



sankt markus

Nachrichten für die Evang.-Luth. Gemeinde in Prüfening und Sinzing



Konfirmandenreise nach Tschechien

Hey, Přeštice!

Wir waren in Tschechien! Am Donnerstag, den 19.09. ging es mit 20 Konfis und Pfarrer Chamrád im Gepäck am Gemeindeparkplatz los. Nach 2 ½ Stunden Bundes- und Landstraße erreichten wir den kleinen Ort Přeštice und das Gemeindehaus der dortigen Gemeinde. Und lernten Pfarrer Satke, den dort tätigen Pfarrer kennen. Er begrüßte uns und zeigte uns die Zimmer. Nach dem Essen verbrachten wir den weiteren Abend mit Kennenlern- und Teamspiel und der Tag wurde mit einer Andacht abgerundet.

Viel zu früh und viel zu kalt ging es am nächsten Morgen los. Wir mussten pünktlich den Zug erwischen, um nach Pilsen zu kommen. Dort besuchten wir die große Synagoge und erhielten eine Führung. (Wussten Sie, dass man in Synagogen immer hinein-eilen muss aber niemals herauseilen darf?). Nachdem wir den Ausblick von der Empore ausreichend genossen hatten, verließen wir gemächlich das Gotteshaus und hatten eine einstündige Mittagspause, in der die Konfirmanden die Stadt auf eigene Faust erkunden durften. Danach ging es weiter, zum Museum Techmania. Dort konnte Physik, Chemie sowie Astronomie hautnah erlebt und erfahren werden. (Wussten Sie, dass man sich durch einen mit Gas gefüllten Ballon, mit einem Abstand von ca. 2-3 Metern flüsternd unterhalten kann?) Nach einem wirklich aufregenden Tag kehrten wir in unsere Unterkunft zurück, spielten Spiele und führten schöne Gespräche. Mit einem Agapemahl am Abend wurden die Konfirmanden auf den Sonntagsgottesdienst vorbereitet.

Am Samstag lernten wir die Jugendlichen der gastgebenden Gemeinde kennen. Nach einer kurzen Vorstellung der dortigen Gemeindearbeit machten wir uns zu einem Stadtrundgang auf, bei dem wir ein paar Aufgaben lösen mussten. Nach dem Mittagessen erwartete uns eine anspruchsvolle Herausforderung, denn die Jugendlichen nahmen uns mit auf eine Kanufahrt. Vorher aber mussten wir noch die unüberwindbare Alarmsicherung des Bootshauses überlisten (wir hatten einen Schlüssel – keiner hat sich strafbar gemacht). Nach anfänglichen Startschwierigkeiten hatte früher oder später jedes Team die richtige Steuerung heraus, sodass wir alle wohlbehalten am Zielort ankamen. Der Tag endete mit einem gemeinsamen Singabend mit tschechischen und deutschen Liedern und wiederum einer kleinen Andacht. Am Sonntag wurde uns eine große Ehre zuteil. Wir feierten Gottesdienst, im neu errichteten Gemeindezentrum. Zu unseren Ehren wurde zum ersten Mal der neue Kirchenraum genutzt, dessen Einweihung eigentlich erst im Oktober stattfand. Dabei lernten wir eine andere Art des Gottesdienstes kennen (Wussten Sie, dass Abendmahl in Tschechien mit echtem Brot gefeiert wird?). Nach einem kurzen Kirchencafé im Garten ging es dann auch wieder nach Hause.

Wir wollen uns hier ausdrücklich bei allen Konfis bedanken, welche eine so schöne und unkomplizierte Freizeit ermöglicht haben. Außerdem bei Herrn Chamrád, der zusammen mit Herrn Satke das Programm plante und mit so viel Herzblut dabei war. Wir freuen uns auf den Gegenbesuch der tschechischen Jugendlichen in St. Markus, vom 08.-10.05.2020.

Eure ehrenamtlichen Mitarbeiter Annemarie Reimann und Johannes KaroBer

Die Taufe konnten wir feiern mit:

Karla Meier, Matheo Jegel, Leni Schöpferl

Getraut wurden:

Johannes und Christina Eiba, geb. Korger

Mit Familie und Freunden trauern wir um:

Wolfgang Gock, Susanne Lahoda, Prof. Dr. Ernst Heitsch, Gisela Schaller, Sigrun Heumann, Reinhold Knobloch

Kulturfahrt nach Nemmersdorf – eine frühchristliche fränkische Gemeinde am Rande des Fichtelgebirges

Unsere Kulturfahrt führte uns diesmal nach Norden, an der Naab entlang, über den Steinwald der Oberpfalz ins oberfränkische Nemmersdorf am Rande des Fichtelgebirges.

