



pfarr weyer blatt

43. Jahrgang

Ausgabe 165

Dezember 2020

Besinnung auf das Wesentliche

5 Die Haltung macht's aus

Warum heute so viele Menschen bei jeder Gelegenheit immer das Schlechte sehen und mehr Zuversicht doch angebracht ist

7 Glück oder glücklich sein

Wie gehen wir mit Wünschen um, die nicht in Erfüllung gehen? Wann sind Erwachsene zufrieden, was brauchen sie zum glücklich sein?

10 Feiervorschlag

Im Zeichen von Corona ist die Hauskirche besonders wichtig. Ein Vorschlag zur Feier von Advent und Weihnachten in den eigenen vier Wänden

13 Dreikönigsaktion

Infos über den Stand von Sternsingen im Zeichen von Corona



Brief aus der Redaktion

Diese Zeilen entstehen während des zweiten Lockdown. Ob wir schon in der Mitte oder eher noch am Anfang sind, kann man nicht sagen. Aus dieser Perspektive ist aber abschätzbar, dass uns die Pandemie noch länger einschränken wird. Auch deshalb haben wir als Titel „Besinnung auf das Wesentliche“ für die aktuelle Ausgabe gewählt. Unsere Generation(en) sind es nicht gewohnt mit Einschränkungen zu leben, aber können nicht auch Chancen darin liegen, einmal Abstriche von unserem gewohnten Alltag zu machen, Ballast abzuwerfen?

Die Erstkommunion wurde im Oktober gefeiert, die Firmung konnte erneut nicht stattfinden. Auch Weihnachten wird heuer sicher anders gefeiert, als wir es schon immer gewohnt sind. Es wird keine Erwartungsfeier mit gerammelt voller Pfarrkirche geben können, weil das beim aktuellen Status der Pandemie völlig unverantwortlich wäre und auch die Corona-Maßnahmen es nicht zulassen. Im Gegensatz zum heurigen Osterfest haben wir aber die Chance, schon jetzt darüber nachzudenken, wie dieses neue „andere“ Weihnachten ausschauen kann. Einen Vorschlag dazu finden Sie auch in dieser Nummer.

Aber jetzt zu einem ganz anderen Thema: Herzlichen Dank an Familie Adi und Rosmarie Teufl für ihren Beitrag zu unserer Zeitung! Es war im Redaktions-

team nicht genau zu eruieren seit wann sie das Pfarrblatt zu den Leserinnen und Lesern bringen, aber ihre Mitarbeit hat sicher einige Jahrzehnte gedauert und reicht noch ein schönes Stück ins letzte Jahrhundert zurück!

Diese Ausgabe müssen wir per Post versenden und erreichen dadurch auch nicht alle Haushalte. Wenn in Ihrem Umfeld jemand keinen Postwurf bekommt, aber am Pfarrblatt interessiert ist, sagen Sie ihr oder ihm bitte, dass in Pfarrkirche und Marktkapelle genau für solche Fälle noch Exemplare zur freien Entnahme aufliegen!

Weil Traditionen wichtig sind und wir auch als Redaktionsteam darauf Wert legen: Alle Jahre wieder liegt der Weihnachtsnummer ein Zahlschein für einen Druckkostenbeitrag für unser Pfarrblatt bei. Wenn Sie unsere Zeitschrift gerne lesen und Sie auch die Inhalte interessant finden, wenn Sie wollen, dass es das Weyerer Pfarrblatt auch in Zukunft in dieser Form gibt, dann bitten wir Sie um Ihre

Unterstützung!

Wie und welche Gottesdienste in der Weihnachtszeit tatsächlich gefeiert werden können, ist derzeit auch noch alles andere als sicher! Informieren Sie sich bitte kurzfristig in den Schaukästen der Pfarre oder auf der Homepage, dort gibt es jeweils die aktuellsten Informationen.

So wie es jetzt aussieht, könnte der Advent heuer wirklich die stillste Zeit im Jahr werden. Nehmen auch Sie diese Chance wahr und lassen Sie sich ein auf die Vorbereitungen zur Geburt eines Kindes am 24. Dezember! Und dass das nicht irgendein Kind war, das da das Licht der Welt erblickt hat, sondern der Sohn Gottes, der Menschengestalt angenommen hat, macht dieses Fest so besonders für uns alle. Wir wünschen Ihnen ein besonderes Weihnachtsfest 2020 und bleiben Sie gesund!

Das Redaktionsteam



Die Katholische Kirche in OÖ begleitet Menschen durch ihr ganzes Leben. Das ermöglichen unsere Kirchenmitglieder mit ihren Beiträgen und ihrem Engagement. Wir bedanken uns herzlich für diese Unterstützung und wünschen eine gesegnete Weihnachtszeit!

Ihr Team der Kirchenbeitrag-Beratungsstelle





Darf's ein bisschenl mehr sein ...?

Wenn das Neue Kirchenjahr erst im Aufgehen begriffen ist – und das Alte Jahr 2020 noch längst nicht zu einem coronafreien Ende gekommen ist - ist Besinnung auf allen Linien angesagt:



Richte, gerade in dieser Zeit des Advent, deine innere Achtsamkeit auf das, was deinem aufgewühlten Herzen Frieden schenkt.

Frage dich, gerade in manch adventlicher Stunde, kritisch, wie das wirkt, was du sagst, wohin das führt, was du wagst.

Gehe, gerade in diesen Tagen des Advent, mit guten Gedanken schwanger, damit daraus neue Zeichen der Zuversicht erwachsen.

(Paul Weismantel)

Besinnung auf das Wesentliche, zu einer Zeit, die uns schmerzlich spüren lässt, dass auch wir „im saturierten Westen“ in den letzten Monaten auf Elementares und Wesentliches verzichten mussten. Sich besinnen, zur Besinnung kommen und sich seiner Sinne bedienen – um den Weizen von der Spreu zu trennen und das hervortreten zu lassen, was echt und wesentlich zu einem erfüllten Leben beiträgt. Papst Franziskus ruft in diesem Jahr zu einer Besinnung der besonderen Art auf: zu einer Besinnung auf die Verantwortung, die wir geschwisterlich für alle Menschen wahrnehmen sollen. Am 3. Oktober 2020 veröffentlichte

der Heilige Vater in Assisi seine Sozial-Enzyklika „Fratelli tutti“, in der es um soziale Freundschaft (auch zwischen verschiedenen Religionen und Weltanschauungen) und Geschwisterlichkeit zwischen allen Menschen geht. Ort und Datum dieser Publikation sind nicht zufällig gewählt. Einmal mehr ist der Heilige Franziskus von Assisi Mentor und Bezugspunkt einer

der Entfernung zum Trotz und mit allen Unterschieden von Sprache, Kultur und Religion. Wohl mehr als ein „Höflichkeitsbesuch“, ein bededtes Zeichen von Wertschätzung auch des Fremden und seiner universalen Liebe zu allen Menschen. Aber auch und gerade in den Armen erkannte der Heilige Franz Gott, und indem er einer von ihnen wurde, stellte er sich gegen die



