

Kontakt:

Mag. Julia Focke-Tengler

Gemeindereferentin

0699 188 78 481

julia.focke-tengler@linz-evang.at

Sprechzeiten: nach Vereinbarung

Pfarrerin Svenja Sasse 0699 188 77 470

svenja.sasse@linz-evang.at



Evangelische Pfarrgemeinde A.B.

Linz – Innere Stadt

Martin-Luther-Platz 2 | 4020 Linz

Impressum: Herausgegeben von der Evangelischen Pfarrgemeinde A.B. / Linz Innere Stadt, Martin Luther Platz 2, 4020 Linz. Für die inhaltliche und redaktionelle Gestaltung verantwortlich: Mag. Julia Focke-Tengler, Gemeindereferentin.

Herbst / Winter

**25
/
26**

NEUST

Semesterprogramm

Hallo und Hereinspaziert

Unsere Tür steht offen und wir freuen uns auf neue und bekannte Gesichter.

Ein abwechslungsreiches Programm erwartet Sie.

Ein Oktoberfest im September ist nicht nur in München üblich, sondern auch heuer bei uns in der Pfarrgemeinde. Am 18. September haben Sie die Möglichkeit beim Dosenschießen in gemütlicher Atmosphäre Weißwürste, Leberkäse und vieles mehr zu genießen.

Unser Motto: „Einfach kommen und dabei sein“

Beim Durchblättern des Programms finden Sie sicherlich noch weitere Veranstaltungen und Kreise, die Sie interessieren. Wir freuen uns auf Sie.

Weitere Informationen gibt es auch gerne bei Julia Focke-Tengler 0699 188 78 481.

Wir bemühen uns, alle Angebote programmgemäß durchzuführen. Aufgrund unvorhersehbarer Ereignisse können sich leider immer kurzfristig Änderungen ergeben. Diese entnehmen Sie bitte unserem Schaukasten vor der Pfarrgemeinde, der Pinnwand im Untergeschoß des Gemeindezentrums bzw. der Homepage www.linz-evang.at. Wir bitten um Verständnis.

Wir weisen darauf hin, dass Sie an allen Veranstaltungen auf Ihr eigenes Risiko, auf eigene Gefahr und auf eigene Verantwortung teilnehmen. Wir übernehmen keinerlei Haftung für Verluste, Unfälle, Diebstähle oder sonstige Schäden.

Veranstaltungen mit verbindlicher Anmeldung: Bitte Ihren Namen in die ausgehängte Liste im Clubraum eintragen oder direkt bei Mag. Julia Focke-Tengler bekannt geben.

Bei jeder Veranstaltung sind die zu diesem Zeitpunkt geltenden Sicherheits- und Hygienemaßnahmen einzuhalten.

VERANSTALTUNGSORT

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angegeben, im Gemeindezentrum der Evangelischen Pfarrgemeinde A.B. Linz Innere-Stadt, Martin-Luther-Platz 2, 4020 Linz statt.

BEGRIFFSERKLÄRUNG

MLK – Martin-Luther-Kirche, Martin-Luther-Platz 1, 4020 Linz
GZ – Gemeindezentrum, Martin-Luther-Platz 2, 4020 Linz
CR - Clubraum, Gemeindezentrum, Martin-Luther-Platz 2
VS - Vortragssaal, Gemeindezentrum, Martin-Luther-Platz 2
YouZ - Zentrum der Begegnung, Südtirolerstraße 7, Hofhaus

FOTOS

Bei unseren Veranstaltungen werden Fotos gemacht, welche in verschiedenen Medien veröffentlicht werden. Mit Ihrer Teilnahme an unseren Veranstaltungen willigen Sie in die unentgeltliche Veröffentlichung ein, und zwar ohne dass es einer ausdrücklichen Erklärung der betreffenden Personen bedarf. Sollten Sie nicht einverstanden sein, bitten wir um umgehende Benachrichtigung.