Der Ort blickt auf eine lange Tradition zurück, war ursprünglich slavischen Ursprungs und wurde 1149 urkundlich erwähnt in einem Gebietsrechtsstreit – es bezugte der edelfreie Freiericus von Nedemarestorf. In der Nähe eine alte Wallfahrtsstätte St. Jobst, gegründet schon im 8. Jh., die dann 1510 in ein Kloster erweitert wurde. Es war wahrscheinlich das „kürzeste Klosterleben der Welt“, denn schon mit der Reformation wurde es wieder aufgelöst – eigenhändig von Martin Luther – so sagt man sich zumindest.

Unsere Reisegruppe musste sich auf der Autobahn viele historische und lustige Geschichten aus der Ortsgeschichte von Nemmersdorf anhören – es gibt viel Geschichte und Sagenhaftes aus meinem Heimatdorf.

Angekommen auf dem Dorfplatz mit einer 450-jährigen Tanzlinde mussten wir den Aufstieg zur Kirchenburg meistern. Dort wurden wir dann von 2 Pfarrern empfangen: Pfr. Gerhard Fellner i.R., der von 1969–2004 Pfarrer hier war und der uns durch die Kirche führte und Pfr. Weigel, der seit 2012 die Pfarrstelle in Nemmersdorf führt.

Bereits im 14. Jh. wurde der Ost-Turm auf Bruchsteinbasis gebaut. Ein 2. Turm wurde notwendig, da die Glocken im „vorderen Dorfteil“ nicht gut hörbar waren – das Glockenhaus zog um, der alte Turm blieb erhalten und beherbergt heute die Sakristei.

Im Inneren ist die Kirche heute im Stil des Rokoko ausgestattet, stark geprägt von den Markgrafen zu Bayreuth – der Markgraf Friedrich hat sein „F“ an der Orgel verewigt. Gerhard Fellner hat uns alle historischen und baugeschichtlichen Details sehr anschaulich vermittelt – wir bekamen auch eine Kopie seines Kirchenführers – handgeschrieben! Nach dem Rückweg über das alte Schloss und die „Schlossbruck“ konnten wir dann zu unserem Gasthof in Untersteinach fahren – in die „Linde“. Wir hatten 4 typische fränkische Braten zur Auswahl und konnten uns stärken – es hat sehr lecker geschmeckt.

Leicht verspätet erreichten wir dann den Goldberg in der Nachbarschaft, wo wir schon erwartet wurden. Wir teilten uns in eine geführte Bergwerks-Führung und eine Goldmuseums-Führung. Der Museumsdirektor in Goldkronach hat uns sehr



spannend den Goldbergbau in der Umgebung näher gebracht und natürlich den Einfluss von Alexander von Humboldt herausgearbeitet. Dieses Jahr wird ja der 250. Geburtstag Humboldts gefeiert. Zu Beginn seiner Karriere hat er doch tatsächlich 5 Jahre in Goldkronach gelebt und im Auftrag des preußischen Königs den Goldbergbau modernisiert.

Den engen und nassen „Glück-Auf“-Stollen konnten wir dann erkunden und die Pickelspuren bewundern, hier wurde das Quarzgestein per Hand unter großen Schwierigkeiten herausgehauen.

Den gemütlichen Ausklang unserer schönen Reise feierten wir im Schloss zu Goldkronach bei Kaffee und Kuchen. Der Rosengarten war ein besonderer Augenschmaus. Zurück in Regensburg bleiben uns wunderbare Erlebnisse bei Kaiserwetter.

Wolfgang Heidenreich

Ein ganz großes Dankeschön an alle Teilnehmer unserer drei Kulturfahrten:

1. Schloss und Landschaftspark Dennenlohe, leider sehr feucht, wird nochmals nachgeholt. 2. Eichstätt, mit Pfarrehepaar Schuler und Stadtführer Wittmann. 3. Nemmersdorf, mit Wolfgang Heidenreich, siehe Bericht. Dank auch an Herrn Pfarrer Müller, Herrn Heidenreich und Herrn Faerber. Vorschläge und Anregungen sind sehr erwünscht für das Jahr 2020.

Gudrun Runkel

Freizeit im Riesengebirge

„All Morgen ist ganz frisch und neu“ – unser Morgenlied, endlich nach fünf Tagen mit hochsommerlichen Temperaturen im Riesengebirge/Krkonoše! Wir waren 17 Gemeindemitglieder aus St. Lukas und St. Markus und hatten uns mit Privatwägen auf den Weg nach Herlíkovice/Hackelsdorf gemacht: Sieben Tage Wanderfreizeit unter der ausgezeichneten Führung und Leitung von Pfrin Winzer-Chamrád und Pfr. Chamrád. Alles war bestens vorbereitet und im Bergheim/Horský Domov waren wir gut untergebracht und wurden reichlich gepflegt. Jeden Tag wurde gewandert, rund um Herlíkovice oder auch in der weiteren Umgebung. Wir besuchten den Kurort Jánské Lázně/Johannisbad, den Waldwipfelweg nahebei und fuhren mit der Seilbahn rauf auf den Černá Hora/Schwarzberg. Vom dortigen Aussichtsturm sahen wir zum ersten Mal die Schneekoppe und durchs Fernglas viele, viele Menschen dort oben.

