Pfarrei Vallendar
St. Maria Magdalena Aktuell
5. – 19.3.2026 Ausgabe 2026|05

“ Wer jemanden verurteilt, kann immer irren. Aber wer verzeiht, irrt nie. nach K. H. Waggerl

Work-Life-Balance

Liebe Schwestern und Brüder,

in den letzten Wochen kochten die Emotionen hoch, wenn öffentlich über das Thema Arbeitszeit diskutiert wurde. Von „Vier-Tage-Woche“ und „Lifestyle-Teilzeit“ war da beispielsweise die Rede. Mir geht es nicht um die Frage nach dem rechten Arbeitsmaß, mir geht es eher um den Sinn unserer Freizeit. Um den Sinn, den wir selbst ihr geben oder eben nicht.

Weit verbreitet ist die Ansicht, Ruhezeiten wie ein freies Wochenende oder der jährliche Urlaub dienten der Erholung, sodass unsere Arbeitskraft erhalten bleibt und nach absolvierter Ruhe wieder vollumfänglich zur Verfügung steht. Dann dürften wir in unserer Freizeit nichts anderes tun, als faul auf dem Sofa zu liegen, damit unser Körper zu Ruhe und Erholung kommt. Dabei kann es allerdings passieren, dass unser Geist sich ganz furchtbar langweilt.

Die Gegenposition versucht hingegen, das Maximum an Erlebnis aus der Freizeit herauszuholen. Bloß nichts verpassen, ist hier die Devise. Dann kann es passieren, dass wir uns während der (Arbeits-) Woche vom Freizeitstress erholen müssen. Wie so oft im Leben, neigen die Extreme zur Übertreibung. Vermutlich werden sich die meisten von Ihnen irgendwo dazwischen einordnen.

Die jüdisch-christliche Tradition führt den wöchentlichen Ruhetag auf ein göttliches Gebot zurück. Der Ruhetag soll deshalb auch in erster Linie dazu dienen, Herz und Seele für Gott zu öffnen und darauf zu vertrauen, dass er für uns sorgt. Die Fastenzeit eignet sich hervorragend dazu, diese Praxis verstärkt einzuüben, damit unser Leben nicht aus dem Gleichgewicht gerät.

Dirk Mettler, Diakon

Viele Menschen beteiligen sich an unserer Fastenzeitaktion im Internet. Hier kommen einige Antworten, die auf die „gewürfelten“ Fragen gegeben worden sind.

Rien ne va plus – Nichts geht mehr! Wirklich?

Was hat dir zuletzt gut getan?
- *Eine Umarmung*
- *Ein klärendes Gespräch*
- *Eine Ruhepause, in der ich einfach innerlich bei Gott war*

Wer oder was macht dir Mut?
- *Menschen, die mich annehmen, wie ich bin*
- *Menschen mit Rückgrat*
- *Menschen die die Wahrheit sagen*
- *Jeden Morgen wieder aufstehen dürfen*

Wo hast du erlebt: Es geht doch weiter?
- *Besserung nach längerer Krankheit*
- *Als ich akzeptiert habe, dass ich mein Leben in die Hand nehmen muss*
- *Nach einem schwierigen Gespräch*

Was bringt dich zum Lächeln?
- *eine freundliche Kassiererin*
- *Schneeglöckchen und Osterglocken*
- *Ausgelassene Kinder*
- *Fröhliche Menschen und ein Sonnentag*

Wo siehst du Hoffnung und Zuversicht wachsen?
- *In vielen Köpfen junger Menschen*
- *Wenn neue Ideen ausprobiert werden*
- *Beim Zusammensein mit lieben Menschen und im Gebet.*

Welcher kleine Schritt bringt dich weiter?
- *Drei tiefe Atemzüge*
- *Anfangen und nicht abwarten*
- *Den Focus mehr auf das Positive richten*
- *Nicht jammern, sondern Zukunft gestalten*

Café Lebensbaum

Offene Treffen für Trauernde

Eingeladen sind alle Trauernden, unabhängig von Herkunft und Religion. Zeit für Austausch, Begegnung und Impuls. Möglichkeit zu Kaffee und Kuchen. Nächster Termin: **Mittwoch, 11. März, 15 Uhr** im Pilgerhaus Schönstatt, Hillscheider Str. 5., Vallendar.

