# Lichtblick

Römisch-katholisches Pfarrblatt
Nordwestschweiz

**14. November bis 27. November**
**24/2026**
Hardwald am Rhy



# Was uns stärkt

**Resilienz, die mentale Widerstandskraft in den Stürmen des Lebens, lässt sich trainieren. Wie das geht, zeigte eine Weiterbildung für Katechetinnen im Aargau.**
**Seiten 2 und 3**

**Stark, erfolgreich, überlegen sollen Männer sein, behaupten Influencer der «Manosphere» Diese Botschaften sprechen junge Männer an und sind brandgefährlich.**
**Seite 5**

# Vorbild Pippi Langstrumpf

## Was uns hilft, mental gesund zu bleiben

Die Tagung «Stark fürs Leben» der Fachstelle Katechese-Medien der Aargauer Landeskirche zeigte: Wir alle können üben, den Widrigkeiten des Lebens zu trotzen.

Mit der Tagung zum Thema «Resilienz – wie begleiten und stärken wir Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg?» hat die Fachstelle Katechese-Medien der Aargauer Landeskirche offenbar einen Nerv getroffen. Wochen im Voraus war die Veranstaltung ausgebucht. Etwa 100 Katechetinnen, Jugendarbeitende, Jugendseelsorgerinnen und -seelsorger kamen am 16. Oktober zur Tagung nach Aarau. «Von Zofingen bis Würenlos, von Aarau bis zum Rhein – es gibt keinen Pastoralraum, aus dem niemand da ist», freute sich Fachstellenleiterin Silvia Balmer bei der Begrüssung.




Quelle: Marie-Christine Andres

Die beiden Referentinnen Helga Kohler-Spiegel (links) und Maria Brasser-Michel.

**«Resilienz ist keine angeborene Superkraft, sondern eine Fähigkeit, die sich entwickeln lässt.»**

**Helga Kohler-Spiegel**

### In die Form zurückspringen

Das Wort «Resilienz» ist abgeleitet vom lateinischen Verb «resilire» (= «zurückspringen»). Der Begriff wurde ursprünglich in der Physik verwendet, um die Fähigkeit eines Materials zu beschreiben, sich verformen zu lassen und danach in die ursprüngliche Form zurückzukehren: wie ein Schwamm zum Beispiel, der sich nach dem Zusammendrücken wieder entfaltet. In der Psychologie bezeichnet «Resilienz» die Fähigkeit, Belastungen zu bewältigen und trotz widriger Umstände mental gesund zu bleiben. Das Thema beschäftigt alle, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten.

### Verstehbar, sinnvoll und bewältigbar

Nebst dem aktuellen Thema waren auch die beiden Referentinnen ein Grund für das grosse Interesse. Mit Helga Kohler-Spiegel, Psychotherapeutin und emeritierte Hochschulprofessorin für Human- und Bildungswissenschaften, und Maria Brasser, Neurowissenschaftlerin, Lehrerin und Mitgründerin von «Hirncoach», waren zwei ausgewiesene Fachfrauen dabei.

Kohler-Spiegel sprach in ihrem Referat über die Grundsatzfrage, was – speziell Kindern und Jugendlichen, aber letztlich uns allen – Halt im Leben gibt. Als Musterbeispiel für Resilienz nannte Kohler-Spiegel Pippi Langstrumpf, die trotz schwieriger Bedingungen andere mit ihrer Zuversicht und Fröhlichkeit ansteckt. Kohler-Spiegel machte klar: «Resilienz ist keine angeborene Superkraft, sondern eine Fähigkeit, die sich durch Beziehung, Selbstwirksamkeit, Hoffnung und vieles mehr entwickeln lässt.» Religionsunterricht, Katechese und Jugendarbeit können wichtige Lern- und Erfahrungsorte sein, weil sie Beziehungen fördern, Werte weitergeben und nach dem Sinn des Lebens forschen.

### Es braucht die Dellen des Lebens

Die Resilienzforschung hat ihre Wurzeln im Salutogenesemodell von Aaron Antonowsky. Der Soziologe untersuchte die Frage, warum einige Menschen trotz vieler Stressfaktoren gesund bleiben. Antonowsky fand heraus, dass der Kohärenzsinn entscheidend ist: Die tiefe Überzeugung und die Zuversicht, dass das eigene Leben verstehbar, sinnvoll und bewältigbar ist, führt dazu, Belastungen besser zu bewältigen und die dafür notwendigen Ressourcen auszuwählen.

Für die Resilienz gelte aber die englische Redensart «Use it or lose it», erklärte Kohler-Spiegel: «Wir müssen daran arbeiten und üben, üben, üben», betonte sie. Helga Kohler-Spiegel kam auf den Resilienzbegriff aus der Physik zurück: Ein Putzschwamm springt zwar immer wieder in die ursprüngliche Form, weist aber mit der Zeit Gebrauchsspuren auf. «Die Dellen des Lebens braucht es», erklärte die Referentin, «Das Leben braucht kleine Steine, Challenges, Herausforderungen, damit wir Resilienz entwickeln, erleben können.»

### Die eine, wichtige Bezugsperson

Kohler-Spiegel stellte eine Studie von Emmy Werner und Ruth Smith vor, die Kinder aus schwierigen sozialen Milieus 40 Jahre begleitet haben. Die beiden Forscherinnen er-

kannten, dass sich Kinder trotz schwieriger Bedingungen gesund entwickelten, wenn sie zumindest eine enge Bezugsperson hatten, die sich liebevoll um sie kümmerte, auf ihre Bedürfnisse reagierte, Grenzen setzte und Orientierung bot. Werner und Smith zeigten, dass diese Bezugsperson nicht ein Elternteil sein musste, sondern auch Grosseltern, Geschwister, Nachbarn oder Lehrpersonen die rettende Rolle übernehmen können. Helga Kohler-Spiegel erinnerte die Tagungsteilnehmenden: «Man weiss nie, ob man vielleicht gerade selbst diese wichtige Bezugsperson ist: als Lehrerin, Jugendseelsorger oder Katechetin.»

### Immer wieder üben

Die Referentin zeigte auf, dass die religiöse Tradition viele Kernsätze überliefert, die stärken und heilen. So komme zum Beispiel der Satz «Fürchte dich nicht» 365-mal in der Bibel vor. Gebete dienen als Kraftquelle, Rituale geben Halt, das Kirchenjahr rhythmisiert Leben und Alltag. Auch das Singen, das in der Kirche gepflegt wird, sei neben Bewegung und Suchtmitteln eine von drei Quellen für Glückshormone, gab Kohler-Spiegel zu bedenken. Um Resilienz immer wieder zu üben, empfahl die Referentin, sich bewusst zu machen, welche Ressourcen einem zur Verfügung stehen, nach dem Motto «I am, I have, I can». Auch Übungen der Dankbarkeit, zum Beispiel beim Zähneputzen, sind hilfreich: «Morgens überlege ich mir drei Dinge, auf die ich mich heute freue. Abends drei Dinge, für die ich heute dankbar bin.» Zum Schluss zitierte Helga Kohler-Spiegel Pippi Langstrumpf: «Und dann muss man ja auch noch Zeit haben, einfach dazusitzen …»

**Marie-Christine Andres**

Aus der Neurowissenschaft

## Glück beginnt im Gehirn

**Maria Brasser-Michel ist Neurowissenschaftlerin, Gymnasiallehrerin und Expertin für Lernen, mentale Gesundheit und Erziehungs-, Sozial- und Neurowissenschaften sowie Gedächtnistraining. Sie betonte in ihrem Referat, dass mentale Gesundheit kein «nice to have» sei, sondern das tragende Fundament. Eltern und Bezugspersonen spielen für Kinder und Jugendliche eine entscheidende Rolle: Sie sind Vorbild und vermitteln den jungen Menschen Strategien für den gesunden Umgang mit Belastungen.**

- **Unser Glück hängt nur zu einem kleinen Teil von äusseren Umständen oder unseren Genen ab. Den grössten Einfluss haben unsere Gedanken, Gewohnheiten, Beziehungen und unser Verhalten. Diese Faktoren können wir aktiv beeinflussen und damit unser eigenes Wohlbefinden stärken.**
- **Obwohl das Gehirn nur etwa 2 Prozent des Körpergewichts ausmacht, braucht es etwa 20 Prozent der gesamten Energie. Wichtig für das Gehirn ist Wasser. Nach zwei Stunden ohne Wasser geht die Hirnleistung bereits zurück.**
- **Das Gehirn passt sich ein Leben lang an, es bildet bis zuletzt neue Netzwerke. Aber auch hier gilt: use it or lose it.**
- **Bei Jugendlichen ist die Amygdala, das emotionale Alarmsystem des Gehirns, besonders aktiv. Dadurch reagieren sie stärker auf Stress und soziale Reize, während der präfrontale Kortex, der für Selbstkontrolle und rationales Denken zuständig ist, noch nicht vollständig entwickelt ist. Unter Stress fällt es Jugendlichen deshalb schwerer, konzentriert, kreativ und überlegt zu handeln.**
- **Digitale Medien können diese Belastung verstärken, da sie das Belohnungssystem aktivieren und die Regulation von Emotionen und Impulsen erschweren.**
- **Bereits die blosse Anwesenheit eines Smartphones kann die Gedächtnisleistung verringern. Die Folgen reger Smartphone-Nutzung sind ständige innere Alarmbereitschaft, höhere Ablenkbarkeit und erschwerte Selbstregulation.**
- **Gute Pausen sind Bewegung, Spaziergänge, Entspannung, Tagträumen und Natur.**
- **Gemeinsames Lachen aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn ebenfalls und setzt körpereigene Opioide frei. Diese Botenstoffe fördern positive Gefühle, stärken soziale Bindungen und helfen dabei, Stress abzubauen.**

### Stimme einer Teilnehmerin

**«Im Rahmen eines Workshops führte Stephan Degen-Ballmer in die 5 G und 5 V nach Oskar Jenni ein. Die 5 G stehen für grundlegende Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen: Geborgenheit in Beziehungen, Gesundheit von Körper und Seele, Gelegenheiten zum Lernen, Grenzen als Orientierung und Gemeinschaft mit anderen.**
**Ergänzend dazu erläutern die 5 V, was Kinder in ihrer emotionalen und sozialen Entwicklung stärkt: Vertrautheit, Verlässlichkeit, Verfügbarkeit, Verständnis und voller Liebe. Diese fünf Faktoren geben Kindern Sicherheit und stärken ihr Selbstvertrauen. Der bereichernde Workshop hat mir einmal mehr vor Augen geführt, wie wichtig es ist, Kindern im Religionsunterricht einen vertrauten und verlässlichen Rahmen zu bieten. Als Katechetin möchte ich deshalb besonders auf das «V» der Vertrautheit achten und den Kindern mit Offenheit, Verständnis und Liebe begegnen. Herzlichen Dank an Stephan Degen-Ballmer für den wertvollen Impuls!»**

**Pascale Schibli**
**Katechetin im Pastoralraum Wasserschloss**


Quelle: Judith Spieler

Die Tagung zum Thema Resilienz in Aarau war lange im Voraus ausgebucht. Die Teilnehmenden probierten die Übungen für mehr Resilienz gleich selber aus.

# Wann ist ein Mann ein Mann?

Männer sind stark, Frauen sollen sich unterordnen: Solche Rollenbilder verbreiten Influencer in den sozialen Medien – manche berufen sich dabei auf die Bibel. Der Psychologe Markus Theunert erklärt das Phänomen «Manosphere» und wie junge Männer zu einem geschlechtergerechten Verständnis von Männlichkeit kommen können.

«Wann ist ein Mann ein Mann?», sang Herbert Grönemeyer 1984: «Männer führen Kriege / Männer sind schon als Baby blau / Männer rauchen Pfeife / Männer sind furchtbar schlau / Männer bau'n Raketen / Männer machen alles ganz, ganz genau». Mit einem satirischen Unterton beschrieb der deutschen Popstar Männlichkeitsbilder zwischen «Softie» und «Macho».

