

# SeelsorgeEinheit Gäbris



Pauluspfarrei **Speicher Trogen Wald**  
Pfarrei **Teufen Bühler Stein**  
Pfarrei St. Michael **Gais**

Ausgabe 03/2022

## Aktuell



**Sonntag, 9. Juli, bis Freitag, 21. Juli Sola**

«Die Jublascharen Rotbach und Speicher-Trogen organisieren wie gewohnt gemeinsam das Pfarreilager der SeelsorgeEinheit Gäbris. Unter dem Motto «Minions» verbringen alle interessierten Kinder und Jugendlichen unvergessliche Ferientage in Les Bayards NE.

Zum Motto:

Gru, einer der kreativsten Verbrecher unserer Zeit, wird trotz seiner Anstrengungen nicht in die Schurkenliga aufgenommen. Oder besser gesagt, die Aufnahme erfolgt nur unter einer Bedingung: Er muss ein Weltwunder klauen und sich somit für die Schurkenliga qualifizieren. Die Minions bieten Gru an, ihm beim Stehlen des Weltwunders zu helfen, jedoch ist unsere Minions-Truppe noch etwas zu klein und wir brauchen die Unterstützung von weiteren Minions. Also auf was wartest du noch? Komm ins Sola und sei ein Teil unserer Mission!»



Anmeldung und weitere Infos findest du unter diesem QR-Code. Einfach scannen und mit dabei sein. Wir freuen uns auf dich!

## Der März ist in diesem Jahr ...



### ... von der Fastenzeit geprägt.

Für viele ist das Thema Fasten und Verzicht nicht in erster Linie positiv. Doch Fasten hat heilende Kräfte. Wer sich aufs Fasten einlassen kann, nimmt sich auch Zeit, innerlich wieder in Ordnung zu kommen. Eine Zeit, in der alles, was uns trübt, wieder geklärt werden kann. In diese Zeit fällt ja auch der Frühjahrsputz. Der Ursprung des Frühjahrsputzes liegt in der Zeit der Kohle- und Holzöfen. Die wärmer werdenden Temperaturen des kommenden Frühlings wurden genutzt, um ordentlich alles zu reinigen. Russ, Asche und Staub wurden entfernt und alles wurde gereinigt. Am Aschermittwoch beginnt die 40-tägige Fastenzeit. Sie dauert bis Karsamstag, umfasst also 46 Kalendertage – die 6 Sonntage sind vom Fasten ausgenommen, da wir Christen an jedem Sonntag – also auch in der Fastenzeit – die Auferstehung Christi feiern; es bleiben also genau 40 Fastentage.

Ursprünglich geht das christliche Fasten auf die 40 Tage zurück, die Jesus in der Wüste mit Fasten erlebt hat. Auch das Alte Testament kennt Fastenzeiten: König David fastete, als ein Sohn sehr krank wurde. Fasten ist in allen Kulturen, Religionen und auch bei Naturvölkern verbreitet. So sollen im Altertum schon die Ägypter und Griechen gefastet haben.

Das richtige Mass zu halten, fällt uns heute schwer. Und doch geht es bei allem um das richtige Mass. Auch im Blick auf uns selbst. Wir wollen immer perfekt sein, immer gut drauf sein, immer cool sein. Doch oft reagiert unsere Seele auf das Übermass mit trüben und depressiven Stimmungen. Die Fastenzeit kann uns helfen, das stimmige Mass zu finden, – im Essen und Trinken – im Arbeiten und Ruhen – im Miteinander und im Alleinsein – im Engagement für andere und in der Sorge für uns selbst. So wünsche ich uns, dass der Geist des Fastens uns hilft, das richtige Mass zu finden, damit unsere Seele wieder befreiter atmen kann.

*Norbert Schneider*



# Pauluspfarrei Speicher Trogen Wald

## Veranstaltungen

### Senioren

Kontaktperson:  
Peter Mahler, 071 340 02 85

**Dienstag, 14. März, 12.00 Uhr**

#### Ökum. Mittagstisch

Evang. Kirchgemeindehaus, Speicher  
An- oder Abmeldung bis Montag, 11.00 Uhr,  
vor dem Essensdatum bei:  
Kathrin Lenggenhager, 071 344 48 35

**Dienstag, 7./21. März, 14.00 Uhr**

#### Alti Lieder vörehole

Organisation und Leitung:  
Hermann Hohl, 071 344 13 14  
Evang. Kirchgemeindehaus, Speicher

**Donnerstag, 9. März, 14.00 Uhr**

#### Die Künstlerin Sophie Taeuber-Arp

Vortrag von Kantonsbibliothekarin Heidi  
Eisenhut zum 80. Todestag von Sophie  
Taeuber-Arp. Anschliessend sind alle zu  
Kaffee und Kuchen eingeladen;  
Seminarraum Bubenrain, Haus Vorderdorf,  
Trogen

**Dienstag, 14. März, 12.00 Uhr**

#### Ökum. Mittagstisch

Kath. Pfarreizentrum Bendlehn, Speicher  
An- oder Abmeldung bis Montag, 11.00 Uhr,  
vor dem Essensdatum bei:  
Kathrin Lenggenhager, 071 344 48 35

**Mittwoch, 15. März, 9.00 Uhr**

#### Glaubensgespräch

mit Peter Mahler  
Kath. Pfarreizentrum Bendlehn

**Mittwoch, 15. März, 14.00 Uhr**

#### Impuls zur Fastenzeit

Was ist uns heilig? Besinnlicher  
Gedankenanstoss in dieser besonderen und  
herausfordernden Zeit  
Kath. Pfarreizentrum Bendlehn

**Donnerstag, 30. März, 14.15 Uhr**

#### «D'Tante Adelheid spinnt»

Gespielt von der Theatergruppe Silberfuchse  
aus dem Toggenburg; anschliessend sind alle  
zu Kaffee und Kuchen eingeladen  
Mehrzweckanlage, Wald

### Generationen

**Mittwoch, 1. März, 12.00 Uhr**

#### Generationenessen

Evang. Kirchgemeindehaus, Speicher  
Anmeldung bis Montag, 27. Februar, an:  
079 929 22 16  
Kosten: Erwachsene CHF 13.–,  
Kinder CHF 6.–, Familien 28.–

### Chängouru

Kontaktperson:  
Verena Süess, 076 521 51 56  
verena.suess@pauluspfarrei.ch

#### Spieltreff

Evang. Kirchgemeindehaus, Speicher

**Dienstag, 14./28. März, 9.30 bis 11.00 Uhr**

mit Leonie Grossmann: 079 830 88 62

**Donnerstag, 9./23. März,**

**14.30 bis 16.00 Uhr**

mit Eveline Nunes, 079 250 53 55

### Jubla

Kontaktpersonen:  
Shanija Moricca, 076 461 27 81  
Daniel Wilmes, 078 847 91 11  
scharleitung@jublaspeichertrogen.ch