Am 12. März um 15 Uhr lädt die Kolpingsfamilie Vallendar Interessierte und Mitglieder wieder zum beliebten Seniorenkaffee in den Nebenraum der Kreuzkirche ein. Bei Kaffee und Kuchen Gemeinschaft erleben, ins Gespräch kommen und ein paar unbeschwerte Stunden miteinander verbringen, ist das Ziel dieses Angebotes. Das nächste Treffen wird in der Osterwoche am 9. April stattfinden. *JP*

Osterkerzen gestalten

Die Osterkerzen für die Kirchen der Pfarrgemeinde selbst zu gestalten, ist eine gute Tradition in Vallendar. Dazu sind Interessierte auch in diesem Jahr herzlich eingeladen. Treffpunkt ist am **14.03. um 10 Uhr** im **Pfarrheim St. Josef**. Einfach dazukommen! Material ist vorhanden.

JWG

Aus dem Pfarrgemeinderat

In seiner Sitzung am 23. Februar 2026 hat der Pfarrgemeinderat der Pfarrei Vallendar St. Maria Magdalena zentrale Themen für die kommenden Monate beraten. Zehn Mitglieder nahmen an der Sitzung teil. Ein hinzugewähltes Mitglied hat die Berufung angenommen und wird ab der nächsten Sitzung regelmäßig mitarbeiten. Neben Kurzberichten aus dem Verwaltungsrat, dem Rat des Pastoralen Raumes und den Gemeindeteams stand vor allem die Vorbereitung der Verwaltungsratswahl im Mittelpunkt. Der Pfarrgemeinderat stellte die Kandidatenliste auf: Vier Personen kandidieren, drei Mitglieder – und damit die Hälfte des Gremiums – können gewählt werden. Die Wahl durch den Pfarrgemeinderat findet am 9. März 2026 statt.

Immobilienkonzept

Das Ziel des Immobilienkonzeptes ist es, den Bestand förderfähiger Immobilien wie Kirchen, Pfarrheime und Pfarrhäuser langfristig zu begrenzen. Der Pfarrgemeinderat stimmte dem Vorschlag des Verwaltungsrates zu, den Prozess in Vallendar möglichst 2027 zu beginnen. In den Prozess sollen weitere Gruppierungen einbezogen und ein entsprechender Ausschuss zeitnah eingesetzt werden.

Arbeitsgruppen des PGRs

Die Arbeitsgruppen Präventionsteam, Raumkonzept Pfarrkirche und Öffentlichkeitsarbeit wurden neu eingesetzt. Die AG Gottesdienst setzt ihre Arbeit in bewährter Struktur fort – mit Untergruppen zu dialogischen Gottesdienstformen, Kirchenmusik und Gottesdiensten an anderen Orten. *JP*

> Aufgeblasene Menschen leben in der ständigen Angst vor spitzen Nadelstichen.
>
> unbekannt

Immer dann ...

Immer dann, wenn die Liebe nicht ganz reicht, wünsche ich dir Großherzigkeit.
Immer dann, wenn du verständlicherweise auf Revanche sinnst, wünsche ich dir einen Vorschuss an Vertrauen.
Immer dann, wenn du mehr haben willst, wünsche ich dir die Sorglosigkeit der Vögel des Himmels.
Immer dann, wenn du dich über die Dummheit anderer ärgerst, wünsche ich dir ein herzhaftes Lächeln.
Immer dann, wenn dir der Kragen platzt, wünsche ich dir tiefes Durchatmen.
Immer dann, wenn du gerade aufgeben willst, wünsche ich dir die Kraft zum nächsten Schritt.
Immer dann, wenn du dich von Gott und der Welt verlassen fühlst, wünsche ich dir eine unverhoffte Begegnung, ein Klingeln an der Haustür.
Immer dann, wenn für dich Gott weit weg scheint, wünsche ich dir seine spürbare Nähe. Barmherzigkeit heute.

unbekannt

Gelassen alt werden

Du kannst allmählich dahin kommen, dass du freundlich und gelassen deine Ansprüche an dein eigenes Können abbaust. Else sagt: „Es macht nichts, dass ich mir nichts mehr merken kann. Dafür vergesse ich umso mehr!“ Luise meint: „Jetzt weiß ich, warum man pensioniert wird: damit man Zeit hat, seine Brille zu suchen.“ Solche Weisheiten findet man nicht plötzlich, wenn man alt ist. Sie wollen ein Leben lang gesucht und eingeübt sein.