Heiliger Franziskus: Vogelpredigt

Foto: Wikipedia

weiteren Enzyklika. Im Mai 2015 veröffentlichte Papst Franziskus seine „Umweltenzyklika“ „Laudato si“ nach dem Sonnengesang des Heiligen Franziskus, und auch die neue Sozialenzyklika „Fratelli tutti“ startet mit einer Aufforderung des Heiligen Franz, dass alle Schwestern und Brüder füreinander in geschwisterlicher Achtung und Liebe einstehen sollen. Vor 800 Jahren besuchte der Heilige Franziskus Sultan Malik-al-Kamil in Ägypten –

Versuchung, jemand anderen beherrschen zu wollen. „Von ihm [dem Hl. Franziskus] kommt die Motivation für diese Seiten“, so schreibt der Heilige Vater. Und in diesen 90 Seiten ermahnt er uns nicht nur, zueinander „lieb“ zu sein, sondern er legt seinen Finger auf Wunden unserer Zeit, indem er Tendenzen aufzeigt, die einer propagierten Geschwisterlichkeit geradezu zuwiderlaufen. „Die Schatten einer abgeschotteten Welt“ zeigen sich in der kritischen Frage vom Traum eines geeinten Europas; in einem Desinteresse für das Allgemeinwohl; in einer Manie, grenzenlos zu konsumieren; im haltlos übersteigerten Individualismus: „Wir sind einsamer denn je in dieser durch Vermassung gekennzeichneten Welt“.

Zur Besinnung ruft der Heilige Vater in besonderer Weise auf, wenn es um unsere Kommunikationsmittel geht. Er warnt vor vielen Gefahren: etwa dass die Nutzer abhängig gemacht werden, sich immer mehr isolieren und den

Fortsetzung auf Seite 4



Fortsetzung von Seite 3

Kontakt zur konkreten Wirklichkeit verlieren. „Es bedarf der körperlichen Gesten, des Mienenspiels, der Momente des Schweigens, der Körpersprache und sogar des Geruchs, der zitternden Hände, des Errötens und des Schwitzens, denn all dies redet und gehört zur menschlichen Kommunika-

tion. Die digitalen Beziehungen, die von der Mühe entbinden, eine Freundschaft, eine stabile Gegenseitigkeit und auch ein mit der Zeit reifendes Einvernehmen zu pflegen, geben sich nur den Anschein einer Geselligkeit. Sie bilden nicht wirkliche ein >Wir<, sondern verbergen und bestärken gewöhnlich jenen Individualismus, der sich in

Fremdenfeindlichkeit und in der Geringschätzung der Schwachen ausdrückt. Die digitale Vernetzung genügt nicht, um Brücken zu bauen; sie ist nicht in der Lage, die Menschheit zu vereinen“ (14).

Sich besinnen, zur Besinnung kommen und sich seiner Sinne bedienen – gerade auch jetzt im Advent!

Gebet zum Schöpfer

Herr und Vater der Menschheit,

du hast alle Menschen mit gleicher Würde erschaffen.

Gieße den Geist der Geschwisterlichkeit in unsere Herzen ein.

**Wecke in uns den Wunsch nach einer neuen Art der Begegnung,
nach Dialog, Gerechtigkeit und Frieden.**

**Sporne uns an, allerorts bessere Gesellschaften aufzubauen
und eine menschenwürdigere Welt**

ohne Hunger und Armut, ohne Gewalt und Krieg.

Gib, dass unser Herz sich

allen Völkern und Nationen der Erde öffne,

damit wir das Gute und Schöne erkennen,

das du in sie eingesät hast,

damit wir engere Beziehungen knüpfen

vereint in der Hoffnung und in gemeinsamen Zielen. Amen.

„Ich lege diese Sozialzyklika als demütigen Beitrag zum Nachdenken vor“, so schreibt Papst Franziskus und bemüht sich, Vorschläge und Wege Richtung sozialer Freundschaft aufzuzeigen. Vom rechten Handeln des Barmherzigen Samariters (Lk 10) ist die Rede, vom Dialog, der Wege zu neuen Begegnungen ermöglichen soll und von der Religion und ihrem Dienst an Geschwisterlichkeit. Mit einem Gebet zum Schöpfer kommt diese Enzyklika des Heiligen Vaters zu einem Abschluss. Alles Wesentliche findet hier seinen Platz, die Besinnung darauf wird mir – dem Beter – überlassen:

Nutze den Advent und deine Sinne – komm´ zur Besinnung!

Euer Pfarrer Walter Dorfer

Orgelspiel erlernen – ein Angebot der Landesmusikschule

Ab dem Wintersemester 21/22 wird an der **Landesmusikschule Weyer/Großraming** das Fach „Liturgisches Orgelspiel“ unterrichtet.

Es ist ein großes Anliegen der Pfarren in der Region, dass die Orgel als Kirchenmusikinstrument beim Gottesdienst wieder vermehrt gehört wird. Darum freuen wir uns, dass wir dieses Fach in Zukunft

anbieten können.

Interessierte jeden Alters mit Klavierkenntnissen sind willkommen, sich über Aus- und Weiterbildungs-



Foto: Pixabay

möglichkeiten zum Thema Orgel und liturgisches Orgelspiel zu informieren.

Gemeinsam mit Gerhard Raab, Orgellehrer an der LMS Weyer/Großraming, werden Sie die Vielfalt dieses besonderen Instruments kennenlernen.

Interessiert? Dann bitte telefonisch oder per e - Mail bis Februar 2021 Kontakt mit der LMS Weyer aufnehmen.

LMS Weyer: 07355/7031; E- Mail: ms-weyer.post@ooe.gv.at.



Die Haltung macht's aus

Wir sind es heute gewohnt, dass alles, was wir wollen, innerhalb sehr kurzer Zeit möglich bzw. verfügbar ist. „Lieferung innerhalb 24 Stunden“, „prompte Lieferung“ oder „Expresszustellung“ vermitteln uns, schon ganz knapp am Ziel unserer Träume zu sein. Wenn ein örtlicher Händler ein Objekt unserer Begierde nicht sofort auftreiben kann, dann versprechen die großen Internethändler genau diese prompte Verfügbarkeit.

Und die Freiheit, jederzeit das zu tun, was gerade Spaß macht, wo einem danach gelüftet und mit wem, sind auch Merkmale unserer Zeit, die für die Meisten von uns selbstverständlich sind.

