

# Pfarrnachrichten

Katholische Kirchengemeinde Heilige Cosmas und Damian

www.cosmas-damian.de; cosmas-damian@bistum-essen.de; Tel.: 0201 436 46 10



Ausgabe 03/2026

08.02.- 22.02.2026



Fr., 13. März 2026

18.00 - 21:00 Uhr

Sondereinlass für Schwangere ab 17:30 Uhr

Sa., 14. März 2026

10.00 - 12:00 Uhr

Saal, St. Johann Baptist

Johanniskirchstr. 1, Altenessen

Wir verkaufen gepflegte Kinderkleidung, Spielzeug, Bücher, Fahrräder, etc.



Infos: kleidermarkt@st-johann.net



## ANMELDUNG

für Kinder und Jugendliche  
von 8-14 Jahren

Wir freuen uns auf Dich!

Noch Rückfragen?

Dann schreiben Sie gerne eine  
E-Mail an ffzniiko@gmail.com

### Samstag

7.

### Februar

07:00 Uhr Stiftskirche  
17:00 Uhr Hll. Schutzengel

### Hl. Messe

**Hl. Messe** mit den Kommunionkindern für †Paula Saaler; für †Rosemarie Weiland; für †Ayse Aytemur; für †Joachim Pohl; für †Bärbel Stihfe

### Vorabendmesse

### Vorabendmesse

### Sonntag

8.

### Februar

5. Sonntag im  
Jahreskreis

Jk. A, L1: Jes 58,7-10

L2: 1 Kor 2,1-5

Ev: Mt 5,13-16

08:00 Uhr Stiftskirche  
11:30 Uhr St. Joseph

### Hl. Messe

**Hl. Messe** mit den Kommunionkindern - auch im Livestream - JG für die ††Ehel. Bernhard u. Christel Luthe; für die Leb. u. ††der Fam. Anstasiadis; für ††Anstasia u. Karl Dobisch; für †Adeltrud Dziza

**Hl. Messe** für die ††Paul, Brigitte und Margarete Nowak, für die ††Herbert und Helena Laudamus, für †Herbert Hoffmann

**Hl. Messe** in kroatischer Sprache

**KONZERT** "Gospelchor St. Antonius Abbas"

11:30 Uhr St. Johann Baptist  
12:00 Uhr St. Hedwig  
17:00 Uhr St. Joseph

### Montag

9.

### Februar

07:00 Uhr Stiftskirche

### Hl. Messe

### Dienstag

10.

### Februar

07:00 Uhr Stiftskirche  
09:00 Uhr St. Elisabeth

### Hl. Messe

**Morgenlob** mit anschl. Frühstück im Pfarrhaus (Sitzungszimmer)

### Mittwoch

11.

### Februar

07:00 Uhr Stiftskirche  
08:30 Uhr Herz Mariä  
09:00 Uhr Hll. Schutzengel  
09:00 Uhr Herz Mariä

