

in|blick 02/2024



# Ein|blick

Katholisch leben in Frechen

*Gesegnete  
Mahlzeit*



**INTERVIEW BRAUEREI**

Das Fastenbier

**REZEPTE**

unserer Autoren

**GOTTESDIENSTE**

Termine

## IMPRESSUM

Ein**|**blick

*ist das Magazin des katholischen Kirchengemeindeverbands Frechen*

vertreten durch:

**Pfarrer Christof Dürig (v. i. S. d. P.)**

Herausgeber:

**Pfarrgemeinderat der Pfarreiengemeinschaft Frechen**

Titel der Ausgabe:

*„Gesegnete Mahlzeit“*

Auflage:

**12.000 Exemplare verteilt in alle katholischen Haushalte**

Erscheinungstermin:

**07. November 2024**

Redaktion:

**Achim Fink, Claudia Forsbach, Monika Hasemann, Clemens Neck,  
Helga Pöttinger, Kai Schockemöhle, Felizia Wiechulla, Wioleta Zurawska**

Autoren dieser Ausgabe:

**Rolf Dünkemann, Christof Dürig, Hans-Albrecht Klein, Tim Kreienkamp, Clemens Neck,  
Sr. Josefine Ndirika, Helga Pöttinger, Wolfgang Wettig, Felizia Wiechulla, Wioleta Zurawska**

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des jeweiligen Autors und nicht immer die Meinung des Herausgebers wieder. Die Redaktion behält sich das Recht vor, eingereichte Text- und Bildbeiträge sinngemäß zu kürzen, zu redigieren oder nicht zu verwenden. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Mit der Einreichung von Text- und Bildbeiträgen tritt der Urheber die Nutzungsrechte seiner Werke für eine honorarfreie Veröffentlichung an den Herausgeber ab. Die Redaktion bemüht sich, alle Urheberrechte Dritter zu wahren. Sollten trotz unserer Anstrengungen Urheberrechte verletzt worden sein, bitten wir um einen entsprechenden Hinweis.

Fotos und Illustrationen:

**Titelbild: Erstellt mit Adobe Firefly  
Prompts & Bearbeitung: Jessica Ekert  
Wenn nicht am Bildrand genannt: Jessica Ekert**

Konzeption & Layout:

**DESIGNMETZGEREI von Jessica Ekert  
[www.designmetzgerei.de](http://www.designmetzgerei.de)**

Druck:

**Druckstudio GmbH | [www.druckstudiogruppe.com](http://www.druckstudiogruppe.com)**  
Das verwendete Papier stammt aus verantwortungsvollen Quellen.

Redaktionsschluss dieser Ausgabe:

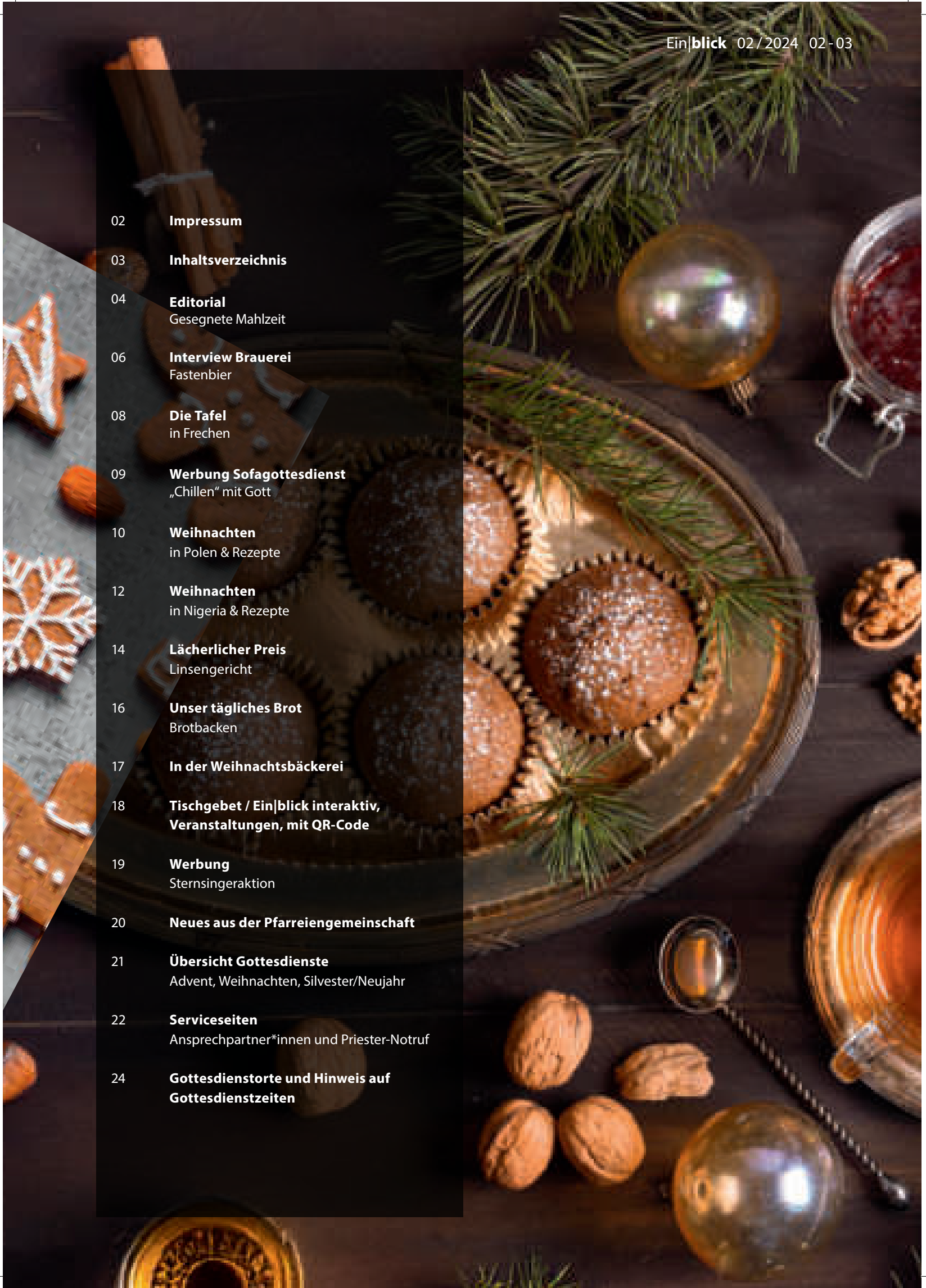
**18. Juli 2024**



Voraussichtlicher Erscheinungstermin der nächsten Ausgabe:  
**Frühjahr 2025**



02	<b>Impressum</b>
03	<b>Inhaltsverzeichnis</b>
04	<b>Editorial</b> Gesegnete Mahlzeit
06	<b>Interview Brauerei</b> Fastenbier
08	<b>Die Tafel</b> in Frechen
09	<b>Werbung Sofagottesdienst</b> „Chillen“ mit Gott
10	<b>Weihnachten</b> in Polen & Rezepte
12	<b>Weihnachten</b> in Nigeria & Rezepte
14	<b>Lächerlicher Preis</b> Linsengericht
16	<b>Unser tägliches Brot</b> Brotbacken
17	<b>In der Weihnachtsbäckerei</b>
18	<b>Tischgebet / Einblick interaktiv,</b> <b>Veranstaltungen, mit QR-Code</b>
19	<b>Werbung</b> Sternsingeraktion
20	<b>Neues aus der Pfarreiengemeinschaft</b>
21	<b>Übersicht Gottesdienste</b> Advent, Weihnachten, Silvester/Neujahr
22	<b>Serviceseiten</b> Ansprechpartner*innen und Priester-Notruf
24	<b>Gottesdienstorte und Hinweis auf</b> <b>Gottesdienstzeiten</b>





# Mamma

# Editorial

## Gesegnete Mahlzeit! – Gruß und Segenswunsch

Wer im Internet den Begriff „gesegnete Mahlzeit“ eingibt, erfährt, dass es sich hierbei um einen alten – typisch deutschen – Gruß handelt, mit dem sich Geistliche und Gläubige bis ins 19. Jahrhundert gegenseitig eine von Gott gesegnete, gesunde Speise wünschten. Als Grußformel wird es heute noch häufig verkürzt mit „Mahlzeit“ zur Mittagszeit verwandt. Ist uns der Segen also abhanden gekommen? Brauchen wir überhaupt einen Segen im Zusammenhang mit Mahlzeiten?