Foto: Tope Asokere, Pixabay

DENKpause und Friedensgebet

Am **Donnerstag, 19. März um 19 Uhr** lädt die kfd Vallendar Mitglieder und die Gemeinde zu einem Friedensgebet in die Kreuzkirche ein, das auch Impulse aus der diesjährigen Fastenzeit-Aktion „rien ne va plus Nichts geht mehr! Wirklich“ aufgreifen wird.

Zum Schmunzeln

„Im Schweiße deines Angesichts sollst du dein Brot essen!“, zitiert der Pfarrer die Worte der Bibel in der Religionsstunde. *„Was heißt das?“*

Albert streckt: *„Man soll so viel essen, bis einem der Schweiß ausbricht!“*

GOTTESDIENSTE & Termine

St. Marzellinus und Petrus, Vallendar

- **08.03., 14.00 Uhr**: Tauftermin
- **11.03., 14.00 Uhr**: Beerdigung +Alex Krämer, Kirche und Friedhofshalle Vallendar
- **12.03., 19.00 Uhr**: DENKpause
- **15.03., 11.00 Uhr**: Familiengottesdienst für +Andreas Hahn, für ++ Andreas und Ulrich Thüring, nach Meinung

St. Peter und Paul, Urbar

- **06.03., 09.00 Uhr**: Heilige Messe Herz-Jesu-Freitag
- **07.03., 19.00 Uhr**: DENKpause
- **14.03., 18.00 Uhr**: Heilige Messe

St. Georg, Niederwerth

- **06.03., 14.00 Uhr**: Sterbeamt +Felizitas Hilden, anschl. Beisetzung
- **07.03., 18.00 Uhr**: Wort-Gottes-Feier für +Liesel Bähner
- **21.03., 18.00 Uhr**: Heilige Messe für +Annetrude Kesselheim, +Gertrud Kesselheim und ++Angehörige,- für +Gertrud Münz

Kreuzkirche, Mallendarer Berg

- **06.03., 17.00 Uhr**: Weltgebetstag
- **08.03., 11.00 Uhr**: Wort-Gottes-Feier für +Helmut Bretz
- **19.03., 19.00 Uhr**: Friedensgebet - DENKpause
- **22.03., 11.00 Uhr**: Familiengottesdienst

Generationenzentrum St. Josef

- **18.03., 10.00 Uhr**: Heilige Messe

Residenz Humboldthöhe

- **12.03., 15.30 Uhr**: Heilige Messe
- **14.03., 18.00 Uhr**: Vorabendmesse
- **19.03., 15.30 Uhr**: Heilige Messe

Andere Termine

- **09.03., 15.30 Uhr**: Mach Mit! - Gruppe Vallendar
- **11.03., 10.00 Uhr**: evangelischer Gottesdienst
- **12.03., 09.30 Uhr**: Mach mit Gruppe Urbar
- **12.03., 15.00 Uhr**: Seniorenkaffee, Kreuzkirche
- **14.03., 10.00 Uhr**: Osterkerzen basteln
- **16.03., 15.30 Uhr**: Mach Mit! - Gruppe Vallendar
- **17.03., 16.00 Uhr**: Familiencafe
- **19.03., 09.30 Uhr**: Generationen-Frühstückstreff Vallendar
- **19.03., 09.30 Uhr**: Mach mit Gruppe Urbar
- **21.03., 10.00 Uhr**: Tag der Versöhnung Kommunionkinder und ihre Eltern, Haus Wasserburg

“ Wir sollten nicht immer gleich annehmen, wir seien absichtlich gekränkt worden. Jane Austen

Aktuell ist ein Info- und Impulsblatt der Pfarrei Vallendar St. Maria Magdalena. Kontaktadresse: Pfarrbüro (Das Pfarrbüro ist bis 7. Januar geschlossen. Danach Öffnungs- und telefonische Sprechzeiten: Montag 9-11 Uhr und Mittwoch 15-17 Uhr), Beuelsweg 4, 56179 Vallendar, Telefon: 0261 963190, buero@pfarrei-vallendar.de. Gestaltung und verantwortlich für den Inhalt: Claudia und Heinrich Brehm.