### Rollenbilder immer wieder neu ausgehandelt

Was macht eine Frau aus? Was einen Mann? Und was haben diese Rollenbilder mit mir zu tun? Heranwachsende jeder Generation müssen sich solche Fragen aufs Neue stellen. Die Antworten darauf geben sie sich nicht selbst, sondern sie werden gesellschaftlich ausgehandelt. Diese Diskurse über Rollenbilder finden heute zu einem grossen Teil in den sozialen Medien statt. Fernab der Einflusssphäre von Eltern und Erziehungspersonen suchen junge Menschen dort Vorbilder. Seit einiger Zeit fallen vor allem Influencer der sogenannten Manosphere auf, die sich an junge Männer richten.

### Überlegene Männlichkeit

An den «Aktionstagen psychische Gesundheit» des Kantons Basel-Stadt informierte Markus Theunert, Männerpsychologe und Co-Geschäftsleiter der Plattform männer.ch über diese Manosphere. Er beschreibt sie als einen Diskursraum, in dem eine naturgegebene Männlichkeit vertreten wird. Diese Männlichkeitsideale sind geprägt von traditionellen, patriarchalen Vorstellungen mit dem Anspruch auf Überlegenheit. Die Vertreter der Manosphere fühlen sich jedoch in diesem Anspruch bedroht und machen den Feminismus sowie die Gleichstellung der Geschlechter dafür verantwortlich.



Quelle: Werner Rolli

Jungs beim Zvieri während eines Sommerlagers der Jubla. Der Jugendverband fördert die Gleichstellung aller Geschlechter und verurteilt jede Form von Benachteiligung aufgrund des Geschlechts. Gemäss ihrem Positionspapier will die Jubla Geschlechterklischees aufbrechen und Menschen in ihrer Individualität fördern unabhängig von ihrem Geschlecht.

### Lukrative Männlichkeitsbilder

Die Manfluencer – die Wortführer der Manosphere – wollen sich ihren Platz der Überlegenheit in der Gesellschaft zurückerobern. Dafür verfolgen sie verschiedene Strategien. Sie behaupten etwa, ein maskulines Aussehen helfe dabei. In unzähligen Videos auf Instagram, TikTok und Co. erhalten junge Männer Tipps, wie sie ihren Körper trainieren und grosse Muskeln aufbauen sollen. Auch Haut- und Haarpflege sowie Stil- und Ernährungsberatung sollen den jungen Männern zum Erfolg verhelfen. Selbstverständlich bieten die Manfluencer auch passende kostenpflichtige Angebote an. Sie propagieren sogar chirurgische Eingriffe und selbstverletzende Methoden, etwa das «Bone Smashing» (das gezielte Verletzen von Gesichtsknochen, um maskulinere Gesichtszüge zu erhalten), um ein maskulines Aussehen zu erreichen. Und wenn die jungen Männer trotz all dieser Anstrengungen nicht respektiert werden, sollen sie sich laut den Regeln der Manosphere ihren – vorbestimmten – überlegenen Platz in der Gesellschaft mit Gewalt erkämpfen.

### Die drei M der Manosphere

Die Algorithmen der sozialen Medien seien so programmiert, dass ein 13-Jähriger nach drei Stunden am Smartphone zu 75 Prozent Inhalte aus der Manosphere zu sehen bekommt, erklärt Markus Theunert. «Es geht um Money und Muskeln», sagt er, «und um Misogynie – Frauenhass». Denn die männliche Überlegenheit geht einher mit der Abwertung all dessen, was als weiblich gilt. Betroffen sind in erster Linie Frauen, aber auch queere Menschen, die nicht der heterosexuellen Norm entsprechen. Männer sind stark, Frauen sind schwach und müssen beschützt werden. Deshalb sollen Frauen dem Mann gehorchen. Männer kämpfen, Frauen sorgen. Die Manosphere orientiert




**Orientierung in der Manosphere**

**Die Webseite «Vorsicht Manosphere!» der Fachstelle männer.ch informiert über frauenfeindliche Männlichkeitsideologien in den sozialen Medien. Sie erklärt Begriffe, Strömungen und Strategien der sogenannten Manfluencer und zeigt auf, wie Eltern und Fachpersonen problematische Entwicklungen bei Jugendlichen erkennen können. Zudem bietet die Plattform praktische Hinweise zur Prävention, zum Umgang mit betroffenen Jugendlichen und Beratungsangebote. Das Projekt wird von Bund, Kantonen und Gemeinden unterstützt.**

sich an traditionellen, patriarchalen Vorstellungen. Diese einfachen, klar zugeordneten Ideale scheinen für Heranwachsende, die sich noch auf der Suche nach ihrer Identität befinden, attraktiv zu sein. Markus Theunert erklärt, dass die Manfluencer zu einem rückschrittlichen Angebot zurückwollen, zu gesellschaftlich überholten Geschlechterbildern. Doch gesellschaftliche Entwicklungen müssen nach vorne gerichtet sein, ein Zurück gebe es nicht. Das Neue sei jedoch ungewiss und ambivalent, das gelte es auszuhalten, sagt der Psychologe.

### Göttliche Legitimation

Einige besonders einflussreiche Manfluencer bezeichnen sich als religiös und legitimieren ihre Männlichkeitsideologie mit einer gottgewollten Ordnung. Ihre antifeministische Haltung begründen sie etwa mit dem Bibelzitat aus Epheser 5, 22: «Ihr Frauen, ordnet euch euren Männern unter wie dem Herrn.» Dass die zeitgemässe theologische Auslegung dieser Stelle keine Aufforderung zur Unterwerfung der Frauen ist, interessiert die Manfluencer nicht. Auch nicht, dass ihre Auslegung der Grundbotschaft des Evangeliums widerspricht. Verletzlichkeit und Bedürftigkeit gelten in der Manosphere als schwach und unmännlich und werden deshalb abgelehnt und bekämpft. Im Neuen Testament hingegen finden sich Passagen, die einen völlig anderen Umgang mit Verletzlichkeit und Bedürftigkeit vorschlagen: «Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan.»

### Gleichstellung in der Verfassung verankert

Markus Theunert stellt klar, dass es in einer Demokratie nicht verboten ist, reaktionäre Rollenbilder zu haben. Die Grenze bilden jedoch die Gleichstellungsgesetze, auf die sich die Schweizer Gesellschaft verständigt hat. Seit 1981 ist der Gleichstellungsauftrag in der Schweizer Verfassung verankert, der die rechtliche und tatsächliche Gleichstellung von Mann und Frau verlangt.

### Problematisches Männerbild ist verbreitet

Um das Ausmass und die Verbreitung der Manosphere zu verdeutlichen, präsentierte Markus Theunert die Ergebnisse der kürzlich veröffentlichten Studie der Universität Zürich zu «Männlichkeit im Wandel», die von männer.ch in Auftrag gegeben wurde. Sie zeigt, dass rund ein Drittel der befragten Männer ein problematisches Männerbild hat. Ein Viertel von ihnen ist überzeugt, dass Frauen und Kinder dem Mann gehorchen müssen. Die Hälfte befürchtet, dass Männer zunehmend an den Rand der Gesellschaft gedrängt werden. Dreiviertel lehnen die Diskussion um die Bedürfnisse nicht-heterosexueller Menschen in Bezug auf ihre sexuelle Identität ab. Jeder zweite junge Mann hält Gewalt manchmal für ein notwendiges Mittel.

### Die Rolle der Erziehungspersonen

Eltern und Erziehungspersonen stehen diesen Haltungen jedoch nicht machtlos gegenüber. Auf die Frage, was einen Mann ausmacht, könnten sie den Heranwachsenden eine wichtige Unterscheidung vermitteln, sagt Markus Theunert. Die jungen Männer müssten verstehen, dass die jeweils geltenden Männlichkeitsanforderungen historisch entstandene Konstruktionen sind, zu denen sie sich zwar verhalten, denen sie sich aber nicht verpflichten müssen. Vielmehr gehe es darum, die Heranwachsenden zu ermutigen, selbst herauszufinden und mit den Menschen um sich herum auszuhandeln, was sie gemeinsam wollen, was es braucht, um in der Ausbildung weiterzukommen. Den jungen Männern müsse vermittelt werden, dass die Anstrengung, die dieser Weg zu einem konstruktiven Männerbild erfordert, lohnend und keinesfalls unmännlich sei.

**Eva Meienberg**

## Sie haben die Frage. Wir haben die Antwort.



**Wie ist es dazu gekommen, dass auf dem Kreuz der Klosterkirche in Mariastein nun ein goldener Güggel sitzt?**

**Der Hahn auf dem Kreuz ist schon länger dort. Bereits 1976 fiel er einer Frau auf, die fragte: «Warum habt ihr auf dem Kreuz einen Hahn? Ist der nicht protestantisch?» Der Hahn ist kein ausschliesslich protestantisches Zeichen. Er findet sich seit Jahrhunderten auch auf katholischen Kirchtürmen. Ursprünglich hatte er eine ganz praktische Funktion: Als Windfahne zeigt er an, aus welcher Richtung der Wind weht. Schaut beispielweise der Hahn auf dem Turm von Mariastein nach der Sankt-Anna-Kapelle, ist der Wind günstig, wir haben schönes Wetter.**
**Doch bald bekam der Hahn auch eine symbolische Bedeutung. Der Hahnenschrei kündigt den neuen Tag an. Wo die Nacht weicht und das Licht kommt, sahen die frühen Christinnen und Christen ein Bild für Christus: Wie der Morgen die Dunkelheit vertreibt, so hat Christus den Tod überwunden. Deshalb wurde der Hahn zum Symbol der Auferstehung.**
**Das Kreuz erinnert an den Tod Jesu, der Hahn an das, was danach kommt, die Auferstehung und das neue Leben. Der goldene Hahn auf dem Kreuz von Mariastein verbindet somit zwei zentrale christliche Aussagen: Der Tod ist nicht das Ende, und auf die Dunkelheit folgt das Licht.**
**Dass der Hahn auf einem katholischen Kirchturm durchaus seinen Platz hat, zeigt auch die Geschichte der Schweiz. Bereits im 10. Jahrhundert, also 600 Jahre vor der Reformation, ist der Hahn hier als Windfahne auf einem Kirchturm belegt.**
**In der Nordwestschweiz gibt es bis heute katholische Kirchen mit einem Hahn auf dem Turm.**

**Kloster Mariastein**

Haben auch Sie eine Frage? Schicken Sie sie uns per E-Mail an redaktion@lichtblick-nw.ch oder per Post an Reaktion Lichtblick, Innere Margarethenstrasse 26, 4051 Basel.

# Licht für Geist und Seele

Dunklen Gedanken, Einsamkeit und drückendem Alltagsballast setzen die Anlässe in der Vorweihnachtszeit ihr stärkendes Licht entgegen. Zum Beispiel die Nacht der Lichter in Brugg und weitere Lichtblicke in der Region.

## Nacht der Lichter in Brugg

Einfache Melodien, gesungen in vielen Wiederholungen, lassen die Gedanken zur Ruhe kommen. Das Kerzenlicht in der dunklen Kirche weckt die Sinne, und das gemeinsame Schweigen stärkt für den Alltag. Wer schon einmal in Taizé war, der ökumenischen Brüdergemeinschaft im Burgund, hat erlebt, wie diese einfache Feier Geist und Seele anspricht.

