

Neues aus der KiTa Gries

Liebe LeserInnen, nun sind doch tatsächlich schon wieder 4 Wochen im neuen Jahr vorüber. Zum Glück hat uns der Winter nicht mehr so fest im Griff und die Kinder versinken nicht mehr bis zu den Knien im Schnee. Da gab es oft nasse Füße, manchmal gingen sogar die Ersatzsocken zur Neige. Mit Helau und Alaaf starten wir nun in die kommende Faschingszeit. Auch ein Faschingselternabend ist geplant. (18. 02.) Hierzu ergeht herzliche Einladung. Bitte nehmen Sie aber vorher Kontakt zu uns auf, damit wir uns richten können. Natürlich machen wir wieder einen Krachmacherumzug. Ganz nach dem Motto: „Kinderlärm ist Zukunftsmusik“ kommen wir in der Woche vor Fasching (ab Dienstag, 1. März) bei Ihnen vorbei. Die Schulkinderaktionen sind festgelegt. Im Januar besuchten unsere Großen „Keks“ im Fitness Center und Frau Schielke in der Bücherei. Beide Besuche kamen bei den Kindern gut an. Im Fitness Studio zeigten die Mädchen „Frauenpower“, aber dafür haben die Jungs bestimmt andere Qualitäten! In der Bücherei sahen und hörten wir die Geschichte vom Löwen, der nicht schreiben konnte. Die Kinder hörten gespannt zu und konnten danach

noch die Bücherei erkunden. Beide Aktionen machten den Kindern Spaß. Vielen Dank an Herrn Gerhard und Frau Schielke, die sich die Zeit für die Kinder nahmen. Am 23. Februar kommt der Fotograf ins Haus. Es besteht für alle die Möglichkeit diesen Termin mit dem Kind wahrzunehmen, bitte tragen Sie sich dafür in die Liste an der Pinnwand im Flur ein. Bilder mit mehreren Personen (Geschwister/Eltern-Kind) werden auf den Nachmittag verlegt.

Stellenausschreibung

Liebe LeserInnen, auch unsere Köchin ist manchmal krank. *Aus diesem Grund suchen wir eine ständige Krankheitsvertretung, auf die wir nach Bedarf zurückgreifen können. Wenn Sie gerne kochen und morgens abkömmlich sind, so melden Sie sich bitte im Pfarramt Miesau oder im Kindergarten.*

Vorankündigung

In der Zeit nach Fasching bis vor Ostern besuchen wir die Grieser Senioren. In diesem Jahr besuchen wir zum ersten mal auch die katholischen Mitbürger, die sich auf uns freuen.

Bis dahin – eine gute Zeit!

*Ihre Mitarbeiterinnen
in der Grieser KiTa*

Impressum: Das KERCHEBLÄDCHÉ ist der Gemeindebrief der Prot. Kirchengemeinden Miesau und Gries. V.i.S.d.P. zeichnen sich die Presbyterien. Prot. Pfarramt Miesau, St. Wendeler Str. 26, 66892 Bruchmühlbach-Miesau, Fon: 0 63 72 – 14 56, Fax: 5 03 52, <http://www.evpfalz.de/gemeinden/miesau>, eMail: prot.pfarramt.miesau@t-online.de.

Konto beim Ev. Verwaltungsamt Homburg Nr. 10 10 28 69 77 Kreissparkasse Saarpfalz BLZ 594 500 10 (Bitte beim Verwendungszweck stets Miesau bzw. Gries mit angeben)

Unsere Sekretärin Frau Bößhar-Zimmer ist jeweils mittwochs von 8-10 Uhr und freitags von 8-12 Uhr im Pfarrbüro des Prot. Pfarramtes Miesau zu erreichen!

Das KERCHEBLÄDCHÉ erscheint elf Mal im Jahr in einer Auflagenhöhe von ca. 1.400 Exemplaren und wird kostenlos an alle Haushalte verteilt. Druck: Eigendruck.



