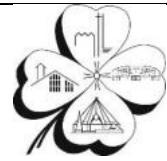


# Gruß zum Sonntag

## der Pastoralen Einheit Wuppertal Südhöhen

15. Februar 2026



### 6. Sonntag im Jahreskreis (Mt 5, 20-37)

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern:

20Ich sage euch: Wenn eure Gerechtigkeit nicht weit größer ist als die der Schriftgelehrten und der Pharisäer, werdet ihr nicht in das Himmelreich kommen.

21Ihr habt gehört, dass zu den Alten gesagt worden ist: Du sollst nicht töten; wer aber jemanden tötet, soll dem Gericht verfallen sein.

22Auch aber sage euch: Jeder, der seinem Bruder auch nur zürnt, soll dem Gericht verfallen sein.

27Ihr habt gehört, dass gesagt worden ist: Du sollst nicht die Ehe brechen.

28Ich aber sage euch:

Jeder, der eine Frau ansieht, um sie zu begehrn, hat in seinem Herzen schon Ehebruch mit ihr begangen.

33Ihr habt gehört, dass zu den Alten gesagt worden ist: Du sollst keinen Meineid schwören,

und: Du sollst halten, was du dem Herrn geschworen hast.

34Auch aber sage euch: Schwört überhaupt nicht.

37Eure Rede sei: Ja ja, nein nein; was darüber hinausgeht, stammt vom Bösen.

Liebe Schwestern und Brüder,

Jesus geht heute tiefer als das Gesetz. Er sagt nicht nur: „Du sollst nicht töten“, sondern er schaut auf den Weg dahin: Ärger – Wut – Hass – und dann der Tod. Jesus will diesen Prozess stoppen, bevor er beginnt – im Herzen.

Nicht nur korrekt handeln, sondern heilend leben: So werden wir Werkzeuge des Friedens und nicht der Spaltung. Auch beim Reden geht Jesus tiefer. Der Jakobusbrief sagt: „Die Zunge ist ein kleines Glied, doch sie richtet große Schäden an“ (Jak 3,5) und: „Mit ihr loben wir Gott, und mit ihr verfluchen wir Menschen – das darf nicht so sein“ (Jak 3,9–10). Darum unterscheiden wir zwischen kleinen, humorvollen Worten und jenen Lügen, die verletzen, zerstören und Vertrauen töten.

Als indischer Priester sage ich oft: Ein kleines Feuer wärmt, aber wenn man es nicht achtet, brennt das ganze Haus. So ist es mit Ärger, Worten und Gedanken.

Jesus ruft uns heute zu einer höheren Gerechtigkeit: nicht nur korrekt handeln, sondern heilend leben, damit aus unserem Leben nicht Tod, sondern Segen wächst Amen.

Pater Paul

Die Katholische Kirche auf den Südhöhen lädt ein:

Ein **Faltblatt** mit den Terminen in der **Fastenzeit** und zur **Feier der Ostertage** ist erschienen und in den Kirchen zur Mitnahme ausgelegt. Es ist auch diesem Sonntagsgruß angehängt.

## Gemeinsam backen für eine gerechte Welt: Glückskekse für Kamerun

Herzliche Einladung an alle Kinder zum gemeinsamen Backen am **21. Februar von 15 bis 18.30 Uhr** im Gemeindezentrum von St. Joseph, Remscheider Straße 8. Die fertigen Kekse werden gegen eine Spende beim Gemeindetreff verteilt. Die Spenden kommen der Misereor-Fastenaktion zugute. Wie Misereor die Spenden nutzt und was damit in Kamerun passiert, hören wir ebenfalls an diesem Nachmittag. Helfende Eltern sind uns herzlich willkommen.

Anmeldungen bitte bis zum 17. Februar an [theresa.hennecke@erzbistum-koeln.de](mailto:theresa.hennecke@erzbistum-koeln.de).

## Gemeinderatswahlen am 21./22. März 2026

Die endgültigen **Kandidierendenlisten** finden Sie in den Aushängen bzw. auf der Homepage. Danke allen, die sich als Kandidat\*in zur Wahl stellen!

