



pfarrbrief

Pfarrgemeinde Maria am Gestade | Innsbruck

Jahrgang 41 | Nr. 436 | April 2018



Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgekommen ist.
Wer von diesem Brot isst, wird in Ewigkeit leben.

Johannes 6,51

Wort des Dekans

Mehr als Worte sagt ein Lied, so heißt es.

Worte allein genügen nicht. Es braucht schon ein Lied, um die Herzen zu bewegen, um die Hoffnung einer Liebe, die die Nacht des Todes überwindet, in uns Tag, Licht werden zu lassen.

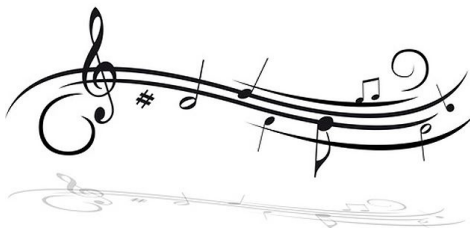
Die Feier der Osternacht, des Sieges Jesu über den Tod, lebt davon. Was wäre das, wenn beim Einzug der entzündeten Osterkerze das „Lumen Christi“, „Christus, das Licht“, nur gesprochen und nicht vielmehr, in der Tonhöhe ansteigend, hoffnungsvoll, hoffnungsvoller gesungen würde?

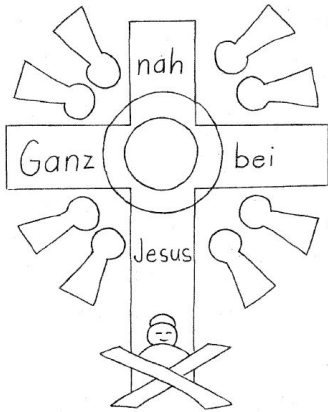
Was wäre das, wenn das Osterlob, das Exsultet, mit seinem althehrwürdigen Text nicht gesungen, sondern nur gesprochen würde?

Was wäre es, wenn nach den Tagen der Fastenzeit das Halleluja, das in dieser Zeit nicht zu hören ist, ab der Feier der Osternacht nur gesprochen, nicht gesungen, jubelnd gesungen würde? Das wäre wohl nichts anderes als nur ein fader Abgeschmack einer Hoffnung, von Zweifeln übermannt, den Blick nach rückwärts, in die Abgründe des Todes gerichtet und nicht aufwärts, in Sphären der Hoffnung und des Lichts.

Der Weg zum Halleluja ist ein Geschenk. Wenn wir ein österliches Halleluja singen, dann kann das das Herz bewegen, die Welt verzaubern, in einem anderen Licht sehen lassen.

Ich wünsche und erbitte uns allen immer wieder einen persönlichen Weg zu einem österlichen Lied, das die Hoffnung in unserem Leben stärkt. Worte allein genügen nicht.





Erstkommunion 2018

Erstkommunion

Ganz nah bei Jesus

Laurin	Elina	Alma
Raphael	Niklas	Kevin
Marie	Vincent	Jana
Christina	Elena	John
Hanna	Oskar	Linus
Andreas	Zoey	Aurel
	Nina	Anne

Sonntag, 8. April 2018

09:20 Uhr Einzug von der Volksschule zur Pfarrkirche
09:30 Uhr feierlicher Erstkommuniongottesdienst
musikalisch gestaltet von unserem Kinderchor



Die Erstkommunionkinder laden die Pfarrgemeinde herzlich dazu ein,
an diesem für sie ganz besonderen Fest teilzunehmen.

235. Wallfahrtsmesse

in unserer Wallfahrtskirche Mentlberg Maria auf der Gallwies

Sonntag, 15. April 2018

Der Rosenkranz
wird um 19:00 Uhr gebetet,
anschließend feiern wir
um 19:30 Eucharistie.

miteinander beten
miteinander singen
miteinander feiern



Heilige Messe

mit anschließendem Frühstück



Dienstag, 3. April 2018, 08:00 Uhr

Alle sind herzlich dazu eingeladen!

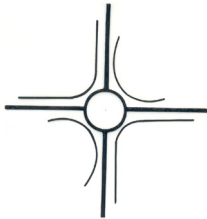
Eucharistische Anbetung

Jesus im Sakrament

Wir laden alle herzlich ein...