Wir wanderten vom Medvědí/Bärenberg hoch über Spindlermühle/Špindlerův Mlýn zur Elbquelle. Groß war der Durst, als wir neben der in Stein gefassten Quelle Rast machten. Daneben fotografierten wir Mosaik-Wappen aller Städte, die an der Elbe/Labe liegen, von Spindlermühle bis Cuxhaven. War die Quelle noch fast ausgetrocknet, so sammelten sich schnell die Elbgewässer zu einem stattlichen Bach. Steil ging der Pfad unendlich lang bergab mit herrlichen Blicken auf Wasserfälle und die tiefe Elbschlucht. Am Sonntag feierten wir mit Pfr. Chamrád in der Kirche Herlíkovice – einer kleinen, feinen Jugendstilkirche, erbaut 1902 – einen zweisprachigen Gottesdienst. „Warum seid ihr so kleingläubig...?“ Herr Schrickler, der Organist unserer Reisegruppe, begleitete den Gemeindegesang „Du meine Seele singe!“ Pfr. Chamrád hatte schon als Jugendlicher bei der Restaurierung der Kirche in der Zeit des Sozialismus mitgeholfen. Noch fehlen die Glocken. Sie waren während des Krieges eingeschmolzen worden. Aber es wird fleißig gesammelt, auch unsere Kollekte. Wann neue Glocken wieder übers Elbe-Tal klingen? Hoffentlich bald.

Der Sonntagnachmittag wurde zur Erholung vor Ort genützt. Eine zweite Gruppe wanderte zur Mittags-einkauf auf den Přední Žalý und bestieg dort den Aussichtsturm. Ja und dann kam der frische, neue Morgen. Es hatte nachts tüchtig abgekühlt und es regnete. Die einen wanderten trotzdem durch den stillen Wald, die anderen fuhren nach Vrchlabí/Hohenelbe, besuchten den sehenswerten Stadtkern und ein kleines Café, da das Schwimmbad wegen Renovierung geschlossen hatte: die Ferien waren in Tschechien zu Ende gegangen. Eine dritte Gruppe fuhr ins Hirschberger Tal auf der polnischen Seite der Schneekoppe und erzählte am Abend begeistert von allerlei Sehenswürdigkeiten. So hatten alle aus diesem einzigen Regentag das Beste gemacht. Und am letzten Tag war der Himmel wieder strahlend blau und das Wetter für die 1605 m hohe Sněžka/Schneekoppe ideal. Eine bequeme Gondelbahn brachte uns auf den Gipfel zu einer klaren, weiten Aussicht in alle Richtungen. Hier wanderten die einen auf einem Rundkurs, die anderen über die Luční Bouda/Wiesenbaude und die Klínovka Bouda wieder bergab durch das wildromantische Klínový Důl/Klinovbachtal. Und am Abend? Fielen da alle müde ins Bett? Keineswegs. Wir bekamen einen kleinen Tschechisch-Sprachkurs, konnten den Film „Die unerträgliche Leichtigkeit des Seins“ sehen, eine lange Sage über den Riesengebirgsgeist Růžezahl hören, erfuhren vieles über die Geschichte der Böhmisches Brüder, sangen Volkslieder zur Klavierbegleitung und kamen mit kleinen Andachten zum Abschluss der reichen Tage. Und dass man vor dem Haus ohne viel Lichtverschmutzung über die Milchstraße staunen konnte, war für uns Städter wirklich ein großartiges Geschenk.

Riesengebirge! Ein klangvoller Name mit viel Vergangenheit, erfolgreicher Gegenwart und – hoffentlich – friedlicher gemeinsamer Zukunft! Auf alle Fälle eine Reise wert. Danke für diese guten Tage!