### Hl. Messe

**Rosenkranzgebet** für den Frieden in der Welt

### Seniorenmesse

### Hl. Messe

<b>Donnerstag</b> <b>12.</b> <b>Februar</b>	07:00 Uhr Stiftskirche 08:15 Uhr Paul-Hamburg-Haus 08:30 Uhr St. Hedwig 09:00 Uhr St. Joseph 09:00 Uhr St. Hedwig 16:00 Uhr Belia- Seniorenresidenz	<b>Hl. Messe</b> <b>Schulgottesdienst der Hövelschule im</b> <b>Rosenkranzgebet</b> <b>Hl. Messe</b> SWA für †Anita Hölscher; JG für ††Klara u. Josef Mazur <b>Hl. Messe</b> <b>Wort-Gottes-Feier</b>
<b>Freitag</b> <b>13.</b> <b>Februar</b>	07:00 Uhr Stiftskirche 08:30 Uhr St. Johann Baptist 09:00 Uhr St. Johann Baptist 18:30 Uhr St. Joseph	<b>Hl. Messe</b> <b>Rosenkranzgebet</b> für den Frieden in der Welt <b>Hl. Messe</b> <b>Hl. Messe</b> JG für †Hubert Blank
<b>Samstag</b> <b>14.</b> <b>Februar</b> <b>Valentinstag</b>	07:00 Uhr Stiftskirche 16:00 Uhr Hll. Schutzengel 17:00 Uhr Hll. Schutzengel 18:30 Uhr Herz Mariä	<b>Hl. Messe</b> <b>Tauffeier</b> Greta und Pia Rudwilleit <b>Hl. Messe mit den Kommunionkindern aus St. Elisabeth</b> – sehr gerne können Groß und Klein verkleidet zum Gottesdienst kommen <b>Vorabendmesse</b>
<b>Sonntag</b> <b>15.</b> <b>Februar</b> <small>6. Sonntag im Jahreskreis Jk. A, L1: Sir 15,15-20 L2: 1 Kor 2,6-10 Ev: Mt 5,17-37</small>	08:00 Uhr Stiftskirche 10:00 Uhr St. Hedwig  11:30 Uhr St. Joseph 11:30 Uhr St. Johann Baptist 12:00 Uhr St. Hedwig	<b>Hl. Messe</b> <b>Hl. Messe</b> in deutscher Sprache - auch im Livestream - für die Leb. u. ††der Fam. Sikora und Rajda; 1. JG für den †Jerzy Kalinowski, für die ††Eheleute Therese und Richard Watzlawek <b>Hl. Messe</b> SWA für †Waldemar Kowol; für die ††Ehel. Giovanni u. Michelina Larese, für †Filomena Larese <b>Hl. Messe</b> für den †Giovanni Strano <b>Hl. Messe</b> in kroatischer Sprache
<b>Montag</b> <b>16.</b> <b>Februar</b>	07:00 Uhr Stiftskirche	<b>Hl. Messe</b>
<b>Dienstag</b> <b>17.</b> <b>Februar</b>	07:00 Uhr Stiftskirche	<b>Hl. Messe</b>
<b>Mittwoch</b> <b>18.</b> <b>Februar</b> <b>Aschermittwoch</b> <small>Jk. A, L1: Joel 2,12-18 L2: 2 Kor 5,20-6,2 Ev: Mt 6,1-6.16-18</small>	07:00 Uhr Stiftskirche 08:20 Uhr Gemeindesaal ev. Immanuelkirche 08:30 Uhr St. Nikolaus 08:30 Uhr Herz Mariä  09:00 Uhr Hll. Schutzengel 09:00 Uhr Herz Mariä 09:15 Uhr Gemeindesaal ev. Immanuelkirche 11:00 Uhr St. Joseph 12:00 Uhr Ev. Thomaskirche 12:00 Uhr Kirche am Katernberger Markt 15:00 Uhr Gemeindesaal St. Elisabeth 15:30 Uhr Hospital z. Hl. Geist 16:00 Uhr Haus Monika 18:00 Uhr ev. Immanuelkirche 18:30 Uhr St. Joseph 19:00 Uhr St. Hedwig	<b>Hl. Messe</b> <b>Schulgottesdienst</b> der Johann-Michael-Sailer-Schule  <b>Schulgottesdienst der Nikolausschule</b> <b>Rosenkranzgebet</b> für den Frieden in der Welt <b>Seniorenmesse</b> für die Leb. u. †† der Familien Bodenstein u. Westerdick <b>Hl. Messe</b> <b>Schulgottesdienst</b> Johann-Michael-Sailer-Schule  <b>Schulgottesdienst</b> der Zollvereinschule zu Aschermittwoch <b>Andacht</b> Ashes to go <b>Andacht</b> Ashes to go  <b>Seniorengottesdienst</b> der ARG mit anschl. Treffen im Gemeindesaal  <b>Wort-Gottes-Feier</b> <b>Hl. Messe</b> <b>Ökumenischer Gottesdienst</b> - mitgestaltet vom Instrumentalkreis St. Elisabeth <b>Hl. Messe</b> <b>Hl. Messe</b> in kroatischer Sprache (Austeilung des Aschenkreuzes)
<b>Donnerstag</b> <b>19.</b> <b>Februar</b>	07:00 Uhr Stiftskirche 08:30 Uhr St. Hedwig 09:00 Uhr St. Joseph 09:00 Uhr St. Hedwig 15:00 Uhr Ev. Thomaskirche	<b>Hl. Messe</b> <b>Rosenkranzgebet</b> <b>Hl. Messe</b> <b>Hl. Messe</b> <b>Wort-Gottes-Feier der Frauen</b> mit anschl. Frühstück