- ... zu einer Zeit der Ruhe und der Besinnung
- ... zu einer Zeit des Hinhörens und des Krafttankens
- ... zu einer Zeit des Dankes und der Bitte vor Gott

jeden Donnerstag von 18:00 - 18:30 Uhr



Vesper

mit Gott den Tag beschließen

Die Vesper ist das Abendgebet der katholischen Kirche. Weltweit werden die gleichen Psalmen gesungen und die gleichen Stellen aus der Heiligen Schrift gelesen.

**Montag, 9. April 2018 um 18:00 Uhr
in der Pfarrkirche Maria am Gestade**

Wir laden herzlich dazu ein, sich an diesem weltumspannenden Gebet zu beteiligen, aus dem Getriebe des Alltags auszuweichen und durch die rhythmischen Psalmgesänge zur Ruhe zu kommen.

Hoangertstubm

geselliger Nachmittag für alle Junggebliebenen



Einladung zur Hoangertstubm am

Mittwoch, den 18. April 2018

um 14.00 Uhr

im Pfarrsaal

Euer Hoangertstubmteam
freut sich schon wieder
auf euch und eure Freunde.

**INNS'
BRUCK**

Unterstützt von



Viele kleine Leute
in vielen kleinen Orten,
die viele kleine Dinge tun,
können das GESICHT DER WELT verändern.

Frauentreff

Theater

Am **Mittwoch, den 11. April, um 20:00 Uhr**
besuchen wir im **Treibhaus**
das Theaterstück nach Uli Brée

“Schwindelfrei, 13 Weibergschichten”

Bitte meldet euch bis spätestens 6. April
bei Angelika (0650-3640821) an.

Wir haben einen Spezialpreis von 15 Euro pro Karte.
Wir freuen uns auf einen hoffentlich
amüsanten Abend mit dem “Staatstheater”.

Euer Frauentreffteam





Familienmessen

Lasset die Kinder zu mir kommen!

Sonntag, 8. April 2018

um **09:30 Uhr**

Erstkommunion

musikalisch gestaltet von unserem Kinderchor



Jugendmesse

mit unserem Jugendchor

am Samstag, den 21. April 2018 um 18:30 Uhr



Stolperfallen?

Sicher wohnen!

Rund 40 % der Unfälle von Senioren ereignen sich in den eigenen vier Wänden. Deshalb ist es wichtig zu wissen, welche Maßnahmen notwendig sind, um Unfälle durch Stolperfallen zu Hause zu verhindern.

In einem Workshop durch das Kuratorium für Verkehrssicherheit wird ein lehrreiches und unterhaltsames Programm mit Tipps zur Verminderung von Stolperfallen, einfache Übungen zur Kräftigung und Verbesserung des Gleichgewichtes, Auseinandersetzung mit Stürzen im Alltag und unterwegs und Kennenlernen von Hilfsmitteln zur Erleichterung des Alltages, angeboten.

Ziel ist die Erhaltung bzw. Förderung einer eigenständigen Mobilität – Gefahrenbereiche erkennen und richtig einschätzen lernen – Erfahrungsaustausch – alltägliche Routinetätigkeiten sicherer und effizienter abzuwickeln.

Der Workshop findet statt am

Freitag, den 13. April 2018
von 16:00 bis 18:00 Uhr
in unserem Pfarrsaal



Da die Teilnehmerzahl beschränkt ist, wird um baldige Anmeldung im Pfarrbüro oder bei Johanna Ehrenberger Tel. 0664 342 70 22 gebeten.

Firmwochenende

Ein Bericht von Felix Kantner

Am Samstag, den 24. Feber, versammelten wir uns zum 5. Mal in der Pfarre, diesmal um ein tolles und erlebnisreiches Wochenende mit allen Firmlingen verbringen zu können.

Gleich nach unserer Ankunft wurden wir in zwei Gruppen eingeteilt, um uns den ersten Herausforderungen zu stellen.

Beide Gruppen (eine Koch- und eine Bastelgruppe) konnten ihre Aufgaben gut meistern: Die Bastelgruppe verantwortete sich für das schöne Altartuch für unseren Firmgottesdienst, für welches wir viel Geduld und Kreativität aufbrachten. Die Kochgruppe werkelte inzwischen in der Küche. Für unsere Mühen wurden wir später mit einem Mittagessen, welches die Kochgruppe vorbereitet hatte, belohnt.