Bei uns in der Familie war es üblich, dass ein Brot, das frisch angeschnitten wurde, zunächst gesegnet wurde. Dazu sprach meine Mutter einen Segen aus: „Der Herr segne dieses Brot und alle, die davon essen.“ Diesen Brauch haben wir bis heute übernommen. Es ist ein Moment des Innehaltens und des Bewusstwerdens, dass das tägliche Brot keine Selbstverständlichkeit ist, und dass viele Menschen arbeiten mussten, damit wir dieses Brot auf unserem Tisch haben können.

Zu diesen Ritualen gehört auch das Tischgebet, das vor und manchmal auch nach einer Mahlzeit gesprochen wird. Auch hier steht der Gedanke im Mittelpunkt, dass regelmäßiges und ausreichendes Essen nicht selbstverständlich ist und im Vergleich zu einem Großteil der übrigen Weltbevölkerung wie Luxus zu bewerten ist.

In der Bibel, sowohl im Alten als auch im Neuen Testament, spielt Essen eine zentrale Rolle. Schon in der Schöpfungsgeschichte ist davon die Rede, dass Gott

den Menschen alles gibt, was sie zur Nahrung brauchen, wobei es sich zunächst nur um Pflanzen und ihre Früchte handelt (Gen 1,29). Nach der Sintflut erneuert Gott mit Noah seinen Bund und erweitert die zugesicherten Nahrungsmittel auf „alles, was sich regt und lebt“ (Gen 9,3). Die Witwe von Sarepta teilt mit dem Propheten Elija ihr letztes Brot (1. Kön, 17) und Esau verkauft sein Erstgeburtsrecht für ein Linsengericht (Gen 25,29-34). Im Neuen Testament treffen wir Jesus ganz oft beim Essen oder hören in seinen Gleichnissen vom Essen. Mal sorgt er dafür, dass seine vielen Zuhörer nicht nur geistige, sondern auch leibliche Nahrung erhalten (Joh 1,6-15), mal ist er die Ehre der Brautleute rettender Gast einer großen Hochzeitsfeier (Joh 2,1-12). Es lohnt sich, die Bibel mal daraufhin zu durchforsten, in welchen Zusammenhängen dort von Nahrung und Mahlzeiten die Rede ist.

Weihnachten ist ein typisches Familienfest. Man trifft sich, tauscht Geschenke aus, und verbringt Zeit miteinander. Ob mit oder ohne, vor oder nach dem Gottesdienst – von zentraler Bedeutung ist die gemeinsame Mahlzeit, und das überall auf der Welt, wo Weihnachten gefeiert wird. Als Impressionen aus der Welt dienen die Artikel über die polnische und die nigerianische Weihnachtsfeier.

Auch die Getränke sollen nicht zu kurz kommen, wobei wir das Fastenbier vorstellen.

Wir haben unsere Autoren gebeten, ihre Lieblingsrezepte zu nennen – wegen der Vielzahl und des Umfangs mussten

wir uns darauf beschränken, diese mit einem QR-Code zu verlinken, damit Sie die Zutaten und die Zubereitung auf unserer Internetseite abrufen können. Vielleicht versuchen Sie sich an dem einen oder anderen Rezept und senden uns Bilder oder Ihre Erfahrungen ein? Wir würden uns darüber freuen und wünschen Ihnen und Ihren Lieben ein gesegnetes Weihnachtsfest.

Mein Lieblingsrezept ist übrigens Manna, entnommen aus „Das biblische Kochbuch“ von Malvina Kinard und Janet Crisler. Köstliche Plätzchen, die ihren besonderen Geschmack durch ein Topping von 3 Koriandersamen erhalten.

**Helga Pöttinger**

Das Rezept  
finden Sie hier:





# Brauerei Interview

## Das Fastenbier

Haben Sie schon einmal vom „Fastenbier“ gehört? Nein? Wir auch nicht und genau aus diesem Grund haben wir eine Brauerei in unserem schönen Frechen besucht, um der Sache auf den Grund zu gehen.