**Samstag, 4./25. März, 14.00 bis 16.30 Uhr**

#### Gruppenstunde

Jublaräume, kath. Pfarreizentrum Bendlehn

**Mittwoch, 15. März, 18.00 bis 19.30 Uhr**

#### Gruppenstunde

Jublaräume, kath. Pfarreizentrum Bendlehn

### Ministranten und Ministrantinnen

Kontaktperson:  
Muriel Hirschi, 071 344 93 21

**Samstag, 11. März, 13.30 bis 16.00 Uhr**

#### Werbe-Ateliers

am Familientag der Erstkommunionkinder;  
kath. Pfarreizentrum Bendlehn

### Erstkommunionweg

Kontaktperson:  
Verena Süess, 076 521 51 56  
verena.suess@pauluspfarrei.ch

**Samstag, 11. März, 14.00 bis 19.00 Uhr**

#### Familiennachmittag

mit Taufferinnerung und Teilete  
kath. Pfarreizentrum Bendlehn

### Firmweg

Kontaktperson:  
Peter Mahler, 076 209 40 90

**Samstag, 4. März, 9.30 bis 18.00 Uhr**

#### Jesus – Begegnung

im Kloster Jakobsbad, Gonten

**Freitag, 31. März, 18.00 bis 21.00 Uhr**

#### Standortbestimmung und Palmkreuz

kath. Pfarreizentrum Bendlehn

### Arbeitsgemeinschaft Integration

**Montag, 13. März, 13.30 bis 15.00 Uhr**

#### Gespräche in der Blume

Café zur Blume, Hauptstrasse 11, Speicher,  
einander kennenlernen, wichtige Infos austau-  
schen, miteinander Deutsch sprechen

## Pfarreileben

### Fastenzeit

In unseren Gottesdiensten erhalten wir wäh-  
rend der Fastenzeit viele spirituelle Impulse.  
Hier lasse ich deshalb eine Frau zu Wort kom-  
men, die genau weiss, von was sie spricht. In  
den Fastenunterlagen sind mir die scharfen  
Worte von Brigitte Rabarijaona, ref. Pfar-  
rerin in Nairobi, zur momentanen Weltlage  
aufgefallen:

«In reichen Ländern ist die Bereitschaft, auf-  
richtig und mit Bedacht zu handeln, gering,  
trotz vieler Menschen, die sich der Klima-  
dringlichkeit bewusst sind. Es ist lobenswert,  
dass viele Einzelpersonen, Verbände und Un-  
ternehmen mit einem immer stärkeren Um-  
weltbewusstsein handeln und ihre Gewohn-

heiten ändern. Ihre Aktionen sind jedoch nur ein Tropfen auf den heissen Stein, wenn die Entscheidungsträger\*innen, vor allem die Regierungschef\*innen der grossen Weltmächte, sich weiterhin hinter scheinheiligen Reden verstecken. Sie geben zwar vor, sehr besorgt über das Klimaproblem zu sein, sind aber viel mehr von den wirtschaftlichen Auswirkungen ihrer Entscheidungen motiviert als davon, was mit der Schöpfung und den künftigen Generationen geschehen wird. Genau hier ist die Kirche aufgerufen, zu handeln, sich zu äussern und in die Bresche zu springen, um nicht zur Komplizin dieser Heuchelei zu werden.» Amen.

*Marco Süess*

**Freitag, 3. März**  
**14.00 Uhr für Kinder**  
**19.00 Uhr für Jugendliche**  
**und Erwachsene**  
**Weltgebetstag**



Wir feiern den Weltgebetstag im reformierten Kirchgemeindehaus in Speicher. Frauen aus Taiwan haben den Gottesdienst vorbereitet unter dem Motto des Epheserbriefes «Ich habe von eurem Glauben gehört». Wir informieren über das «Hightech-Land», seine politische Lage, staunen über die wunderbare Natur in der Bergwelt, singen neue Lieder und probieren feine Spezialitäten. Gemeinsam mit den Taiwanerinnen wollen wir für das eintreten, was ihnen und uns wertvoll ist. Die Kollekte unterstützt Frauenprojekte in Taiwan und weiteren Ländern.

14.00 Uhr, ökum. Gottesdienst für alle Schulkinder der 1. bis 4. Klasse

19.00 Uhr, ökum. Gottesdienst für Jugendliche und Erwachsene



**Sonntag, 5. März, 10.00 Uhr**

**Ökum. Gottesdienste**

In der ref. Kirche Speicher  
 Für Jugendliche und Erwachsene mit  
 Hackbrettschüler\*innen von Hans Sturzenegger,  
 der Konfirmandengruppe, Peter Mahler  
 und Pfrin. Sigrun Holz

Im ref. Kirchgemeindehaus Speicher  
 Für Kinder mit dem Familiengottesdienstteam

**Sonntag, 5. März, ab 11.00 Uhr**

**Ökum. Suppenmittag**

in der Pausenhalle des Oberstufenzentrums  
 Speicher mit «nachhaltigen» Suppen, Kuchen-  
 buffet und Spielecke für Kinder

**Spenden an Adivasi, Indien**



Mit unseren Spenden unterstützen wir rund 5000 Personen in 40 kleinen Dörfern in Indien, die zu den Adivasi gehören. Zuerst diskutieren die Adivasi die Ursachen ihrer wirtschaftlichen und sozialen Lage. Danach bauen Frauen und Männer getrennt Spar- und Getreidebanken auf, um ihre Abhängigkeit von den Geldverleihern zu reduzieren und den Landverlust zu stoppen. Gleichzeitig stellen sie Anträge auf eigenes Land, denn auf eigenen Feldern können die Familien mit traditionellen Anbaumethoden und vielseitigem Saatgut ihre Selbstversorgung sichern. So verbessern sie ihre Ernährungssituation deutlich und werden wirtschaftlich unabhängig.



**Montag, 20. März, 19.00 Uhr**  
**Hauptversammlung und Vortrag**

Evang.-ref. Kirchgemeindehaus,  
 Herisau Poststrasse 14a

Für die Hauptversammlung sind alle Anwesenden stimmberechtigt. Der anschliessende Vortrag ist öffentlich und kostenlos. Dr. med. Roland Kunz hält einen Vortrag zum Thema «Umgang mit dem Ende – Wie der Wunsch nach Lebensqualität und Selbstbestimmung bis zuletzt Realität werden kann». Dr. med. Roland Kunz gilt als Pionier der Palliativ-Szene Schweiz. Seit über 35 Jahren forscht und praktiziert er in der Palliativmedizin.

## Rückblick

**Anfang Januar**  
**Sternsingeraktion 2023**

Die Sternsinger\*innen waren auch in diesem Jahr wieder unterwegs. Im Rahmen des Religionsunterrichts haben die Schüler\*innen in Speicher und Wald den Menschen den Segen gebracht, für die aktuellen Projekte von «Missio Schweiz» gesammelt und den Hauseingang mit wohlriechenden Düften eingeräuchert. Für die Kinder in Indonesien wurden ganze CHF 1371.70 gesammelt. Allen Jugendlichen und Kindern, ihren Reli-Lehrpersonen und vor allem allen Spender\*innen sei herzlichst dafür gedankt.

