www.acfl.lu 16, rue François Faber L-7573 Mersch

Action Catholique des Femmes du Luxembourg

Marienland

Zäitschrëft fir d'Membere vun der Kathoulescher Fraenaktioun

01 2026

- Joresthema 2026: Diakonat: Bréck tëschent Kierch a Welt!
- Weltgebetstag 2026 – Kommt! Bringt eure Last
- Mains de Maîtres: Alice Greischer
- Rubrik: Gesondheet – kierperlech a psychesch – Präventioun: Parkinson
- Solidaritéitsaktioun 2025-2027 – „Mat Ärer Hëllef d'Zukunftsperspektive fir Meedercher a jong Mammen aus prekäre Verhältnisser zu Kaloukro/Côte d'Ivoire verbesseren."

Opgepasst: Mir hunn zënter September eng nei Adress:
16, rue François Faber, L-7573 Mersch !! An eng nei Telefonsnummer 28 67 47 !!

Chères lectrices et lecteurs, chers membres,

Une nouvelle année s'ouvre, avec ce temps particulier où se croisent le regard porté sur ce qui a été et l'élan vers ce qui vient. Nous échangeons des vœux de santé, de bonheur et de confiance. Pourtant, il n'est pas toujours facile d'aborder l'avenir avec légèreté. La catastrophe de Crans-Montana, les guerres et les conflits qui perdurent à travers le monde assombrissent le début de l'année 2026. Espérance et inquiétude avancent côte à côte.

Le thème ESPERANCE a été le fil conducteur de l'année écoulée. Certaines attentes se sont concrétisées, tandis que d'autres nous accompagnent encore, parfois silencieusement. Chaque nouvelle année s'accompagne inévitablement de questions : que nous réserve l'avenir, que laisserons-nous derrière nous et quelle part de responsabilité nous revient ?

Ces périodes de transition mettent en lumière la fragilité de nombreux équilibres, tout comme notre besoin de repères. La santé s'impose alors comme une préoccupation centrale, qu'elle soit physique, psychique ou sociale. C'est pourquoi le périodique *Marienland* poursuit sa rubrique dédiée à la santé. Les avancées enregistrées ces dernières années dans la prise en charge médicale et thérapeutique des femmes sont encourageantes : elles montrent que les réalités et les besoins spécifiques des femmes sont désormais davantage reconnus et pris en considération.

Le nouveau thème véhiculaire pour 2026 « Le diaconat, pont entre l'Église et le monde » interpelle les femmes dans l'Église depuis des décennies.

Le diaconat des femmes sera au cœur de deux conférences organisées par l'ACFL en collaboration avec la Commission « Fra an der Kierch ». La première, prévue le 20 mars, nous est offerte par la théologienne Dr Catherine Chevalier de l'Université catholique de Louvain (UCL) autour du thème « Contexte et perspectives ». La seconde conférence, le 12 juin et intitulée, « Berufen als Diakonin – ausgebildet als Diakonin – was nun? » (Appelées comme femme diacre – formées comme femme diacre – et maintenant ?), sera animée par Dr Jutta Mader-Schömer, présidente du Réseau pour le diaconat des femmes en Allemagne.

Ces deux rendez-vous envoient un signal clair : malgré les résistances persistantes, le diaconat des femmes s'impose durablement dans le débat ecclésial. Qu'il continue d'être analysé, discuté et porté sur la place publique ne relève pas de l'impatience, mais bien d'une persévérance assumée.

La diaconie est la sollicitude que les chrétiens témoignent à leurs semblables, à l'image de la compassion, de l'exemple et des enseignements du Christ. Le mot diaconie dérive du grec diákonos (διάκονος), qui signifie serviteur, le service au prochain. Et ce service est, depuis toujours, porté par d'innombrables femmes. Des femmes engagées dans l'Église et dans des projets sociaux – souvent sans rémunération, souvent dans l'ombre, mais indispensables. Les nombreux comptes rendus des actions des sections de l'ACFL publiés chaque année dans *Marienland* en témoignent. La diaconie se vit au quotidien. Les femmes ne manquent ni de compétence ni d'engagement. Il manque peut-être la reconnaissance.

Dans cet esprit, nous vous souhaitons pour la nouvelle année non seulement bonheur et santé, mais aussi **courage, force et… persévérance**.

Liliane Loos-Magar
Présidente de la commission „Fra an der Kierch"

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Mitglieder,

ein neues Jahr hat begonnen – und mit ihm der Moment zwischen Rückblick und Aufbruch. Wir wünschen einander Gesundheit, Glück und Zuversicht. Und doch fällt es manchmal schwer, unbeschwert nach vorne zu schauen. Die Katastrophe von Crans-Montana, Kriege und anhaltende Konflikte weltweit legen sich wie ein Schatten über den Jahresanfang 2026. Hoffnung und Sorge liegen dicht beieinander.

Hoffnung war das Leitthema des vergangenen Jahres. Manche Hoffnungen haben sich erfüllt, andere tragen wir weiter mit uns – bewusst oder unausgesprochen. Ein neues Jahr bringt immer auch Fragen mit sich: Was wird kommen? Was wird bleiben? Und was liegt in unserer Hand?

Gerade an solchen Übergängen wird deutlich, wie zerbrechlich vieles ist – und wie sehr wir Halt suchen. Gesundheit steht dabei für viele im Mittelpunkt: körperlich, seelisch, gesellschaftlich. Auch unsere Zeitschrift *Marienland* behält seine Rubrik Gesundheit bei. Dass die medizinische und therapeutische Versorgung von Frauen in den vergangenen Jahren deutliche Fortschritte gemacht hat, ist ermutigend. Es ist ein Zeichen dafür, dass frauenspezifische Perspektiven zunehmend ernst genommen werden.

2026 rücken wir ein Thema erneut ins Zentrum, das auch Frauen in der Kirche seit Jahrzehnten bewegt: „Das Diakonat – Brücke zwischen Kirche und Welt."

So steht das Thema Diakonat der Frau im Mittelpunkt zweier Konferenzen, die die ACFL gemeinsam mit der Kommission „Fra an der Kierch" organisiert. Die erste Konferenz mit der Theologin Dr. Catherine Chevalier von der Katholischen Universität Leuven (UCL) widmet sich dem Thema „Kontext und Perspektiven" und findet bereits am 20. März statt. Die zweite Konferenz am 12. Juni: „Berufen als Diakonin – ausgebildet als Diakonin – was nun?", wird von Dr. Jutta Mader-Schömer, Vorsitzende des Netzwerks Diakonat der Frau Deutschland, gestaltet.

Beide Veranstaltungen machen deutlich: Trotz aller Widerstände ist das Diakonat der Frau ein Thema, das aus den Diskussionen innerhalb der Kirche nicht mehr verschwinden wird. Dass das Diakonat der Frau weiterhin diskutiert, erforscht und öffentlich thematisiert wird, ist kein Zeichen von Ungeduld, sondern von Beharrlichkeit. Denn **Diakonia bedeutet Dienst am Nächsten. Und dieser Dienst wird seit jeher von unzähligen Frauen getragen.** Frauen, die sich in Kirche und sozialen Projekten engagieren – oft unbezahlt, oft unsichtbar, aber unverzichtbar. Die vielen Berichte über die Aktionen der ACFL-Sektionen im *Marienland* zeigen dies jedes Jahr. Diakonia wird jeden Tag gelebt. Es fehlt den Frauen nicht an Kompetenz, nicht an Engagement, es fehlt vielleicht an Anerkennung.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen für das neue Jahr nicht nur **Glück und Gesundheit,** sondern auch **Mut, Kraft und … Ausdauer**.

Liliane Loos-Magar
Présidente de la commission „Fra an der Kierch"

Diakonat – Bréck tëschent Kierch

Wie schon im Leitartikel erwähnt ist das Thema Diakonat im Allgemeinen aus dem kirchlichen Leben nicht mehr wegzudenken, ebenso wie die Diskussion um das Diakonat der Frau. Viele Gläubige wissen vielleicht nicht was Diakonat konkret bedeutet. Daher hier eine allgemeine Definition: Der **Diakon** – altgriechisch διάκονος *(diákonos)* = Diener, Helfer, Bote – bekleidet ein geistliches Amt innerhalb der Kirche, das **Diakonat**. Seine Aufgaben beschränken sich nicht auf die Diakonie, sondern umfassen wie die der anderen geistlichen Ämter auch Verkündigung – altgriechisch μαρτυρία *(martyría)* = Zeugnis- und Gottesdienst/Liturgie – altgriechisch λειτουργία *(leiturgía)* = Gemeindedienst. Diakone waren ursprünglich Gehilfen der Apostel zur Verwaltung des gemeinsamen Vermögens und zur Leitung der gemeinsamen Mahlzeiten – und wohl damit verbunden auch der Eucharistie.

In den römisch-katholischen, orthodoxen, anglikanischen und altkatholischen Kirchen bildet die Weihe zum Diakon, das Diakonat, die erste Stufe des Weihesakramentes (die zweite Stufe ist das Priesteramt, die dritte das Bischofsamt). Die Eingliederung in die Gemeinschaft der Geistlichen, Klerus genannt, geschieht durch die sakramentale Weihe, die durch das vom Bischof gesprochene Bittgebet um die Ausgießung des Heiligen Geistes und die im Amt benötigten Gnadengaben sowie die Handauflegung des Bischofs auf das Haupt des zu Weihenden vollzogen wird.

Wir haben Pater Théo Klein um eine ausführliche Erklärung zum Diakonat gebeten.

Das ständige Diakonat – ein kostbares Geschenk des Zweiten Vatikanischen Konzils

Kardinal Jean-Claude Hollerich hat mich beauftragt den Dienst als Spiritual (=geistlicher Begleiter) bei den ständigen Diakonen zu übernehmen. Ständige Diakone sind zumeist verheiratete Männer, mit Familie. Sie haben sich sowohl in der Familie wie in der Berufswelt bewährt, dieses sakramentale Amt zu übernehmen. Es gehört zu den kostbarsten Geschenken des Zweiten Vatikanischen Konzils (Balthasar Fischer), das Amt des Diakons für heute und für die Zukunft in die Mitte der Kirche zu stellen. Der Diakon ist das sakramentale Zeichen des Erzdiakons Jesus Christus in und für die Kirche und besonders in unserer Gesellschaft, für Menschen, die weniger Lebenschancen haben. Das sakramentale Zeichen des Diakons besteht darin, dass Jesus seinen Jüngern die Füße gewaschen hat. Das Diakonat gehört zum Weihesakrament wie auch der Priester und Bischof. Auch der Bischof und der Priester bleiben ein Leben lang Diakon. Der Diakon ist weder ein geweihter Sozialarbeiter, noch ein Ersatz für den Priester – weder Minipriester noch Superlaie.

Die Kirche braucht das Diakonat in dem Sinn, dass alle weiteren geistlichen Dienste auch Diakonie sind und bleiben. Diakonie heißt *„dienen"*. Der Diakon hat einen ***Dienst am Wort Gottes***, also in der Verkündigung und in der Liturgie, wie auch einen ***Dienst aus dem Wort Gottes***, was die Nächstenliebe zum Ausdruck bringt. Der Diakon ist somit ***Evangelist***! Die Evangelisierung steht im Mittelpunkt. Der Diakon hat den Auftrag den Menschen das Brot vom Wort Gottes zu reichen, das dem Leben des Menschen Sinn und Orientierung gibt, denn der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von jenem Wort, das aus Gottes Mund kommt.

Der Diakon kann nur verkündigen, was er aus Gottes Wort im Zusammenhang mit dem Glaubensleben und im Erkennen der Zeichen der Zeit gehört hat. Deshalb muss er ein ständiger ***Hörer des Wort Gottes*** sein. Er kann nur weitersagen, von dem was ihn erfüllt. Deshalb ist das Diakonat auch

nicht einfach ein Job, sondern eine Berufung. Gott ruft den Menschen in der Tiefe seiner Existenz und seines Menschseins, da, wo man als Mensch Freude und Leid erfährt und das Leben mit anderen teilt: *„Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art, sind auch die Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Jünger Jesu"* (Gaudium et Spes 1). Das Zeugnis des Diakons steht für das Evangelium.