Auf der anderen Seite sind die Österreicherinnen und Österreicher als die typischen Nörgler bekannt: Immer gibt es etwas auszusetzen, das Wetter ist entweder zu heiß oder zu kalt, der Regen zu viel oder schon lange zu wenig, die Nachbarn zu laut oder zu schlampig, das Fernsehprogramm ...

Das war nicht immer so. Zumindest teilweise sind das Erscheinungen eines gewissen Wohlstandes, einer Mentalität, die meint, andere würden es immer noch ein bisschen besser erwischen. Echte Entbehrungen oder Einschränkungen waren Jahrzehnte lang kein Thema. Ich kann mich da auch nur auf das berufen, was meine Eltern oder Großeltern erzählt haben: Während und nach dem zweiten Weltkrieg, in den 1940er und 1950er-Jahren gab es kaum oder gerade das Nötigste zum Essen,

geschweige denn konnte sich jemand irgendeine Form von Luxus leisten. Aber die Leute waren einigermassen zufrieden mit ihrem Leben, damit, den Krieg gesund überlebt zu haben, und mit einem gewissen Gottvertrauen darauf, dass die Zukunft besser werden wird. Geprägt ist diese Haltung vor allem auch von der Bescheidenheit der Menschen. Auch wenn der Nachbar vielleicht ein bisschen mehr hat, geht es doch in erster Linie darum, ob ich mit dem zufried-

Jetzt einmal unter uns gesagt: Sind das wirklich die Ziele, für die wir unser Leben leben? Bringt uns nicht bedingungsloser Konsum immer mehr in die Bredouille? Hat sich da im Lauf der Geschichte nicht etwas völlig umgekehrt? „Die Wirtschaft“ als Summe der Produzierenden und Dienstleister war dazu da, um die Basis für das Leben der Menschen zu schaffen. Heute gibt es die Konsumentinnen und Konsumenten, die dazu da sind, genug zu kaufen, um das Überleben der

Wirtschaft zu sichern! Nachhaltigkeit? Zu den Folgen von Corona I zählt, dass im Fernsehen und Radio noch mehr mit den Argumenten „Rabatt“ und „billig“ geworben wird. Bringt das auch zum Ausdruck, dass die angebotene Ware eh nicht mehr als diesen billigen Preis wert ist, aufgrund ihrer Anbau- oder Herstellungsmethoden?

Nochmals ein halbes Jahr zurück: „Nach Corona wird es nicht mehr sein, wie vorher!“ lauteten erste Prophezeiungen. Der

Flugverkehr wurde praktisch eingestellt. Der Himmel wurde blau, statt mit hellen Kondensstreifen durchzogen zu sein. Die Klimakrise wird sich heuer weniger verschärfen. Und dann wurden die Rettungsschirme über den Fluglinien aufgespannt! Hunderte Millionen für eine Branche, die nur deshalb so groß werden konnte, weil sie nie Steuern für ihren Treibstoff zahlen musste! Werden die Voraussetzungen für unser aller Zu-



Schön, wenn man einmal richtig zufrieden sein kann!

Foto: H. Haas

den bin, was ich selbst habe.

Viele von uns haben ein komfortables Leben gelebt, bis zum Anfang des heurigen Jahres. Und dann kommt da so ein kleiner Virus daher, und bringt viele unserer schönen Gewohnheiten durcheinander, da könnte man doch direkt die Contenance verlieren! Mode- und Möbelhäuser, Einkaufszentren ebenso wie Baumärkte und Fast-Food-Restaurants sind geschlossen, wenn das kein Grund zum Sudern ist!



Fortsetzung von Seite 5

kunft anders werden können, ohne dass es jemandem wehtun wird? Wohl kaum.

Ich will jetzt nicht sagen, dass frü-



... mehr Zeit z.B. für einen täglichen Spaziergang

Foto: H. Haas

da auch noch eine Reihe von Träumen, was sie schon immer einmal machen möchten, wenn es die Zeit erlaubt, ein täglicher Spaziergang zum Beispiel, um das Immunsy-

s t e m und die eigene Kondition zu stärken, m e h r Z e i t mit der Partnerin, dem Partner zu verbringen, regelmäßige Aktivitäten mit den Kindern,

noch eine wichtige Tugend, die uns auch durch diese schwierige Zeit besser bringen wird: Zuversicht! Diese ist gerade jetzt besonders angebracht. Derzeit weiß wohl niemand, wie lange diese Pandemie unser aller Leben noch durcheinander bringen wird, aber wir dürfen darauf vertrauen, dass wir auch diese Phase überdauern werden. Wir bereiten uns auf Weihnachten vor und das heißt: Wir erwarten die Geburt eines Kindes, das als Sohn Gottes auf die Welt gekommen ist! Und diese Botschaft ist die Ursache für das größte Fest des Jahres. Gerade heuer können uns da spannende Erfahrungen erwarten, wenn wir plötzlich statt unverbindlichem Vorweihnachtsstress gefordert sind, die Zeit mit mehr oder weniger bedeutenden Inhalten zu füllen und mit unseren Lieben zu verbringen.

Hans Haas

her alles besser war, und das war es auch nicht! Aber es ist auch heute nicht alles besser als früher, ein genaues Hinschauen ist nötig. Es geht um einen Blick auf das Wesentliche. Auf das, was wirklich essentiell ist im Leben, auf Gesundheit, Freunde, Familie vielleicht, auf eine Arbeit, die meinem Leben Sinn gibt, auf eine Verankerung im Glauben, auf meine Beziehung zu Gott.

Und wenn dieses Essentielle gegeben ist, dann wäre das doch schon ein Grund für Zufriedenheit und Dankbarkeit. Aus einer derartigen Grundhaltung ist man auch nicht so leicht zu erschüttern durch lästige Einschränkungen. Liegen darin nicht auch eine Reihe von Chancen, neue Möglichkeiten, die sich unerwartet auftun? Plötzlich ist viel Platz im Kalender, endlich können Bücher gelesen werden, die schon lange darauf warten! Vielleicht sind

Und dann gibt es für uns Christen

Glockenläuten als Signal

Während der Zeit des Lockdowns läutet seit 21. November täglich um 20.00 Uhr die Josefsglocke als Zeichen der Hoffnung.

Es ist zwar still geworden in der katholischen Kirche in den letzten Monaten, vor allem bedingt durch die Maßnahmen zur Überwindung der Pandemie. Das soll aber nicht heißen, dass Glaube nicht mehr gelebt wird.

Hören Sie das Glockenläuten in der Zeit von Ausgangsbeschränkungen auch als ein Zeichen von Verbundenheit mit den anderen Menschen in der Pfarre, die ja genau die gleichen Einschränkungen erfahren.



Foto: H. Haas



Glück oder glücklich sein

Ich will ja nur, dass du glücklich bist! Du sollst mehr Glück im Leben haben!