Nachdem wir die selbstgemachten Wurstnudeln verspeist hatten, ging das Programm mit Sinnesstationen weiter. Diese waren in eine Geruchs-, eine Geschmacks-, eine Sehen-, eine Hören- und eine Glaubenstation aufgeteilt. Einige dieser Aufgaben sorgten für so manchen Lacher, andere, wie die Geschmacksstation, für ein verzerrtes Gesicht ...



Anschließend, nachdem die Firmlinge der Kochgruppe eine Pizza gebacken und wir diese gegessen hatten und die Bastelgruppe das Altartuch fertig gestaltet hatte, wurden wir von der Freiwilligen Feuerwehr Wilten höchstpersönlich mit ihren Einsatzfahrzeugen abgeholt. Auf der Wache durften wir ein Feuer löschen und beim Explodieren eines Benzinkanisters zuschauen, wobei wir immer noch nicht wissen, ob dies Absicht war oder nicht. 😊

Auch durften wir einen Teil des Dienstes der Feuerwehr beobachten, was für die gesamte Firmgruppe sehr aufregend war.



Wieder in der Pfarre angekommen, wurden wir im Pfarrsaal von einem Teelichterlabyrinth mit 400 (!) Kerzen überrascht, welches sehr besinnlich und entspannend war, es war ein sehr tolles und schönes Erlebnis!

So neigte sich der Tag dem Ende zu und nach und nach schliefen wir ein (die letzten erst gegen 3 Uhr); dies bereuten wir am nächsten Tag allerdings!

Am Sonntag in der Früh, als wir alle eigentlich noch Schlaf gebraucht hätten, wurden wir bereits um 8:00 Uhr geweckt, um das Frühstück, welches Steffi frisch organisiert hatte, einzunehmen. Anschließend feierten wir gemeinsam die Familienmesse.

Danach gab es noch ein weiteres Highlight: Wir durften eine Gipsmaske von unserem Gesicht anfertigen, was meiner Meinung nach das Beste des ganzen Wochenendes war.

Am Sonntag Mittag endete schon unser Firmwochenende mit vielen tollen Ereignissen und einer super Betreuung.



Danke an alle!

Gottesdienstordnung

April

SA 31. März

09:00

16:00

19:00

Karsamstag

Anbetung beim Heiligen Grab bis 15:00 Uhr

Ostern für Kinder

Osternachtliturgie

mit Feuersegnung, Osterlob, Wortgottesdienst,
Taufwasserweihe und Eucharistiefeier

Segnung der Osterspisen

Karl Enser / Jahrtag Karl Holzmann /

Jahrtag Franziska Mair

SONNTAG, 1. April 2018 | OSTERSONNTAG

09:30

Messfeier *für die Pfarrgemeinde*

18:30

Messfeier *5. Jahrtag Irma Kinzner*

MO 2. April

09:30

Ostermontag

Messfeier *in einem besonderen Anliegen*

DI 3. April

08:00

Dienstag der Osteroktav

Messfeier *in besonderer Meinung*

DO 5. April

18:00

Donnerstag der Osteroktav

Anbetung bis 18:30 Uhr

SA 7. April

18:00

18:30

Samstag der Osteroktav

Rosenkranz in der Pfarrkirche

Messfeier *Franz und Hanni Nuener /*

4. Jahrtag Franz Strobl /

Karolina und Otto Hörtnagl /

Elfriede Pfurtscheller

SONNTAG, 8. April 2018 | Weißer Sonntag / Erstkommunion

09:30

Messfeier *Verstorbene Angehörige der Familie Stotter /*

3. Jahrtag Astrid Leitner / 4. Jahrtag Josef Thomann

MO 9. April

18:00

Verkündigung des Herrn

Vesper

DI 10. April

08:00

Dienstag der 2. Osterwoche

Messfeier *in einem besonderen Anliegen*

DO 12. April

18:00

Donnerstag der 2. Osterwoche

Anbetung bis 18:30 Uhr

SA 14. April

18:00

18:30

Samstag der 2. Osterwoche

Rosenkranz in der Pfarrkirche

Messfeier *Josef und Anna Scheidle / Christl Stecher*

SONNTAG, 15. April 2018 | 3. Sonntag der Osterzeit

09:30

Messfeier *Engelbert Holzknicht / Pfarrgemeinde*

19:00

Rosenkranz in der Wallfahrtskirche

19:30

Wallfahrtsmesse *Verstorbene der Familien Strobl
und Tilliacher*

DI 17. April **Dienstag der 3. Osterwoche**
08:00 Messfeier *in einem besonderen Anliegen*