Das ***Kreuz*** steht im Mittelpunkt des Evangeliums. Wer das Kreuz in seinem eigenen Leben annimmt, kann auch Kreuz und Leid von anderen Menschen verstehen, um den Menschen wirklich Trost zu spenden. Das Herz des Diakons muss aus dem Glauben an Gott für die Menschen schlagen, die im Leben zu kurz gekommen sind.

Der Diakon hat einen Auftrag in ***der Verkündigung, in der Liturgie*** und auch im ***Dienst am Nächsten***. Dies sind die 3 wesentlichen Säulen, die den symphonischen Dreiklang des kirchlichen Lebens ausmachen. Am Schluss der Eucharistiefeier ruft der Diakon die Gemeinde auf. *„Gehet hin in Frieden"* ***„Ite missa est!"***, d.h. der Frieden Christi soll in unserer Welt, die oft voller Zwietracht ist, gelebt und bezeugt werden. Der Diakon versteht sich als ***Instrument des Friedens Christi.***

Bei der Diakonatsweihe verspricht der Diakon das Stundengebet treu für das Volk Gottes und stellvertretend für die Welt zu verrichten. Die Glaubwürdigkeit des Diakons erkennt man, wenn sein Gebet echt und authentisch ist. Er ist ein ***Mann des Gebets.*** Der Diakon verspricht dem Bischof Respekt und Gehorsam. Es geht nicht um persönliche Selbstverwirklichung, sondern vielmehr um die ***Verwirklichung und Transparenz der Liebe Gottes zu den Menschen.*** Es gibt ständige Diakone, die verheiratet sind, andere leben zölibatär. Die einen üben ihr Diakonat hauptberuflich aus, andere in Verbindung mit ihrem Zivilberuf.

In der kirchlichen Tradition gibt es eine ganze Reihe von heilig- oder seligmäßigen Diakonen, wie z. B Stephanus, Philippus, Laurentius, Franz von Assisi, … Paulus nennt Phöbe „Diakonin der Gemeinde von Kenchreä" (Röm16,1), die in der Tradition der Ostkirche als heilige Diakonin verehrt wird.

Erwähnenswert ist, *„dass bereits im Vorfeld des II. Vatikanischen Konzils die Forderung nach Zulassung von Frauen zum Diakonat erhoben wurde. Auf dem Konzil wurde diese Frage nicht näher erörtert. In der nachkonziliaren Diskussion hat sie allerdings eine steigende Bedeutung gewonnen. Diese katholische Diskussion hat nicht zuletzt durch die Entwicklungen in der Ökumene an Dringlichkeit gewonnen"*. * Gerade so wird deutlich, dass Gott am Werk ist. Gehen wir den segensreichen Spuren des Diakonats nach und bleiben wir nicht stehen. Sind wir dafür dankbar!

Pater Theo Klein SCJ

*Herders Theologischer Kommentar zum Zweiten Vatikanischen Konzil, Band 2, S. 460.

Zur Situation in Luxemburg

Die IV. Luxemburger Diözesansynode empfahl die Einführung des Ständigen Diakonats in der Diözese Luxemburg (IV. Luxemburger Diözesansynode, Nr. 447, 448, 453): *„Die Synode wünscht, dass die konkreten Bedingungen einer Einführung des Ständigen Diakonats im Blick auf unsere diözesanen Verhältnisse und im Licht der Erfahrungen anderer Diözesen ernsthaft studiert werden."*

Nach vorausgegangener Ausbildung wurden 1983 die ersten Ständigen Diakone für die Kirche Luxemburgs geweiht.

Die Ausbildung zum Diakon

1. Orientierungsphase: Nach Annahme der Bewerbung durch die Diakonatskommission beginnt mit der Orientierungsphase die Ausbildung zum Ständigen Diakon. Sie dauert in der Regel bis zu einem Jahr und besteht aus 6 Elementen: einer Vertiefung des Glaubens durch entsprechende Kurse; der Teilnahme an mindestens zwei Recollectio-Tagen; der Teilnahme an spirituellen Exerzitien von mindestens drei Tagen; der kontinuierlichen Teilnahme an den Zusammenkünften des Diakonenkreises; einer Vertiefung des geistlichen Lebens durch die geistliche Begleitung; einer Vertiefung des christlichen Engagements durch (verstärkte) Mitarbeit an einem kirchlichen Projekt, vorzugsweise im Bereich der Diakonie.

2. Theologisch-pastorale Ausbildung: Diese Phase dauert in der Regel 3 Jahre. Während dieser Zeit wird der Bewerber unter die Kandidaten für den Ständigen Diakonat aufgenommen und ihm werden die Dienste des Lektors und Akolythen übertragen.

3. Pastoralkurs: In den letzten Monaten der theologischen Ausbildung wird der Kandidat in den Pastoralkurs aufgenommen. Er dient der konkreten Hinführung zur Weihe und zum pastoralen Einsatz. Jeder Kandidat muss sich einem Praktikum im sozialen und diakonischen Bereich stellen. Das Programm des Pastoralkurses wird vom Erzbischof in Zusammenarbeit mit dem Bischöflichen Beauftragten zusammengestellt.

Zurzeit wirken in Luxemburg 21 ständige Diakone und ein Diakon, der zum Priester geweiht werden wird.

Biblesch Fraen Hoffnung a Widderstand

vum Anastasia Bernet

Mäin Testament fir all di Fraen, déi sech an der Kierch engagéieren*, Deel 1

Wéi gi Mënschen zu Hoffnungszeechen? Wat sinn d'Viraussetzungen?

An engem traditionellen, chrëschtleche Kontext gi Mënsche wéinst hirem Glawen als Hoffnungszeechen ugesinn. Awer wat heescht dat konkret? – Do ginn d'Meenunge wäit auserneen…

Fir mech hänkt dës Fro ganz enk mat mengem Gottesbild zesummen: Wa mir dovun ausginn, datt Gott LÉIFT a BAARMHÄERZEGKEET ass, LIEWEN a FRIDDEN – SCHALOM fir di ganz Schöpfung, dann heescht dat fir eise Glawen, datt mir eis engagéiere sollen, fir di gutt Schöpfung z'erhalen an ze schützen. Dat bedeit och, datt mir géint alles kämpfen, wat d'Liewe bedreet oder zerstéiert – mat alle Mëttelen, mat eiser ganzer Kraaft.

Duerfir sinn Hoffnungsgeschichten dacks *Widderstandsgeschichten*. Ech erzielen lech elo e puer Beispiller vu biblesche Fraen, déi aus hirem Glawen eraus Widderstand geleescht hunn an doduerch zu Hoffnungszeechen *(Däitsch: Hoffnungsträgerinnen)* gi sinn.

Schifra a Pua (Exodus 1,1-21)

Wéinst enger Hongersnout huet de Jakob, en Enkel vum Abraham, seng Heemecht mat sengem ganze Clan verloosse missen. De Kinnek vun Ägypten huet de Flüchtlingen Asyl ginn. Si hate Land an Aarbecht. D'ÄgypterInnen an d'MigrantInnen hu friddlech an am géigesäitege Respekt zesumme gelieft. Et ass dem Jakob sengem Clan esou gutt gaang, datt si ëmmer méi gi sinn, bis e ganzt Vollek entstan ass: d'IsraelitInnen oder, no hirer Sprooch, d'HebräerInnen.

Mee, dunn ass den ale Pharao gestuerwen.

D'Buch Exodus beschreift säin Nofollger als domm an ongebilt. Hie wousst näischt – oder wollt näischt wëssen – vun de gudde Bezéiungen tëschent den ÄgypterInnen an den HebräerInnen. Den neie Pharao hat och vergiess – oder wollt vergiessen –, datt de Jousef, e Jong vum Jakob, Ägypten virun enger uerger Hongersnout gerett hat.

Am Géigendeel: Dem neie Pharao waren di vill AuslännerInnen en Där am A. Et waren der vill ze vill. Hien huet gefaart, datt hir friem Kultur a Relioun kënnten Iwwerhand huelen an datt si méi staark wéi d'ÄgypterInnen kënnte ginn. Duerch Ofgrenzung an Ënnerdréckung huet hie versicht, seng Muechtpositioun ze sécheren. D'HebräerInnen si vun do un wéi SklavInnen behandelt ginn. An Zwangsaarbecht hu si misse Statuen, Tempelen a Stiet fir den ägyptesche Kinnek bauen.

Trotz allem huet sech dat hebräescht Vollek net ënnerkréie gelooss. A wat et méi ënnerdréckt gouf, wat et méi grouss ginn ass…

Do ass de Kinnek rose ginn an huet entscheet, aner Moossnamen z'ergräifen: Hien huet **d'Schifra an d'Pua**, zwou hebräesch Hiewammen, bäi sech geruff an huet hinnen den Uerder ginn: „Maacht di hebräesch Jongen direkt no der Gebuert dout a sot hire Mammen, si wieren dout gebuer! A wann de Puppelchen e Meedchen ass, da loosst et liewen!" D'Meedercher si verschount ginn, well an der patriarchalescher Gesellschaft d'Ofstamungslinn vun enger Famill oder vun engem Vollek nëmmen iwwert d'Männer gelaf ass. Wann eng hebräesch Fra mat engem Ägypter bestuet ginn ass, dann haten hir Kanner di ägyptesch Nationalitéit. Duerch dem Kinnek seng Moossnam war d'Existenz vum hebräesche Vollek a Gefor.

Di zwou Hiewamme stounge virun der Fro: „Solle mir dem Pharao säin Uerder ausféieren an doduerch um Liewe bleiwen? Oder solle mir d'Bouwe retten an dobäi eist Liewe riskéieren?" D'Schifra an d'Pua hunn net laang iwwerleeë missen: als Hiewamme war et hir Aufgab, Liewen ze schützen an ze retten. Duerfir hu si d'Jonge liewe gelooss.

Et huet net laang gedauert, bis de Kinnek dat gewuer ginn ass. Hien huet d'Schifra an d'Pua rëm an de Palais geruff a si gefrot, firwat si säin Uerder net ausgeféiert hätten. Si hunn him geäntwert: „Bei den Hebräerinne verleeft d'Gebuert anescht wéi bei den Ägypterinnen. Si si gesond a staark a vill méi séier wéi d'Ägypterinnen. Wann d'Hiewammen ukommen, sinn d'Kanner scho gebuer. Mir kënnen net méi agräifen an d'Jongen ëmbréngen."

De Pharao hat, wéi all Mann, keen Zougank zum Beräich vun de Fraen. An dëser Situatioun huet sech och gewisen, datt hie keng Biologiescoursë kritt oder si geschwänzt hat. Sou huet hien net gemierkt, datt d'Hiewammen hien zum Beschte gehalen hunn. Hien huet hinne gegleeft a si net bestrooft.

Aus hirem Glawen eraus leeschten di zwou Fraen ouni Gewalt Widderstand géint de Kinnek, dee vill méi mächteg ass wéi si. Si fäerten net, a Liewesgefor ze geroden. Mat enger List a mat vill Courage rette si den hebräesche Jongen d'Liewen.

D'Geschicht vu Schifra a Pua ass ëmmer nees erzielt ginn, wann d'HebräerInnen owes ronderëm d'Feier souzen. D'Beispill vun den Hiewammen huet hinnen de Courage ginn, fir net opzeginn a fir sech net alles gefalen ze loossen…

De Pharao awer war ausser sech vu Roserei. Hien huet di ganz Bevëlkerung gezwongen, no den neigebuerenen hebräesche Jongen ze sichen a si an den Nil ze geheien.

Der Weltgebetstag 2026 aus Nigeria

„Kommt! Bringt eure Last.“

Am Freitag, den 6. März, wird die weltweite ökumenische Gemeinschaft der Frauen in über 150 Ländern wieder Gottesdienst feiern. Das Weltgebetstagskomitee von Nigeria hat die diesjährige Liturgie mit dem Thema **„Kommt! Bringt eure Last.“** nach einem Zitat aus dem Matthäusevangelium vorbereitet.