Ehregard Brüninghaus



Wanderung in Tschechien

Am Samstag den 28.09.2019 unternahm die Kirchengemeinde Sankt Markus eine zweite Ausfahrt in den benachbarten Tschechischen Nationalpark Šumava. In der Früh um 07.30 Uhr ging es in Sinzing los, dieses Mal



waren nur Sinzinger Kirchengemeindeglieder mit von der Partie. Mit unserem Gemeindebus fuhren wir nach Čeňkova Pila in Böhmen, begleitet von Regen und Nebel. Wir erreichten unser erstes Ziel um 10.00 Uhr. Bei leichtem Regen wanderten wir flussaufwärts, entlang des wildromantischen Flusses Vydra. Eine erste Stärkung erwartete uns mit Kaffee und Heidelbeerknödeln in einer urigen Forsthaustaverne, dem Turnerova Chata. Danach wurde das Wetter immer besser, hin und wieder verübten uns sogar ein paar Sonnenstrahlen das Wandern.



Gegen Mittag erreichten wir unseren Bus und fuhren nach Kvilda, wo wir in ein typisches böhmisches Gasthaus einkehrten. Die Rückfahrt, mit einer kurzen Wanderung zum Hochmoor Jezerní slat', zeigte uns eine auf 1000 Höhenmetern gelegene unberührte Natur.

Wir alle waren sehr ausgeglichen, hatten während des Tages sehr schöne Gespräche miteinander und lernten auf diese Weise wieder liebenswerte Gemeindeglieder kennen.

Im Frühling 2020 werden wir wohl die nächste Ausfahrt nach Böhmen unternehmen, geplant ist dann eine Wanderung zum Fürstenhut, einer grenznahen Anhöhe zur deutschen Grenze und dem Nationalpark Bayerischer Wald.

Ralf Ringle

In eigener Sache

Ende Juni bekam ich überraschend hohes Fieber und konnte schließlich aus lauter Schwäche nicht mal mehr richtig stehen. Ich musste ins Krankenhaus. Schon am ersten Tag bei den Barmherzigen Brüdern stand fest: Das ist die „Frühsommer-Meningoenzephalitis“.

Tut mir leid, dass meine Frau und unsere Tochter sich deswegen große Sorgen machen mussten - und darüber hinaus natürlich auch viele Menschen in St. Markus, die nicht immer etwas Aktuelles über meinen Zustand (und wie es dann wieder besser wurde) wissen konnten.

Über die persönlichen Wünsche, die uns damals und in der folgenden Zeit erreichten, waren wir sehr froh. Mitten in den laufenden Projekten und Aufgaben mussten sich von einem Tag auf den anderen Pfarrer Chamrád, Pfarrerin Kääb, Frau Neumann und freundlicherweise auch Pfarrerin Erichsen zurechtfinden. Sie sind unglaublich toll eingesprungen. Das hat mich sehr bewegt und gefreut, ebenso wie die aktive Rolle, die der Kirchenvorstand übernommen hat. Dekan Herrmann konnte beraten und mitorganisieren.

Insgesamt war es plötzlich wie eine dramatischere Form meines Abschieds von St. Markus, der ungefähr ein halbes Jahr später sowieso kommen sollte. Auch für mich selber war auf einmal, ganz ohne Vorwarnung, St. Markus nicht mehr das Wichtigste in meinen Gedanken.

Ende Juli/Anfang August war ich weit weg von Regensburg in der Reha in Bad Griesbach und in einem Leben ohne St. Markus. Ende August haben wir unseren lange geplanten Umzug aus dem Pfarrhaus geschafft, in dem wir über 16 Jahre gelebt haben. Die Landeskirche wird es jetzt von Grund auf renovieren.

Was mir im Moment noch fehlt ist Kraft in den Muskeln, bisschen die Feinmotorik und insgesamt in vielen Bereichen die Ausdauer und die dicke Haut gegen Stress oder Hektik. Also schwitze ich in der Physiotherapie und bewege mich viel mit Lissa. Ich kann stundenlang Bücher lesen oder Barockopern hören und fühle mich sehr wohl in meiner kleinen Familie.

Im Januar, wenn ich vielleicht wieder fit bin, werde ich noch die Akten und Dokumente der vergangenen Jahre im Pfarrbüro ordnen.

Meine Zeit in St. Markus ist durch das alles also letztendlich etwas früher als gedacht zu Ende gegangen. Bleibende Schäden wird die Krankheit langfristig bei mir nicht hinterlassen - und in der Gemeinde St. Markus wohl auch nicht (hoffe ich)! Ein schönes Abschiedsfest feiern wir natürlich noch, das ist ja logisch!

Manfred Müller

Frauenfrühstück Sinzing

Jeden 4. Mittwoch im Monat von 9.00 bis 11.00 Uhr. Eingeladen sind Frauen jeden Alters und aller Konfessionen. Wir treffen uns bereits zu dem nächsten Treffen am 27.11. schon im neuen Gemeindehaus, Bruckdorfer Str. 3. Die weiteren Termine: 22.01., 26.02.

Der Gebetskreis...

...freut sich auf Sie. Immer montags um 16 Uhr im Gemeindehaus.