**Gemeinschaft trägt**

Vanessa Tschopp und Christine Frei sind Pfarreiseelsorgerinnen im Pastoralraum Region Brugg-Windisch. Sie organisieren die «Nacht der Lichter» in der Kirche St. Nikolaus dieses Jahr zum vierten Mal. Von Anfang an waren alle zum Mitfeiern eingeladen – egal, ob jung oder alt, ob katholisch, reformiert oder darüber hinaus. «Die Feier ist stetig gewachsen», sagt Vanessa Tschopp, «letztes Jahr war die Kirche schon gut gefüllt.» Das freut die beiden Seelsorgerinnen, weil sie merken, dass ein tragendes Element der Feier die Gemeinschaft ist. «Es ist keine Feier von jemandem für jemanden. Es feiern alle zusammen», betont Vanessa Tschopp. Das Zusammensein nach der Feier bei einem einfachen Imbiss mit Punsch und Guetzli hat sich als geselliger Schlusspunkt etabliert.

**Atempause mitten im Trubel**

Dass die «Nacht der Lichter» eine Woche vor Weihnachten stattfindet, ist eine bewusste Entscheidung der beiden Seelsorgerinnen. «Wir haben gemerkt, dass ein stiller Moment kurz vor den Feiertagen, ein Innehalten im ganzen Trubel, den Menschen guttun», sagt Vanessa Tschopp. Und Christine Frei betont: «Man kann einfach da sein und nichts tun. Jede und jeder kann sich so weit einbringen, wie es persönlich passt.» Im Moment ist die Kirchenmusikerin Simone Küpfer gerade daran, einen Ad-hoc-Chor für die Feier zusammenzustellen. Der Chor probt einmal im Vorfeld. Wer gerne mitsingen möchte, kann sich bei Simone Küpfer anmelden: 056 441 57 41 / simone.kuepfer@kathbrugg.ch

**Freitag, 18. Dezember, 19 Uhr, Kirche St. Nikolaus, Brugg.**



Quelle: Marie-Christine Andres

Vanessa Tschopp und Christine Frei mit Ikonen aus Taizé in der Kirche St. Nikolaus in Brugg. Kerzen, Melodien und die kunstvollen Ikonen sprechen in der Nacht der Lichter alle Sinne an.

## Nachtlichter in der Tituskirche

Am Freitag, 27. November, feiern Jugendliche aus Basel und dem Baselbiet gemeinsam den ökumenischen Nachtlichter-Gottesdienst in der Tituskirche Basel. Nachtlichter verbindet Musik, Gedanken, Begegnungen und spirituelle Momente zu einem Gottesdienst, der bewusst für Jugendliche gestaltet ist. Dabei geht es nicht darum, einfach einem fertigen Programm zuzuhören: Junge Menschen sollen Kirche als einen Ort erleben, an dem ihre Fragen, Gedanken und Lebenswelten Platz haben. Nachtlichter bringt Jugendliche über Gemeinde- und Kantonsgrenzen hinweg zusammen und richtet sich an junge Menschen ab ca. 15 Jahren. Nach dem Gottesdienst gibt es Gelegenheit, noch etwas zu bleiben, mit-

einander ins Gespräch zu kommen und den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen.
**Freitag, 27. November, 19.30 bis ca. 21.30 Uhr, Tituskirche, Im Tiefen Boden 75, Bruderholz in Basel (ab Basel SBB Tramlinie 16 bis Bruderholz).**

# Licht ins Gundeli

Die Pfarrei Heiliggeist bringt zusammen mit der Gundeldinger Koordination Licht ins Basler Gundeli-Quartier. Gross und Klein sind eingeladen, am Sonntag, 15. November, mit einer Laterne am Umzug mitzulaufen. «Wir bringen gemeinsam Licht ins Gundeli», freut sich Katharina Mey, die in der Pfarrei Heiliggeist für Kommunikation und Projekte zuständig ist.
Treffpunkt ist um 16 Uhr in der Heiliggeistkirche. Zur Musik des Obertonchors Partial können alle in Ruhe ankommen. Dann geht es mit den Laternen hinaus ins Quartier. Bei der Stiftung Haus Momo singen alle gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern, am Tellplatz gibt es eine Geschichte zu hören. Die Route führt danach vorbei an der Residenz Südpark bis zum Meret-Oppenheim-Platz. Dort erhalten die Ankommenden den Schlusssegen und teilen ihr Licht. Dazu gibt es heissen Punsch und etwas zu essen. Der Anlass ist kostenlos und ohne Anmeldung.
Wer noch keine Laterne hat, kann am Samstag, 14. November, von 13 bis 16 Uhr im Pfarreizentrum L'Esprit eine basteln. Kinder kommen in Begleitung, das Material ist vorhanden. Wer am 15. November nicht am Umzug mitlaufen kann, darf gerne ein Licht ins Fenster stellen und so mithelfen, das Quartier zu erleuchten.
**Sonntag, 15. November, 16 Uhr in der Heiliggeistkirche.**



Quelle: Reto Schlatter

Nicht nur ein Gefühl, sondern auch wissenschaftlich bewiesen ist, dass das analoge Flackern der Flamme uns so gut tut, weil das wärmende Feuer seit den Anfängen der Menschheit für Geborgenheit und Gemeinschaft steht.

# Eine Million Sterne

Seit 20 Jahren machen kantonalen Hilfswerke der Caritas mit der Aktion «Eine Million Sterne» auf das Thema Armut aufmerksam. Die Aktion wird von Pfarreien, Jugendgruppen und Vereinen unterstützt. Alle teilnehmenden Organisationen stellen an einem Tag im Advent Kerzen an einem zentralen Ort auf – auf Plätzen, bei Weihnachtsmärkten oder vor der Kirche. Damit setzen sie ein Zeichen der Verbundenheit mit Menschen, die von Armut gefährdet sind. An vielen Orten findet dazu ein familienfreundliches, besinnliches Rahmenprogramm statt.

Das Lichtermeer der Aktion «Eine Million Sterne» leuchtet unter anderem an folgenden Orten (viele weitere Standorte finden Sie mit Hilfe des QR-Codes):

**Zofingen** Freitag, 27. November, 17–21 Uhr, Rathausgasse. Im Rahmen der «Cherzlinacht» setzt der Kirchlich-Regionale Sozialdienst Aargau-West in Zofingen ein leuchtendes Zeichen der Solidarität.

**Breitenbach** Freitag, 11. Dezember, 17–19 Uhr, Laufenstrasse 4. Eine Million Sterne mit musikalischen Darbietungen und gemütlichem Beisammensein bei Punsch und Gebäck.

**Basel** Samstag, 12. Dezember, von 18–20 Uhr im Innenhof des Museums der Kulturen Basel am Münsterplatz 20. Mit Grussworten der Präsidentin von Caritas beider Basel, Sabrina Corvini-Mohn, und des Regierungsrats Kaspar Sutter.

**Zeihen** Samstag, 12. Dezember, ab 17.30 Uhr in der katholischen Kirche Zeihen. Familiengottesdienst mit anschliessendem Verkauf von selbstbemalten Holzsternen zugunsten der Caritas Aargau.

**Fischbach-Göslikon** Samstag, 12. Dezember, Eucharistiefeier um 17.30 Uhr, danach Beisammensein. Der Kirchplatz in Fischbach-Göslikon leuchtet im Schein unzähliger Lichter. Auf dem Kirchplatz kommen die Menschen bei Tee und Kerzenlicht miteinander ins Gespräch und bringen Licht, Wärme und Gemeinschaft in die dunkle Jahreszeit.

**Marie-Christine Andres**

Alle Veranstaltungsorte der Aktion Eine Million Sterne.

# Weisser Jesus – weisse Kirche?

Wie sehen wir Jesus eigentlich? Und was hat das mit unserem Denken und Handeln zu tun? Sarah Vecera legt ein Praxisbuch vor und lädt dazu ein, vertraute Vorstellungen zu hinterfragen.

**Sie haben 2022 das Buch «Wie ist Jesus weiss geworden?» veröffentlicht. Warum ist es wichtig, dass wir hinterfragen, wie Rassismus und Kolonialismus unser Bild von Jesus geprägt haben?**
Viele Menschen sind erstmal irritiert, aber auch interessiert, wenn sie diese Frage hören. Sie ist ein guter Einstieg, um über Rassismus und Kolonialismus ins Gespräch zu kommen, ohne direkt zu beschämen, weil schwere Wörter wie Rassismus und Kolonialismus nicht direkt genannt werden. Wir nähern uns dem Thema über das Aussehen Jesu. Nach kurzem Nachdenken merken die meisten Menschen: «Stimmt, Jesus kann gar nicht europäisch ausgesehen haben.» Dann kann man einen Schritt weitergehen und fragen, wie er europäisch geworden ist, denn das ist nicht per Zufall so, sondern hat historische Gründe. Nicht nur in der Schweiz oder Europa, sondern auf der ganzen Welt wird Jesus meist europäisch dargestellt. So lässt sich der Bogen spannen zur Kolonial- und Missionszeit, in der Kolonialmächte und Missionswerke ihre Form des Christentums in die Welt getragen haben, und damit auch ihr Bild von Jesus.

**Warum ist das für die Kirche heute noch relevant?**
Es ist wichtig, diese Geschichte mit in den Blick zu nehmen und uns als Kirche zu fragen, wo wir daran mitgewirkt haben und was das bis heute für Auswirkungen hat. Dabei geht es zum Beispiel darum, wie die Kirchen aus Asien und Afrika wahrgenommen und ihre theologischen Stimmen bewertet werden. Wenn man beim Aussehen Jesu anfängt, merkt man schnell, dass daran sehr viel hängt. Es geht um die Frage, wer eigentlich den Standard setzt, bis heute.

**Dieses Jahr folgte das Praxisbuch. Was hat im ersten Buch gefehlt?**
Das Praxisbuch ist vor allem aus den Rückmeldungen entstanden, die ich bei Lesungen und in Interviews bekommen habe. Nachdem das erste Buch geschichtliche und theologische Perspektiven eröffnet hatte, wollten viele wissen, was sie konkret für das Miteinander in ihren Gemeinden tun können. Das Praxisbuch ist nicht die Fortführung des ersten Buches. Man kann auch mit ihm arbeiten, ohne das andere Buch gelesen zu haben. Es behandelt unter anderem die Themen Geschichte des strukturellen Rassismus, Abwehr und Scham oder Ökumene. Methodisch finden sich Selbstreflexion, verschiedene Gesprächsformen und Übungen. Mir war es wichtig, praktisches Material zur Verfügung zu stellen. Ich war früher selbst in der Gemeinde tätig und weiss, wie dankbar man ist, wenn man etwas Konkretes hat, das man übernehmen oder an die eigenen Bedürfnisse anpassen kann.
Ausserdem war es mir wichtig, nicht nur zu kritisieren, sondern von innen heraus Kirche zu verändern. Das erste Buch fragt: «Was müssen wir erkennen?», und das Praxisbuch fragt daran anschliessend: «Wie kommen wir jetzt ins Handeln?» und gibt Anleitungen mit auf den Weg.



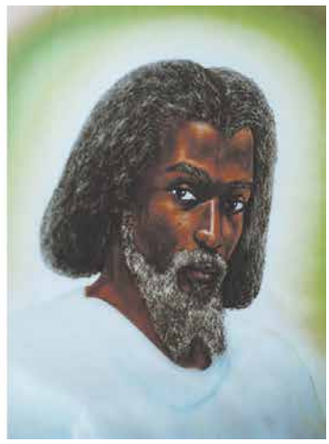
Quelle: Johanna Degenstein

Sarah Vecera hat Theologie, Religionspädagogik und Sozialpädagogik studiert. Sie ist stellvertretende Leiterin der Abteilung Deutschland der Vereinten Evangelischen Mission und Bildungsreferentin zum Thema «Rassismus und Kirche».