Nigeria ist ein Land der Superlative, ein aufstrebendes Wirtschaftsland, ein Schwellenland. Es ist reich an Kultur. Viele Sprachen und Religionen sind hier zu finden, aber auch Spannungen und blutige Konflikte.

Geschichte und Politik

In Westafrika entstehen ab dem 11. Jahrhundert Stadtstaaten und Königreiche wir z.B. Borno, Oyo und Benin. Ab dem 16. Jahrhundert erblühte der Sklavenhandel, der erst 1807 endete. In dieser Zeit wurden bis zu 3,5 Millionen Menschen auf Plantagen in Amerika und in den arabischen Raum verschleppt. 1804 wurde im Norden des heutigen Nigeria das islamische Kalifat von Sokoto gegründet, das 1903 von den Briten, Franzosen und Deutschen in Kolonien aufgeteilt wurde. Die Briten kontrollierten damit auch das gesamte heutige Staatsgebiet Nigerias. Ab 1914 war der Sitz des Generalgouverneurs in der Hauptstadt Lagos. Den Namen erhielt das Land vom Fluss Niger, der vom Land Niger kommend, Nigeria nach Südosten durchfließt und dann in den Golf von Guinea mündet.

1956 wurden Erdölfelder im Nigerdelta entdeckt, die Folgen davon sind bis heute Ausbeutung und Verseuchung. 1960 erlangte Nigeria seine Unabhängigkeit, erster Präsident wird Abubakar Tafawa Balewa. 1966 wird er bei einem Putsch getötet. Danach leidet das Land bis ins Jahr 1999 unter wechselnden Militärregierungen und Diktatur. In diese Zeit fällt auch der Biafra-Krieg, der das Ziel hatte die Unabhängigkeit des Südostens zu erlangen und dem 3 Millionen Menschen zum Opfer fielen. 1971 trat Nigeria der OPEC bei und 1991 erfolgte der Umzug der Hauptstadt von Lagos im Süden des Landes nach Abuja ins Zentrum. Bei Abuja handelt es sich um eine Planstadt, die neu errichtet wurde um einen gleichwertigen Zugang zu politischer Macht für beide Landesteile zu symbolisieren.

1999 dann die Rückkehr zur Demokratie mit 36 Bundesstaaten unter Präsident Olusegun Obasanjo, dem früheren Militärherrscher. Ab 2000 vergrößert sich der Einfluss der Islamisten, so wird im Norden die Scharia eingeführt und die Terrorgruppe Boko Haram beginnt mit Anschlägen und Entführungen. Wahlen finden alle 4 Jahre statt und seit 2023 ist Bola Tinubu der Präsident. Unabhängige Wahlbeobachter kritisieren diese Wahlen jedoch als intransparent und korrupt.

Geografie

Nigeria hat vier Nachbarländer: im Westen grenzt Nigeria an Benin, im Norden an Niger und im Osten an Kamerun. In der nordöstlichsten Ecke verläuft im Tschadsee eine kurze Grenze zu Tschad. Und im Süden der Atlantische Ozean, der hier Golf von Guinea heißt.

Nigeria ist etwa so breit wie lang: 1.200 km erstreckt es sich von Ost nach West, 1.200 km von Nord nach Süd. Mit einer Fläche von 923.768 Quadratkilometern steht Nigeria der Größe nach an 14. Stelle in Afrika. Rund 10% des Landes sind bewaldetes Gebiet, 44% werden als Wiesen- oder Weideland genutzt und rund 36% als Ackerland oder Felder, besonders zum Anbau von Erdnüssen, Kakao, Ölpalmen, Kautschuk und Baumwolle.

Mitten im Land liegt das Jos-Plateau, eine Hochebene, die im Zentrum 1.280 m hoch ist, und an der Grenze zu Kamerun liegt das Mandara-Gebirge, das zum Tschadbecken hin abfällt. Zwei Felsen in der Nähe von Abuja sind noch erwähnenswert, einmal der Zuma Rock, der 725 Meter aus der Umgebung herausragt und der 350 Meter hohe Wase Rock.

Klima

In Nordnigeria herrscht Wüstenklima mit höheren Temperaturen und weniger Niederschlag als im Süden. Die Temperaturen können am Tag bis auf 50°C ansteigen, und sinken in der Nacht auf 30°C. Die Luftfeuchtigkeit ist wesentlich niedriger und angenehmer als im Süden und die Regenzeit ist weniger ausgeprägt. Südlich der Savannenlandschaft schließen sich dann die Regenwaldgebiete an. Diese belegen zusammen mit den Küstenregionen ca. 20% der Landesfläche Nigerias. Im Süden herrscht ein tropisch feuchtheißes Klima mit einer ergiebigen Regenzeit, die von April bis Oktober dauert. Die Luftfeuchtigkeit liegt zwischen 85 und 95%. Die mittleren Temperaturen im südlichen Bereich Nigerias betragen ca. 30°C, nachts kühlt es meist nur wenig ab.

Flora und Fauna

An der Küste Nigerias wachsen Mangrovenwälder. Weiter nach Norden in der Feuchtsavanne wachsen Khaya-Bäume (=afrikanisches Mahagoni) und im Nordosten gehört ein kleiner Bereich zur Sahelzone, dort wachsen Akazien. Die Nationalblume Nigerias ist der Krokus.

Es gibt viele verschiedene Tierarten wie Warzenschweine, Steppenwarane, Anubis-Paviane, Buschböcke, Nilkrokodile und Flusspferde. Außerdem 1000 Schmetterlingsarten. Auch Vögel sind zahlreich vorhanden, z. Bsp. Sattelstorch, Helmperlhuhn, Sekretär, Kuhreiher und der Nashornvogel Grautoko.

Zum Schutz der Tiere wurden acht Nationalparks errichtet, in denen die gefährdeten Arten Elefanten, Büffel, Giraffen, Leoparden und einige Affenarten wie der Cross-River-Gorilla und auch die Nigeria-Blaumaulmeerkatze leben.

Bevölkerung, Sprache und Kultur

Nigeria ist mit über 230 Millionen Menschen nicht nur das bevölkerungsreichste Land Afrikas, sondern auch das Land mit den meisten Ethnien. Mehr als 250 sind es, wobei die größte Gruppe die Hausa und Fulani (Fulbe) im Norden Nigerias (36%) bilden, dann die Yoruba im Südwesten (16%), die auch im benachbarten Benin zu Hause sind und die Igbo (15 %) im Süden. Weitere sind die Ijaw im Süden (1,8%), die Kanuri im Nordosten (2,4%), die Ibibio im Südosten (1,8%) und die Tivom im Osten (2,4%) und viele weitere sind in kleinen Minderheiten vertreten. In Nigeria lebt auch eine europäische Minderheit von etwa 16.000 Menschen. Diese stammen zumeist aus Großbritannien. Die Bevölkerung ist sehr jung, 43% sind unter 15 Jahre alt.

Nigeria hat eine große Diaspora-Bevölkerung: 280.000 Auslands-NigerianerInnen leben in den USA, 210.000 im Vereinigten Königreich und 60.000 in Italien.

In Nigeria werden über 500 Sprachen gesprochen, was das Land zu einem der sprachlich vielfältigsten der Welt macht. Englisch ist Amtssprache und wird in den Schulen unterrichtet. Die Sprache der größten Volksgruppen wie Hausa, Yoruba und Igbo sind die Hauptsprachen in Nigeria und im Norden Nigerias trifft man wegen des muslimischen Glaubens auch die arabische Sprache an.

Die größte Stadt des Landes, die ehemalige Hauptstadt Lagos mit 16 Millionen Menschen ist auch das kulturelle Zentrum des Landes; in der neuen Hauptstadt Abuja leben 3,8 Millionen Menschen.

Religion

53,5% sind Muslime und 48% gehören den christlichen Konfessionen an, davon sind ¾ evangelisch und ¼ römisch-katholisch. 1% gehören der Pfingstbewegung an.

Wirtschaft

Seit 2014 ist Nigeria vor Südafrika die größte Volkswirtschaft Afrikas. Insgesamt knapp ein Drittel aller afrikanischen technologischen Startups kommt aus Nigeria. Lagos ist schon lange der führende Finanzplatz West- und Zentralafrikas. Ein zentrales wirtschaftliches Standbein war lange der Export von Erdöl, neuerdings setzt Nigeria zusätzlich auf große Raffinerien für dessen Verarbeitung. Die Filmindustrie des Landes produziert so viele Filme wie weltweit sonst nur Hollywood und Bollywood und nennt sich daher auch Nollywood. Die nigerianische Musik, Afrobeats, ist ein fester Faktor in internationalen Charts und wird regelmäßig bei Awards ausgezeichnet.

Die Währung ist der Naira (NGN). 1.000 Naira = 0,60 Euro

Bildung

Das Bildungssystem besteht aus einer sechsjährigen Grundschule, einer dreijährigen Junior Secondary School, einer dreijährigen Senior Secondary School und einer vier-, fünf- oder sechsjährigen Universitätsausbildung, die mit einem Bachelor-Abschluss endet.

Dennoch steht es nicht gut um Bildung in Nigeria. Der Schulbesuch ist auf keiner Stufe verpflichtend und bestimmte Gruppen wie Nomaden und Behinderte sind unterversorgt. Mindestens 1/3 aller Kinder, das sind 10,5 Millionen, gehen nicht zur Schule – das ist die höchste Quote der Welt. Schätzungsweise 35% der nigerianischen Kinder, die eine Grundschule besuchen, gehen nicht weiter zur Sekundarschule.

Gesundheit

Ein Gesundheitssystem existiert nicht. Kranke, Arme und Alte sind auf Familienhilfe angewiesen, nur Regierungsbedienstete kommen in den Genuss öffentlicher Fürsorge. Die Säuglingssterblichkeit beträgt 3,6 Prozent und die Kindersterblichkeit 7,4 Prozent. Die Lebenserwartung der Einwohner Nigerias ab der Geburt lag 2022 bei 53,6 Jahren, was eine der niedrigsten Lebenserwartungen weltweit ist.

Frauen

Nigeria weist in Sachen Unterdrückung der Frauen eine düstere Bilanz auf. Zwar gab es Fortschritte in einigen

Bereichen, doch Ungleichheit und Ungleichbehandlung sind nach wie vor weit verbreitet und tief in der Gesellschaft verwurzelt. So sind beispielsweise nur ein Viertel der Parlamentsabgeordneten sowie 15 Prozent der LandbesitzerInnen weiblich. Junge Frauen haben im Vergleich zu jungen Männern eine 1,5-mal geringere Wahrscheinlichkeit, erwerbstätig zu sein oder eine Berufsausbildung zu absolvieren. Außerdem leiden Frauen immer wieder unter Menschenrechtsverletzungen (Unterdrückung, Vergewaltigung und Entführung) und haben nur begrenzten Zugang zu Bildung, Beschäftigung, Entscheidungsprozessen, Führungspositionen und wirtschaftlichen Ressourcen.

Das Titelbild

Die Studentin Gift Amarachi Ottah möchte mit der Gestaltung des Titelbildes darauf aufmerksam machen, dass die Last von den Frauen oft auf dem Kopf getragen wird, aber, dass es auch gilt, unsichtbare Lasten wie Armut und Gewalt zu bewältigen. Die Frauen gehen in einer Gruppe, denn die Wege sind oft weit und gefährlich. Durch ihren aufrechten Gang wirken sie trotz aller Lasten stark und selbstbewusst. Die drei Frauen im Vordergrund symbolisieren die drei größten Ethnien, sie wirken traurig, kritisch, müde und resigniert. Jedoch ihr Glaube gibt ihnen sowohl Ruhe wie auch neue Kraft.

Annette Tausch

Gottesdienst am 5. März 2026 (Donnerstag)

18.30 Uhr: Gottesdienst für Firmlinge in der Kirche Sainte-Madeleine in Lamadelaine

Gottesdienste am 6. März 2026

15.00 Uhr: Eglise Saint-Roch in Ell (ACFL-Gottesdienst)

19.00 Uhr: Kapelle der Anglikanische Kirche im Centre-Convict in Luxemburg

Segen und Fluch des Ölreichtums

Nigeria hat reiche Erdöl- und Erdgasvorkommen und ist einer der größten Ölexporteure weltweit, rund 90% seiner Deviseneinnahmen stammen aus dem Ölgeschäft.

