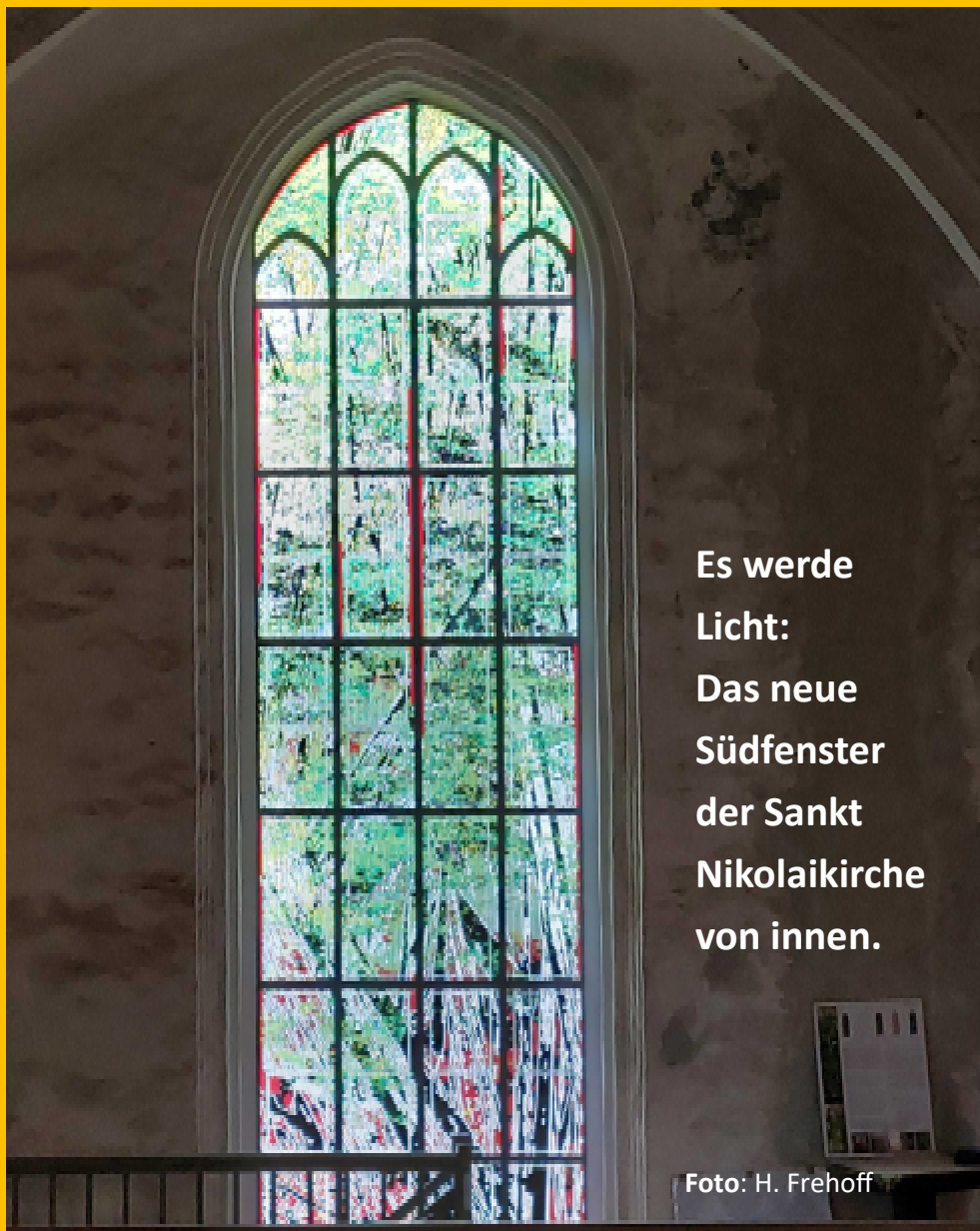


St. Nikolai Bote

Gemeindebrief der Ev. Gesamtkirchengemeinde
Region Pritzwalk

Ausgabe: Juli - November 2024



Es werde
Licht:
Das neue
Südfenster
der Sankt
Nikolaikirche
von innen.

Foto: H. Frehoff

Zum Eingang



Noch immer klingt das großartige Konzert des Dresdner Kreuzchores am 20. Juni in der St. Nikolaikirche in Pritzwalk in mir nach. Einen besonderen Moment erlebte ich, als die Motette „Unser Leben ist ein Schatten“ von Johann Bach (1604-1673, ein Mitglied der berühmten Bach-Familie) gesungen wurde. Als ich es hörte, war ich berührt von der Melodie und dem tiefgründigen Text.

*„Ach, wie flüchtig, ach wie nichtig
ist der Menschen Leben!
Wie ein Nebel bald entsteht
und auch wieder bald vergehet,
so ist unser Leben, sehet!“*

Die Vergänglichkeit des Lebens wird betrachtet. Das Leben und alles, was wir im Leben erreichen, ist wie Nebel. Es entsteht und vergeht; flüchtig ist es, nicht festzuhalten. Darum:

*„Ach Herr, lehr uns bedenken wohl,
dass wir sind sterblich allzumal!
Auch wir allhier keins Bleibens han,
müssen alle davon“*

Das Sterben gehört zum Leben dazu. Das anzuerkennen, hilft, bewusst zu leben und jeden Tag als Geschenk zu betrachten. Außerdem haben wir eine Hoffnung, die über den Tod hinausgeht.

*„Weil du vom Tod erstanden bist,
werd' ich im Grab nicht bleiben,
mein höchster Trost dein' Auffahrt ist,
Todsforcht kann sie vertreiben,
denn wo du bist, da komm ich hin“*

Es war wohlthuend, mir das im Konzert gesungen zusagen zu lassen.

So mancher ernster Moment war so in dem ansonsten heiteren Konzert zu erleben. Wie im Leben, wo wir Heiteres und Ernstes, Fröhliches und Trauriges erleben. Und in allem, was wir erleben, können wir die Zuversicht haben:

*„Jesus ist mein helles Licht,
meinen Jesum lass ich nicht!“*

Es grüßt Sie herzlich

Ihr Pfarrer Holger Frehoff

Ein Jahr Gesamtkirchengemeinde Region Pritzwalk

Im Januar 2024 war es ein Jahr her, dass sich nach einem längeren Prozess der Informationsveranstaltungen und Diskussionen Bedenken weitestgehend ausräumen ließen und zehn Kirchengemeinden sich zur Evangelischen Gesamtkirchengemeinde Region Pritzwalk zusammenschlossen, um gemeinsam in die Zukunft zu gehen: Beveringen, Falkenhagen, Giesensdorf, Groß Pankow, Kuhnberg, Kuhdorf, Preddöl, Pritzwalk, Schönhagen, Steffenshagen. Notwendig wurde dies aufgrund schwindender Mitgliederzahlen und eines Gesetzes der Landessynode, wonach eine eigenständige Ortskirche mindestens 300 Mitglieder haben muß. Was ist in diesem ersten Jahr der Gesamtkirchengemeinde geschehen?

Monatlich trafen sich die Kirchenratsmitglieder und Stellvertreter der Gesamtgemeinde, welche von ihren Ortskirchenräten gewählt wurden, um Aktuelles der betreffenden Gemeinden zu beraten.

Das wird in den Arbeitskreisen für die verschiedenen Bereiche wie Finanzen, Bau, Liegenschaften, Gemeindeleben, Gemeindebrief, Öffentlichkeitsarbeit, vorbereitet. Der Gottesdienstplan und der Haushaltsplan werden gemeinsam aufgestellt, Veranstaltungen der Ortskirchen im Terminkalender koordiniert. Kirchenglocken und Uhren müssen gewartet werden, Schnee beräumt und Bäume gesichert.

Selbst an solch scheinbar lapidare Dinge wie ein neues Siegel musste gedacht werden. Es gibt so vieles und die Arbeitskreise wären dankbar für sachkundige Verstärkung. – Also lieber Leser, liebe Leserin: Wer Lust verspürt, den einen oder anderen Arbeitskreis zu bereichern, der melde sich ungeniert.

