Min.*

*Durchziehzeit ca. 30 Min.*

# RÖMERSALAT MIT SCHWEINEFILET UND GRANATAPFEL

à la Stephanie Hofmeister | *Küsterin St. Joseph und St. Vitalis*



## Zutaten für 4 Portionen:

- 4 kleine Römersalatherzen (ca. 140 g)
- 320 g Schweinefilet
- 120 g Blauschimmelkäse  
(z. B. Roquefort oder Gorgonzola)
- 200 ml Milch
- 100 g Joghurt (fettarm)
- Salz, Pfeffer
- 2 Granatäpfel
- 8 El Sonnenblumenöl

## Zubereitung:

1. Salat putzen, in mundgerechte Stücke schneiden, waschen und trockenschleudern. Schweinefilet in 1-2 cm dicke Scheiben schneiden und nochmals halbieren oder dritteln. Käse in ein hohes Gefäß bröseln, Milch und Joghurt zugeben, mit dem Schneidstab fein pürieren und mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Granatapfel quer halbieren, mit einem Holzlöffel über einer Schüssel so lange auf die Schale klopfen, bis alle Kerne gelöst sind.
3. 2 El Öl in einer beschichteten weiten Pfanne stark erhitzen. Die Hälfte des Fleisches in die Pfanne geben und 2-3 Minuten braten, dabei erst schwenken oder wenden, wenn die angebratene Seite goldbraun ist. Mit Salz und Pfeffer würzen, in ein Sieb geben und über einer Schüssel abtropfen lassen. Restliches Fleisch im restlichen Öl genauso braten.
4. Salat mit dem Blauschimmeldressing mischen und in tiefe Teller geben. Schweinefilet und Granatapfelkerne darauf verteilen und servieren.

# TOMATEN-TORTELLINI-SALAT

à la Christiane Kuballa | ehem. Pfarrsekretärin



## Zutaten:

- 700g gemischte Tomaten
- 1 Zwiebel
- 3 El milder Weißweinessig
- Salz
- Zucker
- Pfeffer
- 4 El Olivenöl
- 125g schwarze Oliven (mit Stein)
- 2 Pk Tortelloni mit Käsefüllung  
(a 250g, aus dem Kühlregal)
- 8 Stiele Basilikum

## Zubereitung:

Tomaten putzen und halbieren bzw. große Tomaten in Scheiben schneiden. Zwiebel in dünne Scheiben hobeln. Alles in einer Schüssel mit Essig, Salz, 1 Prise Zucker und Pfeffer würzen. Öl und Oliven untermischen. Wasser zum Kochen bringen, salzen und die Tortelloni nach Packungsanweisung garen. Abgießen, kurz abtropfen lassen und unter die Tomaten mischen. Vollständig abkühlen lassen. Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikumblättchen abzupfen, grob schneiden und kurz vor dem Servieren unter den Salat mischen.

**Tipp:** Der Salat schmeckt auch warm. Dann nur 2 El Essig nehmen und die Tortelloni kochend heiß unter die Tomaten mischen.

# SPAGHETTI-SALAT

à la Marius Schalk | *Pfarrsekretär*



## Zutaten:

500 g Spaghetti  
 40 g Parmesan (gerieben)  
 4 EL Olivenöl  
 1 Glas Tomaten (  
 getrocknete in ÖL)  
 100 g Rucola  
 1 Bund Basilikum  
 Salz  
 Kräutersalz  
 Pfeffer

## Zubereitung:

Spaghetti in der Mitte brechen und in gesalzenem Wasser kochen.

Die noch warmen Spaghetti in eine Schüssel geben, gut würzen und etwas Öl und den Parmesan dazugeben, (nicht zu viel Öl, da die Tomaten noch Öl mitbringen). Tomaten, Basilikum und Rucola klein schneiden und mit in die Schüssel geben.



Der Sommer macht viele Aktivitäten, die in den letzten Monaten immer wieder verschoben werden mussten, wieder möglich.

So finden aktuell z. B. wieder Stadtführungen statt und das Walken und Radfahren kann auch wieder in größeren Gruppen durchgeführt werden. Der Literaturkreis trifft sich nun „in Echt“ und weitere Aktivitäten wie Tanzen, Basteln, Tagesfahrten, Stammtisch... sind in Planung.

Die Unterstützung bei der Nutzung eines Smartphones bleibt auch erhalten und die Gestaltung der Corona-Gedenkstätte auf dem Friedhof nimmt Form an sowie die Sanierung des Dorfplatzes.

Trotz schwieriger Bedingungen hat sich ein Kreis von aktiven Netzwerker\*innen immer wieder in den letzten Monaten getroffen – davon einige Monate lang nur über Video – und ist in der Weiterentwicklung des SeniorenNetzwerks aktiv geblieben und bleibt auch weiter aktiv!!!

### Haben Sie weitere Wünsche?

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung!