**Briefwahl** ist möglich! Briefwahlunterlagen sind auf Antrag über die Pfarrbüros erhältlich. Antragsformulare werden in der kommenden Woche in den Kirchen ausgelegt und auf der Homepage veröffentlicht. Die Briefwahlunterlagen können anschließend in den Pfarrbüros abgeholt werden oder werden auf Wunsch zugesandt.

### Antrag auf Aufnahme in die Wählendenliste

Sie wohnen außerhalb der Südhöhangemeinden, möchten hier aber an der Gemeinderatswahl teilnehmen? Sie möchten einen anderen Gemeinderat wählen als der zu ihrem Wohnort auf den Südhöhen gehörige (z.B. wohnhaft in St. Christophorus, aber den Gemeinderat von St. Hedwig wählen)? Dann füllen Sie bitte den entsprechenden Antrag an den Wahlausschuss aus und lassen ihn bis spätestens 10. März 2026 einem der Pfarrbüros zukommen.

Am 21. und 22. März finden in unserer Gemeinde auch die **Wahlen zum Kirchenvorstand** statt. Die Vorschlagsliste zur Kirchenvorstandswahl finden Sie im Anhang, sie ist auch in den Kirchen und Schaukästen ausgehängt.

Rechtzeitig vor Ostern erscheint der neue Pfarrbrief. In drei Bezirken ist die Verteilung aktuell nicht geregelt. Es handelt sich um die Straßen

- Böhler Weg, 29 Haushalte,
- Käthe-Kollwitz-Weg, 13 Haushalte, und
- Staubenthaler Höhe, 34 Haushalte.

Können Sie möglicherweise die Verteilung in einem (oder mehreren) dieser Bezirke übernehmen und auf diese Weise dazu beitragen, dass auch die Gemeindemitglieder in diesen Straßen mit einem Pfarrbrief informiert werden? Melden Sie sich gegebenenfalls bitte im [Pfarrburopfarrbuero-st.christophorus@suedhoehen.de](mailto:Pfarrburopfarrbuero-st.christophorus@suedhoehen.de) oder 0202 890 177 36 – Herzlichen Dank!

Im ersten Halbjahr 2026 finden **Termine für Präventionsschulungen** an den folgenden Tagen statt:

**Basisschulungen:** 16.4.26 18.00 – ca. 21.30 Uhr, 10.6.26. 18.00 – ca. 21.30 Uhr;

**Basis+Schulung:** 30.5.26 9.00-16.00 Uhr

Anmeldung bitte direkt an

Beate Gassel

Präventionsfachkraft St Joseph

Schulungsreferentin für das Erzbistum Köln

01573 7063008 oder [beate.gassel@erzbistum-koeln.de](mailto:beate.gassel@erzbistum-koeln.de)

Die Pfarrbüros sind am Rosenmontag geschlossen.

## Beichtgelegenheit

Die Seelsorger unserer Gemeinden bieten Termine für eine Beichtgelegenheit oder für eine Krankenkommunion an. Dazu melden Sie sich gerne in unseren Pfarrbüros, wir leiten Ihr Anliegen umgehend zur Terminvereinbarung weiter.

<b>Samstag, 14. Februar</b>	J	11.30	<b>Orgelmusik zur Marktzeit</b> mit Achim Maertins (Vohwinkel)
<b>Mittwoch, 18. Februar</b>	J	20.00	<b>Kreis froher Christen</b>
<b>Donnerstag, 19. Februar</b>	C	19.30	<b>Spieleabend „spielen und klönen“, Gemeinderaum</b>
<b>Samstag, 21. Februar</b>	J	15.00	<b>Kinderfastenaktion: Wir backen Glückskekse</b>
<b>Sonntag, 22. Februar</b>	J	15.00	<b>Café Sara: Veeh-Harfen und Märchen</b>