Die dramatische Kehrseite des Ölreichtums ist eine anhaltende Umweltkatastrophe. Seit Beginn der Förderung 1958 sollen rund 13 Millionen Barrel Rohöl die Gewässer, Böden und Luft im weitläufigen Nigerdelta verseucht haben. Der Grund dafür sind Lecks an den rund 7.000 Kilometer langen Pipelines, schlechte Sicherheitsstandards und Ölunfälle etwa beim Shell-Konzern, aber auch kleine illegale Raffinerien, von denen es geschätzt 10.000 gibt.

Die lokalen Betreiber der illegalen Ölraffinerien wandeln das gestohlene Erdöl in Benzin und Diesel um. Dabei werden in der Regel Sicherheits- und Umweltaspekte ignoriert (z. B. wird kein Schwefel aus den erstellten Brennstoffen entfernt). Beim Raffinieren von Erdöl fällt auch zwangsläufig Schweröl an, das in regulären Anlagen unter hohem technischem Aufwand zu leichteren Brennstoffkomponenten umgewandelt wird. Illegale Raffinerien verfügen nicht über diese technischen Möglichkeiten und „entsorgen" das Schweröl dort, wo es anfällt.

Viele Menschen haben dadurch kein Einkommen mehr, denn die Zerstörung des Ökosystems hat auch ihre Lebensgrundlage in Fischerei und Landwirtschaft zerstört und verursacht gewalttätige Konflikte.

Quelle: deutscher Weltgebetstag und Wikipedia

Orange-Week 2025

Le Conseil National des Femmes du Luxembourg, le Zonta International, section luxembourgeoise et le Sorptimist International de Luxembourg

vous remercient pour votre engagement dans le cadre de la campagne Orange Week 2025.

Grâce à vos nombreuses contributions, le sujet des violences envers les femmes et les filles a pu avoir une visibilité accrue durant la campagne. La lutte contre les violences en raison du genre reste une préoccupation de tous les jours, mais pouvoir attirer l'attention sur la situation durant une campagne demeure un moyen important dans notre travail.

Cette année, nous avons compté plus de 80 événement et plus de 45 bâtiments se sont teintés d'orange du 25 novembre au 10 décembre.

Nous vous souhaitons plein succès dans vos diverses activités et vous donnons rendez-vous pour la campagne de 2026.

Fraen a Mammen Veinen

Vill Méi hott sech e Grupp vuan de Veiner Fraen a Mammen, ënner der Lädung vuan hirer Présidentin Lyette Spinelli gemaach, fir Adventsarrangementer an Adventskrënz mat vill Léift ze gestalten an en Woch viruam 1. Advent an hirem Veréinslokal, dem ale Pompjeesbou ze verkafen. De Benefiz vuan dësem Verkaf zesomme mat Basteluarbichten an de Recetten ous der Kaffisstuff sënn dëst Jor fir Omega 90.

Fraen a Mammen Bäertreff

Bei allerbeschtem Hierschtwieder konnten d'Fraen a Mammen den 8. an 9. November hirt 20. Haupeschfest ofhalen. Fir de ronne Gebuertsdag e bëssen ze feiere war am Foodvillage eng Bün opgebaut, wou iwwer de Weekend allerhand Animatiounen ugebuede gi sinn. Awer och soss an de Stroossen an am Centre Culturel war vill Animatioun duerch de Ballonkünstler, d'Juegdbléiser a verschidde Stroossekünstler.

Samschdes war eng Receptioun mat geluedene Gäscht aus der Politik an der Geschäftswelt. Déi aktuell Präsidentin Linda Hartmann an déi zukünfteg Präsidentin Martine Konsbruck hunn der Gemeng, den Duerfveräiner, hire Sponsoren, an hire Membere Merci gesot fir hir Ënnerstëtzung an hire Support, ouni déi dat alles net méiglech wier.

An de Stroossen an am Centre Culturel gouf eng riseg Auswiel vu Konschtartikelen aus alle Kategorien ugebueden. Am Foodvillage hunn d'Veräiner vum Duerf d'Visiteure mat lessen a Gedrénks versuergt, an am Centre Culturel an der Kaffisstuff vun de Fraen a Mamme gouf et selwergemaachte Kuchen an Taarten, eng gutt Taass Kaffi oder Schoky an ee gudde Pättche beim Comptoir.

Iwwer de Weekend hu méi wéi 7.500 Leit de Wee op Berdorf fonnt a konnte gutt gelaunt duerch d'Stroossen trëppelen. E klenge Beemol war awer den Autosverkéier, deen zumol Sonndes fir Chaos gesuergt huet. Laanscht d'Strooss geparkten Autoen hunn d'Navetten an den ëffentlechen Transport blockéiert an Accidenter provozéiert, wat natierlech fir allerhand Frust gesuergt huet. Mir hoffen, datt mir dat d'nächst Joer besser an de Grëff kréien a soen eise Visiteuren an Aussteller Merci a ginn iech Rendez-vous fir d'nächst Joer.

Fraen a Mammen Héinescht-Kaalber

Den Advendsbazar van de Fraen a Mammen van Héinescht-Kaalber wor o dëst Joer erëm e vollen Erfollig. Niäwt Adventskränz an Chrëstarrangementer hat een o vill Bastelsaachen, Poschen, Bijouen aus Jeans, Gestrécktes, Coussins fir Kanner a villes méi fonnt. D'Chrëstgebäck hat o net gefeelt. Kichelcher, Weihnachtsstollen, Liäwkouch a Bômkouch wor ze kreien.

An esou konnte mer o dëst Joer erëm an 3 Organisatioune spende wi dem Air Rescue, Omega 90 an d'Wonschkutsch. Ausserdeem goufen nei Altorsdéicher van de Frae finanzéiert a mer hann o a Foi et Lumière gedaacht bei hirem 50-jährigen Anniversaire.

Aktiv Frae Miersch

hunn u 17 verschidden Organisatiounen eng Rekordzomm vun ëmmerhin 65.000 Euro gespent, déi den Erléis vum Second Hand Maart am Oktober 2025 duerstellt.

Ugangs huet d'Presidentin Sylvie Hames-Nosbusch jidderengem Merci gesot, deen derzou bäigedroen huet, datt dëst Event zu engem groussen Erfolleg gefouert huet. Ganz speziell gouf dem Virstand mat dem Organisatiounscomité mat alle benevollen Dammen an Hären, der Gemengeverwaltung mam Techneschen Service, der Vereenegung „Eng Nei Schaff", der Jugend vun der Spillerekippe 5x Biereng, souwéi alle Leit déi gutt erhale Kleeder, Spillsaachen, Kutschen a Villes méi gratis zur Verfügung gestallt hunn, ganz häerzlech gedankt. D'Aktiv Frae Miersch si ganz houfreg drop, fir déi Zomm vu 65.000 Euro kënnen ze verdeelen. Jee ee Scheck vu 7.000 Euro sinn u follgend Vereenegunge verdeelt ginn: Trisomie 21 (Eischen Martine a Catalina Wolff), Tricentenaire fir de Foyer vu Pretten „d'Knupperten" (Lesuisse Christophe), Kenako asbl Kanner a Südafrika (Mike Brazdeikis a Céline Achhammer), Parkinson Letzebuerg (Lentz Thierry), Ambulanz Wonsch (Karen van Hout), Dignity asbl (Schaul Tom an d'Madame Rimbon). 2.500 Euro ware fir d'Oeuvres Paroissiales Miersch (Schroeder Camille a Kass Luss). D'Jugend vun der Spillerekippe 5x Biereng (Roxane Rischard) hu sech iwwert 500 Euro gefreet. Follgend Organisatiounen hunn och en Don iwwerwise kritt, an zwar Foulards Blancs (2.500 Euro), Fondation Elisabeth/fir d'Vakanzekolonie vum Grupp „Deckelsmouken" (3.500 Euro), ZAK – Zesummen aktiv (3.500 Euro), Vie Naissante – Kaf vu Pampers fir d'Sozialaktioun vun der ACFL (2.000 Euro), Stëmm vun der Strooss (2.000 Euro) OTM Haiti (2.000 Euro), Kanner a Familljenhëllef (2.000 Euro), d'Organisatioun Healing of Memories (2.000 Euro) an Eng Nei Schaff (500 Euro). Nodeems datt di verschidden Organisatiounen hire jeeweilegen Aufgabeberäich kuerz virgestallt hunn, a fir di generéis Spende villmools Merci gesot hunn, huet dës bedeitend Scheckiwwerreechung bei flottem Zesummesinn säin Ofschloss fonnt. Den nächste Second Hand an der Hal Irbicht zu Biereng ass vum 04. bis zum 07. Mäerz 2026, d'Kleedersammlung ass de 24. Februar vun 10.00 bis 17.00 Auer och an der Hal geplangt.

D'Fraen a Mammen Réimech

hunn hire 70. Gebuertsdag gefeiert. De 14. Dezember 2025 war Rendez-vous an der Réimecher Kierch, wou de Weibëschof Leo Wagener fir d'éischt eng Käerz mat der Zuel 70, déi drop agezeechent war, geseent huet, duerno huet hien eng feierlech Mass gehalen. All Geeschtlech aus der Ëmgéigend hu matzelebréiert an d'Réimecher Chorale huet mat hirem Gesang di feierlech Ambiance ervirgehuewen. A senger Priedegt huet den Här Weibëschof den Engagement vun de Fraen a Mamme gelueft an hinne fir déi vill Donen, déi si am Laf vun all deene Jore gemaach hunn, felicitéiert.

Nom Gottesdéngscht krut all Fra eng Rous mat op den Heemwee an d'Invitée sinn op Altwies an de Restaurant Kohn gefuer, wou si mat engem wonnerbare Menu verwinnt goufen.

Fraen a Mammen Fetschenhaff-Cents

D'Advents- a Chrëschtzäit ass fir déi meescht ACFL-Gruppen vollgepaakt mat Aktivitéiten. Um Cents waren dat am Dezember 2025 de Verkaf vun Adventskränz, eng reliéis Veillée an der Kierch an e grousse Chrëschtmaart wärend dem Weekend vum 4. Adventssonndeg.

Adventskränz mat Käerzen an och Kränz fir dobaussen opzehänken hunn eng 8 vun eise Memberen an 3 Nomëtteger gebastelt a wonnerschéin dekoréiert. Esou war et och net verwonnerlech, dass si sech gutt verkaaft hunn, fir eis mat hirem Liicht op Chrëschtdag anzestëmmen. Deeselwechten Zweck hat och eis Adventsveillée an der 2. Adventswoch mam Thema „Du bist auf der Seite der Kleinen". Un Hand vun zwee Biller aus engem Fotosconcours vun der UNICEF am Joer 2024, hu mir eis Gedanke gemat iwwer d'Leed vun de Kanner beim Iwwerfall vun der Hamas an Israel, an och iwwer d'Situatioun vun de verwonnte Kanner bei de Loftattacken vun der israelescher Arméi am Gaza. Méi positiv war dee wonnerbaren Tableau vun der sixtinescher Madonna aus der Gemäldegalerie vun Dresden, deen als Copie un d'Participants verdeelt gouf. Iwwer e puer Detailler op deem Bild hu mir gestaunt: Personnagen, déi prächteg Kleeder haten an d'Jesuskand, dat nëmme mat engem klengen Duch bekleed war, de Poopst Sixtus deen op eppes hiweist, wat haut net méi ze gesinn ass, mee vun deem mir wëssen dass et a Richtung vun engem monumentale Kräiz war, dat niewent dem Altor mam Tableau houng. Domat huet de Kënschtler op de Jesus a séng Léift zu de Mënschen higewisen, vun der Gebuert bis zu sengem Doud um Kräiz.