**Sie schreiben, dass Haltung wichtiger ist als Perfektion. Warum?**
Ich bemerke hinter der Frage: «Was können wir konkret tun?» ein Bedürfnis, Dinge richtig zu machen. Gleichzeitig werden wir, die wir momentan leben, das Ende von Rassismus höchstwahrscheinlich nicht erleben. Rassismus ist ein 500 Jahre altes, weltumspannendes Unterdrückungssystem, auf dem unsere kapitalistische Welt aufbaut. Diese Machtstrukturen werden sich in nächster Zukunft nicht ändern. Aber wir können in unserem Wirkungskreis, in unseren Beziehungen als Christinnen und Christen ein anderes Miteinander möglich machen. Das können wir aus unserer Haltung heraus schaffen, ohne alles perfekt machen zu müssen. Wenn man den Anspruch hat, fehlerfrei zu sein, und das auch vermittelt, kann das auf andere abschreckend wirken. Man lähmt sich ausserdem selbst, da man Angst hat, etwas falsch zu machen. Diese Angst treibt Menschen in die Verunsicherung statt ins Handeln.

**Wo beginnt eine Haltung, die nicht nur gut gemeint ist, sondern tatsächlich etwas verändert?**
Dort, wo sie konkret umgesetzt wird, wenn Menschen miteinander in Beziehung treten. Wenn aus ihr heraus Strukturen verändert werden, zum Beispiel bei der Gremienbesetzung, der Budgetplanung, bei Entscheidungen, Routinen oder auch bei Traditionen und Sprache, die als «normal» angesehen werden. Es muss nicht der erste Schritt sein, den weissen Jesus von der Wand zu nehmen. Er darf erst mal hängen bleiben, wenn wir anfangen zu fragen, warum er so aussieht und was dieses Bild mit uns macht. Wir sollten uns stattdessen Zeit nehmen. Wir sind damit aufgewachsen, dass Jesus so aussieht, und haben auch viele andere rassistische Prägungen verinnerlicht, ohne sie wahrzunehmen. Das ist zunächst nicht zu bewerten. Entscheidend ist, lösungsorientiert zu denken und zu überlegen, wie wir es in Zukunft anders machen können.



Quelle: Josh Applegate auf unsplash, Doron auf Wikimedia Commons, Jon Tyson auf unsplash, Wikimedia Commons

Welche Jesus-Darstellungen sind uns vertraut, welche sind neu und ungewohnt?

**Die Kirche sagt oft: «Alle sind willkommen.» Was müsste sich ändern, damit sich wirklich alle zugehörig fühlen?**

Die Kirche darf nicht dabei stehen bleiben zu denken: Willkommen ist, wer reinkommen darf. Wer wirklich dazugehört, ist nicht nur dabei, sondern darf mitgestalten. Willkommen sein heisst, nicht Gast zu bleiben. Wer predigt, wer prägt die Musik, die Bilder und die Gottesdienste? Wessen Stimmen werden gehört? Welche Perspektiven kommen in Predigten, Gemeindebriefen, Zeitungsartikeln oder auf Webseiten und Social Media zum Ausdruck? Wer kann sich damit identifizieren? Welche Lebensrealitäten sind uns als Kirche völlig fremd?

Das lässt sich nicht von heute auf morgen verändern. Dafür braucht es einen langen Atem. Umso wichtiger ist es, nicht vorschnell zu handeln, sondern sich Zeit zu nehmen und an der eigenen Haltung zu arbeiten.

**Im Buch werden Abwehr, Schuld und Scham behandelt. Wie kann Kirche über Rassismus sprechen, ohne Menschen in Schuldgefühlen festzuhalten und sie trotzdem in die Verantwortung nehmen?**

Scham ist ein Gefühl, das sehr schnell aufkommt, wenn es um Rassismus geht. Die Menschen denken: Das gehört der Vergangenheit an, so sind wir heute nicht mehr. Davon haben wir uns verabschiedet, so wollen wir nicht sein und dahin wollen wir auch nie wieder zurück. Und gleichzeitig ist die Scham ein Gefühl, mit dem wir nicht gelernt haben umzugehen. Wir haben gelernt, sie wegzudrücken. Als Christinnen und Christen wird durch Rassismus unser ideales Selbstbild in Frage gestellt. Als Folge wird aus der Scham oft Abwehr. Damit umzugehen ist eine herausfordernde seelsorgerische Aufgabe, weil ich niemanden beschämen will.

Es geht ausserdem darum, zu sehen, welchen Schmerz das rassistische System auch weissen Menschen zufügt. Bei Menschen of Color ist es offensichtlich und strukturell, wie Rassismus wirkt, aber letztendlich bewirkt Rassismus bei uns allen etwas.

**Wie meinen Sie das?**

Auch ein weisses Kind in der Schweiz hat es sich nicht ausgesucht, in diesem System aufzuwachsen und davon zu profitieren. Niemand von uns hat sich ausgesucht, welche Rolle wir in diesem Weltsystem einnehmen. Aber wir alle sind mit bestimmten Vorstellungen gross geworden.

Das zeigt sich schon in ganz alltäglichen Dingen: Wer spricht abends die Nachrichten im Fernsehen? Und wer putzt im Gemeindehaus die Toiletten? Welche Bilder haben wir dabei im Kopf? Wie stellen wir uns den 30-jährigen Mann vor, der am Kreuz hängt und der Sohn Gottes ist? Schon als Kinder lernen wir so, wer in dieser Welt mehr wert ist und wer weniger. Das sagt uns vielleicht niemand direkt, aber wir wachsen in einer Welt auf, die uns bestimmte Vorstellungen vermittelt.

Es ist wichtig, weissen Menschen zuzugestehen, dass sie durch diese Vorstellungen geprägt wurden. Denn es geht nicht zuerst um Schuld, sondern darum zu verstehen, was uns beeinflusst. Das kann helfen, offen durch die Welt zu gehen und die Prägungen zu beobachten, ohne sich jedes Mal zu schämen. Wenn die Menschen jedes mal nur denken «Oh, das ist mir jetzt aber unangenehm», dann verhärten sie und gehen auf Abwehr. Mit dem Praxisbuch möchte ich Menschen dazu einladen, sich damit auseinanderzusetzen, was Rassismus mit ihnen gemacht hat, und wie sich durch die Selbstreflexion nach und nach das eigene Handeln verändern kann.

**Was wünschen Sie sich, dass die Lesenden aus Ihrem Buch in ihren Alltag mitnehmen?**

Dass die Menschen nach dem Lesen nicht sagen «Jetzt weiss ich Bescheid», sondern «Ich habe jetzt Neugier und Mut, statt Angst, etwas falsch zu machen.» Ich wünsche mir, dass Menschen Spass daran haben, Kirche neu zu entdecken, mit Begeisterung und einem Blick nach vorne.

Das führt hoffentlich dazu, dass Rassismuskritik nicht am Rande kirchlicher Arbeit steht, sondern mittendrin ihren Platz findet, gerade mit Blick auf unsere globalisierte Welt und die Migrationsgesellschaft, wie sie es auch in der Schweiz ist. Dabei sollen nicht Scham und Widerstand im Mittelpunkt stehen, sondern die Freude daran, voneinander zu lernen und gemeinsam neue Wege zu entdecken. Das passt auch zu unserem Verständnis von Leben und Nächstenliebe. Wir können diese Werte in unsere Arbeit einbringen, ohne Menschen zu verängstigen, zu verschrecken oder ihnen Vorwürfe zu machen. Stattdessen geht es darum, Möglichkeiten aufzuzeigen, Dinge gemeinsam zu gestalten und dabei Freude zu erleben.

**Interview: Leonie Wollensack**

## Gewinnspiel

Sie möchten das Praxisbuch von Sarah Vecera gewinnen? Dann schreiben Sie uns bis zum 21.11. eine E-Mail mit dem Betreff «Praxisbuch» an redaktion@lichtblick-nw.ch

# Missionen

## Missão Católica de Língua Portuguesa

**Padre Manuel Lopes Tavares**
**Feerstrasse 8, 5000 Aarau**
**056 555 42 40**
**manuel.lopes@kathaargau.ch**
**Secretária: Arminda Fernandes Relvas**
**mclportug@kathaargau.ch**

### Missas em Português

**Basel – St. Joseph, Amerbachstrasse 1**
**1°, 2°, 3° e 4° Sábado 19 horas**
**Sissach – St. Josef, Felsenstrasse 16**
**2° e 4° Domingo 9 horas**

## Misión Católica de Lengua Española

Bruderholzallee 140, 4059 Basel
061 311 83 56
secretaria@mision-basel.ch
www.misiondebasilea.ch

## Weitere Missionen

**Englischsprachige Missionen**
**ESRCCB**
Bruderholzallee 140, 4059 Basel
info@esrccb.org
www.esrccb.org
**Englisch Speaking Catholic Community**
Amerbachstr. 1, 4057 Basel
061 685 94 56
silvio.vujmilovic@rkk-bs.ch

**Eritreische Mission**
0764955962
gebarh510@gmail.com

**Indische Gemeinschaft Liestal**
0619211374
joseph.palliyodil@kath-kreuzlingen.ch

**Kroatische Mission**
Allmendstrasse 36, 4058 Basel
079 576 80 58
stanko.cosic@rkk-bs.ch
www.hkm-basel.ch

**Philippinische Mission**
Mariahilf, 6312 Steinhausen
078 657 06 94
joolidolli@yahoo.com
Facebook-Account: Philippine Catholic Mission - Switzerland
(www.facebook.com/groups/276960865754265)

**Polnische Mission**
076 748 02 97
szresiak@gmail.com
www.polskamisja.ch/index.php/bazylea

**Slowakische Mission**
Murtengasse 6, 1700 Freiburg
077 468 74 40
sekretariat@skmisia.ch
www.skmisia.ch

**Slowenische Mission**
044 301 31 32
taljat.david@gmail.com
www.slomisija.ch/SLOMISIJA

**Syro-Malabarische Gemeinschaft**
Dorfstrasse 25, 8155 Niederhasli
078 216 79 76
jparyathara@gmail.com

**Tamilische Mission**
Ämtlerstr. 43, 8003 Zürich
044 461 56 43
frmurali@gmail.com
www.srctamil.ch

**Ukrainische Mission**
Holbeinstrasse 30, 4051 Basel
0765070071
o_nazarij@yahoo.de
www.ugcc.ch

**Ungarische Mission**
Starenstr. 8, 4106 Therwil
079 864 9756
pal.istvan@gmx.ch

**Vietnamesische Mission**
minhvan@bluewin.ch

# Regionale Institutionen

## Kloster Mariastein

**Klosterplatz 2**
**4115 Mariastein**
**061 735 11 11**
**info@kloster-mariastein.ch**
**wallfahrt@kloster-mariastein.ch**
**www.kloster-mariastein.ch**

**2026 – ein besonderes Jahr:**
**100 Jahre päpstliche Basilica minor und Krönung des Gnadenbildes**
**www.kloster-mariastein.ch/2026-ein-besonderes-jahr/**

### Eucharistiefeier

**9 Uhr** mit den Mönchen
**11 Uhr** Pilgermesse (an Sonn- und katholischen Feiertagen)

### Willkommen zum Chorgebet

**6.30 Uhr** Laudes (Morgengebet)
**12 Uhr** Mittagsgebet (ausser Mo), Sonntag 12.20 Uhr
**15 Uhr** Non (Mi bis Sa)
**18 Uhr** Vesper (ausser Mo)
**20 Uhr** Komplet (Sa Vigil)
**Stille Anbetung**
Freitag, **19.15 Uhr** in der Josefkapelle

**Öffentliche Bibliotheksführung**
Donnerstag, 19.11.
17 Uhr Klosterpforte

**Christkönigsonntag**
Sonntag, 22.11.
Gottesdienste wie an Sonntagen
11 Uhr Pilgermesse mit dem Kirchenchor Hegenheim

**Eingeladen bei Maria**
Sonntag, 22.11.
16.00 Uhr Feierstunde in der Basilika: «Danksagung als Abschluss des besonderen Jahres 2026»

## Kloster Dornach

### Kirche – Kultur – Gastlichkeit

**061 705 10 80**
**info@klosterdornach.ch**
**www.klosterdornach.ch**

### Gottesdienste in der Klosterkirche

**So**: 10 Uhr (Ital.), 11.15 Uhr (christkath. alle 2 Wochen); 18 Uhr Friedensgottesdienst: 15. 11 (Wort und Kommunionfeier) , 22. und 29.11. Eucharistiefeier, 6.12. Taizégebet, **Mo**: 18–19 Uhr Anbetung **Do**: 19 Uhr (Ital.)