Um gut zusammenzuarbeiten, muss man sich auch kennenlernen. So gab es geselliges Zusammensein bei Speis und Trank sowie einen Klausurabend, bei dem Resümee gezogen wurde. Die Mitglieder des Gemeindegemeinderates stellten fest, dass gegenseitige Akzeptanz und Vertrauen gewachsen sind. Es ist gut, Probleme gemeinsam anzugehen und sie zu lösen. Ortskirchenräte bleiben wichtig, sie sollen nicht „abgehängt“ werden. Nach viel Sacharbeit in dem ersten Jahr wird es nun auch wichtig, die Zusammenarbeit mit mehr Leben zu erfüllen. Mit welchen Werten will die Gesamtkirchengemeinde in die Zukunft gehen? Dazu haben die Anwesenden der Klausurtagung im Januar Leitsterne gefunden: Offenheit für alle Menschen, Vielfältigkeit und Wertschätzung, einladende Gestaltung und Nutzung der kirchlichen Räume.

Füllen und bereichern wir alle dieses zweite Jahr unserer Gemeindegemeindearbeit im Sinne dieser Leitsterne!

Petra Telschow (Mitglied GKR)

Neues von der Sanierung der St. Nikolaikirche

Das Südfenster ist geöffnet



Festgottesdienst zur Öffnung des Fensters

Unsere St. Nikolaikirche in Pritzwalk sorgte im April 2024 für Schlagzeilen in den noch existierenden Zeitungen der Umgebung. Tatsächlich. Es hatte seinen berechtigten Grund. Nach 79 Jahren ließen wir das Südfenster neu verglasen.

Nach den Kriegsereignissen im April 1945 war es zerstört und zugemauert worden. Lange war es still um dieses geschlossene Fenster. Vor ca. zehn Jahren verfolgten wir konkret den Plan, ein neues Fenster als Kunstwerk einbauen zu lassen. Es gelang. Kommen wir jetzt vom Markt her zum Südportal der Kirche, begrüßt uns

schon von Weitem das Kunstwerk der Bildhauerin Dana Meyer.

Das wollten wir gebührend mit einem Festgottesdienst feiern. Wir begannen diesen Festgottesdienst zur Eröffnung des Südfensters am 14.04.24 passender Weise vor dem Südportal im Freien. Ca. 200 Besucher ließen sich durch einleitende Worte von Superintendentin Frau Menard und Pfarrerin Susanne Michels zur Gestaltung des Fensters einstimmen.

Es war schön und überraschend wie viele Menschen zu diesem Ereignis zum Mitfeiern kamen. Alle Jurymitglieder waren gekommen, was vergleichsweise selten ist. Viele Vertreter der Förderer und Unterstützer, viele Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt und Umgebung, viele Freunde und Verwandte von nah und fern und viele Kirchengemeindemitglieder ließen es sich nicht nehmen, in diesem speziellen Gottesdienst ihre Anerkennung und Dankbarkeit an die Kirchengemeinde zu zeigen und auszusprechen. So ein Projekt umzusetzen, schaffen nicht viele.

Frau Dr. Bernadetta Schäfer vom Landesamt für Denkmalpflege aus Wünsdorf formulierte es so: „In diese Kirchengemeinde komme ich gern. Hier spüre ich, dass das schöne alte Denkmal, das Kirchengebäude, nicht als Last empfunden wird, sondern gern gepflegt und genutzt wird.“ Sie freut sich schon auf die Umsetzung des Innenraumkonzeptes.

Nach dem Gottesdienst nahmen viele Besucher bei Kaffee und Kuchen die Gelegenheit wahr, sich über ihre Eindrücke vom Fenster bei schönem Wetter direkt vor dem Kunstwerk auszutauschen. Somit war es ein gelungenes Fest.



Im Flyer zum Südfenster stehen folgende Worte: „Der Baum auf dem Kirchenfenster - ein Hoffnungsmotiv“ *Denn der Baum hat Hoffnung, auch wenn er abgehauen ist, er kann wieder ausschlagen, und seine Schösslinge bleiben nicht aus. Ob seine Wurzel in der Erde alt wird, sein Stumpf im Boden erstirbt, so grünt er doch wieder vom Geruch des Wassers und treibt Zweige wie eine junge Pflanze.* (Buch Hiob 14, 7-9)“ Diese Worte können unterstützen, das Kunstwerk für sich selbst zu erobern. Lassen Sie sich darauf ein. Schauen Sie bei unterschiedlichen Lichtverhältnissen vom Markt zur Kirche. Es ist bei jedem Wetter anders und voller farblicher Überraschung. Ich bin jedenfalls begeistert und sehr dankbar.

Es ist einmalig. Es ist etwas Besonderes an unserer Kirche. Möge es nur altersschwach und nie zerstört werden.

Fundamentertüchtigung Nordkapelle

Das Bauen geht noch etwas weiter. An der Nordkapelle beginnen die Arbeiten zur Fundamentertüchtigung. Das wird sich bis in den Herbst hinein hinziehen. Dann ist es geschafft. Die Sicherung und Sanierung von Hülle und Dach werden wir abschließen.

Möchten Sie uns in unseren Vorhaben und bei unserem Eigenanteil unterstützen, können Sie Überweisungen auf das auf der Rückseite des Nikolaiboten angegebenen Konto vornehmen, Betreff: Sanierung St. Nikolai Pritzwalk.

Wir freuen uns über jede Hilfe, für alles Mitdenken und Beten.

Danke für Ihre Unterstützung.

Bleiben Sie behütet.

Text: **Christine Flassig** (GKR und Mitglied Bau-Arbeitskreis),

Fotos: **Rilana Gericke** (Kirchenkreis Prignitz)



Herzlich willkommen im EKIDZ MiteinanderRaum!

Der EKIDZ MiteinanderRaum ist Ort der Begegnung für Jung und Alt, Groß und Klein. Menschen aller Generationen sind willkommen!

Der EKIDZ MiteinanderRaum bietet Raum für Engagement. Wer eine Idee hat, miteinander und füreinander etwas zu organisieren, zu erleben oder zu gestalten, ist herzlich willkommen!



Café-Nachmittage

Das Café Miteinander ist **donnerstags und freitags von 15-17 Uhr** geöffnet. Jung und Alt, Senioren und Kinder, Familien und Alleinstehende, Alteingesessene und Zugezogene sind eingeladen, Kaffee und Kuchen zu genießen und miteinander ins Gespräch oder ins Spiel zu kommen.

Reparatur-Café

Am **letzten Donnerstag im Monat** ist das ReparaturCafé der Akademie für Suffizienz im EKIDZ MiteinanderRaum zu Gast. Von **17-19 Uhr** treffen sich einmal im Monat geschickte Menschen, die vieles reparieren können.

Leute, die mithelfen wollen zu reparieren, und solche, die etwas zu reparieren haben, sind herzlich willkommen!

Eltern-Kind-Treff

Dienstag – Freitag, 9.30 – 12.30 Uhr

Im Eltern-Kind-Treff haben Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern die Möglichkeit sich gemütlich bei einer Tasse Tee oder Kaffee untereinander auszutauschen und die Kinder können erste Erfahrungen im Kontakt mit gleichaltrigen Kindern sammeln.

Damit sich die Eltern und die Kinder im EKIDZ begegnen können, ist es vorgesehen, an bestimmten Wochentagen eine gezielte Altersstufe anzusprechen, um den Kindern eine vorbereitete Umgebung anbieten zu können, die dem jeweiligen Entwicklungsstand und Interesse des Kindes entspricht.

Außerdem sind regelmäßige Angebote für Eltern zum gemeinsamen, kreativen Gestalten geplant. Nähere Infos hierzu finden sie immer wieder aktualisiert auf der Homepage des EKIDZ MiteinanderRaums.

In dem neu gestalteten Schüttraum haben Kinder die Möglichkeit, ihrem kindlichen Bedürfnis nach Schütten nachzukommen. Dabei können sie verschiedene Sinneserfahrungen machen. Die Naturmaterialien, wie Kastanien können mit Kelchen und Löffeln in Töpfe und Becher gefüllt und wieder ausgeleert werden. Ich würde mich freuen, Sie im EKIDZ MiteinanderRaum begrüßen zu dürfen!