Steh auf und geh! – Weltgebetstag 2020 mit Frauen aus Simbabwe

Am 6. März 2020 um 19 Uhr feiern wir im neuen Gemeinderaum Sinzing in ökumenischer Verbundenheit den Gottesdienst. Anschließend gibt es Kostproben aus der Küche Simbawes. Zur Einstimmung wird es Anfang 2020 noch einen Film zum Thema geben. Der genaue Termin wird über die Presse bekanntgegeben. Für die Vorbereitung werden noch engagierte Frauen gesucht. Bitte melden Sie sich bei Interesse im Pfarramt!

Literaturkreis

Jeden 3. Dienstag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr im Gemeindesaal. Die nächsten Termine und Themen: 19.11.: Eve Harris, Die Hochzeit der Chani Kaufmann; 17.12.: Literarischer Advent; 21.01. und 18.02.2020: noch in Vorbereitung. Wir freuen uns über jeden neuen Zugang! Wer hätte Zeit und Lust, die Leitung des Literaturkreises zu übernehmen? Rückfragen: Gudrun Runkel, Tel: 0941/3810672

Gedächtnistraining in St. Markus

Im Gemeindesaal findet wöchentlich freitags von 10.00 bis 11.30 Uhr ein Gedächtnistraining mit Klaus Enders statt; auch in den Ferien, soweit nicht Unterbrechungen durch Urlaub anstehen. Jedermann ist herzlich eingeladen. Der Kurs ist kostenlos, lediglich ein Beitrag für Papier und Ausdruck der Arbeitsblätter fällt an.

Spielenachmittag

Wer Freude an Karten- und Brettspielen hat oder Gesellschaft und Unterhaltung bei Kaffee und Kuchen sucht, ist zum Spielenachmittag des Fördervereins St. Markus mit Frau Eiba herzlich eingeladen: sonntags von 15.00 bis 17.00 Uhr im Gemeindehaus. Termine: 24.11., 08.12., 12.01., 26.01., 09.02., 23.02.

Meditation

Jeden Mittwoch 20–21.20 Uhr. In den Schulferien nach Absprache. Keine Anmeldung erforderlich. 6 Euro pro Termin. Leitung: Dr. Bernd Janele, Qi Gong-, Tai Chi-, Meditations-Lehrer, Trainer (Lehrtrainer DVNLP)

Meditation wirkt sehr gut gegen Stress, Ängste, Depressionen und Schmerzen und verstärkt Konzentration und Empathie. Insbesondere gilt das schon für relativ kurze Übungen grundlegender Techniken. Wir meditieren im Stehen, in Bewegung und im Sitzen. Bitte bequeme Kleidung und flache Schuhe oder dicke Socken mitbringen. Matten, Decken und Sitzkissen vorhanden.

Qi Gong

Fortlaufend jeden Mittwoch 18.45–19.45 Uhr. Keine Anmeldung erforderlich, Kosten 6 Euro pro Termin. In den Schulferien nach Absprache. Leitung: Dr. Bernd Janele, siehe Meditations-Kurs.

Einstieg jederzeit möglich, für Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters. Bitte bequeme Kleidung tragen.

Dao Yoga

Kostenlose Probestunde Mi 04.12.2019, 9–10 Uhr. Anschließender Kurs 10mal Mi 9–10 Uhr, Beginn: 11. Dezember 2019. Kosten 60 Euro. Leitung: Dr. Bernd Janele, siehe Meditations-Kurs. Bitte Anmeldung im Pfarrbüro.

Jahrtausendealte chinesische Entspannungs-, sanfte Dehn-, Kraft- und Energieübungen, die Freiheit und Entspannung, Stärke und Beweglichkeit verleihen und den Geist beruhigen. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Bitte bequeme Kleidung tragen.

Mittag in St. Markus. Gemeinsam essen und miteinander reden

Jeden Mittwoch ab 12.30 Uhr kommt eine andere Runde zusammen, um das zu verbinden, was zusammengehört: Essen und sich austauschen. Es kostet insgesamt nur 5 Euro und ist offen für jeden. Anmeldung bitte bis Montag davor, 12 Uhr, im Pfarrbüro. (Nicht am 25.12. und 01.01., ansonsten keine Ferien.)

MISS

Die Aktion MISS steht unter dem Motto „Jeder kann was, jeder wird gebraucht“. Wir setzen auf Aktivitäten, die Spaß machen, und gemeinsame Mahlzeiten. Wir freuen uns über jeden neuen Gast. Informationen bei Wolfgang Heidenreich, Tel. 01715545876. Immer am ersten Samstag im Monat von 11 bis ungefähr 15 Uhr im Gemeindehaus.