**Café TheoPhilo**
Das letzte Treffen in diesem Jahr findet am Mittwoch, 25. November, von 10.15 bis 11.30 Uhr im Gewölbekeller statt. Die offene, moderierte Gesprächsrunde wird nach der Feiertagspause im nächsten Jahr wieder jeweils am letzten Mittwoch des Monats angeboten. Die erste Gesprächsrunde wird am 27. Januar stattfinden. Die neuen Flyer liegen ab Ende November im Kloster und in der Klosterkirche auf.

**«free blessing – einfach Segen!»**
Ein Segenszuspruch im Advent
Ein Moment der Dankbarkeit oder auch der Sorge, eine Herausforderung in Schule oder Beruf, eine junge oder alte Liebe, die ein Zeichen der Wertschätzung verdient, eine besondere Situation in der Familie oder Partnerschaft, ein Jobwechsel oder ein Umzug. Es gibt viele alltägliche Situationen, in denen ein individueller Zuspruch gut tut. Gönnen Sie sich im Advent einen solchen Segenszuspruch für sich, alleine, als Paar, Freunde, Familie. Spontan, unkompliziert, persönlich! Beachten Sie den Hinweis und die Flyer in der Kirche:
Mittwoch, 2.12., und Freitag, 4.12., von 12–13 Uhr
Mittwoch, 9.12., und Freitag, 11.12., von 17.30–18.30 Uhr

## Offene Kirche Elisabethen

**Elisabethenstrasse 10&14, 4051 Basel**
**061 272 03 43**
**info@oke-bs.ch**
**www.offenekirche.ch**

### Öffnungszeiten

**Kirche:** Mo–Sa 10–19 Uhr, So 12–19 Uhr
**Café-Bar:** Di–Fr 7–19 Uhr, Sa/So 10–18 Uhr

Wir sind die Kirche für alle im Herzen von Basel. Bei uns haben viele Menschen an Ü30-Parties getanzt. Hin und wieder hören wir die urbane Legende, wir seien keine Kirche mehr. Unsere Reaktion darauf ist in der Regel: Doch, wir sind einfach anders Kirche.
Menschen kommen zu uns, um zu feiern, zu tanzen, zu beten, zu klagen und zu diskutieren; um sich segnen zu lassen. Menschen besuchen unsere zahlreichen Veranstaltungen, engagieren sich als Freiwillige oder sind als Touristinnen und Touristen aus aller Welt auf Stippvisite.
Wir versuchen, die Botschaft der Bibel in einer säkularen Stadt täglich neu zu leben. Wir bieten einen Raum an für diejenigen, die es wagen, die Frage nach dem Grund unseres Glaubens zu stellen, grösser als alles und alle: Gott – ewig, liebend, lebendig.
Die Wege zu Gott sind so zahlreich wie die Menschen, die sie gehen. Daher gibt es verschiedene Angebote in unserer Kirche.
Die tagesaktuelle Version unserer Veranstaltungen finden Sie über den QR-Code:

# Pastoralraum Hardwald am Rhy

## Pratteln/Augst – St. Anton

**Sekretariat/Vermietungen**
**Sarah Di Felice**
**Muttenzerstrasse 15, 4133 Pratteln**
**Di, Mi und Do 9–11 Uhr sowie Do 14–16 Uhr**
**061 821 52 63**
**info@rkk-pratteln-augst.ch**

**Pastoralteam / Mitarbeitende**
**Barbara Metzner, Gemeindeleitung und Firmung**
**Andreas Bitzi, Priester**
**Isabel Minck, Sozialarbeit**
**Nadja Scalia, Leitungsassistenz**
**Assunta D'Angelo, Jugendarbeit**
**Paola Bazzo, Erstkommunion**
**Daniela Blauenstein, Verwaltung**
**Maria Markaj, Hauswartin Pratteln**
**Simone Seiler, Hauswartin Romana**
**Aimé Ofounou, Sakristan**

**Notfalltelefon**
**077 496 53 50**

**Homepage**
**www.rkk-pratteln-augst.ch**

### Ökumenische Familienfeier am Prattler Weihnachtsmarkt

Die Glocken läuten, warmes Licht scheint in der Kirche, Kindergesänge füllen den Raum: Es weihnachtet schon! Die Kinder der 4. Klassen haben zu dieser weihnachtlichen Stimmung in der reformierten Kirche ihren Beitrag geleistet - mit einer schönen Lichttüte, die im Religionsunterricht gebastelt wurde. Wir laden alle herzlich zur ökumenischen Familienfeier am Weihnachtsmarkt mit Lichtspirale ein. Mitgestaltet wird die Feier vom ökumenischen Kinderchor Rägeboge und einem ***Special Guest*** mit langem weissem Bart...
Kommen Sie am Samstag, **21. November**, um **17.00 Uhr** in die **reformierte Kirche** (Schauenburgerstr. 3) zur **ökumenischen Familienfeier** am Prattler Weihnachtsmarkt.

### Elisabethengottesdienst

Am **Sonntag, 22. November,** feiern wir um **10.00 Uhr** den Elisabethengottesdienst in Kombination mit dem Hochfest Christkönigsfest in unserer **Kirche.**
Elisabeth kann uns alle lehren, wie wir in guter Weise dem Christus-König folgen können. Sie ging den Weg der Christusnachfolge kompromisslos, den Armen und Notleidenden verpflichtet. Als Ehefrau und Fürstengattin war Elisabeth nicht einfach fromm und brav, sie war mutig und tat, was sie für richtig erkannte.
«Elisabeth - mehr als einfach lieben» lautet deshalb der Untertitel dieser Feier. Wir freuen uns, wenn möglichst viele diesen Gottesdienst mit uns feiern und sich von Elisabeth von Thüringen inspirieren lassen, um selbst Christus mit ihrem Leben nachzufolgen.

### Der St. Niklaus kommt nach Pratteln

Auch dieses Jahr macht sich der der St. Niklaus der Pfadi St. Leodegar auf den Weg zu den Kindern in Pratteln, um viele Familien zu Hause zu besuchen und den Kindern eine besondere Freude zu bereiten. Er ist am **Samstag, 5. Dezember,** und **Sonntag, 6. Dezember 2026, jeweils ab 17.00 Uhr** unterwegs.
Familien, die den St. Niklaus bei sich zu Hause begrüssen möchten, können sich über den QR-Code anmelden, der auf dem Flyer oder auf der Homepage der Kirche unter www.rkkk-pratteln-augst.ch zu finden ist. Alternativ ist die Anmeldung direkt über folgenden Link möglich: https://forms.cloud.microsoft/e/gcZyb7ZvMx.
Für den Besuch wird ein Unkostenbeitrag von mindestens Fr. 50.– erhoben, dessen Höhe sich nach der Anzahl der Kinder richtet. Damit werden die anfallenden Selbstkosten gedeckt. **Anmeldeschluss ist Sonntag, 22. November 2026.** Anfang Dezember, spätestens bis zum 2. Dezember 2026, erhalten die angemeldeten Familien per E-Mail eine Bestätigung mit der definitiven Besuchszeit.
Das St. Niklaus-Team der Pfadi St. Leodegar Pratteln freut sich auf viele schöne Begegnungen und strahlende Kinderaugen!




### Wie klang Weihnachten vor 500 Jahren?

**Ein musikalischer Advent mit alten Weihnachtsliedern aus der Renaissance**
Wie haben die Menschen vor 500 Jahren Weihnachten gefeiert und welche Lieder gesungen? Das historische Bläserensemble Capella Helvetica aus Pratteln unter der Leitung

von Katharina Haun lädt gemeinsam mit dem Frauenchor Pratteln und dem ökumenischen Kinderchor Rägeboge zu einer musikalischen Reise in die Renaissance ein.
Am **Samstag, 28. November 2026,** um **18.00 Uhr** erklingen in der **Kirche** alte Weihnachtslieder. Lassen Sie sich von der Musik vergangener Jahrhunderte verzaubern und stimmen Sie sich auf den Advent ein. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Den ganzen Artikel finden Sie unter www.rkk-pratteln-augst.ch.



*Zur Verfügung gestellt vom Frauenchor Pratteln*

## Ökumenische Rorate-Lichtfeier

Herzliche Einladung zur ökumenischen Rorate-Lichtfeier am **Mittwoch, 2. Dezember,** um **6.00 Uhr** in der **Kirche.**
Wer mag, bringt ein eigenes Lichterglas oder «Laternli» mit. Im warmen Kerzenschein erstrahlt die Kirche in einem besonderen Licht und lädt uns ein, gemeinsam eine besinnliche Zeit zu erleben.
Im Anschluss sind alle – Klein und Gross, Jung und Alt – herzlich zu einem gemeinsamen Zmorge eingeladen. Ein herzliches Dankeschön gilt dem Katholischen Frauenverein Pratteln-Augst, der das feine Frühstück für uns zubereitet.
**Für die Schulkinder:** Bringt euren Schulrucksack einfach mit! Anschliessend könnt ihr direkt von der Kirche in die Schule gehen.
Wir freuen uns auf ein stimmungsvolles Miteinander und darauf, uns gemeinsam auf die Adventszeit einzustimmen!

## 3x20 – «BALD ISCH ES SOWIIT …»

Trubel bei Marianna und Giuseppe, die ihr erstes Kind erwarten (Darbietung des 3x20-Teams!). Anspannung bei den drei Königen und ihren Frauen, die dem besonderen Stern am Himmel folgen. Was hat es mit diesem Stern auf sich?
Freuen Sie sich auf einen vergnüglichen und besinnlichen Nachmittag mit einem feinen Zvieri und seien Sie am **2. Dezember 2026** um **14.30 Uhr** im **Pfarreisaal** dabei. Pino Ragusa wird den Nachmittag musikalisch mit weihnachtlichen Klängen bereichern.

## Gottesdienste

**Samstag, 14. November**
**17.00** Santa Messa/Eucharistiefeier, anschl. Castagnata, Kirche

**Sonntag, 15. November**
**10.15** Eucharistiefeier, Romana
Diözesane Kollekte für Auwendungen im Pastoralen Entwicklungsprozess: PEP to go
**11.15** Santa Messa, Kirche

**Dienstag, 17. November**
**18.30** Santo Rosario & Santa Messa, Padre Pio Gruppe, Kirche

**Mittwoch, 18. November**
**17.00** Terço em português, Ministrantenraum/Kirche
**17.30** Rosenkranzgebet, Kirche
**18.30** Santo Rosario, Kirche

**Donnerstag, 19. November**
**09.30** Kommunionfeier, von Frauen gestaltet, Kirche

**Samstag, 21. November**
**15.00** Indische Gebetsgruppe, Kirche
**17.00** Ökum. Familienweihnachtsfeier mit dem ökum. Kinderchor Rägeboge, Ref. Kirche

**Sonntag, 22. November**
**10.00** Elisabethengottesdienst, Kirche
Kollekte für das Elisabethenwerk
**11.15** Santa Messa, Kirche

**Dienstag, 24. November**
**17.30** Rosenkranzgebet, Kirche

**Mittwoch, 25. November**
**17.00** Terço em português, Ministrantenraum/Kirche
**18.30** Santo Rosario, Ministrantenraum/Kirche

**Donnerstag, 26. November**
**09.30** Eucharistiefeier, Kirche

**Freitag, 27. November**
**18.30** Eucharistiefeier in Portugiesisch und Spanisch, Kirche

## Veranstaltungen

**Samstag, 14. November**
**10.00** Proben Weihnachtsspiel "Schattenspiel", Romana
**14.00** Pfadi St. Leodegar - Aktivität, Spielplatz hinter der kath. Kirche, Rosenmattstr. 10

**Sonntag, 15. November**
**17.00** Konzert Cantabile Chor Pratteln, Kirche

**Mittwoch, 18. November**
**14.00** Basteln für den Weihnachtsmarkt im Romana, Romana
**14.00** Jass- und Spielnachmittag, Regenbogen-Saal
**16.30** Krippenspiel-Probe "Maria Superstar", Pfarreisaal

**Freitag, 20. November**
**12.00** Mittagstisch, Romana
**14.00** Strick- und Häkelgruppe, Regenbogen-Saal

**Samstag, 21. November**
**10.00** Proben Weihnachtsspiel "Schattenspiel", Romana

**Mittwoch, 25. November**
**14.00** Basteln für den Weihnachtsmarkt im Romana, Romana
**14.00** Zäme sii und spiele, Romana
**14.30** Erstkommunion-Workshop, Kirche
**16.30** Krippenspiel-Probe "Maria Superstar", Pfarreisaal

**Freitag, 27. November**
**12.00** Mittagstisch, Romana
**18.30** Firmkurs - Besuch des Nachtlichter-Jugendgottesdienstes, Tituskirche Basel

## Unsere Verstorbenen

† Peter Winet, geb. 1946
† Pia Böswald-Kammermann, geb. 1940

Gott schenke ihnen den ewigen Frieden und den Trauernden Trost und Kraft.