## Musik auf den Südhöhen

Hl. Ewalde	Dienstag, 19.15 Uhr	Chorprobe Cäcilia
Hl. Ewalde	Mittwoch, 19.30 Uhr	Probe der „Exbrassionisten“
Hl. Ewalde	Donnerstag, 20.00 Uhr	Chorprobe „InTakt“
St. Hedwig	Freitag, 16.30 Uhr	Chorprobe Hedwigkids
St. Joseph	Freitag, 17.00 Uhr	Kinderchorprobe
	Freitag, 18.00 Uhr	Chorprobe „aCHORd“

## Gottesdienste auf den Südhöhen

13. – 22. Februar 2026



<b>Freitag, 13. Feb.</b>	9.00 Uhr Kirche St. Hedwig	<b>Hl. Messe</b>
<b>Samstag, 14. Feb.</b>	17.30 Uhr Kirche Hl. Ewalde	<b>Hl. Messe</b>
<b>Sonntag, 15. Feb. 6. Sonntag im Jahreskreis</b>	9.30 Uhr Kirche Hl. Ewalde	<b>Hl. Messe</b> , musikalisch mitgestaltet vom Kirchenchor "Cäcilia", <b>Kinderwortgottesdienst</b> im kleinen Pfarrsaal
	9.30 Uhr Kirche St. Christophorus	<b>Hl. Messe</b> , anschl. Gemeindetreff
	11.00 Uhr Kirche St. Joseph	<b>Hl. Messe</b> , musikalisch mitgestaltet vom Musik-Trio „2 + 1“
	11.00 Uhr Kirche St. Hedwig	<b>Hl. Messe</b>
<b>Dienstag, 17. Feb.</b>	9.00 Uhr Unterkirche St. Joseph	<b>Hl. Messe</b>
<b>Mittwoch, 18. Feb. Aschermittwoch</b>	11.30 Uhr Kirche Hl. Ewalde	<b>Hl. Messe zur Marktzeit</b> mit Austeilung des Aschekreuzes
	19.00 Uhr Kirche St. Joseph	<b>Hl. Messe</b> mit Austeilung des Aschekreuzes
	19.00 Uhr Kirche St. Hedwig	<b>Hl. Messe</b> mit Austeilung des Aschekreuzes
<b>Donnerstag, 19. Feb.</b>	17.00 Uhr Kirche St. Hedwig	<b>Rosenkranzgebet</b>
	19.00 Uhr Unterkirche St. Joseph	<b>Gebetszeit für alle!</b>
<b>Freitag, 20. Feb.</b>	9.00 Uhr Kirche St. Hedwig	<b>Hl. Messe</b>
	18.00 Uhr Kirche Hl. Ewalde	<b>Auszeit - Atem holen für den Frieden</b>
	20.00 Uhr Kirche St. Christophorus	<b>Taizé-Gebet</b> , im Anschluss Beisammensein im Gemeideraum
<b>Samstag, 21. Feb.</b>	17.30 Uhr Unterkirche St. Joseph	<b>Sonntagvorabendmesse für die Südhöhen</b>
<b>Sonntag, 22. Feb. Kathedra Petri 1. Fastensonntag</b>	9.30 Uhr Kirche Hl. Ewalde	<b>Hl. Messe</b>
	9.30 Uhr Kirche St. Christophorus	<b>Hl. Messe</b>
	11.00 Uhr Kirche St. Joseph	<b>Familienmesse mit den Erstkommunionkindern</b> , anschl. Gemeindetreff
	11.00 Uhr Kirche St. Hedwig	<b>Ökumenischer Gottesdienst gemeinsam mit der Johanneskirche</b> , es singt der ökumenische Südstadtchor, im Anschluss 12 Uhr Café
	14.30 Uhr Kirche Hl. Ewalde	<b>Rosenkranz und Hl. Messe</b>

Herausgeber: Pastorale Einheit Wuppertal Südhöhen, Hauptstr. 96, 42349 Wuppertal  
verantwortlich: Pfr. Norbert Grund • Änderungen vorbehalten