DO 19. April **Fest des Hl. Leo IX.**
18.00 Anbetung bis 18:30

SA 21. April **Fest der Hll. Konrad von Parzham und Anselm**
18:00 Rosenkranz in der Pfarrkirche
18:30 Messfeier *Viktoria Liensberger / Wilhelm Schaber*

SONNTAG, 22. April 2018 | 4. Sonntag der Osterzeit
09:30 Messfeier *2. Jahrtag Claudia Stotter / Pfarrgemeinde*

DI 24. April **Fest des Hl. Fidelis von Sigmaringen**
08:00 Messfeier *in besonderer Meinung*

DO 26. April **Donnerstag der 4. Osterwoche**
18:00 Anbetung bis 18:30

SA 28. April **Fest des Hl. Peter Chanel**
18:00 Rosenkranz in der Pfarrkirche
18:30 Messfeier *Verstorbene Eltern Pfurtscheller*

SONNTAG, 29. April 2018 | 5. Sonntag der Osterzeit
09:30 Messfeier *Engelbert Holz knecht / Pfarrgemeinde*

DI 1. Mai **Fest des Hl. Josef des Arbeiters**
09:30 Messfeier *für die Pfarrgemeinde*
19:00 Maiandacht in der Wallfahrtskirche

DO 3. Mai **Fest der Hll. Philippus und Jakobus**
18:00 Anbetung bis 18:30

SA 5. Mai **Fest des Hl. Godehard / Florianimesse**
18:00 Rosenkranz in der Pfarrkirche
18:30 Messfeier mit dem Pfarrchor
*Verstorbene der Berufsfeuerwehr und der
Freiwilligen Feuerwehr Wilten*

SONNTAG, 6. Mai 2018 | 6. Sonntag der Osterzeit
09:30 Messfeier *Verstorbene Geschwister Mitteregger /
Pfarrgemeinde*



Gebetsmeinung

des Heiligen Vaters für April 2018

Wir beten mit dem Heiligen Vater

Die Weltwirtschaft möge sich dahingehend wandeln, dass es strukturell keine Benachteiligten mehr gibt.

Erholungswochen

für pflegende Angehörige

Pflegende und betreuende Angehörige sind die größte soziale Kraft in unserem Land. Ihre Geschichten sind voll Liebe, Hingabe und Zuwendung, aber auch ein Schauplatz großer Verausgabung, Erschöpfung und Überforderung. Alles oft über Jahre hinweg. 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr DASEIN für den Angehörigen. Ein unbeschreiblicher Reichtum und ein Hochhalten einer Kultur des Helfens. Deshalb bietet die Caritas der Diözese Innsbruck in Zusammenarbeit mit Bildungshaus St. Michael (dessen Ursprungsname „Villa Kraft“ hieß) und anderen Partnern ab Mai 2018 Erholungswochen für pflegende und betreuende Angehörige, deren Familienangehörige auf Kurzzeitpflege bzw. in ein Heim gezogen oder verstorben sind.

Zwei Wochen ausrasten, zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen, ausschlafen, sich verwöhnen lassen, Natur und Kultur genießen, Gesprächspartner finden, Beratung erfahren – sich einfach wieder spüren, etwas Neues probieren und Kraft tanken. Gemeinsam mit erfahrenen Mitarbeiterinnen der Caritas gibt es tägliche Angebote, die man annehmen kann, aber nicht muss. Alles in einem behaglichen Haus und in einer schönen Umgebung.

In einer Region, die vieles zu bieten hat. Die Aufenthaltskosten belaufen sich auf 65 Euro Vollpension pro Tag. Dieser Preis ist gefördert und unterstützt von Diözese, Caritas, Sponsoren und Spendern. 13 Tage der Freiheit aber auch der Gemeinschaft, wenn jemand es wünscht. Das Bildungshaus St. Michael sorgt für die Vollpension und die gemütliche Atmosphäre. Die gesamte Organisation, Begleitung und das Rahmenprogramm sind ein Geschenk an die Teilnehmenden. Darum bemüht sich - wie auch in der Hilfestellung rund um Ansuchen an mögliche öffentliche Stellen - die Caritas.