*Marco Süess*

**Projekttag Oberstufe**

Im Januar durften wir 4 Projekttag mit OberstufenschülerInnen durchführen.

Eine kleine Gruppe katholischer Jugendlicher der 2. OS Speicher besuchte in Begleitung von Muriel Hirschi und Verena Süess die Synagoge in Konstanz. Der Rabbi erzählte uns von den Herausforderungen, Jude zu sein, und wie seine eigenen Teenagersöhne ihre Bar Mizwa feiern. Mit der ganzen 2. Oberstufe Speicher verbrachten Sigrun Holz und Markus Otto den letzten Schultag vor den Sportferien zum Thema Armut und lernten das Hilfswerk Caritas kennen.



Einen Tag über das «Christentum» haben Esther Gorgon-Lenz und Verena Süess mit der ganzen 1. Oberstufe Trogen und ihren Klassenlehrpersonen verbracht. Wir besichtigten die Kathedrale und setzten uns spielerisch mit der Bergpredigt auseinander.

Mit den katholischen und evangelischen Religionsschüler\*innen der 2. Oberstufe Trogen trafen sich Susanne Schewe und Esther Gorgon-Lenz an einem Mittwochnachmittag auf dem Friedhof und dachten über das Leben, über Sterben und Auferstehung nach.

*Verena Süess*



**Samstag, 21. Januar**  
**Kirche Kunterbunt**  
Impressionen



**Freitag, 7. April, 17.00 Uhr**  
**Wort und Musik zum Karfreitag**  
Kath. Kirche Bendlehn, Speicher

Frédéric Fischer und Marco Süess gehen in diesem Konzert dem Schicksal des ukrainisch-russischen Komponisten Sergej Bortkiewicz nach. Geboren ist er am 16.2.1877 in Char-kow und nach vielen weiteren Stationen ist er in Wien gestorben am 25.10.1952. In diesem Konzert spielt Frédéric Fischer eindruckliche Stücke von diesem eine Zeit lang ganz zu Unrecht fast vergessenen Komponisten. Marco Süess versucht dieses ukrainisch-russische Schicksal mit Worten zu würdigen und in den Kontext der heutigen Situation seines Heimatlandes zu stellen.

*Marco Süess*



## Vorschau



**Samstag, 1. April, ab 16.00 Uhr**  
**Kirche Kunterbunt**  
Kath. Pfarreizentrum Bendlehn

Seit einem Jahr feiern wir Kirche Kunterbunt im Bendlehn mit jeweils rund 50 Teilnehmenden. Wir laden dich ein, am 1. März reinzuschneppern. Ob mit oder ohne (Enkel-)Kinder. Wir begrüßen dich mit Zvieri und beenden den Abend mit einem kleinen Znacht. Keine Anmeldung nötig.

*Verena Süess*

## Kontakte

**www.pauluspfarrei.ch**

Marco Süess (Pfarreibeauftragter)  
071 344 93 20  
marco.suess@pauluspfarrei.ch

**Seelsorgetelefon: 079 320 11 58**

**Pfarreisekretariat:**

Iris Staub und Karin Fritsche  
Bruggmoos 29, 9042 Speicher  
071 344 12 10  
Di und Mi 8.00–11.30 / 13.30–16.30 Uhr  
Do 8.00–11.30 Uhr  
sekretariat@pauluspfarrei.ch

Pfr. Albert Wicki  
071 793 13 20  
albert.wicki@seelsorgeeinheitgaebri.ch

Josef Manser  
071 343 82 93  
josef.manser@pauluspfarrei.ch

Muriel Hirschi  
071 344 93 21  
muriel.hirschi@pauluspfarrei.ch

Peter Mahler  
071 340 02 85  
peter.mahler@pauluspfarrei.ch

Verena Süess  
071 344 93 24, 076 521 51 56  
verena.suess@pauluspfarrei.ch

Dieter Breuer (Mesmer)  
079 755 67 21  
mesmer@pauluspfarrei.ch

# Seelsorgeeinheit Gottesdienste

## Pauluspfarrei Speicher Trogen Wald

### Freitag, 3. März

- 14.00 Ökum. Gottesdienst zum Weltgebetstag für Schüler mit Bettina Ledergerber und Team, evang. Kirche, Speicher
- 19.00 Ökum. Gottesdienst zum Weltgebetstag für Jugendliche und Erwachsene mit Bettina Ledergerber und Team, evang. Kirche, Speicher
- 19.00 Ökumenischer Weltgebetstag mit Pfrin. Doris Engel in der Schule – Pausenhalle, Wald

### 2. Fastensonntag

Kollekte: *Adivasi, Indien*

### Sonntag, 5. März

- 10.00 Ökum. reg. Gottesdienst zum Suppentag mit Pfrin. Sigrun Holz, Konfirmand\*innen und Peter Mahler, Musik: Hackbrettschüler\*innen von Hans Sturzenegger, evang. Kirche, Speicher  
Im Kirchgemeindehaus wird eine Kinderfeier angeboten.

### Montag, 6. März

- 18.00 Rosenkranzgebet

### Donnerstag, 9. März

- 18.00 Eucharistiefeier mit Pfr. A. Wicki

### Samstag, 11. März

- 16.30 Kommunionweg, Taufgelübde-Erneuerung, Wortgottesfeier mit Verena Süess, Musik: Valentina Kamnik (Flügel)

### 3. Fastensonntag

Kollekte: *Ärzte ohne Grenzen*

### Sonntag, 12. März

- 10.00 Wortgottesfeier mit Marco Süess, Musik: Rosy Zeiter (Flügel)

### Montag, 13. März

- 18.00 Rosenkranzgebet

### Dienstag, 14. März

- 15.30 Ökum. Gottesdienst mit Pfrin. S. Schewe, Haus Vorderdorf, Trogen

### Mittwoch, 15. März

- 08.30 Wortgottesfeier mit Peter Mahler, Musik: Frédéric Fischer (Flügel)

### 4. Fastensonntag

Kollekte: *Samariterverein, Speicher*

### Sonntag, 19. März

- 10.00 Eucharistiefeier mit Pfr. Albert Wicki, Musik: Frédéric Fischer (Flügel)
- 19.30 crossPoint, jung, kreativ und tiefgründig, kath. Gottesdienst in der Kathedrale St. Gallen

### Montag, 20. März

- 18.00 Rosenkranzgebet

### Donnerstag, 23. März

- 17.00– Seelsorge- / Beichtgespräch mit Pfr. Albert Wicki
- 18.00 Eucharistiefeier mit Pfr. Albert Wicki

### 5. Fastensonntag

Kollekte: *Fastenopfer, Luzern*

### Sonntag, 26. März

- 10.00 Wortgottesfeier mit Verena Süess, Musik: Frédéric Fischer (Flügel)

### Montag, 27. März

- 18.00 Rosenkranzgebet

### Donnerstag, 30. März

- 15.00 Ökum. Andacht mit Pfrin. Sigrun Holz, Musik: Frédéric Fischer (Klavier); AZ Hof, Speicher

### Freitag, 31. März

- 10.00 Ökum. Andacht mit Pfrin. Sigrun Holz, Musik: Rosy Zeiter; AH Boden, Trogen

## Pfarreichronik

### Abschied ist ein leises Wort

Aus der Pauluspfarrei verstorben ist:  
am 23. Januar

*Büchel-Fässler Wilhelm, Speicher*



Mein Herr und mein Gott,  
nimm alles von mir, was mich hindert zu dir!  
Mein Herr und mein Gott,  
gib alles mir, was mich führet zu dir!  
Mein Herr und mein Gott,  
o nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen dir!