Der glücklichste Tag! Glücklich ist, wer vergisst. Glück und Glas, wie leicht bricht das. Die Dummen haben das meiste Glück, was wohl für die Einwohner der Stadt Schilda gilt, eine Stadt die überall auf der Welt sein kann.

Lieber Leser. Sie kennen diese Weisheiten, die für alle Altersgruppen gelten. Dem Kleinkind aufgetragen, den Alten zum Spott nachgesagt. Aber was hat das mit dem Thema dieser Ausgabe eigentlich zu tun?

Es geht mir um die Erfüllung von Wünschen und wenn sie nicht erfüllt werden, wie unglücklich die Menschen dann sind. Sehnsüchte und Wunschgedanken gibt es in jedem Lebensalter. Und es ist ein schmerzlicher

Lernprozess, wenn so mancher gehegte Traum unerfüllt bleibt.

Wir stehen wieder vor dem Weihnachtsfest und wissen von den Sorgen und manchem Kummer vieler Eltern, die ihren Kindern Dinge gerne schenken möchten und es finanziell nicht schaffen. Andererseits betrachten und schätzen andere wiederum diese Dinge auf Grund der Geschenkesfülle als wertlos.

Schon seit Ende September werden wir mit Werbungen für das große Fest überrannt. Geschickt

wird meine Neugier angesprochen und ich erfahre, wenn ich dies und jenes nicht habe, geht der Spaß am Leben an mir vorbei. Noch dazu könnte ich alles zu Billigstpreisen haben. Bin ich nicht ein Glücksvogel? Nur, das Wissen, dass das Glück ein Vogel sei und wieder wegfiegt, macht mich traurig.

Eine kleine Eisenbahn wäre in meinen Kindertagen schon eine riesige Erfüllung gewesen, aber



Den Großglockner zu besteigen ist ein großes emotionales Ziel vieler alpiner Bergsteiger.

Foto: Pixabay

die selbstlackierten Holzskier ohne Stahlkanten - machten mich in meinen Träumen schon zum Toni Sailer. Leider brachen sie beim ersten großen Sturz und als Weihnachtsgeschenk blieb: der neue Pullover. Den trug ich dann stolz nach den Ferien in der Schule. Die meisten Mitschüler waren in der gleichen Familien-Preisklasse wie ich angesiedelt, die wenigen überhäuften Mitschüler waren eine eigene Gruppe.

Ich glaube nicht, dass die Kinder heute besser dran sind. Viele ha-

ben Spielzeug in Hülle und Fülle aus Plastik und mit Dauerge-räuschen ausgestattet. Das kann nur mehr mit einem Super-Handy für die Alleinunterhaltung übertröfen werden. Was wird sich in Zukunft das Christkind einfallen lassen müssen?

Und wie steht es bei uns Erwachsenen? Wann sind wir zufrieden und was macht uns glücklich. Wie viel brauchen wir um glücklich zu sein oder sollte ich sagen: was brauche

ich, um glücklich zu sein? Fast alle Weltreligionen geben eine Antwort auf die Frage, was Glück sei. Im Buddhismus heißt es: „Tausende von Kerzen kann man am Licht einer Kerze entzünden ohne dass ihr Licht schwächer wird. Eine andere Weisheit sagt uns: „Freude nimmt nicht ab, wenn sie geteilt wird.“ Ähnlich lautet ja auch in unserer Kultur: „Geteiltes Leid ist halbes Leid –

geschenkte Freude ist doppelte Freude.“ In der katholischen und evangelischen Kirche wird der dritte Adventssonntag gefeiert mit dem Ruf: **GAUDETE – FREUT EUCH.** Und diese Freuden können viele sein: Freude im Advent - Christus wird euch geboren! Freude bei der Taufe eines Kindes – Es ist da, es ist bei uns! Freude bei der Erstkommunion! Freude bei der Firmung! Freude und Glücksgefühl nach einem gut überstandenen Unfall! So lassen sich viele Freuden mit „Ich bin glücklich“ verbind-

Fortsetzung auf Seite 8



Fortsetzung von Seite 7

den.

Bei der Besinnung auf das Wesentliche wird jeder von uns ein anderes Maß anlegen. Den Großglockner zu besteigen ist ein großes emotionales Ziel vieler alpiner Bergsteiger. Ich gebe es bescheidener und freue mich auf den Kreuzberg, gerade im Herbst mit den roten Farbtönen der Buchen und dem Gelb der Ahornbäume. Auch beim Essen gibt es unterschiedliche Zugänge.

Mich treibt es nicht zum Schnitzelwirt, auch wenn es den größten Fleischberg um den noch so kleinen Preis gäbe. Es reicht mir schon, wenn ich sehe wie unsere Bauern um jeden Cent beim Fleischpreis kämpfen müs-

sen. Einen guten Speck mit Qualität zum fairen Preis, den genieße ich. Dafür konsumiere ich eine kleinere Menge und die macht meine Leibesmitte nicht runder.



Ich gebe es bescheidener und freue mich auf den Kreuzberg

Foto: Kößler

Besinnung auf das Wesentliche wäre nicht nur zur kommenden Adventzeit wieder angesagt. Kinderaugen beim Kerzenlicht strahlen uns an - Bilder fragender und hungernder Kinder aus den vielen

Bittbriefen möchten wir gerne verdrängen. Ungleich groß sind Geschenke, die wir tagtäglich bekommen, ohne sie zu schätzen. Ab und zu hören wir von einem Geschenk,

von dem wir unwissentlich zehren. „Unwissentlich zehren“ vom Frieden in Europa schreibt Sepp Forcher in seinem Buch: „Einfach glücklich“. Frieden, der in Europa herrscht, auch wenn er auf schwachen Beinen steht. Wenn wir in die Stille der Hl. Nacht hineinhorchen, atmen wir vielleicht dieses Geschenk: Frieden, teuer erstanden von

unseren letzten Vorfahren mit der Verpflichtung diesen an unsere Jugend weiterzugeben. Besinnen wir uns auf dieses wesentliche Geschenk.

Franz Egger



Liebe Familien, liebe Kinder!

Vieles, wovon ein Kindergottesdienst lebt, gestaltet sich derzeit als schwierig

oder ist nicht erlaubt – miteinander singen, Geschichten spielen, einander nah sein. **Es wird daher im heurigen Advent keine Kin-**

der- und Familiengottesdienste geben.

Wir laden euch stattdessen am 3. und 4. Adventssonntag sehr herzlich zum **Pfarrgottesdienst um 8:30 Uhr** ein. Dieser wird kindgerechte Elemente enthalten. Die Kinder sind eingeladen, eine Kleinigkeit mitzubringen, damit wir gemeinsam einen Weg zur Krippe entstehen lassen können, z.B. ein **Tannenzweigerl!**

Auch die **Erwartungsfeier** findet heuer nicht in gewohnter Weise statt. Voraussichtlich wird es un-

ter dem Motto „Wir wandern dem Christkind entgegen“ eine kurze Feier im Freien geben. **Wir treffen uns dazu am Hl. Abend um 16 Uhr mit Laternen am Friedhofsvorplatz.**

Es kann jederzeit zu Änderungen kommen, beachtet bitte deshalb aktuelle Informationen auf Aushängen und Homepage!