Julia Trunz, Inhaberin und Bier-Sommelière der Brauerei und des Restaurants „Am alten Bahnhof“, konnte uns in einem kleinen Interview die wichtigsten Fragen rund um das Bier beantworten. Sie selbst kaufte das Brauhaus 2011, eröffnete es 2012 und braut seitdem nach dem Rezept ihres Schwiegervaters.

Heute gibt es in dieser Brauerei zwei beständige Biersorten: Lockstoff (unfiltriertes Bier) und Fienchen (ähnlich zu Kölsch und benannt nach einer Vorgängerin der Straßenbahnlinie 7). Weiterhin werden auch andere Geschmacksorten passend zur jeweiligen Jahreszeit von der Brauerei angeboten.

Der Ablauf des Brauens ist schnell erklärt: erst einmal die Würze herstellen, dann fügt man die Hefe dazu. Diese verwandelt Zucker und Getreide in Alkohol und Kohlensäure. Anschließend wird es 4 Wochen gereift und ist dann 2 Monate haltbar.

Durch die Ausschanktanks kann es jederzeit frisch gezapft werden.

Aber was ist nun das Fastenbier und was hat es mit der Kirche zu tun?

Bereits vor tausenden von Jahren wurde durch einen Zufall in einer Küche das erste Bier hergestellt: Durch ein Versehen ist der Getreidebrei mit Wasser vermischt worden und durch Zusätze der Hefe aus der Luft ist das Getränk entstanden. Als man dies dann probierte, waren die Menschen überzeugt und verloren sich in dem Geschmack des Rausches. Von nun an wurde Bier gezielt gebraut.

Im Mittelalter beherrschten die Mönche die seltene Kunst des Schreibens, wodurch es ihnen möglich war, die Rezepte schriftlich festzuhalten und somit neue Geschmacksorten zu erfinden. Die Mönche schrieben nicht nur die Rezepte auf, sie brauten auch selbst.

Durch dicke Wände und Kälte mussten sich die Mönche während des Fastens warmhalten. Schnell wurde also ein starkes Bier zur Erwärmung getrunken und somit entstand das sogenannte

Fastenbier! Da Flüssiges das Fasten nicht brach, konnte man Bier als normale Flüssigkeit zu sich nehmen. Durch das Getreide und durch die Hefe wirkte dieses Getränk sehr sättigend und hielt für einige Stunden satt. Das machte das Fasten einfacher.

Schnell war dieses Getränk mit alkoholischer Wirkung umstritten und die Mönche bekamen ein schlechtes Gewissen. Daraufhin sollte der Papst bestimmen, ob dies noch weiter getrunken werden dürfe oder nicht.

Man wollte es dem Papst servieren und schickte es nach Rom zum Vatikan. Allerdings war der Transport nicht einfach und durch die ganzen Temperaturschwankungen wurde das Bier schlecht und sauer.

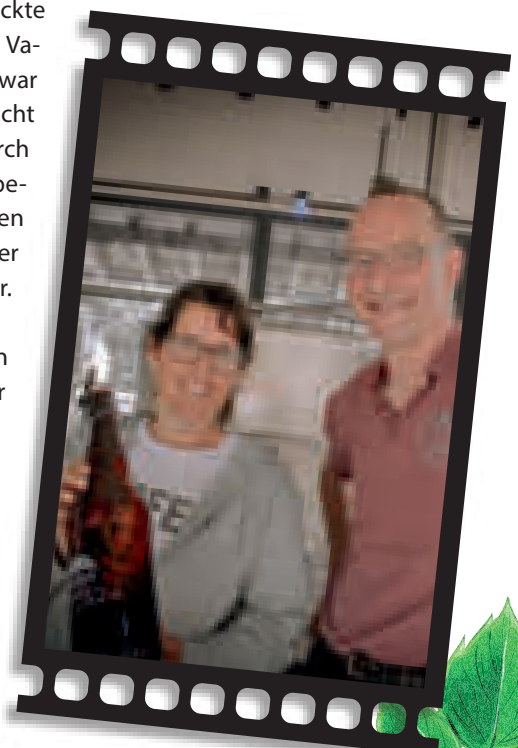
Als der Papst dann probierte, fand er es so widerlich, dass er das Gesicht verzog. Den Mönchen wurde dieses Getränk dann weiterhin erlaubt. Mittlerweile hat das Fasten in

Deutschland nicht mehr eine so große Bedeutung, außer in Bayern, wo das Fastenbier nach wie vor getrunken wird.