## Pfarrei Teufen Bühler Stein

### Werktagsgottesdienste

#### Wochentage

- Di 09.00 Kommunionfeier in Teufen,  
Mi 17.30 Rosenkranzgebet in Bühler  
18.00 Eucharistiefeier in Bühler  
Fr 18.00 Eucharistiefeier in Teufen,  
am 31. März Gottesdienst in  
spanischer Sprache

#### Beichtgespräche mit Pfr. Albert Wicki

Bühler: 25. März, 16.30–17.15 Uhr  
Teufen: jeweils freitags, 17.15–17.45 Uhr,  
ausser am 31. März.

#### Gottesdienst in italienischer Sprache

Sonntag, 19. März, um 17.00 Uhr, in Bühler,  
Santa Messa in Italiana mit Don Alfio

#### Gottesdienst in spanischer Sprache

Freitag, 31. März, um 18.00 Uhr, in Teufen

#### Gottesdienste im Kloster Wonnenstein

- Sa 19.00 Eucharistiefeier  
So 08.00 Eucharistiefeier  
Mi 07.00 Eucharistiefeier

#### Ökumenisches Friedensgebet in Teufen und Bühler

Mittwoch, 18.30 Uhr, vor den evangelischen  
Kirchen Teufen und Bühler

#### Freitag, 3. März

- 08.30 Liturgie zum Weltgebetstag  
der Frauen in Teufen,  
anschliessend Frühstück

### 2. Fastensonntag

*Kollekte: Fastenaktion*

#### Samstag, 4. März

- 17.30 Eucharistiefeier in Bühler  
mit Pfr. Albert Wicki und Diakon  
Stefan Staub

### Sonntag, 5. März

- 10.00 Ökumenischer Gottesdienst zur  
Fastenzeit «Alle Farben des  
Lebens» in der evang. Kirche in  
Teufen  
Musik: Tony Majdalani,  
Perkussionist mit arabischen  
Wurzeln, bringt die Sehnsucht  
nach Frieden zum Klingen  
Anschliessend Suppen-Zmittag im  
im Kirchgemeindehaus Hörli

### 3. Fastensonntag

*Kollekte: Dargebotene Hand*

#### Samstag, 11. März

- 17.30 Kommunionfeier in Bühler,  
Versöhnungsfeier für Familien  
mit Seelsorgerin Franziska Heigl

### Sonntag, 12. März

- 10.00 Gottesdienstliche Feier in Stein  
«Gedanke.Gebet.Gesang»  
mit Diakon Stefan Staub  
Musik: Schötze-Chörli Stein

### 4. Fastensonntag

*Kollekte: Fastenaktion*

#### Samstag, 18. März

- 17.30 Keine Feier in Bühler

### Sonntag, 19. März

- 10.00 Eucharistiefeier in Teufen  
mit Kaplan Josef Kaufmann  
10.00 Ökumenischer Familien-Gottes-  
dienst in Bühler  
mit Seelsorgerin Franziska Heigl  
Anschliessend Suppen-Zmittag

### 5. Fastensonntag

*Kollekte: Fastenaktion*

#### Samstag, 25. März

- 09.30 Ökumenische Chinderfir in der  
kath. Kirche Teufen  
Anschliessend Znüni  
17.30 Eucharistiefeier in Bühler  
mit Pfr. Albert Wicki

### Sonntag, 26. März

- 10.00 Eucharistiefeier in Teufen  
Buss- und Versöhnungsfeier vor  
Ostern  
mit Pfr. Albert Wicki und  
Diakon Stefan Staub  
Musik: Orgel und Querflöte

### Stiftmessen

- 04.03. Josef Neff-Signer, Bühler  
19.03. Emil und Maria Ebnetter-Stark,  
Teufen  
Anna Heuberger-Brägger, Teufen  
Anton Müller-Frey, Teufen  
Olga Biasi-Buchli, Teufen  
25.03. Rita Schöpfer-Roth und  
Martin Schöpfer, Bühler  
26.03. Kathrin Koller-Rechsteiner, Teufen



## Pfarrei St. Michael Gais

### Mittwoch, 1. März

- 16.00 Wortgottesfeier im Alterszentrum  
Rotenwies
- 16.45 Wortgottesfeier im Alterszentrum  
Gäbrisstrasse  
beide mit Seelsorgerin Franziska  
Heigl

### Donnerstag, 2. März

- 09.00 Eucharistiefeier  
mit Pfr. Albert Wicki

### 2. Fastensonntag

*Kollekte: Philipp Neri Stiftung*

### Samstag, 4. März

- 19.00 Eucharistiefeier  
mit Pfr. Albert Wicki und  
Diakon Stefan Staub

### Donnerstag, 9. März

- 09.00 Eucharistiefeier  
mit Pfr. Albert Wicki

### 3. Fastensonntag

*Kollekte: Diakonische Aufgaben in der  
Pfarrei*

### Sonntag, 12. März

- 10.00 Eucharistiefeier  
mit Prof. Michael Fieger

### Donnerstag, 16. März

- 09.00 Eucharistiefeier  
mit Kaplan Josef Kaufmann
- 14.15 Ökumenischer Seniorennachmittag  
im evang. Kirchgemeindehaus

### 4. Fastensonntag

*Kollekte: Fastenaktion*

### Samstag, 18. März

- 19.00 Eucharistiefeier  
mit Pfr. Albert Wicki

### Mittwoch, 22. März

- 19.30 Ökumenisches Abendgebet  
mit Nikola Esslinger

### Donnerstag, 23. März

- 09.00 Eucharistiefeier  
mit Pfr. Albert Wicki

### 5. Fastensonntag

*Kollekte: Brot für Brüder/Fastenaktion*

### Sonntag, 26. März

- 10.40 Ökumenischer Gottesdienst zum  
Suppentag  
mit Seelsorgerin Franziska Heigl  
Brigitte Heule, Diakon Armin  
Elser und Schüler\*innen  
Musikalische Mitwirkung:  
Chor Gais.  
Anschließend Suppenzmittag  
im Saal des Restaurants Krone

### Mittwoch, 29. März

- 13.30 Palmen binden für alle  
im Pfarreizentrum

### Donnerstag, 30. März

- 09.00 Eucharistiefeier  
mit Pfr. Albert Wicki
- 09.45 Seelsorge- und Beichtgespräch  
mit Pfr. Albert Wicki



## Grüezi mitenand

**Manchmal kann man nur  
schweigen und weinen**

Liebe Leserinnen und Leser

Als ich diese Zeilen schrieb, waren die meisten von uns gefangen von den traurigen Bildern aus der Türkei und Syrien. Erbarmungslos hat die Natur ganze Städte und Dörfer zerstört und Leben vernichtet. Das Erdbeben im mesopotamischen Raum zeigt uns einmal mehr, dass die Natur über dem Menschen steht. Die Bilder und Video-clips auf den digitalen Kanälen machen uns sprachlos. Man kann sich fragen: Warum lässt Gott solche Gewalten zu, die Tod und Zerstörung bringen? Jeder Erklärungsversuch verläuft im nirgendwo, wenn man an die weit über 10000 Menschen denkt, die verschüttet wurden und gestorben sind. Es bleibt die grosse Frage, weshalb Leid in solchem Masse geschehen kann.