# Muttenz – Johannes Maria Vianney

**Pfarreileitung**
**Philipp Ottiger, Pfarrer**
**philipp.ottiger@rkk-muttenz.ch**
**Tel. 061 465 90 20**

**Pfarramt / Sekretariat**
**Röm.-kath. Pfarramt**
**Tramstrasse 55, 4132 Muttenz**
**Tel. 061 465 90 20**
**pfarramt@rkk-muttenz.ch**
**www.rkk-muttenz.ch**

**Di-Fr jeweils 9:00-11:30 und 13:30-16:30**

**Mitarbeitende**
**David Meier, Pfarreiseelsorger**
**Marco Gürber, Sekretariat**
**Arjan Qesja, Hauswart und Sakristan**
**Rhea Jäger-Schnidrig, Präses Jubla**
**Franziska Baumann, Website**
**Romy Lötscher-Kissling, Kinderchöre**
**Christoph Kaufmann, Kirchenmusiker**

**WhatsApp-Gruppe unserer Pfarrei**

## Red Week

**Gedenkwoche für verfolgte Christ/-innen**
Im Rahmen der «Red Week», der roten Woche, wird vom 14. bis 22. November weltweit der bedrängten und verfolgten Christ/-innen auf er ganzen Welt gedacht.




Nicht nur innerlich im Gebet, sondern auch äusserlich sollen die betroffenen Menschen ins Zentrum rücken. Unsere Kirche wird während dieser Woche in der Dunkelheit rot beleuchtet sein.

## AD NOS, AD SALUTAREM UNDAM

**Orgelkonzert mit Martin Sander, Basel und München.**
Am Sonntag, 22. November um 16:00 Uhr Orgelkonzert in der Kirche.
Martin Sander, Professor für Orgel an den beiden Musikhochschulen Basel und München, wird uns mit dem monumentalen Orgelwerk von Franz Liszt «AD NOS, AD SALUTAREM UNDAM» sowie Werken von J. S. Bach und Ph. Wolfrum musikalisch verzaubern.
Sander, selber Dozent für Orgel ist ein Meister seiner Klasse. So ist er Gewinner mehrerer grosser Orgelwettbewerbe im europäischen Umfeld, selber tätig als Juror an internationalen Wettbewerben, aber auch Experte bei Orgel-Restaurierungs- und Neubauprojekten.
Eintritt frei - Kollekte.
**mos - muttenzer orgelsprossen**

## Stand und Baizli am Muttenzer Markt

**Am Mittwoch, 25. November ist Herbstmarkt.**
Besuchen Sie den Stand und/oder das Baizli am Herbstmarkt im Dorf.
**Baizli**
An der Ecke Hauptstrasse/Hinterzweienstrasse gibt es wieder ein gemütliches Pfarrei-Baizli mit frischen Fischknusperli, Pommes, Kürbisrisotto und noch mehr...



Geniessen Sie frisch zubereitete Knusperli des Oberbaselbieter Familienbetriebs www.zeglingerzander.ch und gönnen Sie Ihrer Küche für einen Tag eine Pause.

**Marktstand**
Allerlei Süsses, Feines und Praktisches finden Sie an unserem Stand unmittelbar vor dem Baizli.
Frische Spätzli, fixfertiges Gulasch, Nusstorte oder eine Vielzahl an praktischen Geschenken. Kommen Sie vorbei!
**«mr seht sich am Märt!»**

## Einladung zur KGV

Kirchgemeindeversammlung am Montag, 23. November um 19:30 Uhr im Pfarreiheim.
**Traktanden**
1. Begrüssung und spiritueller Gedankenanstoss
2. Protokoll der Kirchgemeindeversammlung vom 22.6.2026
3. Mitteilungen/Aktuelles
4. Budget 2027
5. Schwerpunktthema: Förderverein zur Finanzierung der sozialen und gesellschaftlichen Aktivitäten
6. Varia
7. Kurzauftritt «singwerk muttenz»
8. Gedankenaustausch beim Apéro

Die Einladung mit allen Beilagen liegt in der Kirche auf.
**der Kirchgemeinderat**

## Einladung zum Frauen-Zmorge / Brunch

Am Samstag, 28. November von 9:30 - 12:00 Uhr im Pfarreiheim.
Kosten: Mitglieder und Gönner bezahlen 25 Franken, Nichtmitglieder 30 Franken.
**Zusammenspiel von Genuss und Musik**
Für einen besonderen musikalischen Moment sorgen die jungen Sängerinnen und Sänger der beiden Kinderchöre Sunnestrahl und Sunshine unter der Leitung von Romy Lötscher.
Mit ihren hellen, klaren Kinderstimmen bringen sie adventliche Stimmung in diesen Samstagvormittag und laden zum Innehalten und Geniessen ein.
**Anmeldung**
Bitte bis spätestens am 17. November 2026 an: Agnes Hermann, Burggasse 2, 4132 Muttenz, 079 365 25 66 oder agnes.hermann@muttenz-net.ch.
**die Frauengemeinschaft**

## Herzliche Gratulation

**Beauftragung zum Akolythen**
Am Samstag, 21. November wird Weihbischof Josef Stübi David Meier in Moutier JU zum Akolythen beauftragen. Die Eucharistiefeier mit Beauftragung beginnt um 18:00 Uhr, wozu Sie alle herzlich eingeladen sind.
**Was ist das Akolythat?**
Während der Vorbereitung auf die Priesterweihe gibt es die Beauftragungen zu zwei besonderen Diensten, diejenige zum Lektorat und diejenige zum Akolythat, die seit dem Pontifikat von Papst Franziskus auch an weitere Laien und Laiinnen erteilt werden können.
Die Beauftragung zum Akolythen ermöglicht es ihm darüber hinaus, unabhängig von der Pfarrei Muttenz, das Allerheiligste auszusetzen, die Krankenkommunion zu spenden und in der Eucharistiefeier einige spezielle Dienste am Altar zu übernehmen.
**Herzliche Gratulation, lieber David**
Lieber David, ich wünsche dir für diesen weiteren Schritt auf deinem Weg zur Priesterweihe viel Freude und Gottes Segen und zusammen mit deinen Kolleginnen und Kollegen aus dem Berufseinführungskurs eine wunderbare Beauftragung in Moutier.
**Philipp Ottiger, Pfarrer**

## Gottesdienste

**Samstag, 14. November**
17.00 Eucharistiefeier mit Predigt
Jahrzeit für Anna-Louise Wallbrunn. Gebet für Elisabeth und Medard Venetz.

**Sonntag, 15. November**
10.15 Eucharistiefeier mit Predigt, Musik: Inspiratione Chor Basel
Kollekte für das Missionsprojekt in Ost-Sambia.
10.15 Kindertreff Glasperlen

**Montag, 16. November**
17.15 Rosenkranzgebet

**Dienstag, 17. November**
09.30 Eucharistiefeier

**Mittwoch, 18. November**
09.30 Eucharistiefeier

**Donnerstag, 19. November**
09.30 Eucharistiefeier, anschliessend Donnerstags-Kaffi
Gebet für die Verstorbenen der Frauengemeinschaft, Josef Scheiber, Rolf Müller, Bert Hegi.

**Freitag, 20. November**
09.00 Rosenkranzgebet
09.30 Eucharistiefeier

**Samstag, 21. November**
17.00 Beichtgelegenheit
18.00 Eucharistiefeier mit Predigt
Gebet für Constance und Marcello Pignatelli.

**Sonntag, 22. November**
10.15 Eucharistiefeier mit Predigt, Hubertusmesse mit den Jagdhornbläsern Ergolz
Kollekte für unsere Weihnachtsbäume und die Kirchendekoration.
10.15 Kindertreff Glasperlen

**Montag, 23. November**
17.15 Rosenkranzgebet

**Dienstag, 24. November**
09.30 Eucharistiefeier

**Mittwoch, 25. November**
09.30 Eucharistiefeier

**Donnerstag, 26. November**
09.30 Eucharistiefeier, anschliessend Donnerstags-Kaffi
Jahrzeit für Marie Schlageter-Hegner. Gebet für Rolf Müller.

**Freitag, 27. November**
09.00 Rosenkranzgebet
09.30 Eucharistiefeier

## Veranstaltungen

**Samstag, 14. November**
09.00 Thementag Firmlinge,
18.00 indisches Essen,

**Montag, 16. November**
19.45 singwerk muttenz,

**Dienstag, 17. November**
19.00 Lesezirkel Magnifica Humanitas,

**Mittwoch, 18. November**
14.00 Krea(k)tiv Atelier,
19.00 Firmlinge: Gottesdienst erleben,

**Donnerstag, 19. November**
16.30 Kinderchor Sunnestrahl,
17.20 Kinderchor Sunshine,
19.30 Vianney-Chor,

**Freitag, 20. November**
12.00 Mittagsclub,
15.00 Gottesdienst im APH zum Park,
16.00 Gottesdienst im APH Käppeli,
16.30 Erstkommunionsvorbereitung,

**Samstag, 21. November**
09.00 Probentag Musica Sacra,

**Sonntag, 22. November**
16.00 mos-Konzert in der Kirche,

**Montag, 23. November**
19.30 Kirchgemeindeversammlung,
19.45 singwerk muttenz,

**Dienstag, 24. November**
19.00 Lesezirkel Magnifica Humanitas,

**Mittwoch, 25. November**
10.00 Pfarrei am Muttenzer Markt,
14.00 Krea(k)tiv Atelier,

**Donnerstag, 26. November**
14.00 Spielnachmittag,
16.30 Kinderchor Sunnestrahl,
17.20 Kinderchor Sunshine,
19.30 Vianney-Chor,

**Freitag, 27. November**
12.00 Mittagsclub,
19.00 Generalversammlung KTV,

## Unsere Verstorbenen

† Erwin Josef Imhof-Pascher, geb. 1938
† Hans-Jörg Waldmann-Nadig, geb. 1952
† Josef Alois Suter-Ziegler, geb. 1933
† Gisela Hugenschmidt-Adler, geb. 1947
† Jean-Paul Schnidrig-Holzer, geb. 1944

Gott schenke ihnen den ewigen Frieden und den Trauernden Trost und Kraft.