Im Jahr 2018 stehen folgende Termine zur Auswahl:

Montag 07. Mai bis Freitag 18. Mai - Anmeldung bis 20. April

Montag 28. Mai bis Freitag 08. Juni - Anmeldung bis 11. Mai

Montag 18. Juni bis Samstag 30. Juni - Anmeldung bis 01. Juni

Montag 03. Sept. bis Samstag 15. Sept. - Anmeldung bis 17. August

Montag 29. Okt. bis Samstag 10. Nov. - Anmeldung bis 12. Oktober

Montag 19. Nov. bis Samstag 01. Dez. - Anmeldung bis 2. November

Ihre Ansprechperson und die Organisatorin:

Frau Veronika Knausz

Caritas der Diözese Innsbruck

Heiliggeiststraße 16

6020 Innsbruck

Telefon: 0676 8730 6220

Mailadresse: erholungswochen.caritas@dibk.at



In einer idyllischen Umgebung im Wipptal werden die Erholungswochen angeboten. Foto: Caritas Tirol



Familienverband

Zweigstelle Maria am Gestade

Wir sind eine von 207 Zweigstellen des Katholischen Familienverbandes Tirol und haben die Aufgabe, die Mitgliedsfamilien in unserem Stadtteil Sieglanger, Klosteranger und Mentlberg zu betreuen.

Wir organisieren verschiedene Aktivitäten mit dem Ziel, die Gemeinschaft zu fördern, uns miteinander weiterzubilden, gemeinsam den Glauben zu vertiefen und einander zu helfen. Im Jahr 2018 sind folgende Veranstaltungen geplant oder haben bereits stattgefunden:

Jänner	Lichtmessfeier für alle Neugetauften in unserer Pfarre
Juli	finanzielle Unterstützung des Ferienlagers
Sept./Okt.	Ausflug
Oktober	Erntedank-Pfarrkaffee
Dezember	finanzielle Unterstützung Nikolauszug

Wir informieren Sie über unsere aktuellen Veranstaltungen im Pfarrbrief, auf der Homepage **www.pfarre-mariaamgestade-ibk.at** sowie durch spezielle Flugzettel.

Wir freuen uns natürlich, wenn Sie Interesse an unserer Arbeit haben und als Mitgliedsfamilie unserer Zweigstelle beitreten. Anmeldungen erhalten Sie bei unseren Veranstaltungen und bei jedem unserer Vorstandsmitglieder.

Es ist auch eine Online-Anmeldung möglich:

www.familie.at/site/tirol/mitgliedwerden.

Jedes neue Mitglied erhält einen kostenlosen Willkommensgruß. Der Mitgliedsbeitrag von 17,- EUR pro Jahr und Familie kann entweder auf das Konto IBAN: AT73 1600 0001 1104 4538 bei der BTV oder in bar an eines unserer Vorstandsmitglieder bezahlt werden.

Unsere Vorstandsmitglieder:

Kassier:	Mag. Gotthard Ringler
Kassier-Stellvertreter:	Günther Thomann
Schriftführerin:	Claudia Thomann
Beirat:	Marianna Fucik Alexandra Pichler Sabine Pichler Hege Strasser



familien^v

Der Katholische
Familienverband Tirol

von Samstag, 7. Juli bis Samstag, 14. Juli 2018
im Forellenhof Angerberg

Nachdem der Familienverband das Ferienlager auch heuer wieder mit 1.000,- EUR unterstützt sind die Kosten pro Kind gegenüber dem letzten Jahr mit 190,- EUR bzw. 170,- EUR für Geschwisterkinder gleich geblieben.

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Tel.Nr. _____

Unterschrift des Erziehungsberechtigten:

Für Kinder, bei denen das Familieneinkommen der Eltern nicht mehr als 600,- EUR pro Familienmitglied beträgt, bekommen wir einen Zuschuss von der Stadt Innsbruck. Bitte bestätigen Sie dies mit Ihrer Unterschrift.

Unterschrift: _____

Ihre Anmeldung können Sie mit den dafür nötigen Informationen auch per E-Mail an office@pfarre-mag.at senden!

Tanzparty

mit DJ Hans Huber

Alle, die gerne tanzen oder gute Musik hören,
sind herzlich eingeladen am

Freitag, den 13. April 2018

ab 19:00 Uhr

zu einem gemütlichen, beschwingten
Beisammensein im Pfarrsaal bei guter Musik!
DJ Hans freut sich darauf, eure Musikwünsche
erfüllen zu dürfen!