<b>Freitag</b> <b>20.</b> <b>Februar</b>	07:00 Uhr Stiftskirche 08:00 Uhr St. Hedwig 08:30 Uhr St. Johann Baptist 09:00 Uhr St. Johann Baptist 18:00 Uhr St. Hedwig 18:30 Uhr St. Joseph	<b>Hl. Messe</b> <b>Schulgottesdienst</b> Schule an der Rahmstraße Schulgottesdienst zur Fastenzeit <b>Rosenkranzgebet</b> für den Frieden in der Welt <b>Hl. Messe</b> <b>Kreuzwegandacht</b> hl. Messe in kroatischer Sprache <b>Hl. Messe</b>
<b>Samstag</b> <b>21.</b> <b>Februar</b>	07:00 Uhr Stiftskirche 16:00 Uhr St. Joseph 17:00 Uhr Hll. Schutzengel  17:00 Uhr St. Hedwig  18:30 Uhr Herz Mariä	<b>Hl. Messe</b> <b>Goldhochzeit</b> der Eheleute Marianne und Peter Seibod <b>Vorabendmesse</b> für die †† Andreas u. Josef Deinert; für die †† Peter u. Georg Kutz; für die †† Eheleute Deinert <b>Vorabendmesse</b> zur Goldenen Hochzeit der Eheleute Einck für die Leb. u. †† der Fam. Gawlitta; für †Johann Gawlitta; für die †† Erwin u. Regina Jaszkevitz; für †Alma Scholtysek <b>Vorabendmesse</b> mit den Kommunionkindern - mitgestaltet vom Sing- und Flötenkreis und der Männerchola Herz Mariä für die Leb. u. †† der Familien Bücking, Kaschik u. Prünste
<b>Sonntag</b> <b>22.</b> <b>Februar</b> <b>Kathedra Petri</b> 1. Fastensonntag Jk. A, L1: Gen 2,7-9; 3,1-7 L2: Röm 5,12-19 Ev: Mt 4,1-11	08:00 Uhr Stiftskirche 11:30 Uhr St. Joseph 11:30 Uhr St. Johann Baptist  12:00 Uhr St. Hedwig 19:00 Uhr ZOOM-Meeting	<b>Hl. Messe</b> <b>Hl. Messe</b> für die †† Anna und Günther Dzierzan <b>Hl. Messe</b> - mitgestaltet vom Kirchenchor St. Nikolaus/St. Elisabeth; Frauenpredigtreihe PR Lara Frühling für die Leb und †† der Familien Przybilla und Beving <b>Hl. Messe</b> in kroatischer Sprache <b>Wort-Gottes-Feier</b> Link: <a href="http://tinyurl.com/wortgottesfeier">tinyurl.com/wortgottesfeier</a>

## Verstorbene aus unserer Pfarrei

Veronika Schrooten, Ulrike Neumann, Karl-Heinz Köster, Gerda Tretau-Matussik, Bernard Wiosna, Margret Siebrecht, Konkordia Rosol, Klaus-Peter Demski, Wolfgang Schwartz, Silke Gsell, Detlef Loboda, Laiana Bynger



**Herr, gib unseren Verstorbenen die ewige Ruhe!**

Am Karneval-Sonntag, den **15.02.** steht die **Messe in St. Joseph** um 11:30 Uhr unter dem Motto: „**Vergiss die Freude nicht!**“ Kinder sollen in ihren Kostümen kommen. Ein Clown kommt zu Besuch und erzählt uns, was uns froh macht trotz aller Sorgen

**Ehrenamtliche für Musikbegleitung gesucht** für den monatlichen Gottesdienst im Altenpflegeheim - Die Zeitspende beträgt ca. 1 Stunde. Nähere Informationen bei Hildegard Högner-Gierszal, Altenheimseelsorgerin in der Pfarrei Heilige Cosmas & Damian, Tel. 0152-53190178.