VERANSTALTUNGEN IM NEST

Beginn: 14.30 Uhr, Clubraum

Unsere Veranstaltungen im NEST stehen allen Interessierten offen. Im Vordergrund stehen Gemeinschaft, Geselligkeit, sich wohlfühlen und willkommen sein. In gemütlicher Atmosphäre – bei Kaffee und Kuchen – stehen Information und Wissenswertes zu einzelnen Themengebieten, musikalische Vorträge, Lesungen, Reiseberichte, literarische Nachmittage, Feiern der kirchlichen Feste uvm. auf unserem Programm. Teilnahme ohne Voranmeldung jederzeit möglich. Sie sind herzlich willkommen.



Grias eich, Madln und Buam!

Mit einem zünftigen Oktoberfest bei Weißwurst und Brezen starten wir in den Herbst.

Donnerstag, 18. September 2025
14.30 Uhr Clubraum

Trachtengewand
erlaubt

Kemmt´s vorbei und feiert´s mit uns und bringt´s gute Laune mit!

VERANSTALTUNGEN IM NEST

Beginn: 14.30 Uhr, Clubraum

Ökumenischer Gottesdienst

Herzliche Einladung zu einem gemeinsamen Gottesdienst mit der Dompfarre in der Martin-Luther-Kirche. Pfarrerin Svenja Sasse, Diakon Alexander Niederwimmer und Team gestalten den Gottesdienst.

Anschließend laden wir zu einer gemeinsamen Agape ein.



**Dienstag, 21. Oktober 2025,
14.30 Uhr MLK**

Anschließend gibt es die Möglichkeit die **Orgelvesper** um **17.15 Uhr** zu besuchen.

Gesundheit und Vorsorge im Alter

Einschränkungen nehmen mit höherem Lebensalter nehmen ganz automatisch zu. Durch eine bewusste Lebensführung ist es heute möglich, lange Zeit aktiv, gesund und damit auch selbstbestimmt zu bleiben und Erkrankungen aktiv zu begegnen.

Welche Faktoren, u.a. welche Impfungen, das körperliche Wohlbefinden beeinflussen können und aktuelle Tipps für den Alltag verrät uns Dr. Walter Prieschl.



**Dienstag, 18. November 2025
14.30 Uhr, Clubraum**

WAS GIBT ES SONST NOCH?

STURZPRÄVENTION mit Mag. Harald JANSENBERGER



mittwochs, 9.45 Uhr, Vortragssaal

Unter Sturzprävention versteht man Maßnahmen, die das Ziel haben, Stürze zu verhindern.

Durch gezielte präventive Übungen und Maßnahmen wird die Muskelkraft, das Gefühl beim Stehen und Gehen erhöht und sorgt für mehr Beweglichkeit und Selbständigkeit und beugt so Problemen im Alltag vor. Daher ist ein Großteil schweren Verletzungen durch Stürze nachweislich vermeidbar.

Einstieg ist jederzeit möglich!

- 1. & 8. & 15. & 22. Oktober**
- 5. & 12. & 19. & 26. November**
- 3. & 10. & 17. Dezember**
- 7. & 14. & 21. & 28. Jänner 2026**
- 4. & 11. & 25. Februar 2026**

WER MÖCHTE GERNE MITARBEITEN?

Ihr Engagement ist herzlich willkommen und sehr wertvoll!

Wir suchen Personen, die uns im NEST unterstützen.

Sie möchten gern ein Teil unserer Gemeinschaft werden, ob als BesucherIn oder auch gerne als MitgestalterIn, dann melden Sie sich bitte bei Julia Focke-Tengler, 0699 188 78 481

WAS GIBT ES SONST NOCH?

Mittwochrunde

Geselliges Beisammensein am Mittwoch mit Ute Pock



Ab ca. 13.30 Uhr gibt es wöchentlich im Clubraum der Pfarrgemeinde Kaffee & Kuchen und es kann dabei gespielt, gehandelt, gebastelt und geplaudert werden. Erinnerungen werden hier ebenso ausgetauscht wie Neuigkeiten und vieles mehr.

Jede/r ist herzlich dazu eingeladen und kann ohne Voranmeldung vorbeikommen.

Clubraum



Bibelrunde

**donnerstags,
von 16 - 17 Uhr, Clubraum**



Zur Bibelrunde sind alle herzlich eingeladen, die sich gemeinsam intensiv mit biblischen Texten beschäftigen wollen.