KERCHEBLÄDCHÉ

der Prot. Kirchengemeinden Miesau und Gries

27. Jahrgang

Februar 2011



Foto: AWR

Sandsteintaube von Minerve

2 – Versweise • 3 – KiGo-Kinder im Gefängnis • 4 – Vorstellungsgottesdienst/ Ausstellung zur Taufe • 5 – Thirty Fingers in Miesau • 6-7 – Termine Gries & Miesau • 8 – Aus dem Grieser Presbyterium/ Mitgliederversammlung Förderverein • 9 – Spendenaktion Miesau/ KPV Info-Abend „Diabetes“ • 10 – KiGo Miesau/ Kinderfreizeiten • 11 – Kiga Miesau • 12 – KiTa Gries

Das ist schon ein ungewöhnlicher Monatsspruch, liebe Gemeindefleserinnen und -leser!

Der Wunsch nach dem „Frei werden von der Vergänglichkeit“ oder nennen wir es Erlösung oder spirituelle Erleuchtung oder geistliche Erweckung oder Bekehrungserlebnis oder Rechtfertigung aus dem Glauben oder Seelenheil oder Errettung... was auch immer für Begriffe wir anwenden, so ist das doch immer sehr individuell gedacht – persönlich eben: Ich als Individuum, als ununterscheidbares Einzelwesen, als einmalige Person will die Erlösung für mich.

Auch nicht religiöse Menschen suchen so etwas wie Erlösung. Manche vielleicht indem sie versuchen, so viel wie möglich im Leben zu verwirklichen und Gutes zu tun. Andere begeben sich – obwohl längst konfessionslos – auf eine Pilgerreise oder zur Einkehr in ein Kloster. Spiritualität hat wieder Konjunktur. Die Suche nach solchen Erfahrungen treibt auch allerlei Blüten, die ich nicht kommentieren möchte. Am Ende ist möglicherweise der Tod die Erlösung, wie es in manchen Todesanzeigen zu lesen ist.

Aber mal ehrlich: der Tod ist der Feind des Lebens; die Vergänglichkeit ist es, von der wir frei werden wollen – und wenn es nur dadurch ist, daß wir uns im Leben ein Denkmal setzen.

Die Freiheit der Kinder Gottes von der Vergänglichkeit ist aber kein individuelles Glückserlebnis. Paulus schreibt im Römerbrief vielmehr davon, daß sich die ganze Schöpfung nach dieser Erlösung sehnt und danach seufzt.

Daß unser geschundener Planet unter den menschlichen Belastungen längst aufstöhnt, haben wir fast alle begriffen. Und das Bild der seufzenden Natur bei Paulus steht uns plastisch vor Augen, wenn wir nur einmal den Waldschadensbericht lesen.

Die Erlösung, auf die wir Christinnen und Christen hoffen, ist global. Sie bezieht die ganze kaputte Schöpfung mit ein.

So ist der Monatsspruch für uns ein Wink, auch in Glaubensdingen nicht nur an uns selbst zu denken. Die Freiheit der Kinder Gottes macht uns nämlich frei für unsere Mitmenschen und unsere Mitwelt.

A. Rummel, Pfr.

Monatsspruch

Februar 2011

Auch die Schöpfung
wird frei werden von der Knechtschaft der Vergänglichkeit
zu der herrlichen Freiheit der Kinder Gottes.“

RÖM 8 VERS 21



Der Elternausschuß informiert

wir laden ein zum

BASAR „ALLES RUND UM' S KIND“

in der Turn- und Festhalle Miesau

am SONNTAG, den

13. März 2011

von 15 bis 17 Uhr

Tischreservierung ab sofort bei:
Silke Wolf 0170-2085200
Prot. Kindergarten 06372-4703

Pro Tisch wird eine Gebühr von 8 €
zugunsten des Kindergartens erhoben.

Für Kaffee und Kuchen sowie ein
Angebot für die Kinder
ist natürlich wie immer gesorgt!

Unser KiGo im Februar 2011

Sonntag, 06.02.2011

KiGo um 14.00 Uhr

Wir hören eine Geschichte und betrachten Bilder vom Ausflug nach Kaiserslautern.



Heute laden wir euch ein zu einer Reise nach Chile. Wir erleben das Land mit allen Sinnen. Es gibt viel zu entdecken, also kommt vorbei und erlebt mit uns das diesjährige Weltgebetstagsland Chile.

Samstag, 19.02.2011

KiGoMo von 10.00

bis 12.30 Uhr

KIRCHE MIT KINDERN

Auf euren Besuch freut sich das Team des KiGo Miesau

Lust auf Kinderfreizeiten?