Hanne Berger

Bundesstiftung
 Frühe Hilfen



Gefördert von:



Bundesministerium
 für Familie, Senioren, Frauen
 und Jugend

LANDKREIS
 PRIGNITZ

EKIDZ-Geburtstag, Sonntag, 14. Juli



Das Fest beginnt um 11 Uhr mit einem Gottesdienst mit Groß und Klein auf der EKIDZ-Wiese. Anschließend gibt es Spiel, Spaß und Begegnung im EKIDZ Garten. Rundfahrten mit der neuen LastenradRikscha werden angeboten. Für Verpflegung ist gesorgt. Über Kuchen-Spenden freuen wir uns.

Bitte melden Sie diese vorher im EKIDZ MiteinanderRaum an.

Bei feuchtem Wetter feiern, spielen, musizieren, essen und trinken wir in der St. Nikolaikirche.

EKIDZ auf Tour

Das EKIDZ-Lastenrad geht ab August wieder auf Tour, mittwochs alle 14 Tage ist es im Stadtgebiet unterwegs und lädt zu Kaffee, Kuchen und Begegnung. Die Termine entnehmen Sie bitte unserer Homepage: www.ekidz-miteinanderraum.de

Skat- und Romméabend, 30. August, 19 Uhr

Dieser Abend bietet die Gelegenheit, in geselliger Runde Karten zu spielen. Freiwillig Engagierte gestalten den Abend. Auf kleine Siegprämien darf man sich freuen

Ehrenamtsbörse, 13. September von 15.30 Uhr bis 18.30 Uhr

In der Turnhalle der Freiherr-von-Rochow-Schule findet die 2. Ehrenamtsbörse in Pritzwalk statt: „Für Pritzwalk engagiert: unbezahlbar“! Von 15.30 Uhr bis 18.30 Uhr präsentieren lokale Vereine, Initiativen und Akteure sich und ihr Angebot, die ehrenamtliches Engagement ermöglichen. Besucherinnen und Besucher können staunen, wie vielfältig das Engagement der Pritzwalkerinnen und Pritzwalker ist. Und sie können schauen, wo sie sich selbst engagieren mögen. Die Ehrenamtsbörse wird vom EKIDZ MiteinanderRaum und anderen sozialen Akteuren geplant und durchgeführt. Es gibt eine Kinderbetreuung für Eltern, die sich in Ruhe umschauchen mögen. Auch für Verpflegung ist gesorgt.

Gottesdienst mit Groß und Klein

und anschließendem Mitbring-Brunch, 22. September, 11 Uhr

Der Gottesdienst ist so gestaltet, dass Groß und Klein, Alt und Jung fröhlich miteinander feiern können. Anschließend wird zum gemeinsamen Sonntagsbrunch in den EKIDZ MiteinanderRaum eingeladen. Alle sind eingeladen, etwas zum Buffet beizutragen. Anmeldungen bitte im EKIDZ MiteinanderRaum!

So erreichen Sie uns:

EKIDZ MiteinanderRaum, Grünstr. 49 in Pritzwalk

www.ekidz-miteinanderraum.de

Tel.: 03395 – 302240 oder 01575 113 16 82

Sarah Krasselt: s.krasselt@kirchenkreis-prignitz.de; 0162 465 99 64

Für Unterstützung sind wir dankbar:

Spendenkonto des EKidZ Pritzwalk e.V.

bei der Sparkasse Prignitz: IBAN: DE86 1605 0101 1010 0154 82

Text: **Sarah Krasselt, Susanne Michels**

Fotos: **Susanne Michels, Matthias Finck**



Evangelische Schule

Schuljahres-Abschlussgottesdienst, 16. Juli, 16.00 Uhr

Zum Gottesdienst am Schuljahresende mit Zeugnisübergabe sind Kinder und Eltern willkommen und alle Menschen aus der Kirchengemeinde, die den Abschluss eines zweiten gelungenen Schuljahres mitfeiern mögen.

Einschulungsgottesdienst, 7. September, 9.30 Uhr

Im Einschulungsgottesdienst werden die neuen Erstklässler begrüßt und gesegnet. Feierlich beginnt das neue Schuljahr. Menschen aus der Kirchengemeinde sind herzlich eingeladen, dies mitzufeiern.

FSJer gesucht!

Die Schule möchte eine Stelle einrichten für einen jungen Menschen, der ein freiwilliges soziales Jahr in der Evangelischen Schule machen möchte. Bei Interesse melden Sie sich gerne in der Schule: Tel. 03395 40 12 868 oder unter: grundschule.prignitz@stephanus.org

Erzieher*in für den Hort der Evangelischen Schule gesucht!

Nähere Informationen gibt es in der Schule: Tel. 03395 40 12 868 oder unter: grundschule.prignitz@stephanus.org

Förderverein der Evangelischen Stephanus-Grundschule Prignitz

Der Förderverein unterstützt Anschaffungen und Angebote an der Evangelischen Schule. Bisher hat der Förderverein folgende Projekte unterstützt: Klettergerüst für den Schulhof, Bücher-Tausch- und Verschenke-Tag, Elterncafé für neue Eltern, Präsenz der Schule beim Prignitz Tag, Mitgestaltung Tag der offenen Tür, Anschaffung von Musikinstrumenten, Exkursion der Schulkinder in die Waldschule im Hainholz und in die Museumsfabrik, Einschulungsgeschenke, Elternkaffee zur Einschulung, Fortbildungstage für das Schul-Team.

Werden auch Sie Mitglied im Förderverein. Eine Beitrittserklärung finden Sie auf der Homepage: www.stephanus-schule-foerdern.de

Danke!

sagt das Stephanus-Schul-Team allen Menschen, die auch in diesem Schuljahr die Schule ehrenamtlich unterstützt haben etwa als Lesepaten oder mit dem Angebot einer Arbeitsgemeinschaft am Nachmittag.

Susanne Michels

„Musikschulen öffnen Kirchen“ - Saisonauftritt der Prignitz in Giesensdorf



Der Frühling lässt die ersten Farben leuchten, sie sind Balsam für die winterstrapazierte Seele. Nach dem tristen, dunklen Winter freut sie sich über alles Schöne. Das scheint zahlreichen Menschen so zu gehen, denn es nahmen sehr viele die Einladung des Ortskirchenrats Giesensdorf zu einem Frühlingskonzert am 15. März in abendlicher Stunde an.

Pfarrerin Michels begrüßte die Zuhörer und Zuhörerinnen in der außerordentlich gut gefüllten Kirche. Die acht recht jungen Musikerinnen und Musiker der Mini – Bigband der Kreismusikschule Prignitz unter der Leitung von Peter Jekal brachten mit ihren vier Saxofonen, drei Trompeten und dem Keyboard einen satten Sound in die kleine Dorfkirche. Zu Gehör kamen Instrumentalstücke der verschiedensten Genres: Evergreens wie „What a Wonderful World“ von Louis Armstrong, „Hit the Road Jack“ von Ray Charles, Jazz, Rock ‘n’ Roll, sogar ein Titel aus der „Muppet-Show“ war dabei oder auch der moderne Latinpopsong von Camila Cabello „Havana“. Dabei gab es Gelegenheit für jeden Musiker und jede Musikerin, sich in einem Solopart zu präsentieren, was vom Publikum mit viel Beifall honoriert wurde. Auch am Ende des Konzertes applaudierte es lange und entließ die Künstler nicht ohne eine Zugabe. Die Magie der Musik entfaltete sich auch an diesem Abend, angefüllt mit Glückshormonen verließen die Besucher und Besucherinnen begeistert die Kirche.

Da der Verband der Musik- und Kunstschulen Brandenburg (VdMK) für das Honorar der Musikschule an diesem Abend aufkommt, ist der Zweck der Spenden des Publikums entsprechend dem Leitfaden des VdMK für den Erhalt der eigenen Kirche vorgesehen. Herzlichen Dank für 572€!