St. Christophorus	Schliemannweg 64, 42287 Wuppertal Tel.: 0202 89017736 <a href="mailto:pfarrbuero-st.christophorus@suedhoehen.de">pfarrbuero-st.christophorus@suedhoehen.de</a>	Öffnungszeiten des Pfarrbüros Dienstag 15.00 – 17.30 Uhr Mittwoch 15.00 – 18.00 Uhr Donnerstag 09.00 – 12.00 Uhr
Hl. Ewalde	Hauptstr. 96, 42349 Wuppertal Tel.: 0202 474711 <a href="mailto:pfarrbuero-hl.ewalde@suedhoehen.de">pfarrbuero-hl.ewalde@suedhoehen.de</a>	Öffnungszeiten des Pfarrbüros Montag - Donnerstag 09.00 – 12.00 Uhr Dienstag und Donnerstag 14.00 – 17.00 Uhr
St. Hedwig	Am Friedenshain 30, 42349 Wuppertal Tel.: 0202 420590 <a href="mailto:pfarrbuero-st.hedwig@suedhoehen.de">pfarrbuero-st.hedwig@suedhoehen.de</a>	Öffnungszeiten des Pfarrbüros Dienstag 15.00 – 18.00 Uhr Mittwoch und Freitag 09.00 – 12.00 Uhr
St. Joseph	Lilienstr. 12a, 42369 Wuppertal Tel.: 0202 4660778 <a href="mailto:pfarrbuero-st.joseph@suedhoehen.de">pfarrbuero-st.joseph@suedhoehen.de</a>	Öffnungszeiten des Pfarrbüros Montag 16.00 – 18.00 Uhr Dienstag, Mittwoch, Freitag 09.00 – 12.00 Uhr Donnerstag 15.00 – 18.00 Uhr

# Österliche Vorbereitungszeit 2026

## Aschermittwoch 18.02.

um 11.30 Uhr Hl. Messe zur Marktzeit mit Erteilung des Aschekreuzes  
in **Hl. Ewalde**

um 19 Uhr Hl. Messe mit Erteilung des Aschekreuzes in **St. Joseph**  
um 19 Uhr Hl. Messe mit Erteilung des Aschekreuzes in **St. Hedwig**

## Feuerschalenimpuls in der Fastenzeit

in **St. Hedwig** am 11.03., 18.03. und 25.03.2026 jeweils um 18 Uhr

## Früh- und Spätschichten

**Spätschicht in Hl. Ewalde** am 14.03. um 17.30 Uhr

**Aufmerken in der Fastenzeit - Aufleben: Spätschichten in St. Joseph**  
mit anschließender Möglichkeit des Austauschs am 04.03. und 18.03.,  
jeweils um 19 Uhr,

**Aufmerken in der Fastenzeit - Aufleben: Frühschichten in St. Joseph**  
mit anschließendem Frühstück am 14.03. und 28.03., jeweils um 8 Uhr

## 19.17 – Gotteszeit, besonders für junge Menschen

in **Hl. Ewalde** am 13.03. um 19.17 Uhr

## Auszeit – Atem holen und Ankommen in der Fastenzeit

in **Hl. Ewalde** am 20.02., 13.03., 20.03. und 27.03., jeweils um 18 Uhr

## Weltgebetstag 06.03.

um 19 Uhr ökumenischer Gottesdienst in **St. Christophorus** gemeinsam  
mit der Ev. Gemeinde Unterbarmen-Süd

um 17 Uhr ökumenischer Gottesdienst in der **Christuskirche für St. Hedwig**  
gemeinsam mit der Johanneskirche und der Christuskirche  
für **Hl. Ewalde** um 18 Uhr ökumenischer Gottesdienst im Zentrum Emmaus,  
Hauptstr. 39  
um 17 Uhr ökumenischer Gottesdienst in der ev.-ref. Gemeinde gemeinsam mit  
**St. Joseph** und den anderen christlichen Gemeinden in Ronsdorf, Einstimmung  
ab 16 Uhr

## Abendoase – Spirituelles und Kreatives in der Fastenzeit

in **Hl. Ewalde** am 11.03. um 18 Uhr

## Taizé-Gebet

in **St. Christophorus** am 20.02. und 20.03. um 20 Uhr in der Kirche, anschl.  
Beisammensein