Wir freuen uns auf euch – und wünschen euch einen besinnlichen Advent!

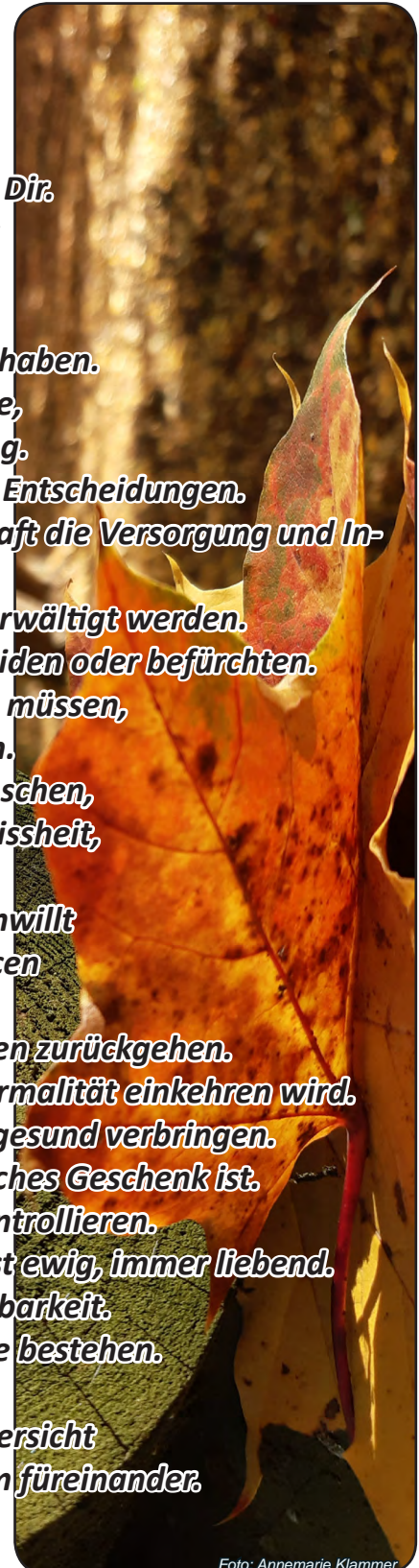
Das KILI-Team



Gedanken

Ein zerbrechliches Geschenk

*Herr, Du Gott des Lebens,
betroffen von der Not der Corona-Krise kommen wir zu Dir.
Wir beten für alle, deren Alltag jetzt massiv belastet ist
und bitten um Heilung für alle Erkrankten.
Sei den Leidenden nahe, besonders den Sterbenden.
Tröste jene, die jetzt trauern, weil sie Tote zu beklagen haben.
Schenke den Ärzten und Forschern Weisheit und Energie,
und allen Pflegenden Kraft in dieser extremen Belastung.
Gib den politisch Verantwortlichen Klarheit für richtige Entscheidungen.
Wir danken für alle Frauen und Männer, die gewissenhaft die Versorgung und In-
frastruktur unseres Landes aufrecht erhalten.
Wir beten für alle, die in Panik sind oder von Angst überwältigt werden.
Wir beten für alle, die großen materiellen Schaden erleiden oder befürchten.
Guter Gott, wir bringen Dir alle, die in Quarantäne sein müssen,
sich einsam fühlen und niemanden an ihrer Seite haben.
Stärke die Herzen der alten und pflegebedürftigen Menschen,
berühre sie mit Deiner Sanftheit und gib ihnen die Gewissheit,
dass wir trotz allem miteinander verbunden sind.
Von ganzem Herzen flehen wir, dass die Epidemie abschwilt
und dass die medizinischen Einrichtungen und Ressourcen
den aktuellen Anforderungen gerecht werden können.
Wir beten, dass die Zahlen der Infizierten und Erkrankten zurückgehen.
Und wir hoffen, dass in allen Bereichen bald wieder Normalität einkehren wird.
Guter Gott, mache uns dankbar für jeden Tag, den wir gesund verbringen.
Lass uns nie vergessen, dass unser Leben ein zerbrechliches Geschenk ist.
Ja, wir sind sterbliche Wesen und können nicht alles kontrollieren.
Du allein bist Ursprung und Ziel von allem, Du allein bist ewig, immer liebend.
Dein Heiliger Geist bewahre unsere Herzen in der Dankbarkeit.
Getragen von einem tiefen Frieden werden wir die Krise bestehen.
Jesus, Du Herr und Bruder aller Menschen,
Deine Gegenwart vertreibt jede Furcht, sie schenkt Zuversicht
und macht unsere Herzen bereit, offen und aufmerksam füreinander.*



Feiervorschlag

Zum Zeitpunkt der Layouterstellung gilt ein Aussetzen öffentlicher Gottesdienste bis inklusive 6. Dezember. Aber auch danach wird es keine Normalität bei der Feier der Gottesdienste in dem Sinn geben, wie wir es jahrzehntelang gewohnt sind. Deshalb liefern wir Ihnen je einen Vorschlag für die Feier eines Adventsonntags und des Heiligen Abends bei Ihnen zuhause. Keine Angst vor dem „Do-it-yourself“-Gottesdienst! Die Hauskirche wird in dieser Zeit mehr und mehr zu einem wesentlichen Element in unserem religiösen Leben. Machen Sie sich bewusst, dass Ihre Feier Teil eines größeren Ganzen ist.

4. Adventsonntag – Gott du bist mit uns

Lied: Wir sagen euch an den lieben Advent. 4. Strophe: Sehet die vierte Kerze brennt. Gott selber wird kommen, er zögert nicht. Auf, auf, ihr Herzen, und werdet Licht. Refr.: Freut euch ihr Christen, freuet euch sehr! Schon ist nahe der Herr.

Lobgebet

Das Gebet wird reihum gelesen.

* Gott, du bist mit uns. Wir erleben deine Nähe, wenn wir es schön miteinander haben.

* Gott, du bist mit uns. Wir begreifen deine Anwesenheit, wenn wir uns über den Sonnenuntergang, das Essen, den Schnee und über

unser Leben freuen.

* Gott, du bist mit uns. Wir erfahren dein Dasein, wenn wir miteinander singen, miteinander beten und an dich denken.

* Gott, du bist mit uns. Wir spüren deine Liebe, wenn wir einander unsere Zuneigung zeigen, wenn wir einander stützen und helfen und mit unterschiedlichen Meinungen einander zuhören.