Eine weitere Idee des Leitfadens erfüllte sich ebenfalls: Das gemeinsame Miteinander setzte sich fort bei Gesprächen, Grillwurst und Getränken. Letztere wurden dankenswerterweise von der Freiwilligen Feuerwehr Giesensdorf bereitgestellt.

Text & Foto: **Petra Telschow** (OKR Giesensdorf)

Glockenfest in Schönhagen

Die neue Bronzeglocke, die seit November 2023 im Kirchturm in Schönhagen hängt, läutete den Gottesdienst am Ostersonntag in Schönhagen ein, und viele Menschen kamen, um das zu feiern. In der letzten Ausgabe des Nikolaiboten haben wir die Entstehungsgeschichte der Glocke lesen dürfen

Der Gottesdienst begann und endete vor der Kirche, um dem Glockenklang besser lauschen zu können. In der Predigt wurde neben der Ostergeschichte auch die Bedeutung der Glocken für die Kirche und für die Menschen sowie die Geschichte der Schönhagener Glocken eingegangen. Nach dem Gottesdienst wurde vor der Kirche zünftig gefeiert, mit Kaffee, Kuchen und herzhaften Spezialitäten. Außerdem wurden Führungen in den Turm angeboten, um die alte und auch die neue Glocke aus nächster Nähe begutachten zu können.

Text: **Käthe Rädcl**



Himmelfahrt in Beveringen

Der Gottesdienst der Gesamtkirchengemeinde mit musikalischer Mitgestaltung des Posaunenchores Falkenhagen fand dieses Jahr in der Ortskirche Beveringen statt. Wir hatten beschlossen, nach dem Gottesdienst ein Fest für alle zu machen und luden ein zu Mittagstisch und Kaffeetafel.

Bei schönstem Wetter wurde dies gut angenommen. Auch

Menschen die an diesem Tage mit dem Fahrrad unterwegs waren hielten an, besuchten die Kirche und verweilten gern bei uns. Bis in den Abend hatten wir ein schönes Fest. Ein Dank gilt all unseren Helfern und Unterstützern, die dieses Fest möglich gemacht haben. Foto & Text: **Claudia Langerwisch**

Konfirmation Pfingsten Pritzwalk



Sechs Jugendliche wurden Pfingstsonntag in einem feierlichen Gottesdienst von Vikarin Hannah Schwarz und Pfarrer Holger Frehoff konfirmiert. Der Gottesdienst stand unter dem Thema „Lass dich be-geist-ern“ und nahm die Pfingstgeschichte auf, in der sich die Freundinnen und Freunde von Jesus von Gottes Geist be-geistern lassen und sich trauen, hinaus in die Welt zu gehen und den Menschen von Jesus zu erzählen. Zur besonderen Atmosphäre des Gottesdienstes trug der Projektchor unter Leitung von Kantor Reishaus bei.

Foto: **Susanne Michels**, Text: **Holger Frehoff**

Jubelkonfirmation und Konzert der Musikschule Prignitz in der Kirche Steffenshagen



Was für ein Tag! - Die wochenlangen Vorbereitungen waren an diesem Sonntag schnell vergessen. Unsere Kirche erstrahlte im Licht der durch die großen Fenster eindringenden Sonnenstrahlen und die zahlreich brennenden Kerzen. Der Kirchgarten war zuvor wieder liebevoll hergerichtet worden durch die Mitglieder des Heimatvereines Steffenshagen. An alle Eventualitäten wurde gedacht.



Zum Fest der Jubelkonfirmation wurde bereits im März bzw. April eingeladen. Etwa 30 in der Kirche Steffenshagen Konfirmierte erhielten diese Einladung. 18 der Angeschriebenen sind ihr gefolgt, von denen die Älteste 1954 und der Jüngste 1979 konfirmiert worden sind.



Zur Musik des Posaunenchores Falkenhagen erfolgte der Einzug in die, mit Blumen und Sträuchern aus den heimischen Gärten und Wiesen geschmückte Kirche. Der Festgottesdienst war wunderbar gestaltet worden.

In drei Gruppen erhielten die Jubelkonfirmanden eine Urkunde, einen Blumenstrauß und natürlich den Segen unserer Pfarrerin Susanne Michels. Eine Überraschung erhielten alle Anwesenden noch von der jungen Steffenshagenerin, Sophia Bleier. Sie sang mit ihrer wundervollen Stimme das Lied „Hallelujah“.

Nach dem Auszug der Jubilare, wieder begleitet durch den Posaunenchor, ging es in den Kirchgarten, wo eine reichlich gedeckte Kaffeetafel auf ALLE wartete.

Die anschließende Zeit verging wie im Fluge. Viele Erinnerungen wurden ausgetauscht, Wiedersehensfreude stand an erster Stelle und auch eine Ausstellung, an der äußeren Kirchenwand angelehnt, fand viel Zuspruch.

Nach gut zwei Stunden näherten wir uns dem zweiten Höhepunkt des Tages. Die Bläsergruppe der Kreismusikschule Prignitz, unter der Leitung von Peter Jekal, überzeugte mit einem wundervollen Programm. Die Bankreihen der Kirche waren voll besetzt, auch von der Empore konnte man die verschiedenen Musikstücke genießen. Der kräftige Applaus und die Zugabe danach waren ein „Muss“.

Im Anschluss an das Konzert konnte man sich wieder im Kirchgarten einfinden, wo Bratwurst, Schmalzstullen und natürlich auch Getränke auf die Besucher warteten. So fand dieser wundervolle Tag gegen 21.00 Uhr ein zufriedenes Ende.

Allen Helfern und Organisatoren ein besonderes Dankeschön!!

Fotos & Text: **Margit Vogel** (OKR Steffenshagen)

Lego-Tage in Falkenhagen



Endlich war es soweit: vom 30. Mai bis zum 2. Juni fanden im Gemeindekirchenzentrum Falkenhagen die Lego-Tage für Kinder statt.

Die kleinen und großen Bauherren erwartete ein buntes Programm aus Liedern und Bibelgeschichten – und dazu noch unzählige Kisten mit Legosteinen in allen erdenklichen Farben, Formen und Größen.

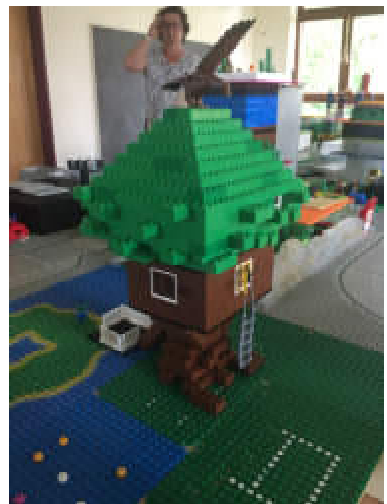
Zu Gast hatten wir dafür eigens ein Team vom KEB Tübingen. Dieter, Elke und Jana hatten nicht nur ihre Instrumente und das Baumaterial dabei, sondern auch ihren „Bodyguard“ Frederik, eine eigensinnige Handpuppe, die auch mal ein Morgenmuffel sein kann und erst nach dem siebten Frühstück so richtig wach ist.

Ziel war es, in mehreren Bauphasen eine Stadt zu errichten, dazu wurde aus Platten eine Landschaft mit Straßen, Flughafen und Wasser vorbereitet. Sobald der „Bauantrag“ genehmigt war, konnte es auch schon losgehen. Die Kinder entschieden selbst, was sie bauen wollten – mit dem Ziel, am Ende der Veranstaltung gemeinsam eine Stadt aus dem Nichts errichtet zu haben.

Eifrig ging es ans Werk, und nach drei Tagen war kaum noch ein freier Zentimeter zu sehen. Thematisch dazu gab es Geschichten aus der Bibel zu hören, beispielsweise vom Bau der Arche Noah oder dem Haus auf Fels und Sand. Am Freitagvormittag erhielten wir zudem Unterstützung von der Evangelischen Grundschule in Pritzwalk, die mit fast 30 Kindern auch so einige Bauplätze mit Gebäuden, Strand, Booten und sogar einem Raumschiff gestalteten.

An dieser Stelle noch einmal vielen Dank – allen Kindern mit ihren Eltern, der Evangelischen Schule, den vielen Helfern vor Ort sowie dem Team aus Tübingen. Ein ganz besonderer Dank gilt außerdem Lilli und Gerd Köppen für den Kontakt zum Team, die Betreuung und ihre Unterstützung in Vorbereitung und Durchführung der Lego-Tage. Es waren ereignisreiche und aufregende Tage, die gezeigt haben, was in Gemeinschaft mit etwas Phantasie und einigen Legos alles entstehen kann!

Fotos & Text: **Christina Volkmer**
(OKR Falkenhagen/Preddöhl)



Gemeindeversammlung

Als die Kirchengemeinden des Pfarrsprengels Pritzwalk Anfang 2023 zur Ev. Gesamtkirchengemeinde Region Pritzwalk fusionierten, wurde in der Satzung der neuen Kirchengemeinde festgelegt, einmal im Jahr eine Gemeindeversammlung durchzuführen, um in ihr über die Arbeit in der Kirchengemeinde zu berichten und miteinander ins Gespräch zu kommen. Zweck der Gemeindeversammlung ist es, dass der Gemeindegemeinderat und die Angestellten der Kirchengemeinde über ihre Arbeit und Schwerpunkte berichten. So können sich alle Gemeindeglieder aus erster Hand informieren, Fragen stellen, Kritik äußern und Anregungen geben. Da wir uns in die neue Struktur der Gesamtkirchengemeinde mit einem Gemeindegemeinderat (GKR) und verschiedenen Ortskirchenräten (OKR) vor Ort immer noch einüben, ist die Gemeindeversammlung ein wichtiger Ort, miteinander über das zu sprechen, was funktioniert, und wo es Verbesserungsbedarf gibt.

Am 2. Juni fand die mittlerweile zweite Gemeindeversammlung seit der Fusion statt. Dank stabilen Wetters konnte die Versammlung im Garten des EKIDZ MiteinanderRaums durchgeführt werden. Nach einer Andacht von Susanne Michels berichtete Christian Garlin über die Arbeit des Gemeindegemeinderates. Er erzählte von der guten Zusammenarbeit im GKR. Das Vertrauen zueinander wächst. Inga Veurman berichtete aus Ihrer Tätigkeit als Pfarramtssekretärin, Christian Reishaus aus dem Bereich der Kirchenmusik und Holger Frehoff für das Pfarramt. Die Stimmung war gut und konstruktiv. Nach der Versammlung blieben alle noch bei Kaffee und Kuchen eine ganze Weile im Garten beisammen.

Etwas schade war, es hätten gern mehr Menschen zur Versammlung kommen können. Im nächsten Jahr wird es wieder eine Gemeindeversammlung geben, und wir werden wieder herzlich einladen, dabei zu sein. Gerne auch mit Ihnen.

Holger Frehoff

Taufest Insel Untersee Kyritz



Zum zweiten Mal feierte der Kirchenkreis Prignitz ein Taufest auf der Insel im Untersee bei Kyritz. Es war ein großes lebendiges Fest in malerischer Kulisse mit vielen Beteiligten verschiedener Kirchengemeinden. 17 Menschen wurden insgesamt getauft, davon drei von Vikarin Hannah Schwarz und Pfarrerin Susanne Michels.

Foto & Text: **Holger Frehoff**

Konzert Kreuzchor Dresden

Ein großer Konzertabend füllte unsere Nikolaikirche

Der berühmte Dresdener Kreuzchor lockte Besucher aus nah und fern



Foto: P. Duchrau

„Der Mond ist aufgegangen“- bei diesem sehr bekannten Lied rahmten die Kruzianer links und rechts das sitzende Publikum ein und sorgten für einen letzten Gänsehautmoment. Damit endete ein Abend, auf den viele Menschen hingefiebert hatten. Für diejenigen, die sich darauf freu-

ten, solch ein großes Ereignis in Pritzwalk erleben zu können. Und auch für diejenigen, die sich am Anfang die Frage gestellt hatten: Schaffen wir das?

Zunächst entstand vor eineinhalb Jahren die Idee bei unserem Kantor Herrn Reishaus: Es wäre doch toll, einmal einen großen, berühmten Chor nach Pritzwalk zu holen. Dabei fiel seine Wahl auf den Dresdner Kreuzchor, dessen Verantwortliche aber klarmachten, dass solch eine Konzertorganisation zwei Jahre Vorlauf bräuchte. Der Zufall wollte es, dass die geplante Sommertournee des Chores unter anderem vom Berliner Dom zur Hamburger Hauptkirche St. Katharinen, vom Magdeburger Dom zum Kloster Lehnin 2024 genau an Pritzwalk vorbeiführte und der Termin für ein Konzert hier möglich gemacht wurde. Das hieß seit Februar 2024 für das Organisationsteam um Herrn Reishaus: Jetzt wird es konkret. Wie bringen wir hier die Sänger unter? Finden wir für die Chorsänger heimisch – umsorgte, gemütlich – ruhige Orte, an denen sie in den knapp zwei Tagen auch etwas Erholung finden können? Und es erklärten sich so viele Menschen bereit, die 10- bis 18-jährigen Sänger aufzunehmen! Ein großes herzliches Dankeschön an alle dafür! Für die Quartiereltern erwies es sich nicht nur als Arbeit, sondern eher als sehr schöne Erfahrung und Bereicherung, mit diesen höflichen Knaben und jungen Männern gemeinsam am Esstisch zu sitzen oder auch die Fußball-EM zu verfolgen und sich zu unterhalten oder die Jungen selber im Garten bolzen oder Tischtennis spielen zu lassen.

Ausreichend Gasteltern bedeuteten für das Organisationsteam Spielraum in der Finanzplanung und „Luft“ im Gesamtkonzept. Sehr erfreulich und erbaulich wertete Herr Reishaus die Zusammenarbeit mit der Sparkasse Prignitz als Hauptsponsor und dem Schirmherrn Bürgermeister Ronald Thiel. Frau Fuchs von der Stadtverwaltung konnte in vielen Bereichen mit ihrer umfangreichen Erfahrungen zur Organisation von Veranstaltungen sehr unterstützen.



Herzliche Kontakte entstanden durch die Unterbringung in Gastfamilien.

Auch das Biohotel Schönhagener Mühle und das Hotel Falkenhagen halfen beim Sponsoring und nahmen die erwachsenen Begleitpersonen des Chores auf. Zu nennen ist hier auch die Druckerei Koch Pritzwalk für den Druck der Tickets und Programme. Allen Sponsoren und den vielen Helfern gebührt ein riesiger Dank! Ohne Sie wäre der Abend nicht so schön geworden.

Und ja, wir haben es geschafft! Belohnt wurden alle Beteiligten durch eine fast ausverkaufte Kirche.

Bevor das Konzert losging, gab es natürlich das Einsingen und die Probe des Chores – und eine Riesenüberraschung für Schüler und Schülerinnen der evangelischen Grundschule Pritzwalk. Sie durften sich mit ihrer Lehrerin Frau Höhle die Probe anschauen. Plötzlich verteilte der Chorleiter Herr W. Behrend diese Kinder im Chor und sie machten gemeinsam Einsingeübungen. Dieses Erlebnis werden wohl die meisten Kinder nie vergessen. Wer kann sonst von sich behaupten, schon mal im Kreuzchor „gesungen“ zu haben!

Das anschließende großartige Konzert der 56 Knaben und jungen Männer unter der Leitung von Wolfgang Behrend bot kirchliche und weltliche Musik verschiedener Stilrichtungen aus einem großen zeitlichen Spektrum vom 16. Jahrhundert bis in die Gegenwart, von Choral, Motette über Volkslieder bis hin zu G. Gershwins „Summertime“ aus der Oper „Porgy and Bess“ oder auch den altbekannten Pop-song „What a Wonderful World“. Die Akustik der Kirche trug die glockenhellen Sopranstimmen, welche durch die tieferen Stimmlagen klanglich vervollständigt wurden.

Um diese Stimmen in eineinhalb Stunden auch mal zu entlasten, ließ unser Organist und Kantor Christian Reishaus drei Orgelstücke an der großen Schukeorgel erklingen. (Die Spenden zur Generalsanierung dieser am Ausgang erbrachten großzügige 3098 €. Herzlichen Dank an alle Spender.) Jeder Besucher war eingeladen, den Abend vor der Kirche ausklingen zu lassen bei einem kleinen Imbiss und Getränken und sicherlich vom Konzert inspirierten Gesprächen.

Den Ausgang des Konzerts bildeten zuvor ein Auszug aus einer Choralkantate von F. M. Bartholdy und der Segen von Superintendentin Menard mit der nachdenklich stimmenden Bitte: „Verleih uns Frieden gnädiglich, Herr Gott, zu unsern Zeiten!“

Text: **Petra Telschow** (Mitglied Organisationsteam)

Kreuzchor Dresden - eine kurze Ergänzung von Kantor Reishaus

Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen, wirklich allen Helfern und Helferinnen bedanken, die in so fröhlicher Weise an der Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung des 20.06.2024 mitgearbeitet haben.

Herausragend dabei: Frau Telschow und Frau Veurman, die beide die Hauptlast getragen haben.

Und ein Letztes: Es ist uns wohl gelungen, aus den Tagen mit den Kruzianern ein Gemeindefest zu machen, das Kirchengemeinde, Stadt und Kreuzchor so wunderbar zusammenbrachte und der Dresdner Kreuzchor in dem berührenden Konzert in so unvergleichlicher Weise allen ca. 800 Besuchern zum Hören und Staunen in den herrlichen Vertonungen mitgab, was in unserem kurzen Leben und im Sterben wirklich wichtig ist. „Deo dicamus gratias.“ (Sagen wir Gott Dank.)

Kirchenmusik

Chor



Der Chor ist kaum noch ein Projektchor, so viele Einsätze hatte er in der letzten Zeit: Weltgebetstag, Predigtreihe des Kirchenkreises, Einführung von Vikarin Hannah Schwarz, Osternacht, Konfirmation, regelmäßige Proben. Dafür gab es einen zünftigen Sommerabschluss (s. Foto unten).

Junge Stimmen können noch gern dazu kommen. Nach dem Sommer werden auch wieder die Eltern unserer ev. Schule eingeladen, an der Vorbereitung unseres geplanten Adventskonzertes am 3. Adventssonntag um 10 Uhr mitzumachen!

Posaunenchor



Ein besonderes Ereignis war die Fahrt zum 3. DEPT (Deutscher Evangelischer Posaunentag) über drei Tage nach Hamburg. Mit vielfältigen Eindrücken, wie dem Eröffnungsgottesdienst auf der Moorweide, dem Serenadenkonzert an den Landungsbrücken und dem Abschlussgottes-

dienst mit 18.000 Bläsern kehrten unsere Bläser wieder nach Hause zurück. Außerdem spielte der Posaunenchor bei vielfältigen Einsätzen in der Kirchengemeinde wie am Himmelfahrtstag in Beveringen, zur Jubelkonfirmation in Steffenshagen oder zur Goldenen Hochzeit von Ehepaar Zander (Falkenhagen) und im Gottesdienst zum Dorffest in Falkenhagen.

Orgelsanierung

Es ist geplant, an der großen Schuke-Orgel der St. Nikolaikirche im Jahr 2025 eine notwendige Generalsanierung durchzuführen. Seit dem Bau der Orgel wurde nie eine grundlegende Durchsicht, Reinigung und Sanierung schadhafter Teile vorgenommen, dementsprechend notwendig ist die Generalsanierung jetzt, um das wertvolle Instrument zu erhalten.

Es wurden Kostenvoranschläge von der Firma Schuke sowie für das notwendige Gerüst und die Elektroarbeiten in Höhe von insgesamt ca. 70.000 € eingeholt.

Ein Förderantrag an die „Stiftung Orgelklang“ wurde eingereicht.

Wenn Sie die Sanierung unterstützen wollen mit Spenden, finden sie auf der letzten Seite des Gemeindebriefes die Konto-Nummer des Kirchenkreises. Bitte geben Sie als Spendenzweck an: „Orgelsanierung St. Nikolaikirche Pritzwalk“

Texte: **Chr. Reishaus**

Konzerte St. Nikolaikirche Pritzwalk

Klassisches Gitarrenkonzert und Japanweisheiten mit dem Gitarrenduo Eberhard Schomaker und Christian Gogoll

Freitag, 20. September, 18.30 Uhr, Taufkapelle

Das Lehrer-Schüler-Duo besteht seit 2018, wobei Pfarrer Gogoll der Gitarrenschüler ist. Eberhard Schomaker lehrt an der Kreismusikschule Prignitz das klassische Gitarrenspiel. Aufgeführt wird klassische bis moderne Gitarrenmusik für die klassische Gitarre. Zentral ist der Japanzyklus von Maria Linnemann, einer zeitgenössischen Komponistin für klassische Gitarre.

Festliches Abendkonzert mit Sophia Körber



Samstag, 12. Oktober, 19.00 Uhr, St. Nikolaikirche Pritzwalk

Sopranistin Sophia Körber kommt gebürtig aus Pritzwalk. Mittlerweile ist sie an der Elbphilharmonie in Hamburg tätig und in der ganzen Welt unterwegs.

Es ist eine liebevoll gewonnene Tradition, dass sie einmal im Jahr ein Konzert in der St. Nikolaikirche gibt. So freuen wir uns, sie auch dieses Jahr wieder begrüßen zu dürfen. Begleitet wird sie an der Orgel von Kantor Christian Reishaus.

Der Eintritt ist frei, eine Kollekte wird erbeten.

Hinweis:

Das traditionelle Posaunenchor-Konzert in Kuhsdorf gemeinsam mit der Dorfgemeinschaft findet dieses Mal nicht wie gewohnt vor dem 1. Advent, sondern am Freitag, dem 6. Dezember um 18.30 Uhr in der Kirche Kuhsdorf statt.

Offene Kirche St. Nikolai

Von Mai bis September ist die St. Nikolaikirche wieder geöffnet:

**donnerstags und freitags von 16-18 Uhr,
samstags von 10-12 Uhr.**

Besucherinnen und Besucher sind willkommen, um die Kirche anzuschauen, einen Moment Ruhe zu genießen oder eine Kerze anzuzünden und zu beten.



Nikolaiwächterinnen und Nikolaiwächter gesucht!

Nikolaiwächterinnen und Nikolaiwächter tun zu den Öffnungszeiten in der Kirche Dienst und sind Ansprechpersonen für Besucherinnen und Besucher.

Für diesen Dienst in unserer Kirchengemeinde suchen wir Menschen, die Lust haben, ein bis zweimal im Monat für jeweils zwei Stunden die Kirche zu öffnen, mit Menschen ins Gespräch zu kommen oder selbst die Ruhe zu genießen. In der Regel sind immer zwei Nikolaiwächterinnen und Nikolaiwächter gemeinsam im Einsatz. Man muss nicht evangelisch sein, um Nikolaiwächter/in zu werden! Melden Sie sich gerne im Pfarramt oder bei Enrico Jäckel, wenn Sie mitmachen mögen.

Herbstleuchten, 6. September

Wenn in Pritzwalk zum Herbstbeginn die Innenstadt leuchtet, ist auch die Kirche geöffnet und leuchtet auf ihre eigenen Weise. Text: **Susanne Michels**

Veranstaltungshinweise

Konzert Warener Posaunenchor

Freitag, 26. Juli, 19 Uhr, Kirche Schönhagen

Der Posaunenchor wird in einem vielfältigen Konzert mit feierlichen Chorälen, schwungvollen Gospels und klangvoller Filmmusik das Publikum begeistern. Mit Anekdoten aus dem Musikeralltag und kurzen Geschichten wird humorvoll durch das Programm geführt. Nach dem Konzert werden Musiker und Konzertbesucher gleichermaßen mit Essen, Trinken und interessanten Gesprächen verwöhnt.

Tag des offenen Denkmals

Sonntag, 8. September

Am Tag des offenen Denkmals ist die **St. Nikolaikirche** nach dem Gottesdienst um 9.30 Uhr geöffnet bis 14 Uhr. Die Kirche in **Beveringen** öffnet von 14 - 17 Uhr ihre Türen. Es werden dort Kaffee und Kuchen angeboten. Über weitere Öffnungen von Kirchen in der Ev. Gesamtkirchengemeinde Region Pritzwalk informieren Sie sich bitte über unsere Homepage und die Schaukästen vor Ort.

Gottesdienst in Rapshagen

Sonntag, 8. September, 14 Uhr, Kirche Rapshagen

Einmal im Jahr wird ein besonderer Gottesdienst in der Dorfkirche Rapshagen gefeiert. Anschließend sind alle zur Kaffeetafel eingeladen. Wir freuen uns über alle, die etwas zur Kaffeetafel beitragen mögen.

Info-Abend Konfirmandenunterricht

Donnerstag, 12. September, 19.00 Uhr, Gemeindesaal Grünstr. 25

Nach den Sommerferien beginnt ein neuer Konfirmandenkurs. Alle Jugendlichen, die nach den Sommerferien in die 7. Klasse kommen, sind herzlich eingeladen.

Der Unterricht dauert knapp zwei Jahre und endet mit der Konfirmation.

Um die Inhalte des Konfirmandenkurses vorzustellen, lade ich ein zum Info-Abend für Eltern und Jugendliche am 12. September um 19 Uhr. Die Jugendlichen, die Mitglieder der Gesamtkirchengemeinde sind, werden noch vor den Sommerferien angeschrieben. Alle, die keinen Brief erhalten haben, aber gerne am Unterricht teilnehmen möchten, können sich gerne bei mir melden:

Tel. 03395 - 700938; holger.frehoff@gemeinsam.ekbo.de

Pfr. Holger Frehoff

Gottesdienst zum Dorffest in Steffenshagen

Samstag, 14. September, 13.30 Uhr

Ein Dorf- und Straßenfest feiern die Steffenshagener am 14. September. Es beginnt mit einem Gottesdienst mit Pfarrerin Susanne Michels. Anschließend wird mit vielen Veranstaltungen, Speis und Trank gefeiert.

Kirchenfest in Preddöhl

Samstag, 14. September, 14 Uhr

Die Kirchengemeinde Preddöhl feiert wieder ein Gemeindefest, zu dem alle eingeladen sind. Es beginnt mit einem Gottesdienst mit Pfr. Holger Frehoff in der Kirche. Danach werden Kaffee, Kuchen, Herzhaftes und verschiedene Aktionen angeboten. Abends veranstaltet der Club Preddöhl eine Disco.

Goldene Konfirmation in Groß Pankow

Sonntag, 15. September, 14 Uhr, Kirche Groß Pankow

In der Kirche Groß Pankow wird Goldene Konfirmation gefeiert. Danach sind alle zur Kaffeetafel in der Kirche eingeladen.

Ökumenische FriedensDekade

10. - 20. November,

Taufkapelle St. Nikolaikirche Pritzwalk

Die diesjährige FriedensDekade steht unter dem Thema „Erzähl mir vom Frieden.“ Über das Programm zur FriedensDekade in Pritzwalk informieren Sie sich bitte über die Homepage der Gesamtkirchengemeinde und die Schaukästen.

Leib und Seele

Willst du immer weiter schweifen?
Sieh, das Gute liegt so nah,
Lerne nur das Glück ergreifen,
Denn das Glück ist immer da.
(J.W.Goethe)

Freudvoll und leidvoll,
gedankenvoll sein,
Langen und bangen in schwebender Pein,
Himmelhoch jauchzend,
zum Tode betrübt,
glücklich allein ist die Seele, die liebt. (J.W.Goethe)

Ein Blatt aus sommerlichen Tagen,
Ich nahm es so im Wandern mit,
Auf dass es einst mir möge sagen,
Wie laut die Nachtigall geschlagen,
Wie grün der Wald, den ich durchschritt. (Theodor Storm)

Gesundheit fällt nicht vom Himmel. Dafür muss man etwas tun. Das verlangt ein entsprechendes Leben. Doch die meisten bewegen sich zu wenig, essen falsch, trinken Alkohol, rauchen, schlafen zu wenig und sind gestresst.

D.h.: Ernährung, Bewegung und Denken heilen! Nährstoffe sind wichtig für die Heilung, also Verzicht auf leere Kohlenhydrate(KH), wie Brot, Nudeln, Pizza, Kuchen, Eis, Süßigkeiten. Zucker ist nicht artgerecht! Die Selbstheilungskräfte aktivieren! d.h.: Normalgewicht, Versorgung mit essenziellen Nährstoffen, reichlich Gemüse, Proteine, körperliche Anstrengung, ausreichend Schlaf, kurze Stress- Phasen und Entspannung im Wechsel, kein Alkohol und Nikotin. Proteine in Form von Biorindfleisch- oder Lamm, Biogeflügel, Wild, Fisch, Bioeier. Ausreichend Wasser trinken, das ist wichtig für Sehnen und Bänder. Auch Salzen wird empfohlen, der Natriumspiegel sollte stimmen! Übergewicht schädigt!!! Viele Krankheiten an Knochen, Muskeln, Gelenken gehen mit Entzündungen einher. Diese heilen durch **NoCarb**, Omega3 und Sport!

NoCarb bedeutet: kein Brot, Teigwaren, Nudeln, Pizza, Reis, Süßigkeiten sowie überzünftet Obst wie Mango, Ananas und Banane. Der Darm braucht für seine Gesundheit vor allem Gemüse. Die Darmgesundheit hängt vom Mikrobiom ab, unsere Darmflora. Falsche Ernährung und eine häufige Einnahme von Antibiotika schädigen die Darmflora. Hier hilft gesundes Gemüse und **Probiotika**. Konservierungsmittel und Fertigprodukte schaden dem Darm. Um richtig abnehmen zu können muss der Grundumsatz durch Sport und Ausdauer gesteigert werden.

Gesundes Gewebe bildet sich dank Proteinen, Mineralstoffen und Vitaminen. Achten Sie auf ihre Eisenwerte, B12, B6, Vitamin E, D, K, A sowie D, C, und Zink. Außerdem wichtig ist Magnesium Folsäure, Kupfer, Mangan, Chrom, Selen, Kalzium sowie verzweigt-kettige Aminosäuren kurz BCAAs. Lassen Sie ihren Testosteronspiegel bestimmen auch Homocystein, schlechte Werte machen krank.

Auch eine gesunde Schilddrüse ist wichtig. Coenzym Q 10 liefert Energie. Verzicht
ten Sie auf Fructose (in Fertiggerichten, Sirup, Süßwaren). Heilend wirkt: Vitamin C
und Omega3.

Langes Sitzen verkürzt die Muskulatur, diese neigt zu Verkrampfungen! Schonhal-
tungen verschlimmern Arthrosen. Hohe Blutzuckerspiegel lässt Knorpelzellen ab-
sterben. Dehnungs- und Entspannungsübungen sind gut für den Körper.

Bewegung ist das Wichtigste. Sie sich ebenfalls vor Übersäuerung! Blut pH-Wert
beachten.

Empfehlungen: intermittierendes Fasten repariert Körperzellen und lässt Repara-
turmechanismen anspringen.

Vorschlag für Nahrungsmittel: Molke ist ein bewährtes Hausmittel oder Butter-
milch, Muskeln brauchen auch Taurin (Krustentiere, Oktopus, Meeresalgen, Hüh-
ner- Putenfleisch, Rindfleisch), Kurkuma wirkt entzündungshemmend, gesund sind
ebenfalls: rote Äpfel, Ingwer, Sauerkraut, Honig, Tofu, Oliven, Walnüsse, Avocado,
Haferflocken und Hafermilch. **Bewegung ist Medizin!!!**

Bleiben bzw. werden Sie gesund.

Ihre Irmhild Krüger

Veranstaltungen im Überblick

Konzert Warener Posaunenchor	26. Juli, 19.00 Uhr, Kirche Schönhagen
Skat- und Romméabend	30. August, 19.00 Uhr, EKIDZ MiteinanderRaum
Offene St. Nikolaikirche zum Pritzwalker Herbstleuchten	6. September, St. Nikolaikirche
Einschulungsgottesdienst Ev. Stephanus-Grundschule Prignitz	7. September, 9.30 Uhr St. Nikolaikirche
Tag des Offenen Denkmals	8. September, offene Kirchen u.a. in Pritzwalk und Beveringen
Gottesdienst in Rapshagen und Kaffeetafel	8. September, 14.00 Uhr, Kirche Rapshagen
Info-Abend Konfirmandenunterricht	12. September, 19.00 Uhr, Grünstr. 25 Pritzwalk
Ehrenamtsbörse	13. September, 15.30 - 18.30 Uhr, Turnhalle Rochow-Schule
Gottesdienst zum Dorffest Steffenshagen	14. September, 13.30 Uhr, Steffenshagen
Kirchenfest Preddöhl	14. September, ab 14.00 Uhr, in und um Kirche Preddöhl
Goldenen Konfirmation Groß Pankow	15. September, 14.00 Uhr, Kirche Groß Pankow
Konzert Gitarrenduo Gogoll & Schomaker	20. September, 18.30 Uhr, Taufkapelle St. Nikolaikirche
Gottesdienst mit Groß und Klein und Sonntagsbrunch	22. September, 11.00 Uhr, St. Niko- laikirche und EKIDZ MiteinanderRaum
Konzert Sophia Körber und Christian Reishaus	12. Oktober, 19.00 Uhr, St. Nikolaikirche Pritzwalk

**Besonderer Gottesdienst
zum Reformationstag**

31. Oktober, 17.00 Uhr,
St. Nikolaikirche Pritzwalk

FriedensDekade

10. - 20. November,
Taufkapelle St. Nikolaikirche

**Gedenkveranstaltungen
zum Volkstrauertag**

17. Nov., 10 Uhr Friedhof Pritzwalk,
11 Uhr Falkenhagen

**Abschlussgottesdienst FriedensDekade
Buß- und Bettag mit Agape-Mahl**

20. November, 19.00 Uhr,
Taufkapelle S.t Nikolaikirche

Regelmäßige Veranstaltungen

Wöchentlich:

Montag	19.00 Uhr	„Blau Kreuz“ Gruppe , Grünstr. 25 <i>Kontakt: Burkhard Kreuzer, Tel. 01515 3316658</i>
Mittwoch	9.30 Uhr	Frühstückskreis , Kirchstr. 1
Donnerstag	15 - 17 Uhr	Café-Nachmittag , EKIDZ MiteinanderRaum
Freitag	15 - 17 Uhr	Café-Nachmittag , EKIDZ MiteinanderRaum
Freitag	19.00 Uhr	Bläserprobe , GKZ Falkenhagen

Monatlich:

Letzter Mittwoch des Monats:	15.00 Uhr	Frauen-Männer-Treff , Grünstr. 25
Letzter Donnerstag des Monats:	17 - 19 Uhr	Reparatur-Café
Zweiter Freitag des Monats:	14.30 Uhr	Frauenhilfe Groß Pankow

Geburtstagsgratulation



**Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat;
wir wollen jubeln und uns an ihm freuen.** (Psalm 118,24)
Wir gratulieren herzlich allen Gemeindegliedern, die in den
Monaten Juli bis November 2024 ihren Geburtstag feiern
und wünschen Ihnen herzlich Gottes Segen für das neue
Lebensjahr.
Ihre Ev. Gesamtkirchengemeinde Region Pritzwalk.

Gottesdiensttermine und -orte

Sonntag, 21. Juli: 8. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk

Sonntag, 28. Juli: 9. Sonntag nach Trinitatis
Kein Gottesdienst in der Gesamtgemeinde.

Sonntag, 4. August: 10. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk

Sonntag, 11. August: 11. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk

Sonntag, 18. August: 12. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk
11.00 Uhr Preddöhl

Sonntag, 25. August: 13. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk
11.00 Uhr Kuhsdorf

Sonntag, 1. September: 14. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk mit Abendmahl

Sonntag, 8. September: 15. Sonntag nach Trinitatis; Tag des offenen Denkmals
9.30 Uhr Pritzwalk
14.00 Uhr Rapshagen, anschließend Kaffeetafel

Samstag, 14. September:
13.30 Uhr Gottesdienst Eröffnung Dorffest Steffenshagen
14.00 Uhr Gottesdienst Eröffnung Kirchenfest Preddöhl

Sonntag, 15. September: 16. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk
14.00 Uhr Groß Pankow mit Goldener Konfirmation, anschließend Kaffeetafel

Sonntag, 22. September: 17. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Giesensdorf mit Erntedank
11.00 Uhr Pritzwalk Gottesdienst für Groß und Klein mit dem EKIDZ, Brunch

Sonntag, 29. September: 18. Sonntag nach Trinitatis
9.30 Uhr Pritzwalk

Sonntag, 6. Oktober: 19. Sonntag nach Trinitatis

9.30 Uhr Pritzwalk mit Erntedank und Abendmahl

9.30 Uhr Kuhsdorf mit Erntedank und Abendmahl

11.00 Uhr Falkenhagen mit Erntedank und Abendmahl

14.00 Uhr Schönhagen mit Erntedank und Abendmahl

Sonntag, 13. Oktober: 20. Sonntag nach Trinitatis

9.30 Uhr Pritzwalk

11.00 Uhr Beveringen mit Erntedank und Abendmahl

Sonntag, 20. Oktober: 21. Sonntag nach Trinitatis

9.30 Uhr Pritzwalk

11.00 Uhr Groß Pankow

Sonntag, 27. Oktober: 22. Sonntag nach Trinitatis

9.30 Uhr Pritzwalk

Donnerstag, 31. Oktober: Reformationstag

17.00 Uhr Pritzwalk, Gottesdienst in besonderer Form

Sonntag, 3. November: 23. Sonntag nach Trinitatis

9.30 Uhr Pritzwalk

Sonntag, 10. November: Drittletzter Sonntag des Kirchenjahres

9.30 Uhr Pritzwalk Eröffnung der FriedensDekade

11.00 Uhr Kuhsdorf

Sonntag, 17. November: Volkstrauertag

9.30 Uhr Giesensdorf

10.00 Uhr Pritzwalk auf dem Friedhof

11.00 Uhr Falkenhagen Kranzniederlegung

Mittwoch, 20. November: Buß- und Betttag

19.00 Uhr Pritzwalk Abschluss der FriedensDekade mit Agape-Mahl

Sonntag, 24. November: Ewigkeitssonntag

9.30 Uhr Pritzwalk mit Erinnerung an die Verstorbenen

11.00 Uhr Groß Pankow mit Erinnerung an die Verstorbenen

14.00 Uhr Falkenhagen mit Erinnerung an die Verstorbenen und Abendmahl

Kontakte

Gemeindebüro:

Grünstraße 49, 16928 Pritzwalk
Tel. 03395 302240, Fax 03395 700988
Mail: gb-pritzwalk@kirchenkreis-prignitz.de

Öffnungszeiten:

Dienstag: 10 - 13 Uhr
Mittwoch: 10 - 13 Uhr
Donnerstag: 10 - 17 Uhr

Pfarramt: Susanne Michels und Holger Frehoff

Grünstraße 25, 16928 Pritzwalk
Tel. 03395 700938
s.michels@kirchenkreis-prignitz.de
h.frehoff@kirchenkreis-prignitz.de

Kirchenmusik: Kantor Christian Reishaus

Grünstraße 26, 16928 Pritzwalk
Tel. 01523 4258562
c.reishaus@kirchenkreis-prignitz.de

Herausgeber:

Ev. Gesamtkirchengemeinde Region Pritzwalk

Redaktionsteam Gemeindebrief:

Holger Frehoff, Irmhild Krüger, Claudia Langerwisch, Käthe Rädel,
Christian Reishaus, Petra Telschow

Bankverbindung:

KKVerband Prignitz-Havelland-Ruppin
Sparkasse Prignitz
IBAN: DE73 1605 0101 1411 0005 24
BIC: WELADED1PRP

Homepage:

www.kirche-region-pritzwalk.de