Behörden, Krankenkassen, Sorgen und Nöte

Der ehrenamtliche Stadtteilkümmerer für den Äußeren Westen, Dr. Thomas Kühnhorn, berät Sie und hilft beim Kontakt zum richtigen Amt oder dem passenden Service für Ihr Anliegen. Kostenlos und vertraulich. Vielen Menschen konnte schon geholfen werden. Terminvereinbarungen bitte über das Pfarrbüro.



fidelio

Bei der Eröffnung unseres Tageszentrums für Senioren am 9. Oktober trafen sich neugierige Gäste und auch prominente Fachleute.

Über drei Jahre dauerten die Vorbereitungen und das war eine etwas trockene Zeit. Denn Förderanträge austüfteln, Gelder organisieren und Absprachen treffen mit den vielen Menschen, die in so ein Projekt eingebunden

werden müssen – das ist mühsam! Da schreibt und redet man begeistert, wie super alles werden könnte... aber jahrelang nur im Konjunktiv. Dass die Eröffnung so schön und lebendig und gut besucht war, das war eine wirklich verdiente Anerkennung für Sandra Kapinsky, Leiterin und Multitalent von fidelio.

- Es gibt jetzt den fidelio-Raum: Im Gemeindehaus, gleich rechts. Nächstes Jahr auch mit Terrasse.
- Es gibt immer ein Monatsprogramm, dem man alles entnehmen kann, was wir zusammen unternehmen wollen. Z.B. Singen, Wandern, Essen, Gymnastik, Erzählen, Zeitung lesen, Gedächtnistraining. Meistens mit Anmeldung.
- Auf der neuen Internetseite der Gemeinde gibt es eine extra fidelio-Seite. Da kann man alles finden.
- Im neuen Jahr werden wir alles daran setzen, zusammen mit der Alzheimergesellschaft und anderen entlastende Angebote für Demenzkranke und ihre Angehörigen anzubieten. Da sind die Planungen von Frau Kapinsky schon konkret. Ebenso werden wir unseren Hol- und Bringdienst intensivieren. Denn nachlassende Mobilität darf nicht zu Vereinsamung führen!
- Damit sich alles weiter gut entwickelt, brauchen wir Ihre ehrenamtliche Mitarbeit, liebe Leserinnen und Leser! Auch ein kleines Zeitbudget von Ihnen (immer mal wieder 2 Stunden!) hilft uns extrem. Ihre Fähigkeiten sind sicher bei fidelio gut einsetzbar. Rufen Sie einfach bei Frau Kapinsky an: 0178-8055621.

Ein herzliches Dankeschön an den Seniorenbeirat Sinzing

Die Seniorenbeauftragten der Gemeinde Sinzing, Gabriele Karl und ihr Stellvertreter Alfred Lechermann, wenden sich seit nahezu sechs Jahren zusammen mit einem ehrenamtlichen Helferkreis mit einem vielfältigen Angebot an die älteren Mitbürger in der Gemeinde. Sinzing gehört inzwischen zu den seniorenfreundlichsten Gemeinden im Landkreis.

Mit der Einführung der Nachbarschaftshilfe auch in Sinzing wurden weitere Lücken in der Versorgung des älteren Teils der Bevölkerung geschlossen. Wöchentliche Linienfahrten mit dem Gemeindebus ermöglichen älteren Menschen aus Viehhausen und Eilsbrunn den Besuch der Einkaufsstätten, der Apotheke oder der Ärzte und Praxen in Sinzing. Dazu kommen von Helfern gespendete Bedarfsfahrten mit privaten Fahrzeugen. Selbst für kleine Hilfestellungen im privaten Umfeld stehen mehrere Helfer bereit. Das reicht von der Bereitstellung von Sperrmüll zur Abholung bis zum Aufhängen von gewaschenen Vorhängen. Als sehr hilfreich erweisen sich auch die Schulungen am PC, Notebook oder Smartphone.

Die hierfür von den Leistungsempfängern entrichteten kleinen Beiträge gehen direkt an die Nachbarschaftshilfe. Diese Einnahmen verwendet der Seniorenbeirat nicht zur Deckung von Ausgaben, da er mit seinen Helfern ausschließlich ehrenamtlich und unentgeltlich arbeitet. Aus der im Laufe der Jahre "erwirtschafteten" Summe hat der Beirat jetzt einen Teil für die Seniorenarbeit der kath. Pfarrei Mariä Himmelfahrt und der ev. Kirchengemeinde St. Markus ausgeschüttet.

In Anwesenheit von Bürgermeister Patrick Grossmann überreichten die Seniorenbeauftragten die Zuwendungen an Pfarrer Petr Chamrád und Pfarrer Bernhard Reber. Mit dem Betrag von 500,- Euro für den Sprengel Sinzing der Gemeinde St. Markus verbinden die Sinzinger Senioren den Nutzern der neuen Räume im Ev. Gemeindehaus ein herzliches Willkommen und freuen sich auf ein gedeihliches Miteinander.