Lesung nach Lukas

In jener Zeit fragten die Leute Johannes den Täufer: Was sollen wir also tun? Er antwortete ihnen:



Heuer besonders aktuell: Adventandacht zuhause.

Foto: H. Haas

Wer zwei Gewänder hat, der gebe eines davon dem, der keines hat und wer zu essen hat, der handle ebenso. Es kamen auch Zöllner zu ihm, um sich zu taufen zu lassen und fragten: Meister, was sollen wir tun? Er sagte zu ihnen: Verlangt nicht mehr, als festgesetzt ist. Auch Soldaten fragten ihn: Was sollen denn wir tun? Und er sagte zu ihnen: Misshandelt niemand, erpresst niemand, begnügt euch mit eurem Sold!

Fürbitten

* Herr Jesus Christus, du kommst in Herrlichkeit, um zu vollenden, was du unter uns begonnen hast. Voll Vertrauen rufen wir zu dir: Angst, Zweifel und Hoffnungslosigkeit bedrücken viele Menschen – schenke ihnen Mut und Kraft zum Durchhalten durch die Begegnung mit glaubenden und hoffenden Menschen.

Alle: Herr erbarme dich!

* Die Sorgen des Alltags nehmen uns oft ganz in Anspruch - schenke den Kindern, Eltern und alten Menschen ein achtsames Herz, das dich und deine Liebe in den Ereignissen des Tages entdeckt.

Alle: Herr erbarme dich!

* Oft kümmern wir uns nur um unseren eigenen Vorteil – lass uns „umkehren“ in diesem Advent und miteinander und mit allen Geschöpfen fürsorglich umgehen.

Alle: Herr erbarme dich!

Lied: Sieh, der Herr kommt in Herrlichkeit: und mit ihm seiner Heiligen Schar! Und erstrahlen wird an jenem Tag ein großes Licht. Halleluja! - wird dreimal gesungen

Segen

Guter Gott, einer deiner Namen ist Immanuel, du bist der Gott mit uns. Erinnerung uns durch schöne Ereignisse und durch liebe Menschen daran, dass du unter uns bist. Mögen wir daraus Mut gewinnen, Trost erfahren und bewegt werden, unsere Welt so zu machen, wie du sie uns schenken möchtest. Segne uns alle dazu! Im Namen des Vaters und des Sohnes und des heiligen Geistes Amen.



Feier des Heiligen Abends

Heute ist euch der Retter geboren

Lied: Ihr Kinderlein kommet, o kommet doch all! Zur Krippe her kommet in Betlehems Stall, und seht was in dieser hochheiligen Nacht der Vater im Himmel für Freude uns macht!

Die Zeit des Wartens ist vorbei. Wir wollen an diesem Abend in unserer Familie die Geburt von Jesus feiern.

Weihnachtsevangelium nach Lukas

In jenen Tagen erließ Kaiser Augustus den Befehl, alle Bewohner des Reiches in Steuerlisten einzutragen. Dies geschah zum ersten Mal; damals war Quirinius Statthalter von Syrien. Da ging jeder in seine Stadt, um sich eintragen zu lassen. So zog auch Josef von der Stadt Nazaret in Galilea hinauf nach Judäa in die Stadt Davids, die Betlehem heißt; denn er war aus dem Haus und Geschlecht Davids. Er wollte sich eintragen lassen mit Maria seiner Verlobten, die ein Kind erwartete. Als sie dort waren, kam für Maria die Zeit ihrer Niederkunft, und sie gebar ihren Sohn, den Erstgeborenen. Sie wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe, weil in der Herberge kein Platz für sie war. In jener Gegend lagerten Hirten auf freiem Feld und hielten Nachtwache bei ihrer Herde. Da trat der Engel des Herrn zu ihnen und der Glanz des Herrn umstrahlte sie. Sie fürchteten sich sehr, der Engel aber sagte zu ihnen: Fürchtet euch nicht, denn ich verkünde euch eine große Freude, die dem ganzen Volk zuteil werden soll: Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren; er ist

der Messias, der Herr. Und das soll euch als Zeichen dienen: Ihr werdet ein Kind finden, das, in Windeln gewickelt in einer Krippe liegt. Und plötzlich war bei den Engel ein großes himmlisches Heer, das Gott lobte und sprach: „Verherrlicht ist Gott in der Höhe, und auf Erden ist Friede bei den Menschen seiner Gnade!“

Fürbitten

Wir haben die Botschaft von der



Bei der Krippe halten wir ein Gebet.

Foto: H. Haas

Geburt unseres Herrn gehört. Jesus, der alle Finsternis vertreibt, soll auch unser Leben hell machen. Gott, der dieses Licht gesandt hat, wollen wir bitten:

* Erfülle uns mit Dankbarkeit für alles, was wir in diesen Tagen erleben.

Alle: Wir bitten dich erhöre uns.

* Nimm von uns Sorgen und Angst und schenke uns neue Hoffnung.

Alle: Wir bitten dich erhöre uns.

* Mach uns bereit, Kranken und Hilfesuchenden unsere Freundschaft zu schenken.

Alle: Wir bitten dich erhöre uns.

* Schenke uns und allen Menschen deinen weihnachtlichen Frieden.

Alle: Wir bitten dich erhöre uns.

* Lass unsere verstorbenen An-

gehörigen für immer dein Licht im Himmel schauen.

Alle: Wir bitten dich erhöre uns.

Gebet bei der Krippe

Gott, wir stehen vor dem Wunder deiner Menschwerdung. Was damals in Betlehem geschah, geschieht jetzt und hier in unserer Mitte. Du kommst in unser Leben. Du legst dich hinein in die Krippe

unserer Herzen, hinein in das Stroh und die Spreu unseres Lebens. Du kommst in unsere Wirklichkeit, du nimmst uns an, so wie wir sind. Und du bist da. Da für uns. Um mit uns und für uns zu Leben. Dafür danken wir dir von Herzen.

Alle: Amen.

Lied: 1. Stille Nacht, heilige Nacht! Alles schläft, einsam

wacht nur das traute hoch heilige Paar. Holder Knab im lockigen Haar, schlaf in himmlischer Ruh! Schlafe in himmlischer Ruh!

2. Stille Nacht, heilige Nacht! Gottes Sohn, o wie lacht Lieb aus deinem göttlichen Mund, da uns schlägt die rettende Stund: Jesus, in deiner Geburt! Jesus in deiner Geburt!

Segen: Das Licht dieser Nacht möge uns erleuchten! Das Kind in der Krippe möge alle unsere Sinne berühren! Der Stern am Himmel möge uns an unser Ziel führen!

Alle: Amen.

Aus Freude über die Geburt Jesu wünschen wir einander Frohe Weihnachten – und beschenken einander.

Dreikönigsaktion

Liebe Sternsingerfreunde!

