

Warum nicht?



Zugegeben: In ein vierzigtägiges Trainingscamp einzusteigen, das klingt nur mäßig begeistert, das erfordert einen herzhaften Entschluss, noch dazu, wenn die Frühlingsmüdigkeit für alle möglichen Ausreden herhalten könnte.

Immerhin steht ein Update bereit. Also: in den Ruhezustand fahren und alle gewohnten Anwendungen schließen. Das gibt die Chance zu einer aktuellen Version meiner selbst – dieser Vorgang kann allerdings 40 Tage dauern – es gilt also, die Langsamkeit zu entdecken. Der Lehrplan Jesu für diese Zeit leitet zum Löschen von blockierendem Müll an und aktiviert das Immunsystem gegenüber tödlichen Viren, die da sind: Bequemlichkeit, Vorurteile, Geschäftigkeit, Lärm aller Art, kurz alles, was den Lebensfluss hemmt, was matt und unbeweglich und das Gesicht finster macht.

*Sr. Esther Ganhör
ehrenamtliche Mitarbeiterin der
Katholischen Kirche in der
Linzer Innenstadt*

Leichter Essen

In diesen Linzer Gastronomiebetrieben werden Sie in der Fastenzeit 26. Februar bis 11. April 2020 täglich mit einer besonderen Fastenspeise verwöhnt.

Agathon, Kapuzinerstr. 46,
T: 771169, www.agathon-restaurant.at

Ayam Zaman, Landstr. 32,
T: 778970, www.ayam-zaman.com

Das gelbe Krokodil, Dametzstr. 30,
T: 784182, www.krokodil.at

Elpaso Restaurant, OK Platz 1a,
T: 772256, www.elpaso-linz.at

Gasthaus Keferfeld, Landwiedstr. 65,
T: 919955, www.gasthaus-keferfeld.at

Gasthof Lüftner, Klausenbachstr. 18,
T: 750166, www.gh-lueftner.at

Goldene Pagode, A.-Stifter-Platz 2,
T: 771031, www.goldenepagode.at

Kolping Restaurant, Gesellenhausstr. 5,
T: 661690, www.hotel-kolping.at

Jindrak „Pikant“, Herrenstr. 22-24,
T: 779258, www.linzertorte.at

Meeresbuffet Goldküste
- in der Lentia City, Blütenstr. 15, T: 732636
- Südbahnhof, Marktplatz 27, T: 601613,
www.goldküste.at

my Indigo, Promenade 25 (Prom. Galerie)
T: 299801, www.myindigo.com

park inn, Hessenplatz 16-18,
T: 777100-0, www.parkinn.com

Paul's küche.bar.greisslerei,
Herrenstr. 36, T: 783338, www.pauls-linz.at

Pianino, Landstr. 13,
T: 944080, www.pianino.at

Pöstlingberg-Schlössl, Am Pöstlingb. 14
T: 716633, www.poestlingbergschloessl.at

Promenadenhof, Promenade 39,
T: 777661, www.promenadenhof.at

Restaurant Landhof, Pummererstr. 4a,
T: 779832, www.restaurant-landhof.at

Restaurant Panda Wok, Pfarrplatz 11,
T: 788787, www.pandawok.at

Restaurant Seidlgart 1, Merianweg 53,
T: 0664 73184443, www.seidlgartl.at

Restaurant Trevi, Gesellenhausstr. 5,
T: 661690-518, www.restauranttrevi.at

Ristorante Pizzeria Casa Corrado,
Hauptstr. 1 (Neues Rathaus), T: 700206,
www.casa-corrado.at

Thalia Café, Landstr. 41,
T: 793454, www.suppart.at

Trattoria La Strada, Neubauzeile 65,
T: 997065, www.la-strada-linz.at

Mit freundlicher Unterstützung von



FASTENZEIT 26.2. - 11.4. 2020

Leichter Leben



Besondere Angebote von
Gastronomiebetrieben und
spirituelle Quellen
zur Fastenzeit
in der Linzer Innenstadt



Spirituelle Angebote in der Fastenzeit in der Linzer Innenstadt

MARIENDOM - Domplatz
www.mariendom.at



Mittagsgebet in der Krypta

„Innehalten in der Mitte des Tages“

Do 27. Februar, 5., 12., 19., 26. März, 2. und 9. April 2020 - je 12:15 - 12:35 Uhr

Glaubensabende im Pfarrsaal

Di 3., 17. und 31. März, 19:30 - 22:00 Uhr.

Leitung: Dompfarrer Maximilian Strasser

Anmeldung: 0732 777885-0 (Pfarrbüro)

Abendmeditation

Start: Turmportal, Baumbachstr.