Der Gemeindepädagogische Dienst im Dekanat Homburg bietet auch 2011 wieder zwei Wochenendfreizeiten für Kinder von 6 bis 11 Jahren an.

Vom **13.-15. Mai 2011** führt uns die Fahrt in den kleinen Ort Morbach-Bischofsdhrön im schönen Hunsrück. Im Haus Idarwald haben wir eine Etage mit 32 Betten gebucht, um dort das Wochenende zu verbringen.

Aladin und die Wunderlampe ist eines der bekanntesten Märchen aus

Das traditionelle Wochenende „Weihnachten für Kinder“ hat Spiel, Spaß und viele Kreativangebote zum Thema Weihnachten im Programm. Geplant ist auch wieder der Besuch des Nikolaus. Den Sonntagmorgen verbringen wir im Schaumbergbad direkt neben der Jugendherberge.

Anmeldungen können über das Prot. Pfarramt Miesau erfolgen.

W. Wagner, Gemeinmediakon

„1001 Nacht“. Dieses Motiv wird Thema unseres Wochenendes sein, bei dem wir basteln, spielen, kochen und grillen werden.

Die zweite Kinderfreizeit ist vom **16.-18. Dezember 2011** in der Jugendherberge in Tholey.



KiGo-Ausflug zur Jahreslosung

Am 15. Januar machten sich 13 Miesauer KiGo Kinder und 4 Erwachsene auf die Suche nach dem „Bösen“. Mit dem Zug (und gültigen Fahrkarten) ging es nach Kaiserslautern zunächst ins Polizeipräsidium. Hauptkommissar Peter Schwartz führte uns bis in den Keller des Präsidiums um zunächst die Polizeimotorräder und dann die Zellen hautnah zu erleben. In der Zelle ging es dann ans Eingemachte: „Was ist eigentlich das Böse?“ Den Kindern fiel einiges dazu ein. Aber in der beklemmenden Atmosphäre der Zelle gab es nur wenige Vorschläge, wie denn das Böse mit Gutem zu überwinden sei. Aber das Thema „Entschuldigung“ und auch das Versprechen nicht mehr (immer) zurück zu hauen war den Kindern dann doch wichtig. Im Gefan-

genentransport ging es den Kindern dann schon besser, da immerhin Tageslicht durch die Gitter schien. Begeistert waren sie dann, als auch die Erwachsenen Ute Stoll-Rummel, Heike und Patrizia Buhles und Stefan Fürst eingesperrt wurden.

Nach unserer Entlassung marschierten wir durch ganz Kaiserslautern zum ehemaligen Gefängnis, das heute zum Hotel „Alcatraz“ umgebaut ist. Dort durften wir die ehemaligen Zellen besichtigen. Laut einer Hotelangestellten schlafen die Gäste dort sehr gut, da die Wände sehr dick sind.

Dieses Hotel ist doch ein Zeichen dafür, daß das Böse zumindest mit gutem Schlaf überwunden werden kann, und es gut ist sich in Freiheit für eine Zelle entscheiden zu können.



Über das Gute daran, daß wir zum Abschluß im McDonalds speisten, waren Erwachsene und Kinder unterschiedlicher Meinung.

*Heike Buhles
und Ute Stoll-Rummel*

Vorstellung der neuen Präpis

Am 06.02.2011 stellen sich die neuen Präparandinnen und Präparanden in Gries um 10 Uhr und in Miesau um 14 Uhr mit einem Gottesdienst unter dem Thema „Ich bin der Weinstock, ihr seid die Reben“ der Gemeinde vor.

Die ganze Gemeinde ist zu diesen Gottesdiensten herzlich eingeladen!

Seit dem Beginn des neuen Kurses zur Konfirmation 2012 nach den Sommerferien besuchen folgende Jugendliche regelmäßig die Wochenstunden und den Gottesdienst:

in Gries

Frederik Brans • Sandro Carrino
• Julia Christmann • Hendrik Ecker •
Luisa Eckfelder • Nils Hess • Tobias

Jung • Jonathan Just • Lara Klein •
Timo Müller • Dennis Schütz • Leah-
Jasmin Sperber.

in Miesau

Kimberly Anderson • Joelle Die-
pold • Marie Eckhardt • Fabienne
Faas • Louisa Haas • Celine Hirsch
• Lucas Jung • Hannah Koch • Marie
Lauer • Sören Lebeck • Marcel Löffler
• Nikolas Lütz • Selina Mock • Luisa
Neckel • Denise Ohliger • Christopher
Roggenkopf • Anna Rummel • Chantal
Schneider • Pauline Schröer • Tabea
Wagner.