Beim Chrëschtmaart hunn e puer Veräiner aus dem Quartier Fetschenhaff-Cents zesummegeschafft fir mat dem Bénéfice hir Solidaritéit ze weisen, zu Lëtzebuerg bei der Associatioun „Le Rêve du Petit Prince" an am Ruanda, haaptsächlech am schoulesche Beräich iwwer d'Associatioun „Amitié Am Sand Amizero" vun Nidderaanven. Vun de Fraen a Mammen war gebak, gekacht, gebastelt, gebutt a gestréckt ginn, vun der Amicale vun de Guiden a Scouten si Gedrénks a kleng Iessmäifelcher ugebuede ginn. Um Sonndeg Nomëtteg gouf et e musikalesche Genoss, vun der Fanfare aus dem Quartier mat der Harmonie des Jeunes, a vun der Chorale Ste-Cécile, mat allen Dirigenten, dem Organist an de Solisten. D'Prestatioune si begeeschtert applaudéiert ginn vun den Nolauschterer, déi d'Kierch bal komplett gefëllt haten.

Einweihung der neuen Büroräume der ACFL

Am 14. November war es soweit, die neuen Büroräume der ACFL wurden feierlich eingeweiht. Eingeladen waren alle jetzigen und alle ehemaligen Mitglieder des Conseil d'administration élargi und Weihbischof Leo Wagener. Die geistliche Begleiterin der ACFL, Elke Grün übernahm die meditative Einführung, jede BesucherIn erhielt als Zeichen der Gastfreundschaft zu Beginn ein Stück Brot und Salz. Danach übernahm Weihbischof Leo Wagener die Segnung der Büroräume ehe man sich zu einem gemütlichen Beisammensein niederließ.

Der Verwaltungstrat nutzte die Gelegenheit um der Generalsekretärin der ACFL für ihr 20-jähriges Berufsjubiläum zu gratulieren und ihr für ihren Einsatz zu danken.

„Ich habe mich sehr über diese Anerkennung gefreut, denn ich war und bin sehr gerne eure Generalsekretärin. Vielen herzlichen Dank", eure Annette Tausch

Porte ouverte

Herzliche Einladung an alle Mitglieder zur ‚Porte ouverte' für die einzelnen Dekanate um sich die neuen Büroräume anzuschauen und um sich mit der Präsidentin und Vertreterinnen des Verwaltungsrates auszutauschen!

Dekanat Lëtzebuerg und Dekanat Zentrum:
4. März von 15 bis 17 Uhr
Dekanat Osten: 18. März von 16 bis 18 Uhr
Dekanat Norden: 22. April von 16 bis 18 Uhr
Dekanat Süden-Ost und Dekanat Süden-West:
13. Mai von 16 bis 18 Uhr

Bitte um Anmeldung unter Tel. 28 67 47 oder per E-mail: tausch@acfl.lu
bis einem Tag vor dem jeweiligen Datum!

Konferenz

Die **ACFL** und die **Kommission „Fra an der Kierch“** laden herzlich zu einer Konferenz mit **Dr. Catherine Chevalier** ein.

„Le Diaconat des femmes – Contexte et perspectives“

(Diakonat der Frauen: Kontext und Perspektiven)

Dr. Catherine Chevalier ist eine belgische Theologin und Professorin an der **UCLouvain**. Sie ist Spezialistin für **Praktische Theologie** und **Kirchenlehre**, engagiert sich seit vielen Jahren in der kirchlichen Bildungsarbeit und ist Autorin zahlreicher wissenschaftlicher Veröffentlichungen. Einer ihrer Forschungsschwerpunkte ist die **Stellung der Frauen in der katholischen Kirche.**

Am Freitag, 20. März 2026, um 19.00 Uhr im Mutterhaus der Franziskanerinnen, Luxemburg-Belair

*Die Konferenz findet in **französischer Sprache** statt. Eine **Übersetzung** wird angeboten.*

D'ACFL ënnerstëtzen iwwer de Projet bei der Fondation Sainte-Irmine

D'kathoulesch Kierch huet eis d'Méiglechkeet offréiert fir e Projet bei der Fondation Sainte-Irmine ze lancéiere fir d'pastoral Aarbecht vun der ACFL ze ënnerstëtzen.

De Projet ass zënter November 2020 online. All Infoen zum Projet fannt Dir ënner: https://irmine.lu/lu/st-irmine-project/projet-acfl/

D'ACFL – als onofhängege Mouvement – kritt kee Subsid vum Staat. Eis eenzeg finanziell Ressource sinn d'Membersbeiträg a d'Done vun eenzelne Memberen.

Zu engem Moment, zu deem iwwerall am Land d'Zuel vun den Éirenamtlechen, déi eng Cotisatioun bezuelen, erofgeet an d'Reserve vun der ACFL méi kleng ginn, mussen nei finanziell Quellen erschloss ginn:

Andeems datt Dir duerch e punktuellen Don oder en Ordre permanent zu Gonschte vum Projet ACFL bei der Fondation Sainte-Irmine maacht, kënnt Dir hëllefen, datt d'ACFL hir Aktivitéiten och an Zukunft ubidde kann. All Donen un d'Fondation Sainte-Irmine si vun der Akommessteier ofsetzbar no de gesetzleche Bestëmmungen.

Don un d'Fondation Sainte-Irmine mat der Mentioun:
SOUTIEN AU MOUVEMENT DE L'ACFL

CCPLLULL: LU64 1111 7017 0305 0000 – BILLLULL: LU42 0027 5100 4006 0800
BCEELULL: LU53 0019 4055 0036 1000

merci

De Verwaltungsrot vun der Asbl Vie Naissante

wëll all de Spender a Spenderinnen, déi op den Appell vun der ACFL an hirer Zäitschrëft „Marienland" reagéiert hunn, säi ganz häerzleche Merci ausdrécken. Déi vill gesammelt Saache si geduecht fir jonke Mammen ze hëllefen, déi eleng mat hirem Puppelche sinn oder Familljen, déi a prekäre Situatioune liewen. Dir hëlleft eis, dëse jonke Frae materiell a psychologesch Ënnerstëtzung ze bidden. Mir sinn dankbar fir d'Hëllef, déi Dir jonke Mammen an hire benodeelegte Kanner gitt. Dir kënnt och weiderhin all Méindegmoie Spenden an eisem Vestiaire op 28, Dernier Sol zu Lëtzebuerg/Bouneweeg ofginn. Fir en aneren Datum a Plaz, kuckt w.e.g. op ons Websäit.

Pour la Vie Naissante asbl
28, Dernier Sol, L-2543 Luxembourg / Bonnevoie
tel 44 44 40 (répondeur)
www.vienaissante.lu

ACFL-Solidaritéitsaktioun

Mat Ärer Hëllef d'Zukunftsperspektive fir Meedercher a jong Mammen aus prekäre Verhältnisser zu Kaloukro/Côte d'Ivoire verbesseren

De Meedecher vu Kaloukro eng Stëmm ginn

Zanter e puer Joer ënnerstëtzt d'Fondation Follereau e Projet zu Kaloukro, an der Côte d'Ivoire, an engagéiert sech fir jonk Meedercher, déi sech an enger besonnesch vulnerabeler Situatioun befannen. Am Kader vun hirer Solidaritéitsaktioun 2025-2027 huet d'ACFL decidéiert, dëse Projet geziilt ze begleeden an z'ënnerstëtzen.

4.800 Kilometer. Dat ass d'Distanz tëscht Lëtzebuerg a Kaloukro, engem Duerf an der Côte d'Ivoire, ronn 350 Kilometer nërdlech vun Abidjan. Eng Distanz, déi op enger Kaart abstrakt wierkt an eis vun der Realitéit vun den Awunner vu Kaloukro trennt. An awer, wéi eis Ekipp um Terrain zu Kaloukro war, ass dës Distanz op eemol ganz kleng ginn. Wat soss Zuelen a Rapporte sinn, goufe Gesiichter, Stëmmen a Liewensgeschichten. Geschichten, déi weisen, wat Verännerung wierklech bedeit.

Zu Kaloukro fanne jonk Meedercher am Centre de Formation de la Jeune Fille (CFJF) en Ëmfeld, dat hinnen erméiglecht nei unzefänken. De Centre läit an enger Regioun, wou kulturell a sozial Normen dozou féieren, datt vill Meedercher sech schonn a ganz jonkem Alter bestueden a Kanner kréien. Dacks mussen si hir Schoul ofbriechen, fir d'Famill finanziell z'ënnerstëtzen. Den CFJF ass dofir vill méi wéi eng Ausbildungsplaz. Nieft enger berufflecher Ausbildung an Handwierker wéi Bitzen, Coiffure oder Pâtisserie fannen si hei virun allem Sécherheet a Stabilitéit. Vill vun de Meedercher komme mat traumatesche Liewenserfarungen, psychologesche Blessuren an engem grousse Manktem u Selbstvertrauen an de Centre. Dowéinst gëtt eng ëmfaassend Betreiung ugebueden: medezinesche Suivi, deeglech Iessensversuergung, psychologesch Begleedung, an eng Crèche fir déi jonk Mammen, fir datt si sech voll op hir Ausbildung konzentréiere kënnen.

2025 huet de Projet zu Kaloukro iwwer 40 Meedercher eng Ausbildung erméiglecht. 13 Meedercher hunn hir Formatioun ofgeschloss. Mat engem sougenannte „kit d'installation" – Material wat hinnen den Iwwergank an d'Beruffsliewen erliichtere soll – maachen si de Schrëtt an d'Selbstännegkeet.

Op dëse Säite fannt dir d'Temoignagë vu véier vun dëse Meedercher. Si sinn Zeie vun de konkrete Verännerungen, vun hirer Kraaft an hirer Fäegkeet, hir Zukunft nei ze gestalten.

2025–2027

KOUAME Barsheba (16 Joer)

« Cette année, j'ai fini ma formation en couture et j'irai pour un stage d'environ six mois pour améliorer mes connaissances. J'espère pouvoir travailler à mon propre compte ou avec d'autres personnes pour assurer mon avenir. Le CFJF m'a aidé à avoir confiance en moi et à avoir de l'ambition. »

AMOIKON Mariam Sylvie (19 Joer)

« Le centre est un lieu que j'ai beaucoup aimé, car c'est là que j'ai compris que je pouvais réussir et être autonome. En effet, je ne savais ni lire, ni écrire. (…) J'ai appris à lire et à écrire et à faire des calculs. (…) J'aimerais un jour avoir mon atelier et aussi former des jeunes filles pour qu'elles puissent réussir elles aussi dans la vie. »

GBANGO Charlotte (21 Joer)

« Je suis très heureuse de ce que j'ai appris et de ce que je sais faire. Je n'avais jamais pensé que je serais capable de réaliser certains modèles de coiffure. Maintenant, c'est une réalité. Je dis merci à ce centre qui m'a façonné. J'ai appris beaucoup (…). »

KOFFI N'gussan Irène (24 Joer)

« Quand je suis arrivée au CFJF, (…) Je n'avais pas d'ambition. Mais, c'est la formation en entrepreneuriat qui m'a beaucoup ouvert les yeux. (…) Je suis très reconnaissante de tout ce que le CFJF m'a donné. »

Dës Temoignagë ginn de Meedercher vu Kaloukro eng Stëmm. Si maachen däitlech, wat si erliewen, wat si geléiert hunn a wat si sech fir hir Zukunft wënschen. Si weisen, datt d'Ënnerstëtzung vun der ACFL am Kader vun hirer Solidaritéitsaktioun wäit iwwer finanziell Hëllef erausgeet. Si bedeit e gemeinsame Wee, dee Perspektiven opmécht an nei Zukunftslinnen zeechent. Iwwer 4.800 Kilometer ewech entsteet esou eng Verbindung, déi Liewe verännert – duerch Solidaritéit, Engagement an de Glawen un d'Potenzial vun dëse jonke Fraen.

Kristin Schmit,
Chargée de Projets
Fondation Follereau Luxembourg

Wann Dir d'Solidaritätsaktioun wëllt ënnerstëtzen da kënnt Dir en Don op de Kont vun der ACFL CCPLLULL, LU29 1111 0030 7871 0000 maachen. Oder – wann Dir den Don direkt vun der Steier wëllt ofhalen – iwwerweist Ären Don op de Kont vun der Fondation Follereau BCEELULL, LU38 0019 1100 2081 3000 mat der Mentioun „Action de solidarité ACFL".