Die **ARG - St. Joseph** veranstaltet am Rosenmontag, den 16.02.2026 wieder eine Karnevalfeier im Gemeindezentrum, Termeerhöfe 10. Wir beginnen um 9:00 Uhr mit einem gemeinsamen Frühstück. Anschließend folgen Büttenreden, Gesang und Tanz bei Live - Musik. Ende ist gegen 13:00 Uhr. Karten können bei Wilhelm Vorrath, Tel.: 302259 und Peter Hesse, Tel.: 300885 zum Kostenbeitrag von 10 € erworben werden.

**FRÜHSCHICHTEN IN DER FASTENZEIT**  
Auch in diesem Jahr finden in der vorösterlichen Zeit wieder Frühschichten statt, und zwar immer freitags um 7:00 Uhr. Wir beginnen am Freitag, dem 20. Februar, und die letzte Frühschicht ist dann am Freitag, dem 27. März. Der Ort für die Gottesdienste und das anschließende gemeinsame Frühstück ist wieder das Apostelstübchen im Gemeindeheim St. Hedwig. Es wäre sehr schön, wenn wir - wie in den letzten Jahren - wieder zahlreiche Mitfeiernde begrüßen können.

Schätze und Schnäppchen für den guten Zweck - Am **13. und 14. März** lädt das **Team des Kinderkleidermarktes St. Johann** zum Shopping in den Gemeindesaal ein. Wir verkaufen für Sie gepflegte Kinderkleidung für die Frühjahrs-/Sommersaison, sowie Spielzeug, Fahrzeuge, u.v.m. Einen Teil des Umsatzes spenden wir an verschiedene caritative Projekte im Stadtteil und an die Kolumbienhilfe e.V: Zum Late-Night-Shopping am Freitag gibt es einen früheren Einlass für Schwangere sowie köstliche Verpflegung durch die Kolumbienhilfe im Café des Foyers. Wir freuen uns auf Sie!

Am Sonntag, den 8. Februar um 10:00 Uhr trifft sich die **Kolpingsfamilie Frillendorf** im Haus Waterfohr, Huthstr. 1 zu einem geistlichen Impuls und gemeinsamem Frühstück. Die belegten Brote bitte mitbringen, Kaffee, Tee und andere Getränke werden vor Ort sein.

Die **ARG St. Johann Baptist** lädt alle Männer der Gemeinde an jedem 2. Mittwoch im Monat um 9:30 Uhr zu ihrer Morgenrunde ein. Wir treffen uns in Altenessen im Gemeindesaal in der Johanniskirchstraße 1 in der ersten Etage. Der nächste Termin ist der **11. Februar**.

## „Kommt! Bringt eure Last.“

### Zum Weltgebetstag 2026 aus Nigeria

Am Freitag, dem 6. März 2026, feiern Menschen in über 150 Ländern der Erde den Weltgebetstag der Frauen aus Nigeria. „Kommt! Bringt eure Last.“ lautet ihr Motto, angelehnt an Matthäus 11,28-30.

In Nigeria werden Lasten von Männern, Kindern vor allem aber von Frauen auf dem Kopf transportiert. Doch es gibt auch unsichtbare Lasten wie Armut und Gewalt. Das facettenreiche Land ist geprägt von sozialen, ethnischen und religiösen Spannungen. Islamistische Terrorgruppen wie Boko Haram verbreiten Angst und Schrecken. Die korrupten Regierungen kommen weder dagegen an, noch sorgen sie für verlässliche Infrastruktur. Umweltverschmutzung durch die Ölindustrie und Klimawandel führen zu Hunger. Armut, Perspektivlosigkeit und Gewalt sind die Folgen all dieser Katastrophen.

Hoffnung schenkt vielen Menschen in dieser existenzbedrohenden Situation ihr Glaube. Diese Hoffnung teilen uns christliche Frauen aus Nigeria mit – in Gebeten, Liedern und berührenden Lebensgeschichten. Sie berichten vom Mut alleinerziehender Mütter, von Stärke durch Gemeinschaft, vom Glauben inmitten der Angst und von der Kraft, selbst unter schwersten Bedingungen durchzuhalten und weiterzumachen.