Wir wünschen allen eine erlebnis-
und erkenntnisreiche Zeit.

A. Rummel, Pfr.

Erlebnisausstellung zur Taufe

Eine Erlebnisausstellung zum Thema Taufe ist von 23. Januar bis 20. Februar in der Speyerer Gedächtniskirche täglich von 10 bis 12 Uhr und von 14 bis 17 Uhr zu sehen. Die Ausstellung erläutere an verschiedenen Stationen die Aspekte der Taufe und lade die Besucher dazu ein, der Bedeutung der Taufe für ihr Leben nachzuspüren, sagte die Organisatorin, Gemeindediakon Anja Bein.

Die Ausstellung gehört zum Taufprojekt „Taufe – Wachsen in einer



„starken Gemeinschaft“ der Ev. Kirche der Pfalz zum Jahr der Taufe 2011.

Die Stationen der Ausstellung sollen Lust machen, sich mit dem Thema Taufe persönlich oder als Gruppe auseinanderzusetzen, so Bein. Unter anderem gehe es um die Frage „Warum taufen wir?“, Taufsymbole, die Taufgeschichte von Jesus Christus und das Patenamts. Führungen mit der Gemeindediakonin gibt es am 5. und 12. Februar, jeweils um 15 Uhr.

epd

Spendenaktion Kirchturm Miesau

Für etwa 11.000 € haben wir die Schäden am Miesauer Glockenturm beseitigt. Rund 7.000 € waren für die Sanierung der Holzjalousien an den Glockenfenstern notwendig. Fast 3.000 € kostete allein die Miete der für die Arbeiten notwendigen Hubwagen an zwei Tagen.

Rund 4.000 € verschlangen die Schäden, die der Blitzschlag Mitte Juli verursachte. Die Versicherung zog sich auf Kleingedrucktes zurück und erstattete trotz Neuwertversicherung nur 25 % (980 €).

Ich möchte mich auf diesem Weg ganz herzlich bei den über 200 Spenderinnen und Spendern bedanken, die seit dem 1. Advent 2010 durch unsere Spendenaktion mit 6.179,99 € den **Spendenstand auf 8.586,08 €** erhöht haben. **Es fehlt also nicht mehr viel bis zum Spendenziel!**

18,67% aller angeschriebenen Haushalte haben sich mit einer durchschnittlichen Spende von 30,59 € beteiligt. Das ist für mich ein Zeichen großer Verbundenheit.

A. Rummel, Pfr.

KPV Info-Abend „Diabetes mellitus“

Bald jeder dritte Deutsche ist an Diabetes erkrankt – Früherkennung ist ganz wichtig!

Obwohl immer mehr Menschen an Diabetes leiden, stagniert das Wissen um die Krankheit. Experten schätzen, daß bald jeder dritte Deutsche Diabetiker sein wird. Schon jetzt leiden über sechs Millionen Bundesbürger daran.

Diabetes steht nicht nur für lebenslange Medikamenteneinnahme, er ist oft auch Vorstufe für gefährliche Krankheiten – von Nierenschädigungen bis hin zum Herzinfarkt. Oft ist der Diabetes auch Auslöser für Nervenschädigungen an Händen und Füßen.

Die Beschwerden gipfeln in quälenden, brennenden Schmerzen. Wie bei so vielen Krankheiten gilt auch hier: Je früher erkannt, desto besser.

Wolfgang Daub, Vorsitzender der Diabetiker-Selbsthilfe Pirmasens e.V., wird mit dem Film aus der Reihe „einfachgesund“ des hr-fernsehen in das Thema einführen und für Rückfragen zur Verfügung stehen.

Die Veranstaltung findet am **Freitag, den 04.02.2011, 19.00 Uhr, im Gemeindegemüesaal** der Prot. Kirchengemeinde in Miesau statt. Eingeladen sind alle Bürger.