Aktuelle Anlässe, Kurse und Veranstaltungen unter

**lichtblick-nw.ch/rubriken/agenda/**

# Birsfelden – Bruder Klaus

**Gemeindeleitung**
**Patrick Graf**
**Gemeindeleiter Stv.**

**Pfarramt/Sekretariat**
**Esther Schwimbersky**
**Hardstrasse 28, 4127 Birsfelden**
**Mo 08.30 - 11.30 Uhr**
**Mi 14.30 - 18.00 Uhr**
**Fr 08.30 - 11.30 Uhr und 13.30 - 15.30 Uhr**
**Tel. 061 319 98 00**
**info@kathki-birsfelden.ch**

**Mitarbeitende**
**Patricia Godena, Jugendarbeit**
**Ursina Mazenauer, Sozialarbeit**
**Bernd Piepenbreier, Organist/Chöre**
**Dominik Flubacher, Hauswart/Sakristan**

**Homepage**
**www.kathki-birsfelden.ch**

## Abschied von Patrick Graf in den Ruhestand

Nun ist es Ende November soweit, dass der Ruhestand naht und ich Abschied nehme von der Pfarrei in Birsfelden. Dankbar blicke ich zurück auf die vergangenen 10 Jahre, die wie im Flug verflossen sind. In diesen Jahren durfte ich viele schöne Erfahrungen machen, viele tolle Aktionen mit Menschen in der Pfarrei durchführen und erleben. Ich durfte auch Menschen begleiten in frohen aber auch in schweren Stunden. So sage ich allen herzlichen Dank, die mir mit Vertrauen und Wohlwollen begegnet sind und mich ursprünglich bei der Jugendarbeit, in der Schule und später bei der seelsorgerlichen Arbeit unterstützt und begleitet haben. Einen ganz herzlichen Dank sage ich meinen Kolleginnen und Kollegen des Seelsorgeteams und den Angestellten in der Kirchgemeinde. Einen besonderen Dank sage ich den vielen Freiwilligen in den verschiedenen Gruppierungen und Arbeitsbereichen der Pfarrei. Dass ein Pfarreileben so lebendig und einladend ist, wäre ohne sie nicht möglich. Ich danke dem Kirchgemeinderat für die vertrauensvolle Zusammenarbeit. Ebenso danke ich den Kolleginnen und Kollegen der reformierten, methodistischen und FEG-Gemeinde für das schöne und erfüllende Zusammenwirken in der Ökumene.
So wünsche ich allen Gottes Segen und alles Gute für die Zukunft!
Der Abschiedsgottesdienst findet am Sonntag, 29. November 2026, 10:15 Uhr, mit anschliessendem Apéro statt.
**Patrick Graf**

## Einladung zur Kirchgemeindeversammlung

**Einladung zur Kirchgemeindeversammlung am Sonntag, 15. November 2026, 11.15 Uhr, im Saal des Fridolinsheimes**
Traktanden:
1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmenzähler
3. Protokoll der KGV vom 31. Mai 2026
4. Wahl Gemeindeleitung: Frau Olivia Forrer, Theologin
5. Voranschlag 2027 und Revisorenbericht
6. Festsetzung des Steuerfusses für das Jahr 2027, Antrag KGR: belassen bei 11.5%
7. Pfarreirat
8. Anträge
9. Diverses

Das Protokoll der Kirchgemeindeversammlung vom 31. Mai 2026, der Voranschlag 2027 und Revisorenbericht werden spätestens 10 Tage vor der Versammlung im Schriftenstand aufliegen, können im Sekretariat eingesehen werden und befinden sich auf unserer Homepage www.kathki-birsfelden.ch.
Anträge sind bis 6. November schriftlich an die Kirchgemeinde Birsfelden zu Handen des Präsidenten, Bruno Leibundgut, Hardstrasse 28, 4127 Birsfelden, einzureichen.
**der Kirchgemeinderat**

## Angelforce Gottesdienst

**Sonntag, 15. November 2026, 10.15 Uhr, katholische Kirche Bruder Klaus**
Die Angelforce-Jugendaktion feiert dieses Jahr ihr 20-jähriges Jubiläum. Auch wir feiern mit und gestalten gemeinsam mit den SchülerInnen der 8. Klasse einen Gottesdienst. Am Ende erhalten die BesucherInnen ein kleines «Bhaltis» im Sinne von Angelforce. Lassen Sie sich überraschen!
Was ist Angelforce? Eine Schweizer Jugend- und Sozialaktion, bei der Jugendliche ihre Talente einsetzen, um mit einfachen Gesten Licht, Freude und Unterstützung zu schenken – ganz im Sinne der christlichen Nächstenliebe.
Die diesjährige Angelforce-Woche findet vom 5. bis 15. November unter dem Motto «Beflügle deine Mitmenschen» statt. Unsere OberstufenschülerInnen basteln dazu jedes Jahr etwas Schönes, das sie dann verschenken. Natürlich gehört auch die Angelforce-Mütze dazu!
**Patricia Godena, Jugendarbeiterin, und Patrick Graf**

## Anmeldung für den Besuch des St. Nikolaus



Anmeldungen für Hausbesuche des St. Nikolaus am 6. und 7. Dezember 2026 werden bis 27. November 2026 entgegengenommen und nach Eingang berücksichtigt. Anmeldeformulare befinden sich auf unserer Homepage und liegen in der Kirche auf.
Am **6. Dezember 2026, 17.00 Uhr**, findet die **feierliche Aussendung des St. Nikolaus**, in der katholischen Kirche Bruder Klaus statt.

## Winterzauber Jubla

**Freitag, 27. November 2026, ab 17.00 Uhr, beim Fridolinsheim**
Winterzauber der Jubla für Gross und Klein mit Kerzenziehen, Essen und Trinken, Gschichtliegge und Lagerfeuer mit Schlangenbrot

Alles unter
**lichtblick-nw.ch**

## Gottesdienste

**Sonntag, 15. November**
33. Sonntag im Jahreskreis
09.00 Santa Messa
10.15 Gottesdienst mit Kommunionfeier, anschliessend Kaffeestube
Kollekte: Diözesan pastorale Anliegen

**Montag, 16. November**
15.50 Rosenkranzgebet

**Mittwoch, 18. November**
09.15 Gottesdienst mit Kommunionfeier in der Krypta, anschliessend Kaffee

**Samstag, 21. November**
17.30 Dank-Gottesdienst Ehejubilaren, mit Gospelchor

**Sonntag, 22. November**
Christkönigssonntag
09.00 Santa Messa
10.15 Gottesdienst mit Eucharistiefeier, anschliessend Kaffeestube
Gedenken für Gerda, Karl und Peter Nesselhauf, Liesel Hügin, Annelies Wallbrunn
Kollekte: Fragile Suisse

**Montag, 23. November**
15.50 Rosenkranzgebet

**Mittwoch, 25. November**
09.15 Gottesdienst mit Kommunionfeier in der Krypta, anschliessend Kaffee

## Veranstaltungen

**Sonntag, 15. November**
11.15 Kirchgemeindeversammlung mit Wahl der neuen Gemeindeleitung, im Fridolinsheim

**Mittwoch, 18. November**
17.00 Fotorückblick Wanderferien, im Fridolinsheim

**Freitag, 20. November**
15.00 Erstkommunionvorbereitung, im Fridolinsheim

**Samstag, 21. November**
17.30 Ehejubilaren-Anlass mit Dankgottesdienst, anschliessend Apéro

**Dienstag, 24. November**
14.00 Zyschtigskaffi, im Fridolinsheim

**Mittwoch, 25. November**
14.00 Adventsdekoration aufhängen, im Fridolinsheim

**Donnerstag, 26. November**
19.00 Frauen auf dem Weg: Adventsgestecke selber machen, im Fridolinsheim

**Freitag, 27. November**
12.00 Mittagstisch, im Fridolinsheim, mit Anmeldung bei Frau U. Mazenauer, Tel. 061 319 98 03
17.00 Winterzauaber der Jubla, Kerzenziehen, Essen und Trinken, beim Fridolinsheim

## Unsere Verstorbenen

Emmerich Katona, 1948, † 28.10.2026
Anton Aregger, Basel, 1939, † 30.10.2026
Georgina Kerényi, 1932, † 02.11.2026

Gott schenke ihnen den ewigen Frieden und den Trauernden Trost und Kraft.

# MCI Muttenz, Birsfelden, Pratteln, Augst

### *Kontakte*

**Pfarreileitung**
Don Jan Zubrowski
Tel. 079 137 89 26

**Pfarramt/Sekretariat**
Concetta Iazurlo
Baselstrasse 48-4132 Muttenz
061 461 33 82/076 379 69 67
mci.birmutprat@bluewin.ch
Mo, Mi 9.00–12.30, Do 14.00–18.00

## AVVISI

**Castagnata**
Sabato 14 novembre 2026, alle ore 17.00, Santa Messa insieme alla comunità svizzera e il gruppo di P. Pio, per la tradizionale Castagnata nella parrocchia di Pratteln.



**Catechesi**
Il prossimo incontro della nostra Catechesi alla Missione di Muttenz, si terrà giovedì 19 novembre 2026, alle ore 19.30. Venite vi aspettiamo!

**Cristo Re**
Nell'ultima riunione del Consiglio Pastorale, si é decisso di rimandare a data da terminare il pranzo di Cristo Re. Perqui la domenica 22 novembre 2026, le Sante Messe si celebrano in tutte e 3 le Parrocchie con gli'orari normali della domenica. Grazie per la vostra comprensione.

## Gottesdienste

**Samstag, 14. November**
17.00 Prattel, Santa Messa; segue Castagnata

**Sonntag, 15. November**
09.00 Birsfelden, Santa Messa
11.15 Pratteln, Santa Messa
18.00 Muttenz, Santa Messa

**Dienstag, 17. November**
18.30 Pratteln, Santo Rosario P. Pio
19.00 Pratteln, Santa Messa P. Pio

**Mittwoch, 18. November**
18.30 Pratteln, Santo Rosario

**Sonntag, 22. November**
09.00 Birsfelden, Santa Messa
11.15 Pratteln, Santa Messa
18.00 Muttenz, Santa Messa

**Mittwoch, 25. November**
18.30 Muttenz, Santa Messa

# Agenda

## Veranstaltungen

### Wo Hoffnung Raum findet und Frieden wächst – Interreligiöse Friedensandacht und Apéro

**Sonntag, 15. November, 18 Uhr, KLYCK, Kleinhüningerstrasse 205, 4057 Basel.** Die musikalische Friedensandacht wird von Mitgliedern verschiedener Glaubensgemeinschaften gestaltet: Baha'i Gemeinde, Ev.-luth. Kirche, Hindu-Gemeinde Basel, Kulturvereinigung der Aleviten und Bektaschi, Migwan Basel, Ideal Kulturverein und Tibetergemeinschaft Basel. Eine Veranstaltung im Rahmen der Woche der Religionen beider Basel «Raum und Religion»

### Zmorge – von Frauen für Frauen

Der Frauenbund Basel, Nonnenweg 21, in Basel lädt am **Dienstag, 24. November, von 9 bis 11 Uhr** zu einem feinen Zmorge mit spirituellem Impuls und Segen ein; mit interessanten Gesprächen und Begegnungen. Anmeldung bis zwei Tage vor dem Anlass per Telefon 061 272 35 44 oder per E-Mail info@frauenbund-basel.ch

### Führung durch das Jüdische Museum

Das Jüdische Museum der Schweiz (JMS) bietet einen Überblick über jüdisches Leben in der Schweiz, aber auch über den religiösen Alltag von Jüdinnen und Juden. Vor ziemlich genau einem Jahr wurde es an einem neuen Standort eröffnet. Aus diesem Anlass findet eine Führung durch das Museum statt am **Dienstag, 24. November, von 18.30 bis 20 Uhr**. Jüdisches Museum, Vesalgasse 5, Basel. Anmeldung bis 17. November an info@forumbasel.ch

### Mariasteiner Konzerte – Wachet auf

Orgelmusik zum ersten Advent am **Sonntag, 29. November, um 16 Uhr** in der Basilika Mariastein. Mit Josef Laming und Tobias Lindner an der Orgel. Werke von Alexandre Guilmant, Michel Corette, Dietrich Buxtehude, Johann Sebastian Bach, Felix Mendelsohn Bartholdy und anderen. Kollekte

### Let's GOspel – Advents-Open-Air in Basel

Let's GOspel, ein Gospelchor mit Live-Band und Solisten, lädt ein am Sonntag, 29. November, um 17 Uhr zu den «Musikalischen Wintersprossen» in der Arena vom Kannenfeldpark – mit Liedern zum Zuhören und Mitsingen. Let's Gospel ist ein ca. 40-köpfiger moderner regionaler Chor, der für Energie, Gemeinschaft und echte Emotionen steht. Gesungen wird Gospel, der lebt: warm, humorvoll, kraftvoll und mit offenem Herzen. Dabei steht Gospel für geistliche Lieder, aber auch bekannte Lieder mit hoffnungsvollem Inhalt. Nach dem Motto «Lieber von Herzen falsch als halbherzig richtig» entsteht ein Sound, der nicht perfekt sein will, sondern authentisch, ermutigend und inspirierend. Das Konzert findet nicht bei jedem Wetter statt. Auskunft unter 079 672 68 66 und online unter www.letsgospel.ch.
Eintritt frei – Kollekte

### Riehener Orgelfestival 2026

Sonntag, 22. November, 17 Uhr: Gospels und Spirituals mit dem Rosental Swingtett und Tobias Lindner. Kirche St. Franziskus, Riehen. Eintritt frei, Kollekte.