ACFL-Solidaritéitsaktioun 2025–2027

Mat Ärer Hëllef d'Zukunftsperspektive fir Meedercher a jong Mammen aus prekäre Verhältnisser zu Kaloukro/Côte d'Ivoire verbesseren!"

23.10.2025	Mme Marguerite Kettenhofen-Adams, Remich	30,00 €
08.12.2025	Mme Irène Ewertz, Mersch	100,00 €
15.12.2025	ACFL Weimerskierch	210,00 €
19.12.2025	ACFL Fetschenhaff-Cents (Adventsveillée)	300,00 €
30.01.2026	ACFL Leudelange	500 €
Total der Spenden		**1.140,00 €**

Ein herzliches Dankeschön an alle!

Fir nozedenken
Gedanken in der Fastenzeit

Gottsuche im Dialog

Eine/r: *Hast Du meinen Gott gesehen?*
Ich kann ihn nirgendwo finden.

Hm, das ist nicht so einfach.
Wo hast Du ihn denn schon gesucht?

Eine/r: *Na, im Gesangbuch, dann hinter dem Kruzifix,*
in meiner Kinderbibel und sogar im Weihwasserbecken.

Warum suchst Du nicht ganz woanders?
Rufe wieder einmal Deine Eltern an
oder
lade die verwitwete Nachbarin auf eine Tasse Kaffee ein.
Du kannst auch
zur Essensausgabe für Bedürftige gehen und fragen, ob Du helfen kannst.

Eine/r: *Das geht doch nur um Menschen. Wieso meinst Du,*
dass ich dabei meinen Gott finden werde?

Tja, dann habe ich nur noch einen Rat für Dich:
setze Dich eine halbe Stunde lang still hin,
tue nichts und höre entspannt in Dich hinein.

Eine/r *Hey, auf diese Idee bin ich noch nie gekommen.*
Das werde ich ganz schnell ausprobieren.

Nein, übertreibe es nicht mit der Hektik.
Lass Dir und ihm ruhig etwas Zeit und warte ab,
wer wen zuerst findet.

© Horst Sewerin

Henriette Davidis

Der Name der gesuchten Madame X ist Johanna Friederika Henriette Katharina Davidis. Geboren wurde sie am 1. März 1801 in Wengern. Sie war eine deutsche Autorin von Kochbüchern. Obwohl zu ihrer Zeit bereits viele einander ähnelnde Kochbücher erschienen waren und unter anderem das *Allgemeine deutsche Kochbuch für bürgerliche Haushaltungen* von Sophie Wilhelmine Scheibler mehrfach neu aufgelegt wurde, entwickelte sich Davidis *Praktisches Kochbuch* zu einem der bedeutendsten Kochbücher des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts und gehörte bald zur Grundausstattung vieler deutscher Haushalte. Die vielen heute noch antiquarisch erhältlichen Exemplare zeigen, dass das Buch rege benutzt und mit Anmerkungen versehen wurde. Viele Familien vererbten das *Praktische Kochbuch* von Generation zu Generation weiter.

Henriette Davidis wurde als zehntes von dreizehn Kindern in die Familie des Pfarrers Ernst Heinrich Davidis und seiner holländischen Ehefrau Maria Katharina Litthauer geboren. Nach ihrer Konfirmation verließ sie ihr Elternhaus und zog zu ihrer Schwester Elisabeth nach Schwelm. Dort besuchte sie zwei Jahre lang die höhere Töchterschule. 1818 kehrte Henriette in ihr Elternhaus zurück. Auch dort war sie Schülerin einer privaten höheren Töchterschule. Von 1841 bis 1848 arbeitete Henriette Davidis im Haus Heine als Erzieherin an einer Mädchenarbeitsschule in Sprockhövel. Während dieser Zeit erschienen 1845 ihr *Praktisches Kochbuch der gewöhnlichen und feineren Küche,* 1847 und 1848 die *Arrangements zu kleinen und größeren Gesellschaften.* Für das *Praktische Kochbuch* hatte Davidis umfangreiche Recherchen betrieben und über einen längeren Zeitraum Rezepte zusammengetragen. Neben dem Kochbuch in zahlreichen, jeweils überarbeiteten Auflagen publizierte Henriette Davidis weitere Schriften, die sich ebenfalls als Bestseller erweisen sollten. Der Gemüsegarten von 1850 – erschien 1918 in der 22. Auflage –, danach folgten 1856 *Puppenköchin Anna*, 1857 *Der Beruf der Jungfrau,* 1858 *Puppenmutter Anna* und 1861 *Die Hausfrau, praktische Anleitung zur selbstständigen und sparsamen Führung eines Haushaltes.* Sie arbeitete außerdem als freie Mitarbeiterin

beim Christlichen Frauenblatt „Daheim" und beim christlichen Volksblatt.

Henriette Davidis war als Autorin des *Praktischen Kochbuchs* zunächst nicht in einer verhandlungsstarken Position gegenüber dem Verlag Velhagen & Klasing, bei dem ihr erstes Werk erschien. Wie den meisten Autoren ging es ihr wohl zuallererst darum, das Buch überhaupt zu veröffentlichen. Vermutlich war sie weder über das erst im Entstehen begriffene Urheberrecht noch über gängige Honorare informiert und wurde als Frau von den Verlegern als Vertragspartnerin auch nicht allzu ernst genommen, denn sie übereignete dem Verlag das Kochbuch gegen ein Honorar von 450 Talern als Eigentum, ohne sich weitere Rechte an dem Text vorzubehalten.

Henriette Davidis' Werke lassen sich unter die *Frauen-Literatur* einordnen, die in Form von Anstandsbüchern und Ratgebern, aber auch Lyrikanthologien, Zitatenschätze und ganzer Bibliotheken speziell für Frauen aufbereiteter Klassiker in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts einen großen Teil des Buchmarktes beherrschte.

Das eigene Leben der Henriette Davidis zeigte wenig von dem selbstverleugnenden Frauenbild das sie so erfolgreich propagierte. Sie blieb unverheiratet und war als Ratgeberautorin nicht bescheiden, sondern energisch und durchsetzungsfähig. Sie agierte nicht im stillen Kreise des Hauses, sondern als öffentliche Autorität. Henriette Davidis starb am 3. April 1876 in Dortmund.

Heute erinnert das Henriette-Davidis-Museum in Wetter-Wengern mit Ausstellungen über Kochbücher an sie. Das Deutsche Kochbuchmuseum in Dortmund widmet ihr ebenfalls einen großen Teil seiner Ausstellung. Ihr zu Ehren wurde am 7. Mai 2024 an der Kaiserstraße in Dortmund ein Denkmal eingeweiht.

CMH

Quellennachweis: Wikipedia und frauen/ruhr/geschichte

Madame X

Madame X wurde am 24. April 1976 in Wiesbaden geboren. Sie besuchte die Grundschule der US-amerikanischen Militärbasis. Nach dem Abitur an der Gutenbergschule studierte sie an der Brown University. Dabei spezialisierte sie sich auf internationale Beziehungen und französische Sprach- und Kulturgeschichte. Sie startete ihre Laufbahn als Fernsehjournalistin für CNN International in Atlanta und London.

?

ParkinsonNet Luxembourg | Réseau de compétences maladies neurodégénératives

Parkinson verstehen : Teil 1
Symptome, Behandlung und Unterstützung

Mit zunehmendem Alter merken manche Menschen, dass Bewegungen nicht mehr so leichtfallen wie früher. Das Aufstehen dauert länger, die Schritte werden kleiner, und manchmal zittern die Hände. Oft schiebt man solche Veränderungen einfach auf das Alter. Doch in manchen Fällen steckt eine beginnende Krankheit dahinter: Parkinson.

Parkinson ist eine Erkrankung des Gehirns, die vor allem ältere Menschen betrifft. Meist beginnt sie nach dem 60. Lebensjahr. Im Gehirn fehlt nach und nach ein wichtiger Botenstoff mit dem Namen Dopamin. Dopamin ist dafür zuständig, dass Bewegungen flüssig und automatisch ablaufen. Wird er weniger, werden Bewegungen langsamer, steifer und unsicherer.

Die Krankheit beginnt meist schleichend. Am Anfang ist es vielleicht nur ein leichtes Zittern einer Hand, besonders in Ruhe. Später kommen weitere Anzeichen dazu: steife Muskeln, ein langsamerer Gang mit kleinen Schritten, eine leisere Stimme oder ein Gesicht, das weniger Gefühle ausdrückt. Viele Betroffene fühlen sich schneller müde, schlafen schlechter oder fühlen sich niedergeschlagen. Nicht jeder Mensch hat alle diese Symptome – Parkinson ist nicht EINE Krankheit und zeigt sich bei jedem etwas anders.

Was sind die ersten Symptome?

Wer über längere Zeit Zittern, Steifheit oder Probleme beim Gehen bemerkt, sollte nicht zögern, einen Arzt aufzusuchen. Zuständig ist ein Neurologe, also ein Arzt

für Gehirn und Nerven. Je früher Parkinson erkannt wird, desto besser kann man helfen.

Wie sieht das Leben mit Parkinson aus? Viele Betroffene gehen spazieren, treffen Freunde und nehmen aktiv am Leben teil. Bewegung, regelmäßige Medikamenten-Einnahme, Geduld mit sich selbst und Unterstützung aus dem Umfeld spielen dabei eine wichtige Rolle.

Gibt es denn ein Arzneimittel dagegen?

Parkinson ist nicht heilbar, aber gut behandelbar. Medikamente können den fehlenden Stoff im Gehirn ausgleichen und die Symptome deutlich lindern – über viele Jahre. Zusätzlich helfen Bewegungstherapie, Training für den Alltag und Übungen für Sprache und Stimme. Mit der richtigen Behandlung können viele Betroffene ein selbstständiges Leben führen.

Hier kann ParkinsonNet Luxembourg helfen, einen geeigneten Spezialisten zu finden. Mitglieder von ParkinsonNet können sicher sein, dass ihre Behandlung durch ein Team aus Ärzten, Krankenschwestern und vielen anderen Gesundheitsberufen dem neuesten Stand der Wissenschaft entspricht – und das ohne zusätzliche Kosten.

Was ist ParkinsonNet?

Das Réseau de compétences maladies neurodégénératives „ParkinsonNet Luxembourg" umfasst Spezialisten in privaten Praxen und allen Krankenhäusern und wird vom Centre Hospitalier de Luxembourg (CHL) koordiniert, in Zusammenarbeit mit dem Luxembourg Institute of Health (LIH).

In ParkinsonNet tauschen sich Neurologen, Pflegekräfte, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Ernährungsberater und Psychologen systematisch aus. Gemeinsam entwickeln sie einen individuellen Behandlungsplan, der auf die Bedürfnisse und das persönliche Umfeld jedes Patienten zugeschnitten ist.

Speziell geschulte, multidisziplinäre ParkinsonNet-Teams ermöglichen auch fortgeschrittene Therapieoptionen wie die tiefe Hirnstimulation oder die Medikamentengabe mittels Pumpentherapien. Die Fachleute konzentrieren sich darauf, dem richtigen Patienten zur richtigen Zeit die richtige Medikation in der richtigen Dosierung bereitzustellen.

„Unsere Mission ist es, allen mit Parkinson diagnostizierten Menschen in Luxemburg Zugang zur bestmöglichen Versorgung zu bieten. Mit dieser Initiative übernimmt Luxemburg weltweit eine Vorreiterrolle – als erstes Land mit einem Versorgungsnetzwerk für Menschen mit Parkinson, das vollständig in das Gesundheitssystem integriert ist. Menschen mit Parkinson in Luxemburg haben die Möglichkeit, von dieser fortschrittlichen, integrierten Versorgung zu profitieren", sagt Professor Dr. Rejko Krüger, Neurologe und medizinischer Koordinator des Réseau de compétences maladies neurodégénératives „ParkinsonNet Luxembourg".

Sobald eine Person bei ParkinsonNet eingeschrieben ist, erhält sie eine Mitgliedskarte. Mit dieser kann sie per E-Mail und Telefon direkten Kontakt zu ParkinsonNet-Fachkräften aufnehmen und jederzeit ein spezialisiertes Team um Unterstützung bitten.