Auch in Zeiten wie diesen wollen wir unseren Brauch aufrechterhalten und vor allem die Projekte der DreiKönigsAktion weiterhin unterstützen!

Mit Hilfe der Vorschläge der Katholischen Jung-schar Österreich (www.sternsingen.at/corona), wollen wir versuchen, das Sternsingen unter Einhaltung aller Maßnahmen auch heuer zu ermöglichen!!

Wie genau das aussehen wird, können wir leider jetzt noch nicht sagen.

Probentermine gibt es vorläufig keine. Aber, **ALLE**, die Interesse haben, zwischen **28.12. und 6.1.** als Sternsinger in Weyer unter-

wegs zu sein, sind herzlich eingeladen und melden sich bitte unter **magda.riegler@gmx.at** bei uns.



Per E-Mail erhaltet ihr dann auch alle wichtigen Infos und Materialien.

Es freuen sich auf Euch Jordana (0650/9976767), Magdalena (0664 / 195 0059) und alle GruppenleiterInnen der JS-Weyer

Projektschwerpunkt Indien:

Der Klimawandel trifft Bauern- und Fischerfamilien in Andhra Pradesh und Telangana hart. Die Corona-Pandemie hat ihr Leben noch viel schwieriger gemacht. Unsere Partnerorganisationen SNIRD und YFA unterstützen die Menschen, ihr Recht auf Nahrung durchzuset-

zen.

Kinder und Jugendliche sind oft besonders von Armut, Mangelernährung und fehlender Schulbildung betroffen. YFA fördert deswegen die Bildung von „Kinderparlamen-



ten“. Die Kinder setzen sich für ihre Rechte auf gute Nahrung und Schulbildung ein und pflanzen Bäume, wie es hier Jyothi mit ihren Freundinnen macht.

Jordana

Erstkommunion

Die Erstkommunion fand dann doch noch rechtzeitig vor der zweiten Welle der Pandemie am 18. Oktober statt. Es wurde in zwei Gottesdiensten mit jeweils ungefähr der Hälfte der Kinder gefeiert.

Fotos: H. Haas



Bei regnerischem Wetter konnten die Kinder in Begleitung ihrer Lehrerinnen in die Kirche einziehen. Das für 8. November im Pfarrzentrum geplante Frühstück konnte dann in dieser Form leider nicht mehr stattfinden.



Hallo Kinder!



Vieles ist heuer einfach anders und so müssen auch wir auf Treffen, gemeinsames Spielen,

lustiges Beisammensein und schöne Gespräche im persönlichen Sinne verzichten.

Wann und wo wir uns das nächste Mal sehen, steht im Moment noch nicht fest. Wir hoffen aber auf ein baldiges Treffen und wünschen euch bis dahin ganz viel Freude mit euren Liebsten zu Hause.

Genießt die kommende Adventzeit und freut euch darüber, diese schöne Zeit so intensiv mit der Familie verbringen zu können.

Um euch neben dem Schulalltag zu Hause etwas Abwechslung zu verschaffen, haben wir hier zwei Ideen für eure kreative Ader.

Adventkalender für Freunde oder Familie

Natürlich darf in der Weihnachtszeit ein Adventkalender nicht fehlen. Leider vergessen wir viel zu oft, nett zueinander zu sein und uns miteinander und füreinander zu freuen.

Überleg dir für die Person, die du mit einem selbstgebastelten Kalender überraschen möchtest, 24 verschiedene Dinge, die du an ihr magst, gerne mit ihr machst oder die du ihr einfach immer schon einmal sagen wolltest.

Unsere Beispiele:

- *Danke, dass du mir in schwierigen Situationen gut zuhörst.*
- *Danke, dass du jeden Spaß mit mir teilst.*

- *Ich freue mich immer sehr auf unsere gemeinsamen Ausflüge.*

Schreibe diese schönen Dinge auf selbstgebastelte Karten, gemalte Bilder oder auf die Rückseite von Fotos. Numeriere sie, hänge sie an eine Schnur und schon hast du einen ganz persönlichen Adventkalender.



Heiße-Schoko-Bombe

Für alle Schleckermäulchen haben wir eine leckere Idee für deine selbstgemachte Heiße Schokolade.

Du brauchst:

- *Papier- oder Silikonförmchen*
- *150 g Zartbitterschokolade oder weiße Schokolade*
- *Kakaopulver*
- *Je nach Wunsch: Kokosflocken, kleine Marshmallows, Zimt, Schokostückchen*

Lasse 150 g Schokolade über einem Wasserbad schmelzen. Bestreiche mit der geschmolzenen Schokolade die Außenwände deiner Silikonform oder deines Papierförmchens mit einem Pinsel. (Achtung: Drehe die Form danach um, damit überschüssige Schokolade

wieder herauslaufen kann.) Nun stelle die Förmchen über Nacht in deinen Kühlschrank. Nachdem die Schokolade ausgehärtet ist, befreie sie vorsichtig von ihrer Form. Du solltest jetzt kleine Halbkugeln oder halb offene Schokoladenförmchen haben. Jede Halbkugel nun erst mit der Schnittkante auf einen warmen Teller drücken, bis die Schokolade etwas anschmilzt. Danach kannst du sie sofort mit zwei Löffel Kakaopulver füllen und je nach Wunsch Marshmallows, Kokosflocken, Zimt oder Schokostücken hinzufügen. Drücke nun zwei der Hälften zu einer Kugel zusammen und lass sie wieder im Kühlschrank aushärten.

Mache dir jetzt eine große Tasse heiße Milch, lege deine Kugel hinein und sieh zu, was passiert.

Viel Spaß beim Genießen!

Jordana und Anna

Elterninformation

Die Nikolausbesuche können heuer leider nicht stattfinden. Falls Bedarf an Geschichten, Gedichten oder Sprüchen besteht, können Sie sich gerne auf unserer Pfarrhomepage unter www.dioezese-linz.at informieren.

Im Moment ist es uns auch noch nicht möglich, zu fixieren, wie die Dreikönigsaktion heuer aussehen wird. Infos dazu entnehmen Sie bitte zu gegebener Zeit den Schaukästen, Verlautbarungen oder unserer Homepage. Die Möglichkeit für Bedürftige in aller Welt zu spenden wird jedoch auf jeden Fall gegeben sein. Die Jungschar Weyer wünscht weiterhin viel Gesundheit und Kraft in dieser besonderen Zeit.

Gottesdienste in der Advent- und Weihnachtszeit

Bis inklusive 6. Dezember **finden keine öffentlichen Gottesdienste statt.**

Für die Zeit danach sind folgende Gottesdienste geplant, vorbehaltlich anderer Einschränkungen:

Sonntagsgottesdienste

um 8.30 Uhr in der Pfarrkirche und am Samstag um 19.00 Uhr in der Pfarrkirche

Kinder- und Familiengottesdienste - entfallen

Es gibt aber bei jedem Pfarrgottesdienst an den Adventsonntagen um 8.30 Uhr kindgerechte Elemente (siehe auch S. 8, „Kinderliturgiekreis“)

HI. Messe mit erweitertem Bußakt

Mittwoch, 16.12. um 19.00 Uhr in der Pfarrkirche – anschließend Gelegenheit zur Beichte und Aussprache

Roraten - entfallen

Hochfest Maria Empfängnis, 8. 12.