## Medientipps

### Sonntag, 15. November

**Gottesdienst** aus der Hospitalkirche St. Joseph in Bensheim (D), ZDF, 9.30 Uhr
**Sternstunde der Religion: Petersdom – Megabaustelle der Renaissance.** Sie ist die wohl berühmteste Kirche der Welt: der Petersdom. 120 Jahre lang schufteten Handwerker, Künstler, Arbeiterinnen und Statiker am wichtigsten Bau des Christentums. Ein Film dokumentiert Leben und Wirken in der Dombauhütte. SRF 1, 10.05 Uhr

### Sonntag, 22. November

**Heilige Messe** aus der Pfarre Rabenstein an der Pielach (NÖ), Servus TV, 8.55 Uhr.
**Eucharistiefeier** aus der Pfarre Unterwart (Burgenland). ORF III, 10 Uhr
**Fenster zum Sonntag: Achtung toxisch!** Gesunde Beziehungen sind in der Regel wohlwollend, gleichberechtigt und erbauend. Doch was ist, wenn es kräftezehrend, destruktiv oder sogar schädlich wird? Dann spricht man von toxischen Beziehungen. Info/Dokumentation. SRF II, 11.45 Uhr.

### Wort für deinen Tag

**Telebibel:** 061 262 11 55; www.telebibel.ch

### Wort zum Sonntag

Das Wort zum Sonntag jeden Samstag um 19.55 auf SRF 1

### Radiopredigt bei SRF

**Radio SRF 2 Kultur/Radio SRF Musikwelle:** Predigten sonn- und feiertags um 10 Uhr, www.radiopredigt.ch, 032 520 40 20

### Bibel to go – Lesungen des Tages

**Tägliche Lesungen der Messliturgie der katholischen Kirche als Podcast.** Mit professionellen Stimmen und liturgischen Gesängen. Online zu hören auf www.bibeltogo.podbean.com sowie Spotify, Apple Podcasts, Amazon Music und anderen.

## Liturgie

### Sonntag, 15. November

**33. Sonntag im Jahreskreis: Welttag der Armen (Fürbitten)** Spr 31,10–13.19–20.30–31; 1 Thess 5,1–6; Mt 25,14–30

### Sonntag, 22. November

**Christkönigssonntag:** Ez 34,11–12.15–17a; 1 Kor 15,20–26.28; Mt 25,31–46

Weltjugendtag



# Auf nach Südkorea!

Im Sommer 2027 treffen sich in Seoul, der Hauptstadt Südkoreas, eine halbe Million Jugendliche und junge Erwachsene, um gemeinsam den Weltjugendtag zu feiern.
Unter www.wjt.ch/seoul-2027 finden Interessierte weitere Infos und die Möglichkeit, sich einer der Reisewochen (Vorreise: 20.–25. Juli, Diözesanwoche: 26. Juli – 2. August, Hauptwoche: 3.–8. August, Nachreise: 9.–15. August) anzuschliessen, die die ARGE Weltjugendtag anbieten.
Anmeldung ab sofort möglich.

Wer nicht ganz so weit reisen möchte, oder sich bereits auf den Sommer in Südkorea einstimmen will, kann vom 16.–18. April am Deutschschweizer Weltjugendtag in Basel teilnehmen.
Anmeldung ab Januar möglich.

Filmtipp

# Lieblingsmenschen



Agnes ist 101 Jahre alt und lebt allein in einer grossen Berliner Wohnung. Ihre Ehemänner hat sie überlebt, ihre Bekannten sind verstorben. Nur ihr Goldfisch William leistet ihr Gesellschaft. Als sie nach einem Missgeschick mit dem Herd nicht mehr allein wohnen darf, sucht sie eine Mitbewohnerin. Doch dann steht Amir vor ihrer Tür. Dem jungen iranischen Arzt, der wegen seiner Homosexualität in Deutschland Asyl beantragt hat, ist Agnes bereits einmal begegnet. Sie deutet das Wiedersehen als Zeichen und nimmt ihn auf.
Aus der ungewöhnlichen Wohngemeinschaft wächst eine Freundschaft. Katharina Thalbach spielt die 101-Jährige mit Lebensfreude – besonders, wenn Agnes auf ihrem Dreirad zum Tanzlokal fährt, um für einen Weltrekord zu üben. Zu schön, um wahr zu sein? «Lieblingsmenschen» beruht auf der Geschichte von Agnes und Amir, die drei Jahre zusammenlebten. Ein berührender Feel-Good-Film.

**Eva Meienberg**

«Lieblingsmenschen»; Deutschland 2026; Regie: Helena Hufnagel; Besetzung: Katharina Thalbach, Bardo Böhlefeld
Kinostart: 19. November

Schweizer Minikalender 2027

## Wie biblische Namen bis heute weiterleben

**Als Elisabeth gleichzeitig mit Maria schwanger war, ahnte sie bereits, dass mit Marias Kind etwas Besonderes beginnen würde. Mehr als 2000 Jahre später begegnet uns Elisabeth noch immer. Ihr Name lebt in vielen Formen weiter: Elisa, Elsa, Ella, Lisa oder Lilly gehören zu ihrer Namensfamilie. Solche Verbindungen macht der Schweizer Mini-Kalender 2027 sichtbar. Monat für Monat lernen Kinder eine biblische Person und ihre Geschichte kennen. So entdecken die Kinder, wie sich Namen über die Jahrhunderte verändert haben und in welchen heutigen Vornamen sie weiterleben. Der Schweizer Mini-Kalender 2027 richtet sich an Ministrantinnen und Ministranten. Er eignet sich darüber hinaus auch für Familien, den Religionsunterricht und die Katechese ebenso wie als Geschenk von Pfarreien.**
**Bezug: www.ministrantenkalender.ch / kalender@tut.ch, 041 410 19 60, Preis: Fr. 13.50 (Staffelrabatt)**

Impressum

Herausgeber
Verein Pfarrblattvereinigung Nordwestschweiz
Innere Margarethenstrasse 26
4051 Basel
+41 61 363 01 70
info@lichtblick-nw.ch
www.lichtblick-nw.ch

Redaktion
Mantelteil: Marie-Christine Andres Schürch, Eva Meienberg, Leonie Wollensack, Ayelet Kindermann, Silvia Berger, Ursula Humburg Davis
Redaktion Pfarreiteil: das jeweilige Pfarramt

Titelbild: Nathalie Koller, bureauplus.ch
Bilder Vermischtes: AG Weltjugendtag; frenetic.ch

Gestaltungskonzept
Die Gestalter AG, St. Gallen

Redaktionssystem / Druck
gateB AG, Steinhausen / CH Media Print AG, Aarau

Adressänderungen
In den Kantonen BL, AG und SO wenden Sie sich bitte an Ihr Pfarreisekretariat.
Wohnsitzänderungen im Kanton BS: An das Einwohneramt, 061 267 70 60, oder online auf www.bdm.bs.ch/Wohnen/umzug
Andere Mutationen in BS: 061 690 94 44, mitgliederverwaltung@rkk-bs.ch

# Adventskalender mal anders

Vorweihnachtszeit ist Adventskalenderzeit! Ob gross oder klein, an einem Adventskalender haben Menschen in jedem Alter Freude. Wir haben uns ein paar Exemplare angeschaut und stellen sie hier vor.

**Perfekt unperfekt**
(Für Erwachsene)
Schwester Marie-Pasquale Reuver landet mit ihrem Adventskalender «Ein bisschen Advent» mitten im oft unromantischen Vorweihnachtsalltag. Und der Kalender sagt: Das ist okay. Ihre einfühlsam geschriebenen, lebensnahen Impulse laden dazu ein, den Perfektionsdruck hinter sich zu lassen und neu zu entdecken, worauf es wirklich ankommt: aufmerksam sein, sich selbst und anderen mit Freundlichkeit begegnen und offen bleiben für das Wunder, das sich nicht planen lässt.




**Guter Gottes-Vibe**
(Für Jugendliche von 12 bis 15 Jahren)
Advent ist eine Zeit des Wartens, der Vorfreude und manchmal auch der Hektik. Der Adventskalender «24 Days of Go(o)d Vibes» schafft kleine Auszeiten im vorweihnachtlichen Trubel. Hinter 24 Postkarten mit Bildern und kurzen Texten warten Ideen zum Nachdenken, Schmunzeln, Entspannen und Entdecken. 24 kleine Unterbrechungen im Advent, die Raum schaffen für Gedanken, Fragen und die eigene Spurensuche nach Gott.
Der Kalender kann persönlich durch den Advent begleiten oder in Gruppen eingesetzt werden, etwa in der Jubla, Pfadi oder im Religionsunterricht. Ein kostenloses Begleitheft mit weiterführenden Impulsen und Anregungen für Gruppen steht als Download zur Verfügung.




**Advent, aber anders**
(Für Erwachsene)
Weniger Tannenzweige, Teelichter und Weihnachtsgebäck. Dafür Wildgänse, Blumenzwiebeln oder ein Parkhaus. Mit dem Kalender «Wilde Weihnachten» von Andrea Schwarz können Menschen den Advent neu erleben: ungezähmt, lebendig, jenseits von Kitsch und Konvention. Die Spiritualität kommt aber trotzdem nicht zu kurz – nur kommt sie eben ein bisschen anders daher als in der Adventszeit gewohnt.




**Im Galopp durch den Advent**
(Für alle Altersstufen)
Die Landeskirche Aargau ist auch dieses Jahr wieder mit ihrem digitalen Adventskalender am Start. Lesende und Hörende folgen Marias kleinem Esel in 24 Geschichten, mit Bastel- und Spielideen für Kinder sowie kurzen Impulsen der Achtsamkeit für Erwachsene für gemeinsame Familienmomente.
Der Kalender kann in 4 Sprachen erlebt werden. Ab dem 1. Dezember unter:
www.kathaargau.ch/adventskalender



**Leonie Wollensack**

## Gewinnspiel

**Wir verlosen je einen Kalender «Ein bisschen Advent» und «Wilde Weihnachten». Wer teilnehmen will, schickt bis zum 21.11. eine E-Mail mit dem Titel des Wunschkalenders als Betreff an redaktion@lichtblick-nw.ch**