Nun kann man Glaube und Gott infragestellen oder sich in Erinnerung rufen, dass Kreuz und Leid seit Beginn der christlichen Weltanschauung ein wesentlicher Bestandteil des Lebens sind. Das einzig Hoffnungsvolle dran ist, dass 33 Nationen ihre Rescue-Teams und Rettungscorps in die Türkei und nach Syrien ausgeflogen haben, um zu helfen. Das gibt mir wieder Mut, an das Gute im Menschen zu glauben – gerade in diesen dunklen Zeiten. Wir können nicht vor Ort Menschen retten, aber wir können wenigstens Betroffenen zeigen, wie folgende Geschichte zeigt:

*Ein kleiner Junge kam später nach Hause, als die Mutter erwartet hatte. Als sie nach dem Grund der Verspätung fragte, antwortete das Kind: «Ich habe Julia geholfen. Ihre Puppe ist kaputtgegangen.» – «Hast du geholfen, sie zu reparieren?», fragte die Mutter. «Nein», antwortete das Kind, «ich habe ihr geholfen zu weinen.»*



Stefan Staub, Pfarreileiter

## Veranstaltungen

**Senioren Teufen-Bühler-Stein**  
Donnerstag, 9. März, 11.45 Uhr  
**Gemeinsam essen**

Restaurant Sternen, Bühler  
Anmeldung bis 6. März, Mittag,  
bei Helen Widmer, 071 793 18 44

**Freitag, 31. März, 11.30 Uhr**  
**Kontaktzmittag**

Restaurant Ilge, Teufen  
Anmeldung bis Donnerstag, 11.00 Uhr,  
im evang. Sekretariat, 071 333 13 64 oder  
sekretariat@ref-teufen.ch

**Spielnachmittage**  
Donnerstag, 9. März, 14.00 Uhr  
Pfarreizentrum Stofel, Teufen

**Kirchenchor**  
Jeden Mittwoch, 20.00 Uhr  
**Proben im Pfarreizentrum Stofel**

Haben Sie Interesse an der Kirchenmusik und wollen in unserem Chor mitsingen? Nebst der Vereinsmitgliedschaft laden wir das ganze Jahr hindurch zum Projektsingen ein. Wir freuen uns auf Sie!

**Bibelgruppe**  
Montag, 6. März, 19.30 Uhr  
**Bibelabend**

Die Bibelgruppe trifft sich in der Bibliothek im Pfarreizentrum.

## Pfarreileben

**... wenn der Himmel einen Stern  
gewinnt ... In unserer Pfarrei mussten  
wir Abschied nehmen von:**

Veronika Hänni-Lehmann  
Mario Beerli  
Dora Kuster-Scheiwiller  
Antonio Salvagni  
Wir wünschen den Angehörigen viel Kraft und Gottes Segen in der dunklen Zeit.



## Weltweit gemeinsam feiern

Freitag, 3. März, 8.30 Uhr,  
kath. Kirche Teufen  
**Weltgebetstag 2023 Taiwan/Schweiz**

«Ich habe von eurem Glauben gehört»



Der Weltgebetstag ist eine Bewegung von Frauen aus verschiedenen christlichen Traditionen, die sich für die Rechte von Frauen und Mädchen in Kirche und Gesellschaft stark machen. Weltweit kommen an diesem Tag in über 170 Ländern Frauen zusammen, um gemeinsam zu beten.

Der diesjährige Weltgebetstag steht unter dem Titel «I have heard about your faith – Ich habe von eurem Glauben gehört» (Eph. 1,15). Die Liturgie dazu wurde von Frauen aus Taiwan erarbeitet. Im Anschluss an die Weltgebetstagfeier sind alle zu einem gemeinsamen Frühstück im Pfarreizentrum eingeladen.

## Suppentage in der Pfarrei

**Sonntag, 5. März, 10.00 Uhr**  
**Ökumenischer Gottesdienst mit  
Suppenzmittag in Teufen**

Zum Thema «Alle Farben des Lebens» gestalten die Seelsorgenden, gemeinsam mit Religionsklassen, den ökumenischen Gottesdienst zum Suppentag in der evang. Kirche Teufen. Die Musik gestaltet Tony Majdalani, ein Zürcher Perkussionist mit arabischen Wurzeln. Im Anschluss sind alle zum Suppenzmittag ins Kirchgemeindehaus Hörli eingeladen

**Sonntag, 19. März, 10.00 Uhr**  
**Ökumenischer Gottesdienst mit  
Suppenzmittag in Bühler**

Wir haben in diesem Schuljahr die Gelegenheit, den Suppenzmittag ökumenisch zusammen mit 5.- und 6.-Klässler\*innen zu gestalten. Wir treffen uns an einem Mittwochnachmittag im kath. Pfarrsaal und spielen ein Spiel, ein Krimi-Dinner: «Mord am Amazonas», und gucken anschliessend, was wir davon im Familiengottesdienst zum Suppenzmittag prä-



sentieren. Alle sind herzlich zum ökum. Familiengottesdienst und dem Suppenzmittag am 19. März eingeladen. Das ökumenische Team freut sich auf euch!

*Franziska Heigl*

### Gedanke – Gebet – Gesang

**Sonntag, 12. März, 10.00 Uhr,  
Kirche Stein  
Gottesdienstliche Feier mit dem  
Steiner «Schötzechörli»**



Der Seele Raum geben: Die Sonntagsfeier will den Rahmen klassischer Gottesdienste öffnen mit mehr Stille, Musik und Gesang.

Wir wollen in der Kirche Stein eine offene gottesdienstliche Feier am Sonntagmorgen anbieten, die den traditionellen Rahmen aufbricht. Am Sonntag, 12. März, findet um 10.00 Uhr der Gottesdienst statt, der allen Menschen unabhängig ihrer Konfession offensteht. Er wird gestaltet von Stefan Staub und musikalisch umrahmt vom Schötzechörli Stein.