K.-H. Seyl



Aus dem Grieser Presbyterium

Zu Beginn der Sitzung des Presbyteriums am 11.01.2011 informierte Pfarrer Rummel darüber, daß die Bastelfrauen den Rechnungsbetrag von rund 770 € für den neuen Schaukasten übernommen haben. Hierfür bedankt sich das Presbyterium sehr herzlich. Sobald es nicht mehr so kalt ist, wird der Schaukasten aufgestellt.

Auf Forderung der Landeskirche sollen einheitliche Qualitätsstandards der Prot. Kindergärten in den nächsten Jahren in Zusammenarbeit mit dem Personal der jeweiligen Einrichtungen erarbeitet werden. Bis 2017 sollen alle religiösen Lern- und

Bildungsprozesse in den Kindergärten standardisiert und zertifiziert werden. Je nach Kindergartengröße sollen für die Vorbereitung dieser Zertifizierung mindestens zwei Mitarbeiterinnen entsprechend innerhalb von zwei Jahren ausgebildet und freigestellt werden. Es wurde zu einer Informationsveranstaltung nach Zweibrücken eingeladen.

Abschließend wurden der Schriftlesungsplan sowie die anstehenden Termine besprochen.

Die nächste Sitzung des Presbyteriums findet am 17.02.2011, um 18.30 Uhr statt.

T. Klein

Mitgliederversammlung Förderverein Gries

Der Förderverein Kirchenorgel Gries lädt seine Mitglieder ein zu Jahreshauptversammlung am 6. Februar 2011 um 11 Uhr nach dem Gottesdienst im Gemeindesaal. Es ergeht hiermit herzliche Einladung – auch an Interessierte, die dem Verein noch beitreten möchten.

- Die Tagesordnung lautet wie folgt:
1. Begrüßung
 2. Jahresbericht 2010
 3. Vorausschau 2011



4. Kassenbericht des Schatzmeisters

5. Entlastung des Schatzmeisters
6. Entlastung der Vorstandschaft
7. Anträge und Wünsche.

Als kulturelle Institution und zur Unterstützung der Kirchengemeinde ist der Verein mehr denn je notwendig und wird weiterhin eine wichtige Rolle in Gries spielen.

A. Rummel, Pfr.

Klassik einmal anders!

Dreißig Finger lassen Klassik und Jazz zu einem Klangerlebnis verschmelzen.

Das Trio „Thirty Fingers“ mit *Peter Götzmann* (Schlagzeug), *Petra Erdtmann* (Flöte) und *Joe Völker* (Klavier) werden am 13.02.2011 um 18 Uhr in der protestantischen Kirche Miesau auftreten. Der Eintritt beträgt an der Abendkasse 10 €, im Vorverkauf 8 €. Veranstalter ist der Orgelbauverein Miesau e.V. Die Karten sind im Prot. Pfarramt Miesau (06372-1456) oder im Gift Shop Miesau (06372-1836) erhältlich.

Jazz ist die konsequente Fortsetzung klassischer Musik.

Und „Thirty Fingers“ sind die Antwort auf die Frage: Und wie, bitte

schön, würde Bach das heute spielen?

Wenn Bach auf Beat trifft und Brahms mit Jazzlegenden ‚konspiziert‘, dann ist garantiert die Rede von dem ungewöhnlichen Trio „Thirty Fingers“.

Das Geheimrezept des Ensembles: man nehme eine instrumentale Melodie eines Komponisten des Barock, der Wiener Klassik oder der Romantik und vermische sie couragiert, aber behutsam mit modernen Stilelementen.

Das Resultat eröffnet den Zuhörern aufflockig-rasante Weise den Zugang zu den Werken großer Komponisten.

Hier gibt es keine Tabus in der Musik und auf einmal merkt man, daß die verschiedenen Genres viel mehr verbindet, als sie trennt.

Die drei Musiker mit *Petra Erdtmann* (Flöte), *Joe Völker* (Klavier) und *Peter Götzmann* (Schlagzeug) blicken auf jahrzehntelange Erfahrung quer durch alle Stilrichtungen.

Engagements mit international bekannten Größen wie *Angelo Branduardi*, *Karl Kardinal Lehmann*, *Tony Sheridan*, *Herman's Hermits* („No milk today“), *Marla Glen* oder *am Broadway* und *im Vatikan* schafften immer wieder Berührungspunkte zwischen den drei Musikern, die das Trio „Thirty Fingers“ 2006 gründeten.