Mehr Informationen können Sie im Sekretariat von ParkinsonNet unter (+352 44 11 66 35) erhalten oder auf www.parkinsonnet.lu

Mains de maîtres

Alice Greischer

vu Chrëschtnech

2, an der Steekaul, L-7640 Christnach, Tel. 691 837 539, E-Mail: greischa@pt.lu

D'Alice Greischer ass zënter 1997 mat derbäi, duerch hir Duechter, déi och Patchwork mécht.

D'Madame Greischer schafft vill doheem an huet sech och flott ageriicht fir dësem Hobby nozegoen. Si schafft awer och an engem Grupp mat Gläichgesënnten zesummen zu Godbrange. „Well et Spaass mécht zesummen un esou Saachen ze schaffen", seet si.

D'Material mat deem si schafft ass Stoff, normalerweis 100% Kotteng a Polyester fir d'Fëllung.

Si mécht Quilten a Biller. Am Bild, dat si fabrizéiert, do moolt si mat der Bitzmaschinn oder mat der Hand.

D'Madame Greischer mécht mat Stoff ganz ënnerschiddlech Saachen: Biller, déi Landschaften a Gesichter duerstellen a Collagen, dofir brauch si 3 Deeg.

E Collage gëtt fird'éischt opgemoolt, op Stoff gestreckt an erausgeschnidden, egal wéi kleng d'Stécker sinn, eng heeden Aarbecht, Handaarbecht ass do och gefrot.

Si geet och an Amerika Ausstellunge kucken, mä dëst Joer ass Birmingham an Holland op hirem Programm. Do léisst si sech inspiréieren an do gesäit si wat den Trend ass, wéi dat gebitzt gëtt, an och di nei Stoffkollektiounen, déi dat Joer aktuell sinn.

Si muss all Dag dru schaffen. Et mécht hir Freed fir mat de Faarwen ze schaffen, si bezeechent sech selwer als e faarwege Mënsch. Hir italieenesch Originne si warscheinlech d'Ursaach vun hirer grousser Léift zu de Faarwen. An d'Vigel mussen ëmmer derbäi sinn op de Biller.

Et gëtt vill Fantasie gebraucht fir Biller selwer ze entwerfen – mä si schafft och mat Virlagen. Hir ass et wichteg, datt si d'Fräiheet huet fir dat ze entwerfen, a fir d'Wiel vun de Stëfter. D'Biller ginn encadréiert, dobäi benotzt si ënnert anerem och modern Kaderen, et soll och jonke Leit gefalen.

Si moolt och gären an huet och geléiert Ikonen ze molen.

Si geet ganz vill op Ausstellungen am In- an Ausland fir weider ze léieren an ëmmer erëm nei Iddien ze kréien. Dës Aarbechte ginn hir Zefriddenheet a Satisfaktioun. Flott dobäi ass all Dag eng aner Aufgab ze hunn. De Feedback vun de Leit gëtt och Satisfaktioun, well hir Aarbecht unerkannt gëtt.

Si stellt och selwer aus op Hobbymäert a Kontschévénementer wéi z. B Art Lënster.

Gott trifft Maria Magdalena

Wann genau Jesus Maria Magdalena auf seiner Wanderung durch das Land Israel getroffen hat, wird in den Evangelien nicht erzählt. Wohl aber, dass diese Begegnung für Maria Magdalena ein Glücksfall war. Nach Aussage der Evangelien war sie von sieben Dämonen besessen – wahrscheinlich eine Umschreibung für eine ernste psychische Erkrankung, von der Jesus sie heilte. Danach blieb Maria Magdalena stets an Jesu Seite und kümmerte sich mit anderen Frauen wahrscheinlich um das, was alltäglich an Notwendigkeiten anfiel – den Evangelien ist das kaum eine Notiz wert.

Hervorgehoben wird dagegen Marias Treue. Als fast alle Jünger aus Angst bei der Kreuzigung flohen, harrte sie unter dem Kreuz aus. Sie war bei dem Begräbnis Jesu dabei. Am Ostermorgen ging sie mit anderen **Frauen zum Grab Jesu und sie wurden zu ersten Zeuginnen der Auferstehung.** Dabei nimmt Maria Magdalena noch einmal eine besondere Rolle ein. Als sie nach dem Leichnam Jesu sucht – anfangs meinte sie, er wäre gestohlen worden – trifft sie auf Jesus, den sie zuerst nicht erkennt. Erst als der Auferstandene sie beim Namen nennt, erkennt sie ihn. Die Freude, aber vielleicht auch die Angst, die Maria in diesem Moment empfunden hat, können wir uns nicht vorstellen. **Sie erhält von Jesus den Auftrag, den Jüngern von seiner Auferstehung zu berichten – so wird sie zur ersten Verkünderin der Auferstehung, zur Apostolin der Apostel.**

Text und Foto: Michael Tillmann

Die letzte Zeugin unterm Kreuz wird zur ersten Zeugin des Lebens, das ohne Grenzen ist. Sie ist die, die von Jesus zur Osterbotin berufen wird. Maria Magdalena bezeugt als erste die Auferweckung des Gekreuzigten, deren lebensverändernde Wirklichkeit sie den anderen Jüngern verkündet. **Sie war und sie ist in Person die Vermittlerin, das lebendige Bindeglied zwischen dem vorösterlichen und dem nachösterlichen Jesus.**

Ich habe den Herrn gesehen (zu Joh 20,1-9)

Den Wettstreit der Jünger,
wer als Erstes
das leere Grab erreicht,
lässt sie hinter sich.
Sie hat IHN gesehen,
der sich ihr zu erkennen gab,
der ihren Namen rief,
der sie sendete:
aus dem Garten hinaus
ins Weite,
seine Botschaft
in die Welt tragen.
Nicht das leere Grab bezeugt sie.
Ihr Zeugnis
gilt dem Auferstandenen:
Ich habe den Herrn gesehen.

Dorothee Sandherr-Klemp

Gutt Bicher

Lumen Vitae – Revue internationale de catéchèse et de pastorale « Où sont les femmes ? »

Université catholique de Louvain, 2022, ISBN 978-2931152058

Le dossier regarde la question des femmes dans l'Église catholique sous l'angle des disciplines théologiques : théologie biblique avec Joëlle Ferry qui s'intéresse aux femmes dans la première église, philosophie avec Lucia Vantini qui partage des paroles de femmes, droit canon avec Hildegard Warnink qui fait le point sur les impossibilités et ouvertures pour les laïcs aujourd'hui, liturgie avec Arnaud Join-Lambert qui se demande « où sont les femmes » en liturgie. Le dossier s'intéresse ensuite aux pratiques pastorales, avec deux articles sur l'implication de femmes dans la gouvernance ecclésiale, en Allemagne (Andrea Qualbrink) et en France (Marie-Anne Florin). En Belgique, Annemie Dillen relit le chemin parcouru en Flandre pour une Église plus inclusive et un entretien permet à quatre femmes de partager leur analyse. De Suisse, Marie-Josèphe Lachat relit son expérience de la prédication. Une chronique finale rend compte d'un parcours de lecture d'ouvrages d'Anne-Marie Pelletier sur la thématique du dossier.

femmes – Église catholique – responsabilités – ministères – gouvernance –inclusion – synodalité –altérité – prédication

---

Andrea Schwarz, „Gib dem Leben eine Chance – 365 Tage im Jahr"

Patmos-Verlag, Ostfildern 2025, ISBN 978-3-8436-1629-4

„Gib dem Leben eine Chance!" ist die Botschaft des neuen Jahreslesebuchs von Andrea Schwarz. Einfach mit kurzen, prägnanten Texten in den Tag starten oder diesen abschließen. Unter jedem Datum steht ein Gedicht oder eine Kurzgeschichte oder ein Impuls.

Die Texte sind im Laufe von 4 Jahrzehnten entstanden, manche wurden bereits veröffentlicht, andere haben im Computer oder im Aktenordner ‚geschlummert', schreibt Andrea Schwarz. Die Texte handeln von Gott und der Welt, von Liebe und Zärtlichkeit, von dunklen Stunden und Zweifeln, von Fragen und Gewissheit … Inspirationen, um aus jedem Tag etwas Besonderes zu machen: lebendig zu sein.

Viele Menschen wünschen sich mehr, sie wünschen sich „Mehr Leben und Lebendigkeit" und hoffen, dass es sich irgendwie von alleine ergibt. Aber wenn man dem Leben eine Chance geben will, „dann muss man manchmal Dinge etwas anders tun – oder vielleicht auch andere Dinge tun" schreibt Andrea Schwarz in ihrem Vorwort.

Ein Textbeispiel 15. Januar, Seite 15:

„Vielleicht sagt auch Gott das zu mir: „Du kannst mehr als du glaubst!" Immer wieder hat er Menschen etwas zugemutet, hat sie herausgerufen aus ihrem Alltag, auf neue Wege geführt – immer wieder Aufbruch, Sendung, Auftrag und oft Zumutung. Aber wenn mir einer etwas zumutet, dann traut er mir auch etwas zu. Gott glaubt an mich. Und dann kann auch ich an mich glauben und entdecken, was in mir steckt."

Andrea Schwarz, *geboren 1955, ist eine christliche Schriftstellerin, die viele Jahr im pastoralen Dienst tätig war. Sie lebt im Emsland und ist mit Kursen und Vorträgen im ganzen deutschsprachigen Bereich unterwegs.*

Annette Tausch

Iessen & Drénken

Wie jedes Jahr stellen wir Ihnen, liebe LeserInnen in der ersten Ausgabe des neuen Jahres Rezepte aus dem Land vor, das den Weltgebetstag vorbereitet. Die Küche Nigerias ist vielfältig, lecker, gesund und scharf. Zu einer Kohlenhydratquelle, z.B. aus Maniok, Yams, Kochbananen, Reis oder Hirse wird oft eine Sauce aus Gemüse und einer Proteinquelle gereicht, z.B. Fleisch, Fisch, Meeresfrüchte, Bohnen, Erdnüsse oder Melonenkerne. Sämig wird das Gericht mit pürierten Tomaten und andern Zutaten. Die Würze kommt z.B. durch die Zugabe von Ingwer, Zwiebeln, Knoblauch, Curry, Thymian und scharfe Chilischoten.

Die Hauptmahlzeit wird in der Regel abends gegessen. Tagsüber gibt es Kleinigkeiten wie Früchte oder Snacks.

Alle Rezepte sind für 4 Personen ausgerichtet!

Jollof-Reis

Zutaten: 400g Reis, 80 ml Sonnenblumenöl, gehackte Tomaten aus der Dose (ca. 600g), 4-5 EL Tomatenmark, 3 mittelgroße rote Zwiebeln, 3 Lorbeerblätter, 1,5 TL brauner Zucker, 2 TL Pfeffer, 1 TL Cayennepfeffer, 3 TL Paprikapulver mild, 3-4 TL Currypulver, 1 EL Gemüsebrühe, frische Kräuter z. B. Rosmarin, Thymian, Currykraut, etwas Knoblauch.

Zubereitung: Den Reis in Wasser geben und gut durchspülen um die Stärke zu entfernen. Die Zwiebeln grob hacken. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin anbraten, Tomatenmark und Gewürze hinzufügen, gut verrühren und etwa 5 Minuten köcheln lassen bis die Mischung dunkler wird und süßlich duftet.

Die gehackten Tomaten dazugeben und die Sauce bei niedriger Hitze einige Minuten köcheln lassen, dabei regelmäßig umrühren, damit nichts anbrennt.

Den gewaschenen Reis hinzufügen und so viel Wasser dazugeben bis der Reis gerade bedeckt ist. Die gehackten Kräuter und den Knoblauch hinzugeben. Alles neu vermengen und

etwa 20 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen (bis der Reis die Flüssigkeit aufgesogen hat).

Jollof-Reis wird gerne zu gebratenem Fleisch und Geflügel gegessen.