Bis auf weiteres erreichen Sie uns so:

**SeniorenNetzwerk Junkersdorf, Kartäusergasse 9-11, 50678 Köln,**

**Träger: Diakonisches Werk Köln und Region gGmbH**

**Telefon: 0176/23 27 99 23**

**E-Mail: [angelika.klauth@diakonie-koeln.de](mailto:angelika.klauth@diakonie-koeln.de)**

**[www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de) (Stadtteil Junkersdorf)**

**Termine montags und dienstags nach Vereinbarung im „Roten Salon“, Am Schulberg 6**

### *Nun gibt es eine Veränderung:*

Ich möchte mich in meiner Funktion als Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Junkersdorf von Ihnen verabschieden. Ich bedanke mich bei Ihnen für die vielen interessanten Gespräche, die vielfältigen Anregungen und Informationen, das große Engagement und die offene Aufnahme in Junkersdorf und in Ihrer Gemeinde.

Ab August warten andere Aufgaben in der Diakonie auf mich und ich gehe davon aus, dass meine Nachfolge bald schon – vielleicht schon nach den Sommerferien – meine Aufgaben übernehmen kann.

Ich wünsche Ihnen Alles Gute!

Blieben Sie zuversichtlich, gesund, gesellig und aktiv.

Herzliche Grüße

*Angelika Klauth*

Gemeinschaftlich  
Mit Mut  
Gestärkt durch  
Gottes Vertrauen  
Gestalten wir  
Heute das Morgen



Pfarrgemeinderat  
+ Kirchenvorstand  
Wahl 6.+7.11.2021

Deine starke Stimme im Erzbistum Köln.

wahlen-ebk.de



# WENDELINUS OKTAV

02.-10.10.2021  
ST.VITALIS KÖLN  
-MÜNGERSDORF



# PROGRAMM

## SAMSTAG 2.10.

17:00h Eröffnungsgottesdienst mit Gedenken an verstorbene Ehrenamtler, anschließend Dankeschönfest für alle Ehrenamtler unserer Gemeinde

## SONNTAG 3.10.

11:30h Familiengottesdienst mitgestaltet von unserem Kinderchor VOXs  
14:00h Stadtführung mit Günter Leitner und Marliese Berthmann durch Müngersdorf  
Treffpunkt: KVB-Haltestelle Alter Militärring – 12€/10€  
18:00h Taizéabend für die Firmlinge mit Ralf Rhiel

## DIENSTAG 5.10. PILGERTAG

18:00h Tiersegen  
18:30h Pilgermesse mit anschließendem Pilgertreffen

## MITTWOCH 6.10.

15:00h Nachmittag für Senioren mit gemütlichem Beisammensein  
20:00h Vortrag, Fey "Wendelin – oder die gefährliche Kraft der Legende"

## DONNERSTAG 7.10.

19:30h Orgelkonzert mit Prof. Mareile Krumbholz

## FREITAG 8.10.

16:00h Angebot für Kinder  
19:00h Segnung für Verliebte mit anschließendem Beisammensein

## SONNTAG 10.10.

11:00h Firmung in der "HalleTOR2" in Müngersdorf durch Weihbischof Rolf Steinhäuser  
11:30h Festhochamt  
17:00h Kölsche Vesper mit anschließendem Plätzchenfest



## GOTTESDIENSTE

Dienstags (WGD)	09.00 Uhr	St. Pankratius, Junkersdorf
Samstags	18.00 Uhr	St. Joseph, Braunsfeld
Sonntags	10.00 Uhr	St. Pankratius, Junkersdorf
Sonntags	11.30 Uhr	St. Vitalis, Müngersdorf
Sonntags	18.00 Uhr	Christi Auferstehung, Lindenthal
Mittwochs	18.30 Uhr	Kloster Mägde Mariens, Junkersdorf

## TERMINVORSCHAU 2. HALBJAHR 2021

01.-06.08.	Sommercamp - 1. Woche	Pfarrzentrum St. Joseph
09.-13.08.	Sommercamp - 2. Woche	Pfarrzentrum St. Joseph
05.09.	Feier zum 50. Jubiläum/Vernissage	Kirche Christi Auferstehung
06.-25.09.	Ausstellung Edith und Rosa Stein	Kirche Christi Auferstehung
11./12.09.	„Tag des offenen Denkmals“	Kirche Christi Auferstehung
19.09.	3 Erstkommunionfeiern JG 2021	HalleTOR2, Müngersdorf
26.09.	Finissage der Ausstellung Edith und Rosa Stein	Kirche Christi Auferstehung
02.-10.10.	Wendelinusoktav	Kirche St. Vitalis
10.10.	Firmung JG 2020	HalleTOR2, Müngersdorf
17.-22.10.	Firmvorbereitung JG 2021	Pfarrzentrum St. Joseph
06./07.11.	PGR-/Kirchenvorstandswahlen	
09.11.	Gedenkmesse "Deportationslager Müngersdorf"	Kirche St. Vitalis
17./18.12.	Firmung JG 2021	Pfarrkirche St. Pankratius
19.12.	Jubilo-Konzert des Fördervereins St. Pankratius	Pfarrkirche St. Pankratius