Die traditionellen Gottesdienste entleeren sich zusehends. Liegt es nur daran, dass die Menschen weniger religiös sind als früher oder könnte es auch daran liegen, dass die traditionellen Gottesdienstformen eine «Sprache» sprechen, die die Menschen nicht mehr verstehen? Menschen sind zwar kritischer geworden, aber sind deswegen nicht weniger religiös. Viele haben sogar das Bedürfnis, mit dem Göttlichen auf Tuchfühlung zu gehen, finden aber den Zugang über die traditionellen Formen der Kirchen nicht mehr. Ein kurzer Impuls soll das biblische Wort im Alltag von heute spiegeln. Es sind alle Menschen eingeladen, die ihrer Seele und ihren Gedanken bewusst am Sonntagmorgen für 45 Minuten Raum geben wollen, Kraft für den Alltag zu schöpfen.

### Versöhnt mit sich und Gott

**Samstag, 11. März, 17.30 Uhr, Bühler  
Sonntag, 26. März, 10.00 Uhr, Teufen  
Versöhnungsfeiern in der Fastenzeit**

Die Gottesdienste am 3. Fastensonntag in Bühler und am 5. Fastensonntag in Teufen werden wir auch dieses Jahr besinnlich gestalten. Die Grenzen des eigenen Lebens und der Zuspruch zur Versöhnung mit sich selbst und mit Gott sind das Thema in den beiden Gottesdiensten.



### Fastenzeit, Exerzitionen

**Fastenwoche, 11. bis 18. März 2023**  
Katholische Kirche Teufen



**Einfach Fasten,  
leichter Leben**  
Heilfasten  
Intervallfasten

Angebot in Teufen  
Fastenwoche  
11. März 2023 bis 18. März 2023  
Katholische Kirche Teufen

### Einfach fasten, leichter leben

Leichter durchs Leben gehen, was für ein Versprechen! Doch fasten macht glücklich. Ab dem dritten bis fünften Tag sind die meisten Menschen sehr positiv gestimmt und zufrieden, manche sogar richtig euphorisch und dies bis zum Ende der Fastenperiode. Eine solche Erfahrung geht tief, denn beim Fasten kommen

wir mit einer sanften, annehmenden Art der Spiritualität in Kontakt.

Im März laden Barbara Gahler, zertifizierte Fastenleiterin, und Hildegard Huber, langjährige Fasten-Teilnehmerin, zu einer begleiteten Fastenwoche in Teufen ein. Der Informationsabend fand bereits am Mittwoch, 22. Februar 2023, um 19.30 Uhr im katholischen Pfarreizentrum Stofel statt.

Während der Fastenwoche besteht täglich die Möglichkeit für gemeinsamen Austausch, Abendspaziergänge und kurze Meditationen, jeweils um 19.30 Uhr im kath. Pfarreizentrum Teufen. Am 18. März, um 12.00 Uhr, beenden wir das Fasten im Pfarreizentrum Teufen. Selbstkostenanteil: 25 Franken.

**Anmeldung bis 2. März** an Barbara Gahler, barbara.gahler@kath-teufen.ch oder SMS-Nachricht 079 793 99 32.

Flyer liegen in der Kirche auf!

### Unterlagen zur Fastenzeit

Wir bleiben bei unserem Schritt in eine CO<sub>2</sub>-neutrale Zukunft und verzichten auf den Versand der Fastenaktion-Unterlagen. Exemplare liegen in der Kirche auf.

Auf Wunsch senden wir Ihnen diese auch gerne nach Hause, melden Sie sich ungeniert im Sekretariat.

### Exerzitionen, 9. bis 30. März 2023

**Alte Übungen, die dich das Heilige in der Welt finden lassen.**

«**Alles trägt den einen Namen**»

Exerzitionen nach Ignatius von Loyola (1491–1556)

Wenn alles schief läuft und du nicht mehr an dich glaubst, dein Körper und deine Seele nur noch schmerzen und sich jedes Lebensziel in Luft auflöst, kannst du nicht mehr weiterfallen als in Gottes Hände.

Ignatius von Loyola, der Begründer des Jesuitenordens, war genau in dieser Situation. Vom gefeierten Star fiel er nach einer schweren Verletzung auf den harten Boden der Realität. Von jetzt auf nachher schien ihm sein Leben sinnlos und verloren. Alle seine Wünsche waren mit einem Mal unerreichbar. Er war nicht mehr der schöne Mann, dem die Frauen nachliefen. Seine Karriere löste sich in nichts auf. Er gehörte zu den Losern und in den Augen seiner Freunde sah er statt Bewunderung nur noch Mitleid. Am liebsten wollte



er nur noch schlafen. So leben wollte er nicht; er hielt diese mitleidigen Blicke nicht mehr aus. Er sah sich gerne als Macher, als Sieger und wollte kein Schwächling sein.

So berichtete er in seiner 1553/55 diktierten Lebensgeschichte, er habe in den langen Stunden seiner Genesung von der Verwundung in Pamplona oft zum gestirnten Himmel aufgeschaut und dabei grössten Trost empfunden. Er las Geschichten von Menschen, welche auf Gott vertrauten und ihr Leben ganz und gar in Gottes Hände legten, und mit einfachen Ritualen, Meditationen, Texten und Gebeten fand er zu seiner Lebenskraft zurück. Er fand Gutes in seiner Situation und sein Leben nahm einen neuen Schwung auf, sodass bis heute seine Übungen den Menschen in jeder Lebenssituation einfach guttun.

Mit diesen alten Übungen kannst du Gottvertrauen trainieren, denn mit Gottvertrauen ist es einfacher im Hier und Jetzt, im wirklichen Leben zu leben und auf unrealistische, leere Scheinwelten zu verzichten. Sich Gott rückhaltlos anzuvertrauen, also ein Urvertrauen zu entwickeln, kann mit diesen alten Übungen möglich werden.

«Nur wenige Menschen ahnen, was Gott aus ihnen machen würde, wenn sie sich seiner Führung nur rückhaltlos anvertrauen.»  
*Ignatius von Loyola*

Viele Wege führen zur Mitte des Herzens und wieder zurück in die Welt. Allen gemeinsam ist, dass sie von der Oberfläche in die Tiefe, vom Zweifel zum Einssein und von der Zerstreuung zur Sammlung führen. Für viele Meditierende ist es das Sitzen in Stille, für andere ein gehaltvoller Text und wieder andere finden die Tiefe des Seins beim Hören ihrer Lieblingsmusik.

Alte Übungen, die dich das Heilige in der Welt finden lassen.

„Alles trägt den einen Namen“

Exerzitien nach Ignatius von Loyola





„Meditative Übungen“  
sind ein Weg der achtsamen Wahrnehmung. Sie sind ein Angebot für Jugendliche und Erwachsene. Du nimmst dir bewusst Zeit für Meditation, welche dich das Wirken Gottes in allen Dingen finden lässt. So kann Glaube wachsen und zu einer Lebenskraft in deinem Alltag werden.

Im Anschluss daran wird ein kleiner Znüni angeboten.

Herzliche Einladung an alle!