Zobo Drink

Zutaten: 4 Tassen getrocknete Hibiskusblüten (in asiatischen oder afrikanischen Lebensmittelgeschäften und zunehmend auch in Bio-Läden erhältlich), 8 Tassen Wasser, 1 Tasse Zucker, 2 TL Ingwer (gerieben), 2 TL Nelken, Saft von 2 Zitronen.

Zubereitung: Bringen Sie die 8 Tassen Wasser in einem großen Topf zum Kochen. Fügen Sie die gewaschenen Hibiskusblüten und den Ingwer hinzu und lassen Sie die Mischung 15-20 Minuten köcheln.

Nachdem die Blüten das Wasser gefärbt haben, den Topf vom Herd nehmen und die Mischung abkühlen lassen (Hibiskusblüten sollten nicht zu lange gekocht werden, da sie sonst bitter werden können). Die Flüssigkeit durch ein Sieb seien um die Blüten zu entfernen, dann den Zucker und den Zitronensaft hinzufügen und alles gut verrühren.

Der Zobo Drink wird kalt und mit Eiswürfeln serviert.

Puff Puff (Nigerianischer Krapfen)

Zutaten: 200g Mehl, 70g Zucker, 160ml lauwarmes Wasser, 1 Prise Salz, 1 TL Muskatnuss, 1 TL Trockenhefe, 1 L Sonnenblumenöl.

Zubereitung: Mehl, Zucker, Salz und Muskatnuss in einer Schüssel vermengen. In einer kleinen Schüssel die Hefe mit dem lauwarmen Wasser verrühren und 5 Minuten ruhen lassen bis sich Bläschen bilden. Die Hefemischung zur Mehlmischung geben und zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig abgedeckt etwa 2 Stunden ruhen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Das Öl in einem tiefen Topf auf mittlere bis hohe Temperatur erhitzen (der Topf sollte mindestens 7 cm mit Öl gefüllt sein). Mit einem Löffel oder Eisportionierer kleine Teigbällchen ins heiße Öl geben und frittieren bis sie goldbraun sind.

Die fertigen Puff Puffs auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm genießen.

Gemüsesuppe mit Reis und Fleisch

Zutaten: 400g Reis, 500g rotes Fleisch (Rind oder Lamm), 300g Spinat, 8 EL Bratöl, 2 Zwiebeln, 2 TL Paprikapulver mittelscharf, 1 TL Salz, 1 TL Pfeffer, 400 ml Gemüse-, Lamm- oder Rinderfond.

Zubereitung: Den Reis im Salzwasser ganz kurz aufkochen und dann auf kleinster Stufe quellen lassen, bis alles Wasser vom Reis aufgenommen wurde (man rechnet ca. eine kleine Kaffeetasse pro Person mit zwei kleinen Kaffeetassen Wasser).

In der Zwischenzeit in einem Topf das Öl erhitzen, grob gehackte Zwiebeln anschwitzen und mit Salz, Pfeffer und dem Paprikapulver vermischen. Das kleingewürfelte Fleisch dazugeben und anbraten, anschließend mit dem Fond ablöschen und mit heißem Wasser auffüllen, bis alle Zutaten im Topf gut bedeckt sind. Das Ganze darf köcheln, bis das Fleisch zart und saftig ist, bitte unbedingt daran denken, immer mal nachsehen, umrühren und gegebenfalls etwas Flüssigkeit nachgießen.

Etwa fünf Minuten vor dem Servieren kommt der Spinat hinzu, einmal kräftig umrühren, den Reis in die Suppe geben und servieren.

Handaarbecht

In Nigeria gibt es über 1.000 verschiedene Schmetterlingsarten. Jedem/r GottesdienstteilnehmerIn wird als Willkommensgruß ein Schmetterling aus Papier geschenkt.

Schmetterlinge aus Papier

und

Stoffarmbänder aus Wickeltechnik

Auch bei der Handarbeit geht es um Nigeria. Dort tragen viele Frauen Armbänder aus Stoff, Freundschaftsarmbänder genannt.

Stoffarmbänder aus Wickeltechnik

Material:

Sisalband 0,5 bis 1 cm Durchmesser
Klebeband
Stoffstreifen aus Stoffresten farbiger Stoffe, ca. 1,5 cm breit und 20 cm lang,
Bind- oder Wollfäden
1 Schere

Anleitung

Schritt 1: Sisalband am eigenen Handgelenk abmessen und den Durchmesser um ca. 1 cm erweitern, zuschneiden und die Enden mit Klebeband zusammenkleben.

Schritt 2: Sisalband mit Stoffstreifen umwickeln, am besten zweimal, damit das Sisalband großzügig abgedeckt ist und das Armband auch bequem um das Handgelenk liegt. Man kann auch verschiedenfarbige Stoffstreifen verwenden.

Schritt 3: Zum Fixieren werden verschiedenfarbige Woll- oder Stickbänder verwendet und um das Armband gewickelt und die Enden zusammengeknotet.

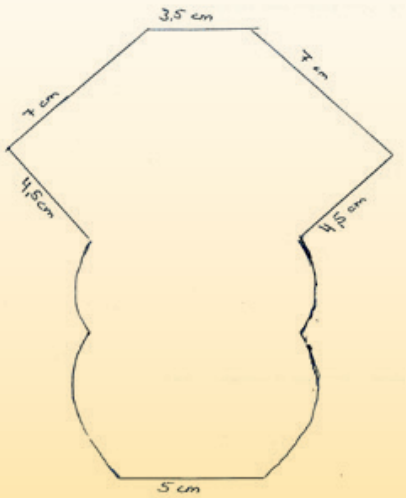
Schmetterlinge

Material:

1 Blatt Papier (DIN A4), einige Bögen festes Geschenkpapier, Basteldraht (in der Farbe golden, rot oder blau) 1 Kugelschreiber, 1 Schere.

Anleitung

Schritt 1: Vorlage auf A4-Papier aufzeichnen, dann zuschneiden.



Schritt 2: Vorlage auf das Geschenkpapier legen und mit dem Kugelschreiber auf das Geschenkpapier übertragen und ausschneiden.

Schritt 3: Man beginnt unten bei dem 5 cm breiten Stück und faltet das Papier in ca. 0,5cm breite ‚Falten', danach in der Mitte knicken. Einen ca. 20 cm langen Basteldraht nehmen und die Mitte damit umwickeln: 5 cm Länge lassen, dann so wickeln, dass nochmals 5 cm Draht übrigbleiben.

Aus diesen werden die Fühler gebogen.

Dann die Flügel ausbreiten.

Wichteg Matdeelungen aus der ACFL-Zentral

Quartal 1

20.02. – 15 Auer
Votum Solemne
duerno gemeinsamt
Kaffidrénken „Beim Lentz“

06.03. – 15 Auer
Weltgebietsdag zu Ell,
Infoen S. 7-9

20.03. – 19 Auer
Konferenz zum Thema Diakonat
vun de Fraen, Infoen, S. 14

Quartal 2

25.04. – 10.05.
Muttergottesoktav

04.05. – 20 Auer
Rousekranz vun der
Kommissioun Fra an der
Kierch

07.05. – 14 Auer
Oktavmass vun der ACFL

10.05. – 15 Auer
Schlusspressessioun

12.06. – 19 Auer
Konferenz zum Thema
Berufen als Diakonin

16.07.
Pilgerfahrt op Avioth mat
kulturellem Programm

Divers

De Büro vun der ACFL ass net besat
vum 9. bis 13. Mäerz a vum 2. bis 6. Abrëll 2026.

Manifestatiounskalenner 1. Quartal 2026

Aktiv Frae Miersch
(fréier Jeunes Mamans vu Miersch)

Mëttwochs, den 4. Mäerz vu 17 – 20 Auer
(just fir schwanger Fraen),

Donneschdes, den 5. Mäerz vun 14 – 21 Auer,
Freides, de 6. Mäerz vun 10 bis 19 Auer a
Samschdes, den 7. Mäerz vun 10 bis 15 Auer:
Kleeder-Second-Hand zu Biereng
an der Hal Irbicht

Mëttwochs, 25. Mäerz, 19 Auer
Blumme-Cours

Mëttwochs, 3. an 17. Juni, 18.30 Auer
Leem-Cours mam Michèle

Weider Informatioune beim Sylvie Hames,
Tel. 26 32 05 03 oder Mail: snos@pt.lu

Fraen a Mamme Wooltz

Mëttwochs, 11., 18. a 25. Mäerz
an den 2. Abrëll, 16.15 Auer
Kräizwee am CIPA

Weider Informatioune beim
Chantal Roemer-Duton, Tel. 691 507 582

Fraen a Mamme Cliärref

Sonndes, 1. Mäerz
Bazar an der Hall Polyvalent, Cliärref

Weider Informatioune beim
Lily Schlechter, Tel. 92 11 43

Alscheid
Mme Anna Wenkin-Lommer

Bech
Mme Angèle Dominicy-Thill

Beiler
Mme Pauline Tholl-Thielen

Eschweiler
Mme Mariechen Jacoby-Esch

Goesdorf
Mme Marie-Jeanne Nickts

Lux.-Belair
Mme Suzanne Ferring-Meyers

Pétange
Mme Rosi Johanns-Ries

Rippweiler
Mme Mady Fisch-Harpes

Rodange
Mme Martine Delstanche

Wasserbillig
Mme Léa Baesch-Daman
Mme Liliane Bettinger-Kames
Mme Cécile Kohn-Berang

Wiltz
Mme Martha Bock-Tangeten

E grousse Merci fir d'Done fir d'ACFL:

(all Don ab 25 € gëtt ernimmt)

100 € Mme Oktavie Modert, Greiweldéng, 50 € Mme Albertine Lentz-Krettels, Mondorf-les Bains
50 € Mme Liliane Loos-Magar, Lëtzebuerg, 30 € Mme Maguerite Kettenhofen-Adams, Réimech

Done Januar bis Dezember 2025 insgesamt: 14.657,85 €

Donen, déi 2025 iwwer d'Fondatioun Ste Irmine gemaach goufen: 4.980,56 €

IMPRESSUM

Marienland

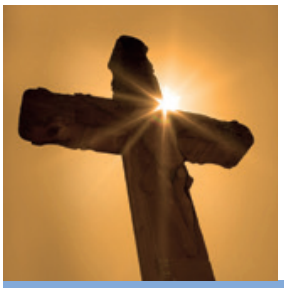
Zäitschrëft fir d'Kathoulesch Fraenaktioun

Edition : Action Catholique des Femmes du Luxembourg
Photos : Annette Tausch, ACFL-Archives, ACFL-Sections, Shutterstock etc.
Rédaction et Layout : Team ML (M. Dockendorf-Kemp, L. Loos-Magar, C. Manderscheid, J. Meyers, A. Tausch).
Cover-Photo : Shutterstock
Responsables : Maggy Dockendorf-Kemp et Annette Tausch
Secrétariat : ACFL, 16, rue François Faber, L-7573 Mersch
Tél. 28 67 47 – Fax 28 67 47 80, www.acfl.lu, tausch@acfl.lu
www.facebook.com/actioncatholiqueluxembourg

	Redaktiounsschluss	kënnt eraus
ML 02/2026	15.04.2026	19.05.2026
ML 03/2026	15.07.2026	19.08.2026
ML 04/2026	21.10.2026	25.11.2026

Cotisation 2026 :
15 Euro – CCPLLULL, IBAN LU29 1111 0030 7871 0000
Paraît quatre fois par an – Tirage 6.000 exemplaires

PERIODIQUE
POST LUXEMBOURG
Envois non distribuables à retourner à:
L-3290 BETTEMBOURG
PORT PAYÉ
01ACFL



Frühlingsgedanken

das Feuer geht aus
die Flamme so klein
öffnet die Fenster
lasst Luft herein
verstaubte Rituale
Gebet von gestern
Musik die betrübt
und das Leben vermiest
der Frühling er wartet
das Leben ist stärker
lasst endlich mehr Luft
in die Kirche von gestern
der Sturm – die Ruach
pocht beständig
an Türen und Fenstern
öffnet sie endlich
lasst Frauen und Männer
die frohe Botschaft verkünden
hört mit eurem Herzen
und sprecht eine Sprache
die alle verstehen

© Petra Unterberger