## Andacht „Words & Worship“

In **St. Christophorus** am 27.02. um 18 Uhr in der Kirche

## Familienmessen

am 08.03. um 11.00 Uhr in **St. Hedwig**, mitgestaltet von den Hedwigkids  
am 15.03. um 09.30 Uhr in **St. Christophorus**  
am 22.02. und 22.03. um 11.00 Uhr in **St. Joseph**  
am 01.03. um 09.30 Uhr in **Hl. Ewalde**, mitgestaltet von InTakt,

## Beichtgelegenheit

in allen vier Südhöhengemeinden nach Absprache

## Bibeltage

am 21.03. ab 10 Uhr **Südhöhen-Bibeltag** im Gemeindezentrum von  
St. Joseph/Ronsdorf. Das Motto lautet „Vom Klagen und Jubeln - Ein Tag  
mit den Psalmen“, der Tag endet mit einem Gottesdienst um 16.00 Uhr.  
Anmeldung über die Pfarrbüros bitte bis 12.03.  
am 28.03. **Kinderbibeltag**, nähere Informationen und Anmeldungen folgen

## Versöhnungsgottesdienst

in **St. Joseph** am 25.03. um 19 Uhr

in **Hl. Ewalde** am 26.03. um 19 Uhr

## Palmsonntag, 29.03. – Hl. Messen mit Palmweihe

in **Hl. Ewalde** um 09.30 Uhr

in **St. Christophorus** um 09.30 Uhr

in **St. Hedwig** um 10.30 Uhr Beginn der Palmsonntagsfestmesse mit Palmsegnung  
an der **Johanneskirche**, im Anschluss gemeinsame Prozession zur Messe in  
St. Hedwig, Kinderwortgottesdienst im Pfarrzentrum, im Anschluss 12 Uhr Café  
(auch am Vorabend um 17.30 Uhr für die Pfarreiengemeinschaft)

in **St. Joseph**, Beginn um 11 Uhr mit **Gemeindezentrum** mit Kindergottesdienst in  
der Unterkirche

## **Die österlichen Tage**

**Gründonnerstag, 02.04.**

**Abendmahlfeier für Hl. Ewalde und St. Hedwig** um 20 Uhr in Hl. Ewalde,  
**Liturgische Nacht** im Anschluss in Hl. Ewalde

**Abendmahlfeier** um 20 Uhr in **St. Joseph** für St. Christophorus und  
St. Joseph mit anschl. **Agapefeier**

**Karfreitag 03.04.**

**Morgengebet** um 7 Uhr zum Abschluss der Liturgischen Nacht in **Hl. Ewalde**

**Karfreitagsliturgie** um 15 Uhr in **St. Joseph** für  
St. Christophorus und St. Joseph

**Karfreitagsliturgie** um 15 Uhr in **Hl. Ewalde**

**Karfreitagsliturgie** um 15 Uhr in **St. Hedwig**

**Gebet vor dem Kreuz** um 20 Uhr in **Hl. Ewalde**

**Osternacht, 04.04.**

**Feier der Osternacht**

um 21 Uhr in **Hl. Ewalde**, mitgestaltet von InTakt, anschließend

Agape in der Kirche

um 21 Uhr in **St. Hedwig** mit anschließender Agape im Pfarrzentrum

um 21 Uhr in **St. Joseph** für St. Christophorus und St. Joseph mit Projektchor  
(Proben am 27.02., 06.03., 13.03., 27.03., 19 Uhr, GZ) mit anschl. Agapefeier