Bei Fragen wenden Sie sich an:  
Maria Teresa Bänziger, 076 427 26 33

## Ökumenische Chinderfiir

Samstag, 25. März, 9.30 Uhr  
Katholische Kirche Teufen



In unseren Chinderfiiren hören wir Geschichten, singen, spielen und sind aktiv mit dabei. So möchten wir Kinder mit dem kirchlichen Leben vertraut machen und ihnen biblische Geschichten, Haltungen und Werte weitergeben. Eingeladen sind Kinder bis ca. sieben Jahren mit einer Begleitperson.

## Kontakte

[www.kath-teufen.ch](http://www.kath-teufen.ch)  
[www.kath-buehler.ch](http://www.kath-buehler.ch)



**Pfarreibeauftragter / Diakon:**  
Stefan Staub, Stofelweid 1a, 9053 Teufen  
071 333 13 52/079 631 30 37  
[stefan.staub@kath-teufen.ch](mailto:stefan.staub@kath-teufen.ch)

**Pfarrer SE Gäbris:** Albert Wicki, 9056 Gais  
071 793 13 20  
[albert.wicki@seelsorgeeinheitgaebris.ch](mailto:albert.wicki@seelsorgeeinheitgaebris.ch)

**Seelsorgerin Pfarreiteil Bühler/Stein:**  
Franziska Heigl, 076 577 34 50  
[franziska.heigl@kath-buehler.ch](mailto:franziska.heigl@kath-buehler.ch)

**Religionspädagogin:** Barbara Gahler  
079 793 99 32  
[barbara.gahler@kath-teufen.ch](mailto:barbara.gahler@kath-teufen.ch)

**Religionspädagogin:** Maria Bänziger  
076 427 26 33  
[maria.baenziger@kath-teufen.ch](mailto:maria.baenziger@kath-teufen.ch)

**Sozialarbeit:** Valeria Steiner  
079 709 60 07  
[valeria.steiner@kath-teufen.ch](mailto:valeria.steiner@kath-teufen.ch)

**Jugendarbeit Rotbachtal:** Natalie Fuchs  
079 593 95 98  
[natalie.fuchs@kath-teufen.ch](mailto:natalie.fuchs@kath-teufen.ch)

**Pastorale Mitarbeiterin:**  
Marianne Krummenacher, 079 690 83 12  
[marianne.krummenacher@kath-teufen.ch](mailto:marianne.krummenacher@kath-teufen.ch)

**Sekretariat: Claudia Menet u. Gaby Hutter**  
Stofelweid 1b, 9053 Teufen  
071 333 13 52  
[sekretariat@kath-teufen.ch](mailto:sekretariat@kath-teufen.ch)

**Mesmer:** Andrea und Peter Inauen  
079 386 21 12  
[andrea.inauen@kath-teufen.ch](mailto:andrea.inauen@kath-teufen.ch)

# Pfarrei St. Michael

## Gais

### Veranstaltungen

#### Versöhnungsweg in Bühler für Schüler\*innen in Gais und Bühler

**Mittwoch, 8. März, nachmittags**  
**Pfarreizentrum Bühler**

Die 4.-Klässler\*innen aus Gais und die 5./6. Klasse in Bühler gehen im Pfarreizentrum Bühler am Mittwochnachmittag 8. März, auf den sogenannten «Versöhnungsweg».

An den unterschiedlichen Stationen setzen sich die Schüler\*innen zusammen mit ihrer Vertrauensperson über das eigene Leben auseinander. Fragen über die Beziehung zu sich selbst, zu anderen Menschen, in der Familie, in der Schule, in der Freizeit, die Beziehung zur Natur sowie zu Gott wollen die Schüler\*innen zum Nachdenken und zum Austausch anregen. Zum Schluss sind sie eingeladen, mit ihrer Religionspädagogin und Seelsorgerin Franziska Heigl oder mit Pfarrer Albert Wicki auf den vergangenen Weg zurückzublicken und «Vorsätze» zu formulieren, was jedes 4.-Klass-Kind in der kommenden Zeit im Zusammensein mit anderen weiter und/oder anders machen möchte. Ein gutes – wertschätzendes – Gespräch über Fragen des Lebens liegt uns am Herzen. Versöhnung tut gut und die Erfahrung, welche darin enthalten ist, kann beeindruckend und uns in gegenseitigen Unterwegssein unterstützen.

*Franziska Heigl*

#### Erstkommunion

**Samstag, 11. März, ganzer Tag**  
**Eltern-Kind-Tag, Pfarreizentrum Stofel, Teufen**

Alle Erstkommunikanten des Rotbachtals treffen sich mit Maria Teresa Bänziger zum Eltern-Kind-Tag als Vorbereitung für die Erstkommunion.



#### Senior\*innen

**Donnerstag, 16. März, 14.15 Uhr**  
**Evang. Kirchgemeindehaus**

Herzliche Einladung an alle Senior\*innen zum ökumenischen Nachmittag.

Bewirtung übernimmt der Samariterverein Gais. Es wird Lotto gespielt.

**Donnerstag, 23. März, 11.30 Uhr**  
**Mittagstisch für Senior\*innen**

Restaurant Hirschen, Gais

Anmelden bis Dienstagabend, 21. März, bei Claudia Toggweiler, 079 361 63 56.

#### Suppentag

**Sonntag, 26. März, 10.40 Uhr**  
**Ökumenischer Gottesdienst in der evangelischen Kirche**



Seelsorgerin Franziska Heigl, von der katholischen Seite, hat mit Brigitte Heule und Armin Elser von der evang. Seite und Schülerinnen und Schülern den ökumenischen Gottesdienst in der Fastenzeit vorbereitet.

Musikalisch wird der Gottesdienst vom Chor Gais umrahmt.

Im Anschluss daran findet das traditionelle Suppenessen im Saal des Restaurants Krone statt. Für Kuchenspenden sind beide Landeskirchen dankbar. Diese können vor oder nach dem Gottesdienst im Saal des Restaurants Krone abgegeben werden.

Der Claro Weltladen wird mit einem Verkaufstand in der Krone anwesend sein. Ob Fair-trade-Artikel, besondere Geschenke oder lokale Produkte:

Jeder Weltladen ist einmalig und führt ein speziell auf seine Kundschaft ausgerichtetes Sortiment.

Der Claro Weltladen führt nur Produkte, die nachweislich mit Rücksicht auf Mensch und Umwelt hergestellt sind.

#### Palmsonntag

**Mittwoch, 29. März, ab 13.30 Uhr**  
**Palmen binden im Pfarreizentrum**

Alle sind herzlich eingeladen, als Vorbereitung für den Palmsonntag Palmsträuße zu binden. Palmsonntag feiern wir in Gais am 1. April bereits um 17.30 Uhr in der Eucharistiefeier.



### Pfarreileben

#### Unterlagen zur Fastenzeit

Wir bleiben bei unserem Schritt in eine CO<sub>2</sub>-neutrale Zukunft und verzichten deshalb, wie schon die letzten Jahre, auf den Versand der Fastenaktion-Unterlagen. Exemplare liegen in der Kirche auf.