Do 5., 12., 19., 26. März und 2. April 2020, 19:30 bis ca. 20:15 Uhr

Morgenmeditation

Turmportal, Baumbachstr.

Di 17. März 2020, 6:15 bis ca. 7:00 Uhr

Treffpunkt Turmportal Baumbachstraße

Bußfeier in der Krypta

Fr 27. März 2020, 17:00 Uhr

Gebet in der Nacht in der Krypta

Do 9. April 2020, 21:00 - 22:00 Uhr (Gründonnerstag)

IGNATIUSKIRCHE - ALTER DOM
Domgasse
www.ignatiuskirche-linz.at

Geistlicher Abend

Stille Anbetung, anschl. Eucharistiefeier (mit einem geistlichen Impuls)

Leitung: P: Peter Gangl SJ und Team

Do 27. Februar, 5., 12., 19., 26. März und 2. April, je 18:30 Uhr



URSULINENKIRCHE - Landstraße 31
www.ursulinenkirche.at

Aschermittwoch mit Kunst

Mi 26. Februar 2020, 20:00 Uhr

Gottesdienst mit Aschenkreuz - anschließend Eröffnung „Kunst in der Krypta - memento mori“

Kunst in der Krypta - Memento Mori

in der ganzen Fastenzeit

Öffnungszeiten: Do und Fr

16:00-20:00 + So ca. 21:00 Uhr.

Künstlerin: Regula Dettwiler

Kuratorin: M. Gelsing.

Gespräch mit der Künstlerin:

Do 5. März 2020, 18:00 Uhr

Concert Spirituel

Fr 10. April 2020, 15:00 Uhr

(Karfreitag)

Alessandro Scarlatti: Stabat Mater (1724) f.

Sopran, Alt, Streicher u. Basso continuo

Ensemble „la passione“ - Solisten und

Instrumentalisten der Anton Bruckner

Privatuniversität

Leitung: Christian Schmidbauer



SALVATORIANERINNEN - Harrachstr. 5a
www.salvatorianerinnen.at

Frühstück mit Jesus –

gibt Kraft für den Tag

5., 19., 26. März, 2. April 2020

6:45 Uhr Meditativer

Tagesbeginn

7:15 Uhr gemeinsames

Frühstück

Anmeldung Sr. Maria

Schlackl SDS,

Mobil: 0664 9369 512



URBI@ORBI - Bethlehemstraße 1a
www.urbiorbi.at

Morgenmeditation

jeden Mittwoch

7:00-7:30 Uhr

anschließend

einfaches Frühstück

Jakobsweg ohne Geld

Vortrag mit Johannes Seidl,

Di. 17. März, 18:30 Uhr

Fastenzeit und Ostern in Italien

Italienisch Konversation.

Do. 9. April 2020, 14 -15 Uhr

Dem eigenen Wesen auf der Spur

Gründonnerstag mit einer

Geschichte aus der Bibel

Do. 9. April 2020, 18:30 Uhr



SEIEN SIE UNSER GAST

> Sie möchten mit

jemanden plaudern?

> Sie wollen in Ruhe Zeitung lesen oder

Kaffee/Tee trinken?

> Sie wünschen ein Gespräch über das,

was Sie gerade bewegt?

Dann sind Sie bei uns richtig.

Wir sind Dienstag bis Freitag,

von 10:00 bis 18:00 Uhr

für Sie da.

Wir freuen uns

auf Ihren Besuch.

HAUS DER FRAU - Volksgartenstr. 18
www.hausderfrau.at

Professionell begleitetes Basenfasten im Alltag

Gemeinsam fasten wir 10 Tage lang.

Mi 4., 11., 18. und 25. März 2020,

18:30-20:00 Uhr

Leitung: Nina Patter

Kosten: 135 Euro - Anmeldung: Tel: (0732)

667026, E-mail: hdf@dioezese-linz.at



Leichtigkeit mit Ernährung

Intuitiv essen -

genussreich leben.

Workshop mit Übungen,

Meditation, Austausch

Termin: Fr 20. März 2020,

16:00-19:30 Uhr

Leitung: Karin Ferentinos

Kosten: 26 Euro - Anmeldung:

Tel: (0732) 667026, Email:

hdf@dioezese-linz.at

Aktion „Autofasten“

AutofasterInnen schonen nicht nur die Umwelt und kommen heilsam in Bewegung, sondern können auch tolle Preise gewinnen.

www.autofasten.at

Aktion „Fleischfasten“

Die Initiative „Gerecht leben – Fleisch fasten“ greift die Tradition des Verzichts auf Fleisch in der Fastenzeit wieder auf. Sie versteht sich auch als Zeichen für die Würde aller Menschen und ist ein Beitrag zum Schutz der Schöpfung.

www.fleischfasten.at