**Ostersonntag, 05.04.**

**Hl. Messen** zu den Sonntagszeiten

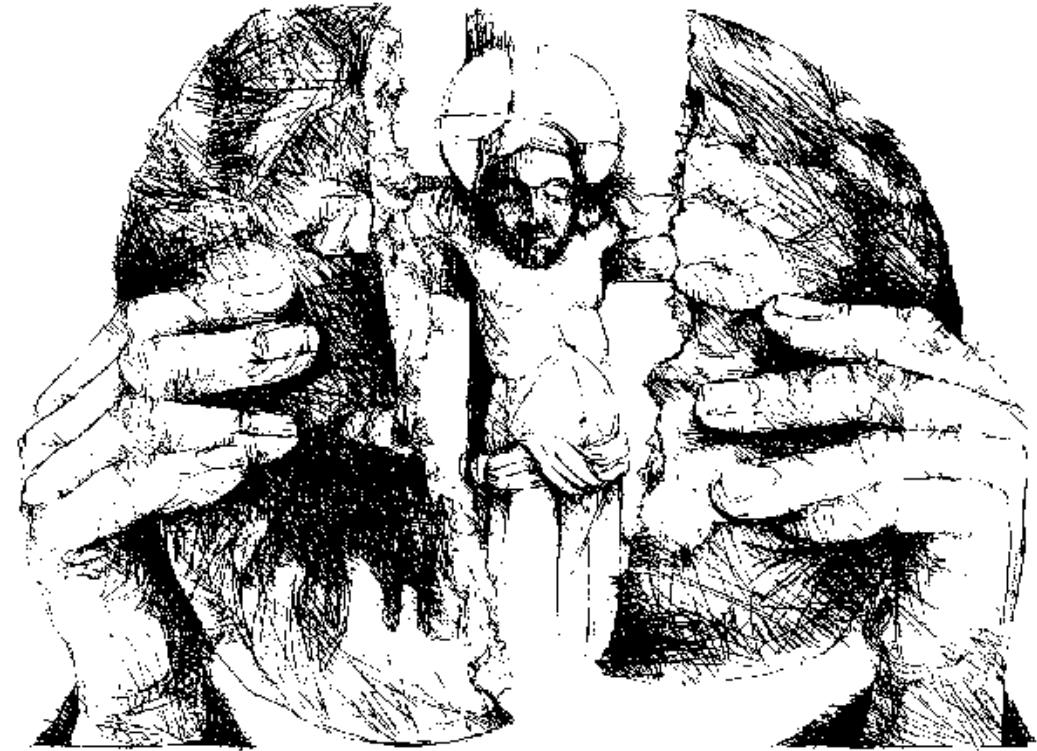
**Ostermontag 06.04.**

**Hl. Messen** zu den Sonntagszeiten

**Ökumenischer Emmausgang** um 10.30 Uhr am **Kath. Friedhof** zur  
Emmauskirche, dort Abschlussgottesdienst und Begegnung

Wir **wünschen** Ihnen  
die Erfahrung der Auferstehung  
**auch** in Ihrem Leben  
und die Freude von Ostern!

Änderungen und/oder Ergänzungen vorbehalten. Bitte beachten Sie die aktuellen  
Bekanntmachungen insbesondere auf der Internetseite [www.suedhoehen.de](http://www.suedhoehen.de), im  
Sonntagsgruß und in den Vermeldungen.



**Herzliche Einladung**  
zur  
**Fastenzeit und**  
**Feier der Ostertage 2026**  
in der  
Pastoralen Einheit  
Wuppertal Südhöhen

Christlich.  
Mutig.  
Handelnd.

# Wahl 2026

KV

zum Kirchenvorstand im  
Erzbistum Köln  
in den fusionierten  
Kirchengemeinden

Formblatt 5

## Katholische Kirchengemeinde St. Joseph

### Vorschlagsliste für die Wahl zum Kirchenvorstand

Name, Vorname	Wohnort	Alter (bei Einver- ständnis des/ der Kandidier- enden)	Beruf
Freund, Stefan	42349	56	Universitätsprofessor
	Hl. Ewalde		
Gatzenmeier, Andreas	42287	61	Finanzbeamter
	St. Christophorus		
Mertmann, Daniel	42369	63	Rentner
	St. Joseph		
Mittelstenscheidt, Marc	42887	49	Dipl. Ing. Maschbau, Konstruktionsleiter
	St. Christophorus		
Peters, Michael	42119	74	Zahntechnikermeister i.R.
	St. Hedwig		
Poel, Heiner	42369	66	Rentner
	St. Joseph		
Sailer, Andreas	42119	59	Notar
	St. Hedwig		
Schellenbach-Zell, Judith	42349	48	Wissenschaftl. Mitarbeiterin
	Hl. Ewalde		
	Ort/Ortsteil		