Maifest

am Pfarrplatz

Die Freiwillige Feuerwehr Wilten,
der Siedlerverein,
die Traditionsgemeinschaft Sieglanger
und die Pfarre Maria am Gestade

laden recht herzlich ein zum

Maifest am Dienstag, den 1. Mai 2018
am Platz vor der Kirche

09:30 Uhr Heilige Messe

10:15 Uhr Maifest

Für Speis und Trank sowie musikalische Unterhaltung ist gesorgt.

Pilger-Reisen

Programm 2018

Pilger- & Kulturreisen 2018

mit Monsignore Helmut Gatterer & Team

21.04.-22.04.	Altötting
11.05.-18.05.	Lourdes Bus-Wallfahrt
29.05.	San Romedio
04.06.-06.06.	Maria Luschari
21.06.	Madonna della Corona
02.07.-07.07.	Köln & Kevelaer
23.07.-28.07.	Loreto - Das Lourdes Italiens
03.09.-14.09.	Frankreich, Spanien & Portugal
08.10.-13.10.	Rom
28.11.-30.11.	Advent Mariazell



**Detailprogramme erhältlich unter 0810/208030
oder unter www.idealtravels.at**



Humoriges

Lachen ist die beste Medizin

Woran erkennt man, dass es langsam Frühling wird?
Der liebe Nachbar bringt den Schneeschieber zurück und fragt,
ob er sich mal den Rasenmäher ausleihen kann.

„Papa, wie lange brütet die Vogelmutter noch?“
„Bis die Jungen schlüpfen.“
„Hm, und was ist mit den Mädchen?“

Sagt der eine Pinguin mit einem Thermometer
zum anderen Pinguin: „Schau mal auf das Ther-
mometer, 30 Grad unter Null.“
Freut sich der zweite: „Das ist ja klasse! Endlich
wird es Frühling.“



Im Reisebüro klingelt das Telefon.
„Haben Sie Reisen nach Ägypten?“
„Ja.“
„Welche Ferienorte bieten Sie an?“
„Alexandria, Dumanhur, Kairo ...“
„Dumanhur passt.“ „Und wann möchten Sie da hinreisen?“
„Gar nicht. Ich brauche den Ortsnamen fürs Kreuzworträtsel.“

Ein Schotte will verreisen. Auf halbem Wege zum Bahnhof kehrt er
noch einmal um und stürzt ins Zimmer. „Was ich noch sagen wollte,
vergesst nicht, während meiner Abwesenheit im Wohnzimmer für eine
Person weniger zu heizen!“

Traditionsgemeinschaft

Sieglanger

Das Pfarrteam bedankt sich bei der
Traditionsgemeinschaft Sieglanger
für die gute Zusammenarbeit
bei den verschiedenen
gemeinsamen Veranstaltungen!



Bitte um eure Hilfe...

Unterstützung für das Pfarrleben

Nachdem schon wieder fleißig Marmeladen
für den Basar eingekocht werden,
brauchen wir dringend **leere Gläser** und auch **Flaschen**.
Bitte einfach in der Pfarre abgeben!
Danke!



Terminkalender

April 2018

Di	03. April	08:00	Messe mit Frühstück
So	08. April	09:30	Erstkommunion
Mo	09. April	18:00	Vesper
Mi	11. April	20:00	Frauentreff
Fr	13. April	16:00	Workshop „Stolperfallen“
		19:00	Tanzparty
So	15. April	19:30	Wallfahrtsmesse/Wallfahrtskirche
Mi	18. April	14:00	Hoangertstubbm
Sa	21. April	19:30	Jugendmesse

Gottesdienstordnung

der Pfarre Maria am Gestade

Samstag	18:00 Uhr	Rosenkranz
	18:30 Uhr	Eucharistiefeier
Sonntag	09:30 Uhr	Eucharistiefeier
Montag	18:00 Uhr	Vesper (1. Montag im Monat)
Dienstag	08:00 Uhr	Eucharistiefeier
Donnerstag	18:00 Uhr	Anbetung



Die Firmlinge besuchen das Waldhüttl

Verleger und Herausgeber:

Kath. Pfarrgemeinde Maria am Gestade, Weingartnerstraße 44, 6020 Innsbruck
Interimistischer Leiter: Dekan Propst Dr. Florian Huber
Tel. 0512/572862 e-mail: office@pfarre-mag.at
homepage: <http://www.pfarre-mariaamgestade-ibk.at>

Bürozeiten: Dienstag und Donnerstag 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr / Mittwoch 08:30 Uhr bis 11:30 Uhr