Der Weltgebetstagsgottesdienst in Altenessen findet um 15 Uhr in der Kirche St. Johann statt. Evangelische und katholische Frauen gestalten ihn gemeinsam. Nach dem Gottesdienst laden die katholischen Frauen alle zum Kaffeetrinken und zur Begegnung in den Pfarrsaal St. Johann ein.

Wir freuen uns, Sie persönlich zu begrüßen.

Brigitte Heckenbäcker, St. Johann

## Über die Bibel ins Gespräch kommen ....

Die Bibel ist das Buch für uns Christen. Es steckt voller Weisheit und Ärgernisse, Wunder und Schrecken. Diesen kommen wir im traditionsreichen Frillendorfer Bibelgesprächskreis in lockerer Art und Weise auf die Spur. Und das ökumenisch! Man(n) / Frau muss nicht jedes Mal kommen ... - Schnuppern ist erwünscht!

Aktuell lesen wir aus dem Alten Testament, das Buch Exodus. Begleitet werden wir vom evangelischen Pfarrer Martin Keßler.

Nächster Termin: **Freitag, 27. Februar 2026, 15:00 Uhr im Haus Waterfohr, Huthstr. 1, Frillendorf.**

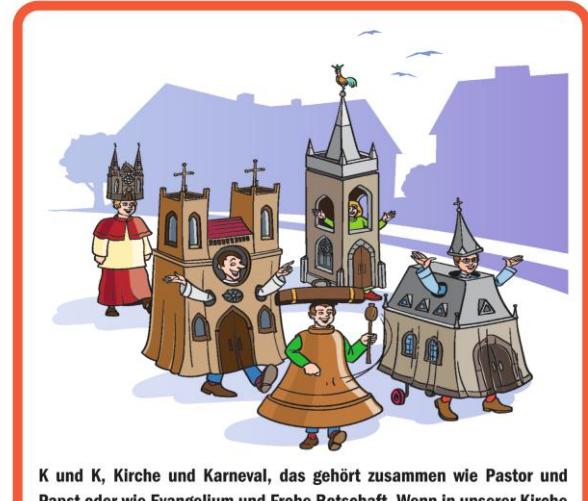
Wir freuen uns auf weitere Mitlesende (bzw. Mitsuchende).

Die **Kolpingsfamilie Katernberg** trifft sich um 19:00 Uhr im Gemeindezentrum St. Joseph:

- 09.02. Bitte recht freundlich !  
Kleine Geste, große Wirkung  
Referentin: Marlies Schulte
- 16.02. Rosenmontag – kein Treffen !
- 23.02. Filmabend  
Leitung: Eva Fischer

Die **ARG St. Elisabeth** trifft sich jeden 3. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr im Gemeindesaal zum Seniorengottesdienst mit anschließendem Kaffeetrinken im Gemeindesaal. Der nächste Termin ist Aschermittwoch, der **18.02.** mit Austeilung des Aschekreuzes. Anschließend Kaffeetrinken mit Spielen und Klönen.

Die diesjährige **Kevaeler Wallfahrt** findet pfarreiweit am Mittwoch, den 06.05. statt. Für weitere Informationen melden Interessenten sich bitte bei Diakon Franz-Josef Kaminski unter der Telefonnummer 30 31 62.



K und K, Kirche und Karneval, das gehört zusammen wie Pastor und Papst oder wie Evangelium und Frohe Botschaft. Wenn in unserer Kirche nicht mehr gelacht wird, schreckt sie die Menschen ab.

Manfred Förster

## Am Rosenmontag, 16. 02. 2026, bleibt das Pfarrbüro geschlossen

**Pfarrbüro Joseph-Schüller-Platz 5 und Friedhofsverwaltung**

**Tel.: 0201 / 43 64 610**

Montag	10:00 - 12:00 Uhr
Dienstag	10:00 - 12:00 Uhr
	15:00 - 17:00 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	10:00 - 12:00 Uhr
Freitag	10:00 - 12:00 Uhr

**Pfarrbüro, Johanniskirchstr. 5**

**Tel.: 0201 / 34 36 16**

Dienstag und Donnerstag 10:00 - 12:00 Uhr  
oder nach vorheriger Terminvereinbarung