**Formblatt 5 / Vorschlagsliste  
für die Wahl zum Kirchenvorstand / Seite 2**

## **Auszug aus der Wahlordnung**

für die Wahl der Kirchenvorstände in der Erzdiözese Köln vom 13. März 2025

### **§ 9 Ergänzung der Vorschlagsliste**

- (1) Die Wahlberechtigten haben das Recht, die Vorschlagsliste zu ergänzen.
- (2) Der Ergänzungsvorschlag ist gültig, wenn er
  - a) von mindestens 10 wahlberechtigten Personen mit Vor- und Nachnamen sowie unter Angabe des Erstwohnsitzes unterzeichnet ist,
  - b) die schriftliche Erklärung der oder des Vorgeschlagenen enthält, dass sie oder er zur Kandidatur bereit ist,
  - c) bei der/dem Vorgeschlagene/n die Wahlbarkeitsvoraussetzungen gemäß § 8 Abs. 2 lit. c) vorliegen und
  - d) der Ergänzungsvorschlag innerhalb von einer Woche nach Beginn der Veröffentlichung (§ 8 Absatz 5) beim Wahlvorstand eingereicht ist.
- (3) Unabhängig von Absatz 1 und Absatz 2 kann der Wahlvorstand die Vorschlagsliste ergänzen, wenn nicht genug Kandidatinnen oder Kandidaten vorhanden sind oder Kandidatinnen oder Kandidaten ihre Kandidatur zurückziehen.

### **§ 10 Prüfung der Wahlvorschläge; Veröffentlichung der Kandidierendenliste**

- (1) <sup>1</sup>Der Wahlvorstand stellt nach Ablauf der Frist nach § 8 Absatz 5 die Zulässigkeit der Ergänzungsvorschläge und gleichzeitig die Kandidierendenliste insgesamt fest. <sup>2</sup>Ist der Wahlvorstand der Auffassung, dass eine Kandidatin oder ein Kandidat die Wahlbarkeitsvoraussetzungen nicht erfüllt, weist er die Kandidatur zurück. <sup>3</sup>Die Streichung aus der Vorschlagsliste bzw. die Zurückweisung des Ergänzungsvorschlages wird der oder dem Betroffenen schriftlich bekannt gegeben und ist zu begründen.
- (2) <sup>1</sup>Gegen den Beschluss des Wahlvorstandes nach Absatz 1 Satz 2 steht den Betroffenen innerhalb einer Woche nach dessen Zugang die Beschwerde an das Erzbischöfliche Generalvikariat zu. <sup>2</sup>Die Beschwerde ist schriftlich zu erheben und zu begründen. <sup>3</sup>Das Erzbischöfliche Generalvikariat entscheidet innerhalb von einer Woche endgültig und teilt seine Entscheidung den davon Betroffenen mit.
- (3) <sup>1</sup>Der Wahlvorstand veröffentlicht die endgültige Kandidierendenliste ortsüblich, insbesondere durch Aushang, Pfarrbrief, Internetveröffentlichung und Bekanntgabe in den Gottesdiensten, spätestens vier Wochen vor dem Wahltag. <sup>2</sup>Sofern gültige Ergänzungsvorschläge vorliegen, sind diese mit der Vorschlagsliste zusammenzufassen. <sup>3</sup>Soweit die Kandidierendenliste nach einer Entscheidung gemäß Abs. 2 zu ergänzen ist, hat der Wahlvorstand die ergänzte Liste unverzüglich ortsüblich zu veröffentlichen. <sup>4</sup>§ 8 Absatz 3 und 4 gelten entsprechend.

Der/Die Vorsitzende des Wahlvorstandes: J. Freund, Pfr.

Beginn Aushang: 06.02.2026 Ende Aushang: 13.02.2026

Unterschrift