Foto: Stefan Kolleth

Wilfried Süß

Auslandsfreizeit auf der 1. dänischen Insel nach der Grenze: Römö

15 Jugendliche und 6 Betreuer eroberten am Ende der Sommerferien die Insel Römö in der Nordsee. Nach 13 Stunden Fahrzeit – mit einigen Pausen zum Kennenlernen und Füße vertreten – erreichte die Gruppe abends den Zielort und das Ferienhaus.



Während der nächsten Tage war neben entspannter Zeit zum Relaxen im Pool, Whirlpool oder der Sauna des Ferienhauses auch jede Menge Action auf dem Programm. Gleich am ersten Tag konnten sich alle beim Rounder (ähnlich wie Baseball) am Strand auspowern und danach in der kühlen Nordsee abkühlen.

Eine Sandburgchallenge, bei der die Jugendlichen innerhalb von 2 Stunden riesige Sandburgen bauten, aber auch ein Ausflug in die nahe gelegene Stadt Töndern mit einer Fotosafari standen auf dem Programm.

Ein besonderes Highlight war die Wattwanderung, bei der neben dem obligatorischen Wattwurm auch der Seeringelwurm, Krebse und Muscheln hautnah erlebt wurden.

Bei selbstgemachter Pizza, Käsespätzle oder Wraps entdeckte so mancher Jugendliche seine Kochleidenschaft. Ein Quiz über Dänemark, ein interkultureller Spieleabend und ein bunter Abend der Teilnehmenden rundeten die Abende ab. Den Tagesabschluss bildete stets eine gemeinsame Andacht, mal mit Musik, mal ruhig vorm Kamin, wobei alle ruhig werden und den Tag nochmal reflektieren konnten.

Zwar war das Wetter unbeständig, dies tat der guten Laune und der netten Gemeinschaft aber keinen Abbruch. Die Insel wieder zu verlassen, fiel allen sichtlich schwer. Es war eine tolle Zeit, mit einer tollen Gruppe, bei der so manche neue Freundschaft entstanden ist und intensiviert wurde.

Anke Polednik

Der St. Markus-Löwe >>>



Wir brauchen Hilfe in Sinzing

Seit im Sommer unser Kinderhaus St. Markus in den Neubau auf unserem Grundstück eingezogen ist – Foto vom Abschiedsfest in der behelfsmäßigen Bleibe siehe Seite 8 –, ist unsere evangelische Gemeinde mit einer wichtigen sozialen Dienstleistung in Sinzing präsent. Auch die Krippengruppe konnte jetzt eröffnet werden und so vertrauen uns 50 bis 60 Familien Tag für Tag ihre Kinder an.

Das Team im Kinderhaus unter der Leitung von Sabrina Lohmeier hat eine extrem wertvolle Leistung vollbracht. Es war nicht einfach, nachdem außerdem zwei Vollzeitkräfte durch Schwangerschaft ausfielen, den Start im neuen Haus mit teilweise neuen Mitarbeitenden und neuen Kindern hinzubekommen. Wir sind äußerst glücklich über dieses Team von pädagogischen Mitarbeitenden und unterstützen sie als Kirchengemeinde so gut wir können.

Auch aufgrund der notgedrungen langen Wege im Neubau, der gerade so auf das schmale Grundstück eingepasst wurde, gestaltet sich die Mittagessensphase im Kinderhaus schwierig. Wir brauchen deshalb in der Mittagszeit dringend ehrenamtliche Hilfe.

Wenn Sie also in den nächsten Wochen an ein oder zwei Tagen in der Mittagszeit mithelfen können, wäre das für uns sehr wichtig. Melden Sie sich bitte bei Frau Lohmeier oder Frau Stummer, Tel. 015128859258 oder 01731519088. Kinder und Team werden Sie mit offenen Armen aufnehmen!

Pfarrbüro:
Killermannstr. 58a,
93049 Regensburg
Tel: 32917, Fax 3782373
kontakt@markuskirche-
regensburg.de
Öffnungszeiten:
Mo. – Do. 8.30–12.30 Uhr
Do. 13.00–17.00 Uhr

Konto der Kirchengemeinde
St. Markus:
Sparkasse Regensburg
IBAN:
DE6775050000000195511
BIC: BYLADEM1RBG

Konto des Ev. Baufördervereins
Sinzing e. V.:
Raiffeisenbank Sinzing
IBAN:
DE53750690780000233366
BIC: GENODEF1SZV

Konto des Fördervereins
St. Markus e. V.:
Sparkasse Regensburg
IBAN:
DE93750500000008493975
BIC: BYLADEM1RBG

www.markuskirche-regensburg.de



Verantwortlich für den
Inhalt: Pfr. Petr Chamrád

Abschied vom Container – Start im neuen Haus

Am Ende des Kindergartenjahrs 2019 konnten sich die Sinzinger Kinder und Mitarbeiterinnen von ihrer behelfsmäßigen Bleibe verabschieden und Ende August in den Neubau einziehen. Noch ist alles im Aufbau, im Mai soll die offizielle Einweihung von Kinderhaus und Gemeindehaus stattfinden.