A. Rummel, Pfr.



- 06.02.: **5. So. n. Epiphania** 10 Uhr Vorstellungsgottesdienst der Präparandinnen und Präparanden
- 13.02.: **L. So. n. Epiphania** 9 Uhr (Mt 17,1-9)
- 20.02.: **Septuagesimä** 10 Uhr (Lk 17,7-10)
- 27.02.: **Sexagesimä** 9 Uhr (Mk 4,26-29)
- 06.03.: **Estomihi** 10 Uhr (Lk 10,38-42)



Februar

- Bastelkreis** donnerstags nachmittags im Gemeindesaal
- Büchertisch & Basar** sonntags nach dem Gottesdienst
- Förderverein Kirchenorgel** 06.02. um 11 Uhr Mitgliederversammlung
- Frauenbund** 09.02. mit Dias über Chile und am 23.02. Liturgie des Weltgebetstags-Gottesdienstes (Planung) jeweils um 14.30 Uhr
- Jugendchor Miesau** vierzehntägig montags
- Kaffeestubb** 02.02. um 15 Uhr im Gemeindesaal
- Kindergottesdienst** samstags 10 Uhr, Thema: Weltgebetstagsland Chile
- Kirchenchor Miesau** montags um 19 Uhr
- Konfirmationskurs 2012** donnerstags um 17.30 Uhr
- Ökum. Bibelgespräch** 16.02. um 20 Uhr in Gries
- Presbyteriumssitzung** 17.02. um 18.30 Uhr
- Redaktionsschluß** 22.02. um 11 Uhr
- Singkreis** 10.02. um 20 Uhr in Miesau



Das Opfergeld für Monat Februar ist in Gries und Miesau für die Unterstützung der beiden protestantischen Kindergärten bestimmt

*P.S.: der Spendenstand für den Miesauer Kirchturm lag Ende Januar bei 8.586,08 €.
Herzlichen Dank allen Spenderinnen und Spendern!*

- 06.02.: **5. So. n. Epiphania** 14 Uhr Vorstellungsgottesdienst der Präparandinnen und Präparanden
- 13.02.: **L. So. n. Epiphania** 10 Uhr (Mt 17,1-9) mit Taufe von Leandro Dietel
- 19.02.: **Septuagesimä** 18 Uhr (Lk 17,7-10)
- 27.02.: **Sexagesimä** 10 Uhr (Mk 4,26-29)
- 06.03.: **Estomihi** 14 Uhr (Lk 10,38-42)



- Besuchsdienstkreis** 14.02. um 16.30 Uhr im Pfarrhaus
- Büchertisch** in der Kirche
- Flötenkindergartengruppe** donnerstags 13.30 Uhr und 14.15 Uhr
- Frauenbund** 15.02. um 15 Uhr im Bürgerhaus Buchholz, Thema: Das Weltgebetstagsland Chile wird anhand von Dias gezeigt
- Frauentreff „Atempause“** am 22.02. um 19 Uhr im Gemeindesaal, Kochen mit Rezepten aus dem Weltgebetstagsland Chile
- Gemeindenachmittag** siehe Frauenbund
- Jugendchor Miesau** vierzehntägig montags
- Kindergottesdienst** siehe Seite 10
- Kirchencafé** 06.02. nach dem Gottesdienst
- Kirchenchor Miesau** montags um 19 Uhr
- Kleinkind-Turnen** donnerstags um 10 Uhr für Kinder ab 14 Monate, im Haus für Kinder
- Konfirmationskurs 2011** dienstags um 16.15 Uhr
- Konfirmationskurs 2012** mittwochs um 17 Uhr
- Krabbelstube** dienstags von 9.30-11.30 Uhr im Gemeindesaal
- Krankenpflegeverein** 04.02. Info-Abend zum Thema Diabetes mellitus um 19 Uhr
- Ökum. Bibelgespräch** 16.02. um 20 Uhr in Gries
- Orgelbauverein Miesau** 13.02. um 18 Uhr Konzert mit „Thirty Fingers“
- Presbyteriumssitzung** 03.02. um 19.30 Uhr
- Redaktionsschluß** 22.02. um 11 Uhr
- Schulflötinis** montag um 16 Uhr
- Singkreis** 10.02. um 20 Uhr
- Singmäuse** montags 16.30 Uhr