8.30 Uhr Heilige Messe für die Pfarrgemeinde in der Pfarrkirche

Heiliger Abend, 24.12.

16.00 Uhr Treffpunkt am Friedhofsvorplatz zur „Christkindwanderung“ (siehe auch S. 8, „Kinderliturgiekreis“)

23.00 Uhr Christmette in der Pfarrkirche

Christtag – Hochfest der

Geburt des Herrn, 25.12.

8.30 Uhr HI. Messe in der Pfarrkirche

HI. Stephanus, 26.12.

8.30 Uhr HI. Messe in der Pfarrkirche

Fest der HI. Familie, 27.12.



Foto: Kößler

8.30 Uhr HI. Messe in der Pfarrkirche

Silvester, 31.12.

15.00 Uhr Jahresschlussandacht in der Pfarrkirche

Hochfest der Gottesmutter Maria, Neujahrstag, 1.1.

8.30 Uhr HI. Messe in der Pfarrkirche

Erscheinung des Herrn, Dreikönig, 6.1.

8.30 Uhr HI. Messe mit den Sternsängern in der Pfarrkirche

Gottesdienste im Altenheim - entfallen

Gelegenheiten zur Beichte und Aussprache

Sonntag, 13.12. von 7.45-8.15 Uhr (im Aussprachezimmer in der Pfarrkirche)

Mittwoch, 16. 12. nach der Abendmesse (im Aussprachezimmer in der Pfarrkirche)

Aufgrund von COVID-19 kann es kurzfristig zu Änderungen bei den Gottesdiensten kommen. Bitte beachten Sie aus diesem Grund auch die aktuellen Informationen in den Schaukästen und auf der Homepage der Pfarre.

Hauskirche

Es ist zum Zeitpunkt der Layouterstellung dieser Ausgabe nicht sicher, ob alle Gottesdienste wie geplant stattfinden können. Bedenken Sie auf alle Fälle, dass es für diesen Fall auch Möglichkeiten gibt, zuhause, allein oder im Kreise Ihrer Lieben, zu feiern. Hauskirche ist zwar keine neue Erfindung im

Zeichen von Corona, aber sie bekommt gerade in dieser Zeit eine neue, besonders wichtige Bedeutung.

Anregungen dazu finden Sie zum Beispiel auch auf den Webseiten der Diözese Linz unter: <https://www.dioezese-linz.at/>



Taufen	19.9.2020 BENJAMIN Michael Krenn		27.9.2020 LENA Leichtfried
10.10.2020 RENÉ Riedl		10.10.2020 SAMUEL Huta	
	24.10.2020 LEO Jagersberger		24.10.2020 MAXIMILIAN Steineck

Impressum:

“Pfarrblatt für Weyer“
Herausgeber: Pfarrgemeinderat Weyer;
Für den Inhalt verantwortlich:
Regina Dittrich, Franz Egger, Hans
Haas, Karl Kößler;
Layout: Hans Haas

Alle: Oberer Kirchenweg 1,
3335 Weyer;

Druck: Ahamer GmbH.,
3335 Weyer;
Titelfoto: Hans Haas

Katholische Kirche
in Oberösterreich

Begräb- nisse		14.10.2020 Johann FORSTLECH- NER (56)		29.10.2020 Ursula WACHAUER (76)	
	31.10.2020 Johannes NACHTS- HEIM (66)		3.11.2020 Anna MÜHLBAUER (78)		6.11.2020 Angela GRASL (95)
11.11.2020 Erich HABINGER (70)		14.11.2020 Manfred WEBER (84)			



nachhaltig leben von Regina Dittrich



Darunter versteht man Lebensmittel mit einem besonderen Nutzen für die Gesundheit. Manchmal hat man das Gefühl, je exotischer eine Frucht umso gesünder für den Menschen. Dabei wachsen derartige „Vitaminbomben“ auch bei uns und gerade jetzt brauchen wir diese Kraftpakete zur Stärkung unseres Immunsystems. Hagebutte statt Goji-Beere, Leinsamen statt Chiasamen, Hafer statt Amaranth – nachfolgend einige kostengünstige, regionale Alternativen.

Beim Spaziergehen finden Sie noch hier und dort die knallroten „Hetschibetsch“, also die Hagebutten. Sie enthalten mehr Vitamin C als z.B. Zitronen, zusätzlich noch Vitamin A und B. Sammeln sollten Sie nur die festen, reifen

Früchte. Diese können zum Naschen oder für einen Tee getrocknet werden (dafür die Kerne entfernen, wobei die feinen Härchen daran ziemlich jucken). Oder man kocht die Früchte mit Apfelsaft zur Marmelade ein, einfach himmlisch!

Superfood

Für das Frühstück sind Haferflocken und Leinsamen wahre Energiespender. Hafer enthält Biotin (für Haut, Haare und Nerven), B1 (für starke Nerven), Eisen, Magnesium und Silicium. Haferflocken regen den Stoffwechsel an, sorgen für Energie und halten den Blutzucker konstant. Sie enthalten den löslichen Ballaststoff Beta Glucan, der in Verbindung

mit Flüssigkeit ein Gel bildet, welches die Darmschleimhaut schützt und eine reinigende Wirkung zeigt.

Leinsamen enthält wertvolle Mineralstoffe, Vitamine, ungesättigte Omega-3-Fettsäuren und ist reich an Ballaststoffen und an Vitamin A und E. Der regelmäßige Genuss fördert die Verdauung und beugt Verstopfungen vor.

Beim Einkaufen sollten Sie aber unbedingt auf das Herkunftsland sowie auf Bio-Qualität achten, da die Umweltbelastung dabei weit geringer ist als bei Importware und es gibt zahlreiche heimische Produzenten für „Superfood made in Austria“.



schwarzes Brett

Wegen Corona leider abgesagt:

- * Adventsingen
- * Familiengottesdienste im Advent
- * Besuch des Nikolaus
- * Roraten
- * Erwartungsfeier am Hl. Abend

Krankenkommunion mit Hausbesuch gewünscht?

Melden Sie sich in der Pfarrkanzlei (Tel. 6274-11)

Kirchenbeitragsberatung

In Fragen zum Kirchenbeitrag wenden Sie sich bitte direkt an die Kirchenbeitragsstelle Steyr



Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern ein gesegnetes Weihnachtsfest und erholsame Feiertage im Kreis Ihrer Lieben!