Wir freuen uns über ALLE, die mitlesen, mitdiskutieren oder auch nur zuhören wollen!

Beginn: 11. September 2025

VERANSTALTUNGEN IM NEST

Beginn: 14.30 Uhr, Clubraum

NEST Adventfeier

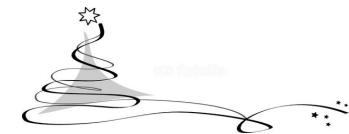


Beginn in der Martin-Luther-Kirche mit einer gemeinsamen Feier!

Anschließend genießen wir bei Kaffee, Stollen und selbstgebackenen Keksen die vorweihnachtliche Atmosphäre.



**Donnerstag, 11. Dezember 2025,
14.30 Uhr MLK & Clubraum**



Punschtrinken

Wer Lust und Zeit auf einen Punsch in gemütlicher Runde hat, der ist da genau richtig.



Treffpunkt direkt am Adventmarkt
am Domplatz

Dienstag, 16. Dezember 2025, 14 Uhr

VERANSTALTUNGEN IM NEST

Beginn: 14.30 Uhr, Clubraum

Filmnachmittag

Herzliche Einladung zu einem gemütlichen Zusammensein.



Donnerstag, 22. Jänner 2026
14.30 Uhr



Es sind genug Sitzplätze vorhanden
Kommt vorbei!

Fröhliches Beisammensein zum Fasching



Egal ob verkleidet oder nicht, dabei sein ist lustig!

Christoph, Svenja & Julia freuen
sich auf dich/Sie.

Dienstag, 10. Februar 2026,
14.30 Uhr



WAS GIBT ES SONST NOCH?

Life Kinetik

mit Mag. Barbara ETZINGER-STURM



Life Kinetik® ist ein Training, mit dem Sie durch Bewegung, in Verbindung mit Spaß und Freude, Ihre geistige und körperliche Leistungsfähigkeit in vielen Lebensbereichen verbessern können.

Es passt für jede Altersgruppe und setzt keine Vorkenntnisse voraus.

mittwochs, 11.00 Uhr, Vortragssaal

17. & 24. September

1. & 8. & 15. & 22. Oktober

5. & 12. & 19. & 26. November

3. + 10. & 17. Dezember

7. & 14. & 21. & 28. Jänner 2026

4. & 11. & 25. Februar 2026



Nähere Details & Informationen direkt bei Frau Etzinger-Sturm
0664/8232768

WAS GIBT ES SONST NOCH?

SelbA- TRAINING

Trainerin: Elfriede RAFFEZEDER



montags, 10.00 – 11.30, Clubraum

SelbA (Selbständig im Alter) ist ein ganzheitliches Trainingsangebot für Menschen 55+ zur Erhaltung der Selbständigkeit im Alter. Ziel der gemeinsamen Aktivitäten ist es, die ganzheitliche, physische und psychische Gesundheit zu steigern, Schwung ins Leben zu bringen ganz nach dem Motto „Mit Lebensfreude älter werden“ und viel Spaß zu haben.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Jede/r kann mitmachen und jede/r wird profitieren! Interessierte für Schnupperstunden sind jederzeit herzlich willkommen.

Unkostenbeitrag: direkt vor Ort zu bezahlen

13. & 27. Oktober **12. & 26. Jänner 2026**
10. & 24. November **2. & 16. Februar 2026**
15. Dezember

WAS GIBT ES SONST NOCH?

CLUB Vital

mit Juliana HORN

**dienstags, 14.30 Uhr
im Clubraum**

Der Club Vital ist für alle Interessierten, die sich mit Freude geistig fit halten wollen. Das Gedächtnis wird spielerisch trainiert und Sie entdecken neue Möglichkeiten, Ihr Gehirn zu aktivieren und in Schwung zu halten. In angenehmer Atmosphäre kommt auch das gesellige Beisammensein nicht zu kurz.

Unkostenbeitrag: direkt vor Ort zu bezahlen

7. Oktober 2025

4. November 2025

2. Dezember 2025

13. Jänner 2026

3. Februar 2026



WAS GIBT ES SONST NOCH?