Auf Wunsch senden wir Ihnen diese auch gerne nach Hause, melden Sie sich ungeniert im Sekretariat.



## Fastenaktion 2023

Aktuell realisiert die Fastenaktion rund 330 Projekte mit kleinbäuerlichen Netzwerken, Solidaritätsgruppen sowie kirchlichen und zivilgesellschaftlichen Organisationen. In den 14 Landesprogrammen profitieren rund 633 000 Menschen direkt von ihrem Engagement.

Eine Mehrzahl der Projekte in den Landesprogrammen wird durch die Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit (Deza) finanziell unterstützt.

Als Beispiel das Projekt in Nepal:

Eine bessere und abwechslungsreichere Ernährung dank agrarökologischer Methoden für die Angehörigen von Minderheiten: Dies sind die Ziele des Projekts der Fastenaktion in den unzugänglichen Hügeln am Fusse des Himalayas.

Diskriminierung und einseitige Ernährung:

In den steilen Hügeln Zentralnepals leben die benachteiligten indigenen Gruppen Chepang und Tamang. Speziell die Chepang werden von vielen verachtet, weil sie andere Traditionen pflegen und viele von ihnen Naturreligionen praktizieren. Zudem haben sich die Chepang in der Hoffnung, dem Kastensystem zu entkommen, evangelischen Freikirchen angeschlossen, was von der hinduistischen Mehrheit misstrauisch beobachtet wird.

Die Chepang ernähren sich seit jeher von den Pflanzen und Tieren der tropischen Bergwälder und einer Vielzahl traditioneller Nahrungsmittel, die sie auf kleinen Feldern anbauen. Diese nachhaltige Subsistenzwirtschaft gerät zusehends unter Druck durch Einflüsse von aussen. Weisser Reis erscheint fortschrittlicher und löst zusehends gesunde Hirse und Knollenfrüchte ab. Kaum eine Familie kann, wegen des Zukaufs solcher Produkte, mehr von ihren Feldern leben. Auch fehlen staatliche Leistungen wie Schulbildung oder Gesundheitswesen oft gänzlich oder sind von zweifelhafter Qualität.

### Gezielte Aktivitäten, erfreuliche Resultate

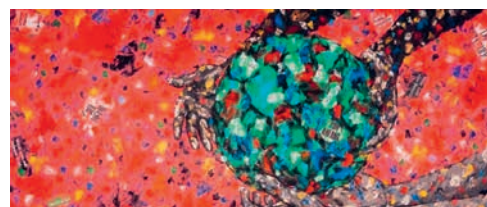
Über die letzten Jahre hat die Fastenaktion-Partnerorganisation Little Flower Society mit 400 Haushalten zusammengearbeitet und sich für eine Stärkung der Kultur der Minderheiten sowie eine verbesserte Schulbildung und Ernährung eingesetzt. Dieses Engagement hat sich auszahlt: Der Schulbesuch der Kinder hat deutlich zugenommen – auch weil kinderfreundliche Materialien und interessantere Lernmethoden eingeführt wurden. Die Eltern

engagieren sich in Schulkomitees und treffen sich regelmässig mit den Lehrpersonen. Zudem wurden die kulturellen Praktiken der Chepang in einem Buch festgehalten, um Vorurteile von Aussenstehenden abzubauen und die Würde und das Selbstvertrauen der Chepang zu stärken.

Wir legen Ihnen dieses und auch andere Projekte der Fastenaktion sehr ans Herz.

### Fastenzeit – was heisst das eigentlich?

Die Fastenzeit bezeichnet in der christlichen Religion den 46-tägigen Zeitraum vor Ostern. Sie besteht aus 40 Fastentagen und 6 fastenfreien Sonntagen. Während dieser Zeit finden einige der wichtigsten christlichen Fest- und Feiertage statt. Die Fastenzeit 2023 beginnt am Mittwoch, 22. Februar 2023, und endet am Samstag, 8. April 2023.



In unserer Kirche liegen beim Seitenaltar unter dem Hungertuch die Meditationsheftli «Dein blaues Wunder» auf. Nehmen Sie sich Zeit für sich und lesen Sie die kleinen Gebete und Meditationen 2023.

Im Korb liegen die Fastenkalender «Bitte zu Tisch». In den Kalendern finden Sie Rezepte zum Nachkochen, Erzählungen und Anregungen für die Zeit bis Ostern.

Bedienen Sie sich!

### Fastenwoche und Exerzitien in Teufen:

**Anmeldung bis 2. März** an Barbara Gahler, barbara.gahler@kath-teufen.ch oder SMS-Nachricht 079 793 99 32.

Einfach Fasten,  
leichter Leben

Heilfasten  
Intervallfasten






Angebot in Teufen  
Fastenwoche  
11. März 2023 bis 18. März 2023  
Katholische Kirche Teufen

Alte Übungen, die dich das Heilige in der Welt finden lassen.



„Alles trägt den einen Namen“

Exerzitien nach Ignatius von Loyola






„Meditative Übungen“

sind ein Weg der achtsamen Wahrnehmung. Sie sind ein Angebot für Jugendliche und Erwachsene. Du nimmst dir bewusst Zeit für Meditation, welche dich das Wirken Gottes in allen Dingen finden lässt. So kann Glaube wachsen und zu einer Lebenskraft in deinem Alltag werden.

## Kontakte

[www.kath-gais.ch](http://www.kath-gais.ch)

**Pfarrbeauftragter:** Pfarrer Albert Wicki, Langgasse 15, 9056 Gais, 071 793 13 20, albert.wicki@seelsorgeeinheitgaebri.ch

**Seelsorgerin/Seniorenarbeit:** Franziska Heigl, Langgasse 15, 9056 Gais, 071 793 93 54, franziska.heigl@kath-buehler.ch

**Pfarrsekretariat:** Gaby Hutter, Langgasse 15, 9056 Gais, 071 793 11 82, Di 8.00–11.00 und 14.00–16.00, Do 8.00–11.00, sekretariat@kath-gais.ch

**Mesmerin:** Jana Sivek, Rhänstrasse 3, 9056 Gais, 076 274 68 57

**Pastorale Mitarbeiterin:** Nikola Esslinger, Rotenwies 14, 9056 Gais, 079 296 60 79, nikola-nixe@gmx.ch

### Impressum

**Pfarrforum:** Der Innenteil «Seelsorgeeinheit Gäbris» ist eine Beilage zum Pfarrforum und erscheint 12-mal jährlich.

**Herausgeber:** Redaktion Pfarrforum, Webergasse 9, Postfach, 9004 St. Gallen

**Herstellung:** Cavelti AG, Marken. Digital und gedruckt, Gossau

**Verlag und Redaktion der Mantelpublikation**

**Pfarrforum:** Verein Pfarrblatt im Bistum St. Gallen, Webergasse 9, Postfach, 9004 St. Gallen

Redaktionsschluss nächste Nummer: 08.03.2023