Krippenspiel in Sinzing und Prüfening

Am Heiligen Abend wird in der Christvesper um 17 Uhr in Sinzing wieder ein Krippenspiel aufgeführt. Alle Kinder ab 5 Jahren sind herzlich zum Mitspielen eingeladen! Die erste Probe mit Verteilung der Rollen findet am 29.11. um 16.30 Uhr im neuen Gemeinderaum in Sinzing statt. Die weiteren Proben dann immer freitags, 16.30 Uhr, bis Weihnachten.

Die Proben für das Krippenspiel in Prüfening beginnen am Mittwoch, den 11.12. um 15.00 Uhr im Gemeindehaus, Killermannstr. 56b. Anmeldung bitte im Pfarrbüro. Das Krippenspiel wird in der Kinderchristvesper um 15 Uhr in der Markuskirche aufgeführt.

Kindergottesdienst

Gemeinsam singen, beten, gestalten und Spaß haben – die monatlichen Kindergottesdienste in der Markuskirche richten sich besonders an Kinder im Kindergartenalter und Kinder aus der 1. und 2. Klasse. Jeden 2. Sonntag im Monat, 10.30 Uhr:

- 08. Dezember (2. Advent): Engel – Boten Gottes. Es singen die Kindergartenkinder.
- 12. Januar: Weihnachten – und dann?
- 09. Februar: Wir entdecken unsere Markuskirche – Orgel, Glocken, Sakristei – Entdeckungsreise durch die Kirche!

Haben Sie Lust, im Team mitzumachen? Wir freuen uns über eine Nachricht: erichsen@email.de.

Musikgarten

Für Kinder von 4 Monaten bis 4,5 Jahren; Vereinbarung einer kostenlosen Schnupperstunde im Dezember und Infos bei Manuela Melzl, Tel: 0170/8480858 oder unter www.musikwerkstatt-regensburg.com

Das KinderReich

Das Programm mit allen Kursen finden Sie unter www.markuskirche-regensburg.de unter "Kinder und Jugend".

Ihre Ansprechpartner

Pfarrbüro, Dörte Neumann, Tel. 32917,
d.neumann@markuskirche-regensburg.de
kontakt@markuskirche-regensburg.de

Pfarrer Petr Chamrád, 09403-9697889, in Notfällen:
0151-28263964 (privat), p.chamrad@web.de

Pfarrerin Heidi Kääb, Klinikseelsorge Krankenhaus
Barmherzige Brüder, Tel. 3691049 od. 0162-2417274,
heidi.kaeab@barmherzige-regensburg.de

Pfarrer Manfred Müller, Tel. 0177-2570011, mm187@
web.de

Vertrauensmann des Kirchenvorstands, Vorsitzender
Bauförderverein Sinzing, Wolfgang Heidenreich, Tel.
36400 oder 0171-5545876, wosro@freenet.de

Kirchenpfleger

Dr. Thomas Kühnhorn, Kontakt über Pfarrbüro,
t.kuehnhorn@t-online.de

Vorsitzende des Fördervereins St. Markus, Ingrid Eiba,
Tel. 32989, ideiba@web.de

Leitung des Kindergartens St. Markus

Natalie Christoph, Killermannstr. 56b, Tel. 38100679,
kindergarten@markuskirche-regensburg.de

Leitung der Kinderkrippe St. Markus

Jutta Vogel, Killermannstr. 56c, Tel. 87037878,
kinderkrippe@markuskirche-regensburg.de

Leitung der Kinderinsel St. Markus

Bettina Schulz, Wernerwerkstr. 20, Tel. 78033407,
kinderinsel@markuskirche-regensburg.de

Leitung des Kinderhauses St. Markus in Sinzing

Sabrina Lohmeier, Bruckdorfer Str. 3, Sinzing.
Tel. 0151-28859258, kinderhaus@markuskirche-
regensburg.de

Verwaltung Kindertagesstätten

Ramona Stummer, Tel. 0173-1519088, r.stummer@
markuskirche-regensburg.de

Kirchenchor

Isabel Rodriguez, Tel. 0151-22269401,
irodriguez@gmx.de

Mesnerin

Anne Bretz, Tel. 36519