Die Jahre vergingen und man experimentierte noch ein wenig, wodurch dann eine ganze Reihe an verschiedenen Biersorten hergestellt wurde. Heute ist es eins der bekanntesten und beliebtesten Getränke.

Das Bier sowie die Gerichte werden mit Liebe zubereitet! Das Brauhaus lädt Sie daher herzlich ein, das Bier einmal selbst zu kosten.

**Felizia Wiechulla**





Sicher haben Sie, liebe Leserinnen und Leser, schon von den „Tafeln“ gehört oder gelesen.

Immer wieder wird berichtet, wie sehr gerade bedürftige Familien auf die Unterstützung durch die Tafeln angewiesen sind.

Angefangen hat es 1993 mit einer „Tafel“ in Berlin. Inzwischen gibt es – verteilt über ganz Deutschland - über 970 „Tafeln“ mit mehr als 60.000 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern.

Die Tafel Frechen mit ihren 66 Ehrenamtlichen besteht seit 2002 und sammelt vier Mal in der Woche Lebensmittel ein, die nach den gesetzlichen Bestimmungen noch verwertbar sind, aber vom Handel nicht mehr verkauft werden. Zweimal in der Woche werden dann die sortierten und geprüften Lebensmittel an bedürftige Frechener Bürgerinnen und Bürger ausgegeben. Träger unserer Tafel ist die „PARISOZIAL Gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialdienste im Rhein-Erft-Kreis mbH“ (kurz PariSozial).

Viele unserer Helferinnen und Helfer sind zwischen 70 und 80 Jahre alt und haben selbst noch Not und Hunger der Nachkriegszeit erlebt. Einige mussten selbst aus ihrer Heimat fliehen und im Westen neu Fuß fassen. Gerade deshalb können wir es nicht ertragen, wenn Lebensmittel vernichtet werden. Und die Not unserer bedürftigen Mitbürger und der Kriegsflüchtlinge können wir sehr gut nachempfinden und möchten sie gerne lindern.

In Notfällen springen wir von der Tafel ein. Ob es beim Sozialdienst der Evangelischen Kirche, der Obdachlosenunterkunft an der Norkstraße oder bei unserer Trägergesellschaft, der PariSozial ist, unterstützen wir, wo immer wir können. Die Tafel ist aus der sozialen Arbeit

auch in unserer Stadt nicht mehr wegzudenken.

Das alles wird erst durch die breite Unterstützung möglich, die wir in Frechen erfahren. Die Geschäfte und Supermärkte spenden uns bereitwillig die verbleibenden Lebensmittel. Die Katholische Kirchengemeinde St. Audomar stellt uns seit 2020 das Pfarrheim als Ausgabestelle zur Verfügung, wo wöchentlich etwa 200 Familien Lebensmittel abholen.

Ohne die Spendenbereitschaft von Ihnen, den Bürgerinnen und Bürgern, könnten wir unsere Kosten nicht bewältigen. Die Ausgabe von Warengutscheinen und Lebensmittelpaketen an unsere Kunden wird erst durch Ihre Spendenbereitschaft möglich.

Wir bitten Sie darum, liebe Leserinnen und Leser, uns auch in Zukunft zu unterstützen. Wir brauchen für die **Weihnachtspaket-Aktion** Ihre Lebensmittelpakete mit haltbaren Lebensmitteln. Denn auch in diesem Jahr möchten wir damit unseren Kunden ein schönes Weihnachtsfest ermöglichen.

Doch auch das ganze Jahr über benötigen wir immer wieder haltbare Lebensmittel. Von den Geschäften bekommen wir zwar schon viel, aber manchmal ist selbst das nicht genug. