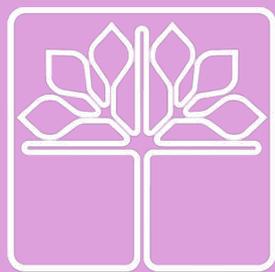


Herbst 2021



Zachäus

christlich • evangelisch • lutherisch
Gemeinde erleben in Gröbenzell



Aufatmen



Liebe Leserin, lieber Leser!

Endlich durchatmen

Endlich wieder geöffnete Straßencafés und Biergärten mit Leuten an den Tischen ...

Endlich wieder Schule und Kindergarten für die Kids und Jugendlichen anstatt das Geziehe und Gezerre am Küchentisch um Homeschooling ...

Endlich wieder Freunde treffen und grillen im Garten – ganz ohne Maske ...

Endlich wieder die Oma, den Opa unbeschwert im Altenheim besuchen ...

Endlich wieder Sonne und See genießen, Urlaubspläne schmieden nach einem drückenden Winter ...

Wahrscheinlich haben die meisten von uns gerade das Gefühl: WIR KÖNNEN WIEDER AUFATMEN. Auch wenn uns die Delta-Variante noch droht, andere Nationen schon wieder extreme Infektionszahlen haben und auch unsere steigen, ist das Gefühl ein anderes: viele sind geimpft, die Maßnahmen gelockert, wir fühlen uns freier.

WIR ATMEN AUF und haben das Gefühl, das Leben ist zurück. Dieser LEBENSATEM ist etwas ganz Wichtiges in unserem Leben. Das wusste schon die Bibel. In der Schöpfungsgeschichte macht Gott den Menschen aus einem Klumpen Erde. Wie ein Töpfer ein ganz inniges Verhältnis zu seinem Material hat, so auch Gott: Diesen

Klumpen Erde nimmt er in seine Hand, fügt Wasser hinzu, knetet und formt ihn, zieht Arme und Beine heraus, formt einen runden Kopf und macht sich dann an Gesicht, Finger und Zehen ... Aber so ist das ein lebloser Klumpen Etwas. Erst als er ihm den Lebensodem (hebräisch Neschamah) einbläst, da wird aus dem Stück Erde Leben: ein lebendiges Wesen, das Kraft und Energie hat, sich bewegt, denken und planen kann – und atmet. Ohne ATEM können wir nicht leben. Auf Essen können wir relativ lange verzichten, auf Trinken schon weniger. Wer nicht atmen kann, erstickt schon nach wenigen Minuten. Der Lebensatem ist lebenswichtig.

Der Lebensatem ist nicht nur der Sauerstoff, den wir atmen. Geistloses in unserem Leben ist langweilig, es ist ohne Sinn, raubt uns die Energie und die Motivation. Wo aber der Geist ist, ist Leben, ist Kreativität, ist Kraft und Energie.

„Kommt, atmet auf, ihr sollt leben“ heißt ein Lied, das wir oft singen in unserer Gemeinde. „Ihr müsst nicht mehr verzweifeln, nicht länger einsam sein. Gott hat uns seinen Sohn gegeben, mit ihm kehrt neues Leben bei uns ein.“ Jesus Christus will uns befreien aus unseren Ängsten, von unseren Sorgen und Zwängen. Er will, dass wir Kraft schöpfen und das Leben in Fülle haben (Johannes 10, 10):



Ein Leben voller Licht, Freude und Hoffnung, und nicht nur ein Leben, wo man das Nötigste vom Nötigsten hat und so dahinlebt. Ein Leben, bei dem man sich in der Familie geborgen fühlen kann, Freundinnen und Freunde hat, Arbeit und Freizeit, Sinn erfährt, sich entfalten kann und sich herausfordern lassen, aber es sich auch mal gut gehen lassen kann.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie gerade jetzt in der Ferienzeit immer wieder etwas von diesem Lebensatem und diesem Leben in Fülle spüren können. Seien Sie vorsichtig, aber atmen Sie durch und genießen Sie jeden Augenblick!

Ihre Pfarrerin Christine Drini



Nachgefragt: Was lässt dich aufatmen?

Wieder bei schönem Wetter an die Isar zu fahren
und dort neue Leute kennen lernen zu können. *m, 19*

In die Schule zu gehen, wo meine Freunde sind
und ich wieder richtig lernen kann. *w, 12*

Mit dem Aufatmen tue ich mich noch etwas schwer.
Aber ich genieße es sehr, wieder in den Biergarten gehen zu können. *w, 61*

Mit unseren Kindern wieder in den Urlaub zu fahren.
Gemeinsam die Sonne genießen, gutes Essen in Restaurants
und entspannen. Das lässt uns aufatmen. *m, 58 & w, 54*

Richtig aufatmen kann ich ehrlich gesagt noch nicht.
Ich warte immer noch auf die vollständige Öffnung der Unis.
Aber es ist schön, endlich mal wieder alte Freunde zu sehen,
jetzt wo es wieder möglich ist. *w, 24*

Mich mit Freunden und meiner Familie treffen,
ohne großartig Angst vor einer Infektion haben zu müssen.
Glücklicherweise bin ich schon geimpft. *m, 73*

Ich habe es gerade erlebt: Ich bin in ein Café gegangen.
Es war schön, sich einfach hinsetzen zu können,
Menschen zu beobachten und zu sehen,
dass andere genauso wie ich, diese Freiheit wieder genießen. *w, 68*





Corona überstanden



Immer noch müde und schlapp. Die Quarantänezeit war vorbei und ich durfte ja wieder rausgehen. Ich bereitete mich auf den ersten Spaziergang in „Freiheit“ vor. Einen Spaziergang gleich um die Ecke, so dachte ich, am Gröbenbach entlang so zirka 300 Meter bis das Feld beginnt.

Frische Luft einatmen, das tut gut, ich freute mich. Nach der Hälfte vom geplanten Weg blieb mir die Luft weg. Ich blieb stehen, atmete schwer, die Lunge war wie zu. Ich schaute nach oben in den Himmel.

Die Menschen, die an mir vorbei gingen, schauten mich an und blickten dann auch nach oben. Da gab es nichts

zu sehen, nur ein wunderbarer blauer Himmel. Heißt es nicht: Hilfe kommt von oben?

Meine Empfindung war so: Oh mein Gott, das kann doch nicht wahr sein. Keine Kraft, keine Luft mehr!

Wenn das die nächsten 20 Jahre so weitergeht? Ich bin nach Hause gegangen. Traurig, mutlos! Erst einmal ausruhen. Nach einiger Zeit hat sich meine Lungenkapazität nach immer länger werdenden Spaziergängen wieder erholt.

Gott sei Dank. Ich weiß, das ist nicht selbstverständlich.

Siglinde Haberl



Atemtherapie

Wie der Atem Entspannung schenkt

Ausatmen. Aufatmen. Es ist Sommer und die Zeit der Entspannung ist gekommen. Doch vielen Menschen fällt es schwer, vom eigenen Gedankenkarussell abzusteigen. Wieder zurück in einen Zustand der Ruhe zu finden.

Dem Geist das Gedankenkarussell wegnehmen

Gedankenkarusselle lassen Ängste aufsteigen, manchmal geraten wir sogar in Panik: Was alles sein könnte, was alles passieren könnte. Die Ängste in dieser Krisenzeit sind vielfältig. Wir bewegen uns in der Welt der fiktiven Gedanken und haben keinen Kontakt mehr zu unserem Körper. Dagegen gibt es ein patentes Rezept: Die Aufmerksamkeit auf den eigenen Atem richten. Der Geist muss nun vom Karussell absteigen und sich auf das Einatmen und Ausatmen konzentrieren. Viele Meditationstechniken arbeiten mit diesem wertvollen Instrument – sie setzen es wie eine Art Trep-pengeländer in die Entspannung ein.

Mit tiefem Atmen den Körper beruhigen

Die Technik des tiefen Atmens ebnet dem Körper den Weg zurück in einen ruhigen, angenehmeren Zustand. Wer Angst hat oder gestresst ist, atmet zumeist kurz und nur mit dem Brustkorb. Das tiefe Atmen bindet auch das Zwerchfell in die Atemtätigkeit ein, der Bauch hebt und senkt sich. Dadurch gelangt mehr Sauerstoff in die



Lungen. Der zusätzliche Sauerstoff aktiviert das parasympathische Nervensystem. Dieser Teil unseres Nervensystems sorgt für Entspannung und Entschleunigung. In diesem Zustand verwerten wir auch die Nährstoffe aus unserem Essen sehr gründlich und schlafen gut.

Drei Tipps für das Üben der tieferen Atmung

Nehmen Sie sich am Morgen drei Minuten Zeit für die tiefe Atmung. Öffnen Sie dafür Ihr Schlafzimmerfenster und atmen Sie die frische Luft in vollen Zügen ein.

Legen Sie die Hände während der Übung auf Ihren Bauch. Ihre Gedanken entgleiten Ihnen dann nicht so schnell.

Praktizieren Sie die tiefere Atmung auf einem Spaziergang oder einer Wanderung. Die Bewegung des Körpers und der höhere Sauerstoffgehalt im Freien wirken wie zusätzlicher Rückenwind für Ihre Entspannung.

Anke Nowicki, Heilpraktikerin
www.ihrenaturheilpraxis.de



Meditieren mit dem Herzensgebet

Meditation und Kontemplation sind Gebetsformen, die keinesfalls nur aus dem fernöstlichen Religions- und Kulturkreis kommen. Es ist eine uralte christliche Gebetspraxis, die schon im frühen Mönchtum gepflegt wurde. Ein entscheidendes Element dabei ist die Atmung. „Gott blies den Atem des Lebens in Adams Nase und gab ihm dadurch Leben“, heißt es im Buch Genesis (Gen. 2,7). Wir sind also vom göttlichen Geist durchatmete Wesen. Gottes Atem atmet in uns.

Das bewusste Wahrnehmen des eigenen Atems ist schon für sich eine Form des Gebets. Es geht um eine Reise in den eigenen Wesensgrund, um dort Gott jenseits aller Gedanken in einer ursprünglicheren Tiefe zu erfahren. Das Eins werden mit dem eigenen Atem oder die Verbindung des Atems mit einem Gebetswort ist hierbei der Pfad, der in die Präsenz des Augenblicks führt. Vielleicht hat Paulus eine ähnliche Erfahrung so beschrieben:

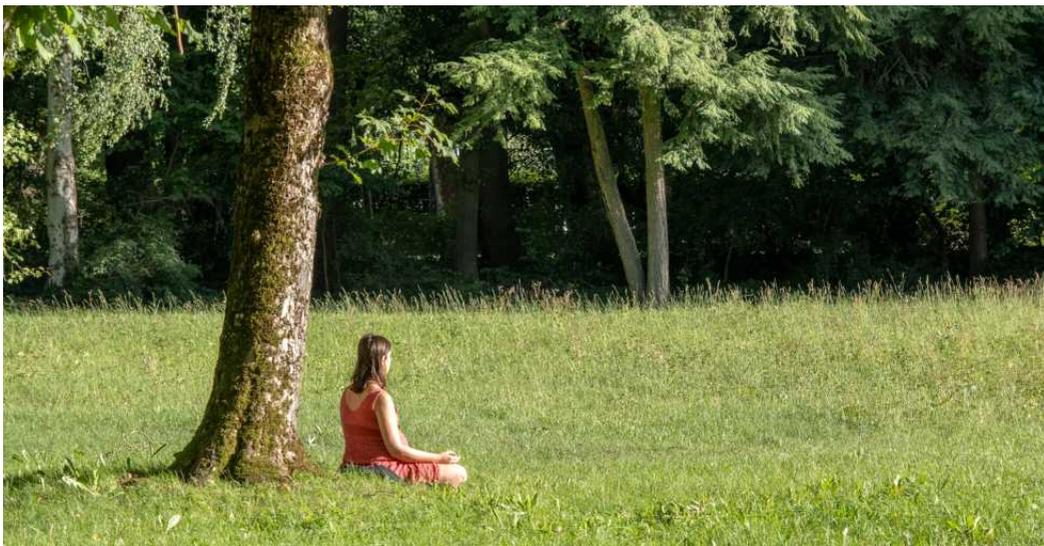
„Ich lebe, doch nun nicht mehr ich, sondern Christus lebt in mir.“ (Gal. 2,20)

Beim Herzensgebet verbindet man mit dem Ein- und Ausatmen ein Wort oder einen Satz oder häufig den Namen Jesus Christus. Einen schönen Überblick über die Geschichte des Herzensgebets findet man bei *Ebert/Lupu (Hg.), Hesychia – Das Geheimnis des Herzensgebets, Claudius-Verlag.*

Zahlreiche christliche Tagungsstätten bieten Kurse zur Einführung in das Herzensgebet an, so z.B. das spirituelle Zentrum St. Martin in München (www.stmartin-muenchen.de).

Auch bei uns in Gröbenzell trifft sich jeden Donnerstag um 19 Uhr im Gemeindehaus der Zachäuskirche eine Meditationsgruppe (für Geübte), bei der das Herzensgebet (neben anderen Meditationsformen) praktiziert wird. *Kontakt: Ingrid Buhrow, Tel. 8297*

Michael Deutrich und Ingrid Buhrow





Vom Atmen zum Singen und zurück

Beim Singen atmen, das ist doch selbstverständlich – denken wir. Und oft schenken wir unserer Atmung kaum Beachtung, doch manches Negative oder Krankmachende lässt sich tatsächlich „wegatmen“. Wer eine gute Atemtechnik hat, der tut seinem Körper und seiner Seele etwas Gutes.

Sänger (und kluge Instrumentalisten) wissen, wie sie die Atmung richtig trainieren und einsetzen: beim Singen aufstehen, tief in den Bauch atmen und die Töne entspannt auf der Atemlinie fließen lassen. Eine einfache Übung: entspannt hinstellen, Schultern locker lassen. Langsam bis fünf zählen und dabei ruhig durch die Nase einatmen, kurz innehalten, langsam bis sieben zählen und dabei durch den Mund ausatmen. Einige Male wiederholen.

Die Struktur einer solchen sanft geführten, tiefen und beruhigenden Atmung

ist übrigens vielen Gebeten, Gesängen und Mantrien aus allen Kulturen immanent. Alte Völker wussten die Kraft des Atems zu schätzen, und wir wären gut beraten, es ihnen nachzutun.

Das Singen ist eine der natürlichsten Arten der geführten Atmung, darum ist es so gesund. Die muskulären Prozesse, die dabei in Gang gesetzt werden, kräftigen Lunge, Zwerchfell und Kehlkopf, die Schwingungen haben einen positiven Effekt auf die Atemwege und den ganzen Körper. Wer erlebt, wie in Chören viele Menschen mit ganz unterschiedlichen Temperamenten „auf einem Atem“ singen, bekommt zudem eine ordentliche Ladung Energie mit. Richtig Atmen schenkt Kraft, und so heißt es auch in der Bibel: „Gott blies Adam seinen Lebensatem in die Nase“. Wir alle haben das Wunder der Atmung vom ersten Schrei an geschenkt bekommen und sollten nicht vergessen, es uns wieder bewusst zu machen.

Nicht selten hört man als Chorleiter „Ich war eigentlich müde und hatte keine Lust auf die Probe, aber jetzt bin ich wieder richtig fit!“. Ja, so ist es – gut atmen macht gesund. Singen erst recht. In diesem Sinne frei nach Augustinus: Bis spirat, qui cantat – doppelt atmet, wer singt!

Wer sich für das Thema interessiert, dem sei ein neues Buch ans Herz (bzw. ans Zwerchfell) gelegt: James Nestor, *„Breath – Atem. Neues Wissen über die vergessene Kunst des Atmens“*

Susanne Hochhäusler





Pfarramt

Carmen Winkler, Barbara Martiny
 Rathausstr. 8 82194 Gröbenzell
 Telefon: 08142 / 57 03 13
 e-mail: pfarramt.groebenzell@elkb.de

Montag und Freitag 10 – 12 Uhr
 Mittwoch und Donnerstag 16 – 18 Uhr

Pfrin. Susanne Kießling-Prinz

Rathausstr. 8 82194 Gröbenzell
 Telefon (Büro): 08142 / 50 19 55
 Telefon (privat): 08142 / 57 03 15
 e-mail: susanne.kiessling-prinz@elkb.de
 Sprechzeit: nach Vereinbarung

Pfrin. Christine Drini

Albert-Meyer-Str. 4b 82194 Gröbenzell
 Telefon: 08142 / 50 19 56
 e-mail: christine.drini@elkb.de
 Sprechzeit: nach Vereinbarung

Vikarin Angelika Bischoff

Strahlenfelserstr. 11 81243 München
 Telefon: 0176 50 400 906
 e-mail: angelika.bischoff@elkb.de

Kirchenvorstand

Ulrike Scholz-Dostal (Vertrauensfrau)
 Telefon: 08142 / 65 10 00
 e-mail: ulrike.scholz-dostal@elkb.de
 Lilo Nitz (stellvertretende Vertrauensfrau)
 Telefon: 08142 / 59 72 90
 e-mail: lilo.nitz@outlook.de

Kirchenmusikerin

Susanne Hochhäusler
 Wotanstr. 48 80639 München
 Telefon: 089 / 17 59 45
 e-mail: susanne.hochhaeusler@elkb.de

Kindergarten 'Arche Noah'

Bernhard-Rößner-Str.10 82194 Gröbenzell
 Leitung: Martina Moll
 Telefon: 08142 / 57 00 22
 e-mail: kita.archenoah.groebenzell@elkb.de

Zachäuskindergarten

Rathausstr. 2 82194 Gröbenzell
 Leitung: René Düval
 Telefon: 08142 / 74 47
 e-mail: kita.zachaeus.groebenzell@elkb.de

Ökumenischer Sozialdienst

Rathausstr. 5 82194 Gröbenzell
 Telefon: 08142 / 59 39 60

Zachäuskonto

bei der Sparkasse Fürstenfeldbruck
 Konto-Nr. 393 08 31 BLZ 700 530 70
 IBAN: DE 45 7005 3070 0003 9308 31

Internet

www.zachaeuskirche.de

Aktuelle Informationen und Anmeldung
 für Ihren individuellen E-Mail-Newsletter!

Impressum

Herausgeber: Evangelisch-Lutherische
 Zachäusgemeinde Gröbenzell
 Redaktion: S. Kießling-Prinz (verantw.)
 Christine Drini, Siglinde Haberl,
 Michaela Friedrich, Eva Hassa
 Layout: Ralph Zenk
 Druck: Offset Friedrich GmbH,
 Ubstadt-Weiher
 Auflage: 2550



Kirchenmusik

Informationen bei Susanne Hochhäusler,
089/17 59 45 oder susanne.hochhaeusler@elkb.de

Kirchenchor

Proben montags 20⁰⁰ – 21³⁰ im GH

Projektchor

Proben nach Vereinbarung

Kinderchor "ZACKIs"

Proben für Kinder ab 5 Jahren freitags 15³⁰ – 16¹⁵ im GH

Chor Voice of Choice

Proben sonntags 17⁴⁵ – 20⁰⁰ im GH – Info: Christian Bühn 0174 / 20 75 641

Familien, Kinder und Jugend

Familiengottesdienste, Kinderbibeltage

Info: Pfrin. Christine Drini, 50 19 56; Ulrike Scholz-Dostal, 65 10 00

Jugend

Info: Sarah Ertl, 44 10 686

Jugendgruppe

dienstags 18⁰⁰ im Jugendraum des GH

Info: Philina Dostal, 65 10 00 und Clara Zeithammel, 669 38 71

Zeltlager

Info: Norman Kolodzie, 71 53 22

Eltern-Kind-Spielgruppen

Info: Daniela Löbel, 65 08 00

E-Mail: groebenzeller.spielgruppen@gmail.com

Senioren

Seniorenclub

2., 3. und 4. Dienstag im Monat 14⁰⁰ – 16⁰⁰ im GH – Info: Bärbel Heeschen, 58 08 677

Seniorentreff *für Menschen ab 60*

1. Montag im Monat 14³⁰ im GH, Kostenbeitr. 2 EUR – Info: Lilo Nitz, 59 72 90

Seniorengruppen

Kultur und Reisen – Info: Dr. Reinhard Paesler, 78 62

Wandern – Info: Fritz Forderer, 5 24 77

Spielegruppe für Senioren

Letzter Montag im Monat 15⁰⁰ – 17⁰⁰ im GH – Info: Ingeborg Stöcker, 75 52

Altenheim-Gottesdienst-Team

Info: Katharina von der Thüsen-Borries, 50 961

Besuchsdienst-Team

Info: Christine Jergens, 59 70 02



Offene Treffs

Treffpunkt-Café

freitags (außer Ferien) von 9⁰⁰ – 12⁰⁰ im GH – Info: Annelie Aumeier, 529 75

Kirchencafé

2. und 4. Sonntag nach dem Gottesdienst im GH – Info: Agneta Beckert, 462 60 89

Glaube und Religion

Bibelgesprächskreise

Es bestehen mehrere Hauskreise, die sich jeweils 14-tägig treffen.

Info: Gerd Heidenstecker, 5 17 29 / Michael Deutrich, 418 82 35

Offener Gebetstreff

Letzter Sonntag im Monat 18³⁰ – 19⁰⁰ in der Kirche – Info: M. Deutrich, 418 82 35

Gebet für Verfolgte

2. Mittwoch im Monat 17⁰⁰ in der Zachäuskirche

Info: Heinrich Wunram, 59 77 24 / Annebärbel Laßmann, 655 07 33

Offener ökumenischer Gesprächskreis

Info: Dieter Schwalenberg, 669 03 55

Ökumenischer Arbeitskreis

Info: Matthias Wjst

"Sitzen in der Stille"

donnerstags 19⁰⁰ – 20⁰⁰ im GH (Spielgruppenraum), Info: Ingrid Buhrow, 82 97

Zachäus im Gespräch

Arbeitskreis Zachäus im Gespräch

Info: Dr. Reinhard Paesler, 78 62, reinhard.paesler@gmx.de

Michael Deutrich, 41 88 235, Michael-Deutrich@t-online.de

Lesekreis

jeden 1. Freitag im Monat 10⁰⁰ – 11⁰⁰ im GH – Info: Christa Rosemann, 524 89

Partnerschaften und Eine Welt

Arbeitskreis Tansania

1. Freitag im Monat (außer Ferien) 10⁰⁰ – 11³⁰ im GH (Jugendraum)

Info: Christi-Anne Scholle, 99 02

Arbeitskreis Asyl

Info: Eva-Maria Heerde-Hinojosa, 518 59

Ballwitz-Kreis

Info: Heribert Peuckert, 87 18

Freundeskreis Matema

Info: Günther und Agnes Fürch, 84 68

In unseren Räumen findet außerdem statt:

Anonyme Alkoholiker

dienstags 19³⁰ – 22⁰⁰ im Jugendraum des GH



September 2021

| | | | |
|--|--|--|---|
| Sonntag 05.09.2021 (14. So. n. Trinitatis) | 10 <u>00</u> | Gottesdienst mit Abendmahl | <i>Pfrin. Drini</i> |
| Sonntag 12.09.2021 (15. So. n. Trinitatis) | 10 <u>00</u> | Gottesdienst | <i>Pfrin. Kießling-Prinz</i> |
| Mittwoch 15.09.2021 | 10 <u>30</u> | Gottesdienst im Altenheim | <i>Pfrin. Kießling-Prinz</i> |
| Sonntag 19.09.2021 (16. So. n. Trinitatis) | 10 <u>00</u> 19 <u>00</u> | Gottesdienst Ökumenisches Abendlob in St. Johann Baptist | <i>Pfrin. Drini</i> <i>Pfrin. Drini</i> |
| Sonntag 26.09.2021 (17. So. n. Trinitatis) | 10 <u>00</u> 18 <u>30</u> 19 <u>00</u> | Ökumenischer Gottesdienst 50 Jahre Sozialdienst Offener Gebetstreff Ökumenisches Abendlob in St. Johann Baptist | <i>Pfrin. Kießling-Prinz & Diakon Wittal</i> <i>Team</i> |

Oktober 2021

| | | | |
|--|------------------------------|--|---|
| Sonntag 03.10.2021 (Erntedank) | 10 <u>00</u> 19 <u>00</u> | Gottesdienst für Jung & Alt mit Abendmahl Ökumenisches Abendlob in St. Johann Baptist | <i>Pfrin. Kießling-Prinz & Team</i> |
| Freitag 08.10.2021 | 18 <u>00</u> | Gottesdienst zur Vorbereitung für die Konfirmation mit Abendmahl Gottesdienst nur für Konfirmanden | <i>Pfrin. Drini</i> |
| Samstag 09.10.2021 | 10 <u>00</u> 15 <u>00</u> | Konfirmation I Konfirmation 2 | <i>Pfrin. Drini</i> <i>Pfrin. Drini</i> |
| Sonntag 10.10.2021 (19. So. n. Trinitatis) | 14 <u>00</u> 19 <u>00</u> | Konfirmation 3 Ökum. Abendlob in St. Johann Baptist | <i>Pfrin. Drini</i> <i>Pfrin. Kießling-Prinz</i> |
| Sonntag 17.10.2021 (20. So. n. Trinitatis) | 10 <u>00</u> 19 <u>00</u> | Der "ETWAS ANDERE" Gottesdienst Ökumenisches Abendlob in St. Johann Baptist | <i>Vikarin A. Bischoff & Team</i> |
| Mittwoch 20.10.2021 | 10 <u>30</u> | Gottesdienst im Altenheim | <i>Pfrin. Drini</i> |
| Sonntag 24.10.2021 (21. So. n. Trinitatis) | 10 <u>00</u> 19 <u>00</u> | Gottesdienst Ökumenisches Abendlob in St. Johann Baptist | <i>Pfrin. Kießling-Prinz</i> |
| Sonntag 31.10.2021 (Reformationstag) | 10 <u>00</u> 18 <u>30</u> | Gottesdienst Offener Gebetstreff | <i>Pfrin. Drini</i> <i>Team</i> |



November 2021

| | | | |
|--|------------------|--|-----------------------------------|
| Sonntag 07.11.2021 (Dritt. So. d. Kj.) | 10 ⁰⁰ | Gottesdienst mit Abendmahl | <i>Dekan i.R. Helmut Ruhwandl</i> |
| Samstag 13.11.2021 | 18 ⁰⁰ | Ökumenischer Gottesdienst zum Volkstrauertag in St. Johann Baptist | <i>Pfrin. Drini</i> |
| Sonntag 14.11.2021 (Vorl. So. d. Kj.) | 10 ⁰⁰ | Laternengottesdienst Gottesdienst für Jung & Alt | <i>Pfrin. Drini & Team</i> |
| | 19 ⁰⁰ | Ökumenisches Abendlob in St. Johann Baptist | <i>Pfrin. Drini</i> |
| Mittwoch 17.11.2021 (Buß- und Betttag) | 10 ³⁰ | Gottesdienst im Altenheim | <i>Pfrin. Kießling-Prinz</i> |
| | 19 ⁰⁰ | Gottesdienst mit Abendmahl und Beichte | <i>Pfrin. Kießling-Prinz</i> |
| Sonntag 21.11.2021 (Ewigkeitssonntag) | 10 ⁰⁰ | Gottesdienst mit Gedenken an die Verstorbenen | <i>Vikarin Angelika Bischoff</i> |
| | 19 ⁰⁰ | Ökumenisches Abendlob in St. Johann Baptist | |
| Sonntag 28.11.2021 (1. Advent) | 10 ⁰⁰ | Der "ETWAS ANDERE" Gottesdienst | <i>Pfrin. Drini & Team</i> |
| | 17 ⁰⁰ | Ökumenisches Abendlob Taize-Gebet in St. Johann Baptist | |
| | 18 ³⁰ | Offener Gebetstreff | <i>Team</i> |





September 2021

Mi. 01.09. 07⁰⁰ **Fahrt der Wandergruppe zur Insel Mainau mit Fahrt über den Bodensee**
 Alte Schule Gröbenzell
 Anmeldung: Günter Strohmeyer

Mo. 06.09. 14³⁰ **Seniorentreff**
 Evang. Gemeindehaus
 Martin Luther King: Leben und Werk
 Referent: Dr. Alois Prinz

Mo. 13.09. 08⁴⁵ **Seniorenwandergruppe**
 S-Bahn Gröbenz.
 Wanderung rund um Fürstenfeldbruck
 Information: Fritz Forderer, Tel. 08142/52477

Oktober 2021

Mo. 04.10. 14³⁰ **Seniorentreff**
 Evang. Gemeindehaus
 Kolumbien – von Bogotá in die Karibik – ein Reisebericht–
 Referent: Dieter Messerle

Do. 14.10. 09¹⁵ **Seniorenwandergruppe**
 S-Bahn Gröbenz.
 Wanderung im Wald von Eichenau
 Information: Fritz Forderer, Tel. 08142/52477

November 2021

Fr. 05.11. 08⁴⁵ **Seniorenwandergruppe**
 S-Bahn Gröbenz.
 Wanderung von Moosach nach Nymphenburg
 Information: Anne Akkam, Tel. 08142/52732
 und Margret Riedel, Tel. 08142/9194

Mo. 08.11. 14³⁰ **Seniorentreff**
 Evang. Gemeindehaus
 Dietrich Bonhoeffer:
 Widerstandskämpfer, Theologe, Ikone oder Mensch wie wir?
 Referent: Dr. Alois Prinz

Do. 11.11. 20⁰⁰ **Zachäus im Gespräch: "Vergiss nicht deine Flügel"**
 Bürgerhaus
 Impulse, die dir helfen, mitten in der Krise
 über dich hinauszuwachsen.
 Vortrag mit musikalischer Begleitung mit Andi Weiss
 (siehe Seite 22)

Mi. 17.11. **Ökumenischer Kinderbibeltag für Grundschul Kinder**
 Kath. + Evang. Gemeindehaus
 Thema: Paulus
 Zwei Gruppen, eine vormittags von 8:30 bis 11:30 Uhr
 und eine nachmittags von 12:30 bis 15:30 Uhr
 (siehe Seite 21)



50 Jahre Oekumenischer Sozialdienst Gröbenzell e.V.

Der Verein wurde am 29.09.1971 von Vertretern der katholischen und der evangelischen Kirchengemeinde zusammen mit engagierten Bürger*innen gegründet. Nach kürzester Zeit hatte der Verein bereits 200 Mitglieder, heute sind es knapp 1000 Mitglieder.



Das Emblem – die Sozialdienst-Rosette (entworfen von dem Grafiker Dörfler) – sollte die ersten Hilfsangebote von allen Seiten symbolisieren, wie z.B. Kinderpark, Krankenpflege, Familienhilfe, Altenhilfe, Fahrdienste und Sozialberatung.

Nach und nach kamen Besuchsdienste verbunden mit der ersten Weihnachtsaktion für Bedürftige, der Treffpunkt für alleinerziehende Mütter und Väter, Babysitting, Ehe- und Lebensberatung, die Vermittlung von Kleidung, Möbeln und Hausrat und der Gesprächskreis Eltern behinderter Kinder dazu. Im April 1979 lieferte Essen auf Rädern die ersten Mahlzeiten aus. Es gab therapeutische Hilfe für psychisch Kranke und Gefährdete, Kurse für häusliche Krankenpflege sowie einen Gesprächskreis für pflegende Angehörige.

Das wachsende Angebot brachte auch räumliche Veränderungen mit sich. Nachdem das erste Büro der Leiterin der Geschäftsstelle in ihrer Privatwohnung war, gab es weitere Stationen im Rathaus, in den Containern neben dem Rathaus, zehn Jahre im alten Postgebäude und endlich im Herbst 1998 der Umzug in das neu errichtete Begegnungs- und Sozialzentrum in der Rathausstraße 5.

Der Wechsel ermöglichte neue Angebote in der Begegnungsstätte, wie z.B. Kurse der Bildungsträger, Mittagstisch, Spielenachmittage, Bridge-Abende, die PC-Runde Senioren 50 plus und weitere Angebote, die den Alltag der Senior*innen erleichtern und gestalten. Die Tagespflege und Kleiderkammer wurden eingerichtet und im Laufe der folgenden Jahre kamen das „Betreute Wohnen zu Hause“, 2010 das „Betreute Wohnen am Gröbenbach“, Hilfen im Alter, „Gemeinsam statt einsam“, die Sport- und Gesundheitskurse für Senior*innen und zuletzt der Familienstützpunkt dazu.

Damit wurde das Angebot des Hauses immer wieder den Anforderungen bzw. Bedürfnissen der Bürger*innen angepasst. Das große Engagement vieler Ehrenamtlicher und der Mitarbeiter*innen, des Vorstandes und Aufsichtsrats hat den Sozialdienst zu dem gemacht, was er heute ist: eine Anlaufstelle für Menschen in allen Lebenssituationen. Mittlerweile hat der Sozialdienst mehr als 100 festangestellte und ehrenamtliche Mitarbeiter*innen.

Herzliche Einladung zum
Ökumenischen Gottesdienst „50 Jahre Oekumenischer Sozialdienst“
 am Sonntag, 26. September um 10 Uhr in St. Johann Baptist
 mit anschließendem Empfang



Leider kein Aufatmen beim Kirchenumbau



Dass Baukosten steigen, damit rechnet man. Doch dass bei den Voruntersuchungen für den geplanten Kirchenumbau so viel Überraschendes ans Licht kommen würde, damit hatten wir nicht gerechnet.

Von dem sich bereits von den Spanten im Dachgestühl lösenden **Holzgewölbe** über **Asbestfunde** in der Sakristei bis zu einer maroden **Elektrik**, die völlig ausgetauscht werden muss – der Renovierungsbedarf unserer inzwischen 65 Jahren alten Zachäuskirche ist deutlich höher als erwartet. Und damit auch die Kosten.

Schweren Herzens wurden mit Hilfe des Architekturbüros alle geplanten Umbauschritte gestrichen, die für die Umsetzung des Gesamtkonzepts nicht unbedingt notwendig sind. Um danach festzustellen, dass der Finanzierungsrahmen in Höhe von 950.000 EUR, den der Kirchenvorstand am Anfang gesetzt hat, noch immer bei weitem überschritten wird.

Das heißt, unser Spendenbarometer am Kirchturm, das am Pfingstsonntag enthüllt wurde, müsste inzwischen um eine zweite Röhre ergänzt und natürlich auch gefüllt werden, um das gesamte Projekt nicht in Frage zu stellen.

Der Kirchenvorstand ist sehr zuversichtlich, dass wir das mit der Hilfe aller schaffen werden, denen unsere Zachäuskirche am Herzen liegt. Wenn wir unsere Kirche auch weiterhin nutzen und an unserem Projekt einer für alle einladenden Kirche festhalten wollen, können wir gar nicht anders, als die Renovierungsarbeiten jetzt anzugehen.

Bitte helfen Sie uns mit einer großzügigen Spende.

Geplant: Gemeindeversammlung am 14.11.2021, 11:45 Uhr

Thema: „Renovierung und Umgestaltung der Zachäuskirche“

Wir hoffen sehr, die schon lange geplante, corona-bedingt aber immer wieder verschobene Gemeindeversammlung am Sonntag, 14. November im Anschluss an den Gottesdienst nun endlich durchführen zu können.

Nach dem Bericht des Kirchenvorstands über seine Arbeit soll über den Stand der Renovierungs- und Umbauarbeiten der Zachäuskirche informiert und das Ergebnis des Künstlerwettbewerbs zu den neuen Prinzipalia vorgestellt werden.

Weitere Informationen über Ablauf und Ort der Veranstaltung finden sich ab Mitte Oktober auf unsere Homepage.



Mögen sich die Wege vor deinen Füßen ebnen!

Leider hieß es im Gottesdienst am 18. Juli Abschied nehmen von **Siglinde Haberl**, die im September gemeinsam mit ihrem Mann Gröbenzell verlassen und nach Bad Füssing ziehen wird.

Über viele Jahre hat sich Siglinde Haberl ehrenamtlich in der Zachäusgemeinde engagiert. Im Oktober 2018 wurde sie dann auch in den Kirchenvorstand gewählt und übernahm darin viele Aufgaben – als Beauftragte für Seniorenarbeit und Diakonie, als Mitglied des Öffentlichkeits- und Finanzausschusses, des Arbeitskreises Ökumene und des Gemeindebrief-Redaktions-Teams. Daneben hat sie auch im Projektchor gesungen und unser Willkommens-Team unterstützt.



Nur schweren Herzens lassen wir Siglinde Haberl ziehen und danken ihr ganz herzlich für ihr großes Engagement und ihr Wirken, das viele Spuren in der Gemeinde hinterlässt.

Mit den Worten des Liedes, das sie für ihre Verabschiedung ausgewählt hat, wünschen wir dem Ehepaar Haberl alles Gute und Gottes Segen in der neuen Heimat: **Und bis wir uns wiedersehen, möge Gott seine schützende Hand über euch halten!**

Die Nachfolge von Siglinde Haberl als stimmberechtigtes Mitglied des Kirchenvorstands wird **Torsten Röser** antreten. Ihm wünschen wir alles Gute und Gottes Segen für seine neue Aufgabe.

Ehrenamt – etwas bewegen und mitgestalten

Vielleicht haben ja auch Sie Lust, sich ehrenamtlich in der Zachäusgemeinde zu engagieren und Ihre Gaben und Talente einzubringen.

Das Team, das den **Seniorenclub** leitet, freut sich über weitere Mitglieder ebenso wie das **Gemeindebrief-Redaktions-Team**, die **Chöre** unserer Gemeinde oder das Team, das die **Gottesdienste für Kleinkinder** vorbereiten wird...

Wir freuen uns auch über neue Ideen, das Gemeindeleben mitzugestalten, und sind offen für jeden Vorschlag. Bitte wenden Sie sich an das Pfarramt oder an eine der beiden Pfarrerrinnen. Sie und Ihre Ideen sind herzlich willkommen!



Unser FSJ-ler Davis Siegel verabschiedet sich

Meinen letzten Artikel für den Gemeindebrief möchte ich mit einem einfachen Wort beginnen: **Danke!**

Danke für diese schöne Zeit, in der ich das erste Mal in die Arbeitswelt eintauchen konnte, mich selbst weiterentwickeln konnte, viele neue Dinge gelernt habe und viele tolle neue Leute kennenlernen durfte. Ich möchte allen danken, die mich hier mit offenen Armen empfangen und mich integriert haben: allen Hauptamtlichen sowie Ehrenamtlichen, die sich engagieren, und an dieser Stelle besonders Christine Drini, meiner Praxisanleiterin.

Anfangs war doch einiges neu für mich wie die vielen Planungstreffen. Die größte Herausforderung aber war für mich die Umstellung auf digitale Kommunikation in der Corona-Zeit. Ich musste mich in Zoom, Padlet und Actionbound einarbeiten. Und dann hat der Corona-Ausnahmestand doch sehr viel länger gedauert, als wir gedacht hatten – keine schöne Erfahrung für jemanden, der gern im direkten Kontakt mit Menschen steht. Zum Ende hin haben wir dann aber vieles mit den Jugendlichen im Freien gemacht und so kam ich doch noch auf meine Kosten, habe zuletzt sogar noch eine Jugendgruppe gegründet. So hatte ich zum Ende hin das Gefühl, richtig gut eingearbeitet und im Team dabei zu sein. Weitergeholfen haben mir in diesem Jahr vor allem auch die Seminare der Evang. Jugend München. Und den Jugendraumumbau habe ich auch nach meinen Kräften unterstützt: Wände abgeschmirgelt, Küchenteile zusammengebaut und Bänke abgeschliffen.

Eigentlich schade, dass ich genau jetzt gehen muss – jetzt wo wieder Jugendgruppen, Konfitreffen und Seminare in Präsenz stattfinden können. Doch bekanntlich soll man dann aufhören, wenn es am schönsten ist. Glücklicherweise sagt man aber genauso, man sieht sich immer zweimal im Leben. Ich bin mir also sicher, dass das kein endgültiger Abschied sein wird. Ob im Konficamp, auf Konfipartys oder Gemeindefesten – dort sehen wir uns bestimmt mal wieder.

Für mich geht es jetzt allerdings erstmal weiter mit dem Studium. Vor ein paar Tagen habe ich mich an Hochschulen in München für Soziale Arbeit beworben. Ohne das FSJ hier hätte ich sicher auch nicht gewusst, dass ich später in diesem Bereich arbeiten möchte. Deshalb kann ich jedem im passenden Alter nur raten: **MACH EIN FSJ, ES IST SEHR GUT!**

Und allen, die für unser FSJ spenden: Bitte unterstützt uns weiter, damit noch viele Jugendliche diese Chance bekommen!

Euer Davis



Radltour mit den Konfis



Taschen batiken auf dem Konfitag

Lieber Davis,

schön, dass du ein Jahr lang unsere Gemeinde bereichert hast! Es war kein einfaches Jahr – viel von Corona geprägt und den ewigen Zoom-Sitzungen. Es fehlte viel von dem, was Jugendarbeit eigentlich ausmacht. Für mich war es schön zu erfahren, dass wir trotzdem zusammengehalten haben und jetzt am Schluss vieles nachgeholt haben, was zu Corona-Zeiten nicht ging: Radltour, Konfitage, Jugendgottesdienste und Lagerfeuer mit Stockbrot im Freien. Danke für deinen Einsatz und dein Engagement!

Wir wünschen dir von der Zachäusgemeinde alles Gute für deinen weiteren Lebensweg und freuen uns immer, wenn du uns mal besuchst!

Christine Drini



Bewegung nach dem Lockdown



Seminare der Eoang. Jugend München gehören dazu



Jugend startet neu durch

Im Juni haben sich die Jugendleiter getroffen, um zu überlegen, wie es am Ende der Corona-Zeit weitergehen kann. Manch einer hat sich in der Corona-Zeit eingegelt und war auch nicht unglücklich, weniger Termine zu haben. Aber jetzt wird die Zeit doch lang. Am größten ist die Sehnsucht nach Zusammensein, nach Freizeiten, auf die man fahren kann und auf Partys.

Wir haben viele der Aktivitäten mit den Konfis nach draußen auf die Wiese am Klosterweg verlegt. Wir haben den Ökumenischen Jugendgottesdienst auf dem Rasen gefeiert, Lagerfeuer und Stockbrot gemacht und ausgiebig Spiele und Fußball gespielt. Bewegung war dringend nötig. Und wir haben mit einem der zwei gerade parallel laufenden Kurse eine Radltour nach Schöngeising gemacht mit Picknick und Bad in der Amper.



Im Herbst werden wir uns wieder etwas einschränken müssen, wenn wir drinnen weitermachen müssen. Aber wir hoffen, die Konfirmationen am 9. und 10. Oktober wie geplant mit Familienfest auch durchführen zu können.

Und: Der **Jugendraum** ist fast fertig! Die Küche ist eingebaut, Max Stadelmann hat uns Sitzbänke gezimmert und die Beleuchtung wird gerade gekauft. Wir hoffen, im Herbst Einweihungsparty feiern zu können! Dann wird es auch wieder die Jugendgruppe geben.

Herzliche Einladung zur **Jugendgruppe jeden Dienstag um 18 Uhr!**

Spiele, Musik, Abhängen, Ausflüge – und auf was du Bock hast.
Komm vorbei! Anmeldung nicht nötig.

Und Achtung an alle, die Jugendleiter werden wollen.

Der **Trainee-Kurs** für die letzten zwei Konfijahrgänge und alle, die Lust haben, beginnt am **22. Oktober um 18.30 Uhr** mit einem Schnupperabend.

Schau dir an, um was es da geht, wer alles dabei ist und mach mit!
Einfach vorbeikommen!

Kinder, Kinder ...

War das ein Jahr! Wegen Corona wurden viele Taufen verschoben. Und sonst laden wir die Getauften nach einem und nach 5 Jahren wieder zu einem Taferinnerungsgottesdienst ein. Leider war es dieses Jahr wegen Corona zu gefährlich, darum haben wir Taferinnerungstüten gepackt. Darin konnten die Kinder eine Geschichte zur Taufe, eine kleine Taferinnerungsfeier, Wasser und ein kleines Büchlein zur Kirche oder einen Waschlappen finden. Allen Kindern (nicht nur den Getauften) haben wir auch zu Pfingsten eine Tüte gepackt, mit der Pfingstgeschichte, einer Frisbee und Ideen zum Gestalten.

Und wir hoffen, dass wir im Herbst alle Familien einmal einladen können zu Minigottesdienst und lustigem Beisammensein. Für die Größeren gibt es den

Ökumenischen Kinderbibeltag: Paulus

Letztes Jahr musste er ausfallen – dieses Jahr versuchen wir es nochmal – in zwei Gruppen und mit aller Vorsicht:

Der Ökumenische Kinderbibeltag findet am **17. November 2021** im katholischen und evangelischen Gemeindehaus statt.

Alle Grundschul Kinder sind herzlich eingeladen!

Wir werden Agent Cleverus begleiten und erleben, wie Saulus sich zum Paulus wandelt, wie er Schiffbruch erleidet und andere Abenteuer. Es gibt Spiele, wir singen Lieder mit Papa Lu, wir basteln einen Leporello und feiern eine Andacht in der Kirche.

Da wir mit den geltenden Hygieneregeln nicht so viele Kinder auf einmal betreuen können, teilen wir uns in **zwei Gruppen** auf:

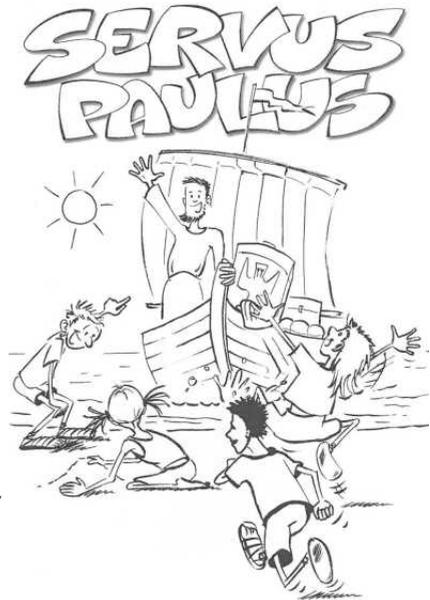
eine **vormittags von 8:30 bis 11:30 Uhr** und eine **nachmittags von 12:30 bis 15:30 Uhr**.

Start und Ende ist in der Kirche St. Johann Baptist – da ist genug Platz für alle.

Anmeldung im katholischen Pfarramt erbeten. Der Unkostenbeitrag von 4 EUR (Geschwisterkinder 3 EUR) wird am Tag selbst eingesammelt.

Leider können wir coronabedingt in diesem Jahr kein Mittagessen anbieten. Bitte selbst eine Brotzeit und etwas zu Trinken mitbringen sowie eine warme Jacke (für Spiele draußen), Schere, Buntstifte und Kleber.

Wir freuen uns auf euch!





"Vergiss nicht deine Flügel"

Impulse, die dir helfen, mitten in der Krise über dich hinauszuwachsen.

Vortrag mit musikalischer Begleitung mit Andi Weiss

11.11.2021, 20 Uhr im Bürgerhaus Gröbenzell



Der Songpoet, Logotherapeut und evangelische Diakon Andi Weiss wird einerseits auf die Frage eingehen, wie man mit Krisen im Leben umgehen kann bzw. wie man Leben und Krisen gestalten kann. Und natürlich gibt es von ihm auch reichlich Musik aus seinem neuen Album. Seine Lieder, gewürzt mit Texten und Geschichten, regen zum Nachdenken, Schmunzeln, Weinen und Träumen an.

Statt eines Eintrittsgeldes bittet Andi Weiss um Spenden für ein von ihm unterstütztes Projekt, mit dem von Armut bedrohte Frauen in Indien zu Gesundheitsberaterinnen ausgebildet werden. So können sie anderen Menschen helfen und auch selbst einen Zuverdienst erzielen. Alle Spenden an diesem Abend kommen diesem Projekt zugute.

Bitte informieren Sie sich zeitnah über unsere Homepage, ob aufgrund von Corona-Einschränkungen eine Anmeldung nötig ist.

Ballwitz

Leider können wir unsere Geschwister in Ballwitz (Mecklenburg-Vorpommern) auch dieses Jahr wegen der Corona-Situation noch nicht besuchen. Dabei ist es überfällig, dass wir uns einmal wiedersehen! Wir hoffen auf nächstes Jahr – dann können wir uns hoffentlich wieder in den Norden aufmachen.

AK Ökumene

Wir danken der katholischen Schwestergemeinde St. Johann Baptist, dass sie uns in Pandemiezeiten immer wieder die Kirche und die Wiese am Klosterweg zur Verfügung gestellt hat. Wir planen, uns in der Kinder- und Jugendarbeit noch enger zu vernetzen.

Und wir wollen uns mit der Charta Oecumenica auseinandersetzen. Darin heißt es: „Als Konferenz Europäischer Kirchen und als Rat der Europäischen Bischofskonferenzen sind wir (...) fest entschlossen, die unter uns gewachsene Gemeinschaft zu bewahren und fortzuentwickeln. (...) Wir verpflichten uns, in der Kraft des Heiligen Geistes auf die sichtbare Einheit der Kirche Jesu Christi in dem einen Glauben hinzuwirken, die ihren Ausdruck in der gegenseitig anerkannten Taufe und in der eucharistischen Gemeinschaft findet sowie im gemeinsamen Zeugnis und Dienst.“ Deutlicher kann man es nicht ausdrücken ...



Taufe



Trauung



Beerdigung

Neue Proben der ZACKIs

Hallo Kinder!

Ihr singt gerne und seid zwischen 5 und 12 Jahren alt?
Alles klar, dann seid ihr ein Fall für die ZACKIs!

Egal, ob katholisch, evangelisch, oder, oder...

Wir singen zusammen neue und bekannte Lieder,
lernen die eigene Stimme besser kennen,
treten als Sänger oder Schauspieler auf
und haben viel Spaß miteinander.
Kommt vorbei und singt mit!



Vielleicht können wir dieses Jahr auch wieder
ein Krippenspiel an Weihnachten aufführen... das wär's doch!

**Neue ZACKI-Proben ab 01. Oktober 2021:
freitags von 15:30 – 16:15 Uhr (außer in den Ferien)**

Anmeldung bei Kirchenmusikerin Susanne Hochhäusler:
Susanne.Hochhaeusler@elkb.de



Mein Atem geht –
Was will er sagen?
Vielleicht: Schau! Hör! Riech! Schmeck! Greif! Lebe!
Vielleicht: Gott atmet in dir mehr als Du selbst
und auch in allen Menschen, Tieren, Pflanzen atmet Er
wie in dir.
Und so: Freude den Sinnen!
Lust den Geschöpfen!
Friede den Seelen!

Kurt Marti