TANZ & Bewegung am Nachmittag

Beschwingte Stunden mit Susanne ASANGER

montags, 14.30 Uhr, Clubraum

Es darf getanzt werden:

Herzlich eingeladen sind ALLE, die Freude an Musik, Bewegung und Geselligkeit haben. Mit Tänzen aus aller Welt und Bewegungsspielen fördern wir nebenbei unsere Koordination, Ausdauer, geistige Flexibilität und Reaktion.

Auch das Kurzzeitgedächtnis wird trainiert.

Es ist keine tänzerische Vorerfahrung erforderlich, auch kein/e Tanzpartner/in.



6. & 20. Oktober

19 Jänner 2026

3. & 17. November

9. & 23. Februar 2026

1. & 15. Dezember

Terminkalender

Februar 2026

Mo, 2. Feb	SelbA Training
Di, 3. Feb	Club Vital
Mi, 4. Feb	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 5. Feb	Bibelrunde
Mo, 9. Feb	Tanzen
Di, 10. Feb	Faschingsnachmittag
Mi, 11. Feb	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 12. Feb	Bibelrunde
Sa, 14. Feb	Valentinstag
Mo, 16. Feb	SelbA Training
Mi, 18. Feb	Mittwochrunde
Mo, 23. Feb	Tanzen
Mi, 25. Feb	Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 26. Feb	Bibelrunde

Terminkalender

Jänner 2026

Mi, 7. Jän	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 8. Jän	Bibelrunde
Mo, 12. Jän	SelbA Training
Di, 13. Jän	Club Vital
Mi, 14. Jän	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 15. Jän	Bibelrunde
Mo, 19. Jän	Tanzen
Mi, 21. Jän	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 22. Jän	Filmnachmittag
Mo, 26. Jän	SelbA Training
Mi, 28. Jän	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 29. Jän	Bibelrunde

Terminkalender



September 2025

Mi, 3. Sept	Mittwochrunde
Mi, 10. Sept	Mittwochrunde
Do, 11. Sept	Beginn der Bibelrunde
Mi, 17. Sept	Mittwochrunde & Life Kinetik
Do, 18. Sept	OKTOBERFEST
Mi, 24. Sept	Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 25. Sept	Bibelrunde

Oktober 2025

Mi, 1. Okt	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 2. Okt	Bibelrunde
Mo, 6. Okt	Tanzen
Di, 7. Okt	Club Vital
Mi, 8. Okt	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 9. Okt	Bibelrunde
Mo, 13. Okt	SelbA Training
Mi, 15. Okt	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 16. Okt	Bibelrunde

Termink

Oktober 2025

Mo, 20. Okt	Tanzen
Di, 21. Okt	Ökumenischer Gottesdienst in der MLK
Mi, 22. Okt	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 23. Okt	Bibelrunde
Mo, 27. Okt	SelbA Training
Mi, 29. Okt	Mittwochrunde

November 2025

Mo, 3. Nov	Tanzen
Di, 4. Nov	Club Vital
Mi, 5. Nov	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 6. Nov	Bibelrund
Mo, 10. Nov	SelbA Training
Mi, 12. Nov	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 13. Nov	Bibelrunde
Mo, 17. Nov	NEST Ausschusssitzung & Tanzen
Di, 18. Nov	Gesundheit und Vorsorge im Alter
Mi, 19. Nov	Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 20. Nov	Bibelrunde

November 2025

Mo, 24. Nov	SelbA Training
Mi, 26. Nov	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 27. Nov	Bibelrunde

Dezember 2025

Mo, 1. Dez	Tanzen
Di, 2. Dez	Club Vital
Mi, 3. Dez	Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 4. Dez	Bibelrunde
Mi, 10. Dez	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 11. Dez	NEST-Adventfeier
Mo, 15. Dez	SelbA Training & Tanzen
Di, 16. Dez	Punschtrinken „Advent am Dom“
Mi, 17. Dez	Sturzprävention, Life Kinetik & Mittwochrunde
Do, 18. Dez	Bibelrunde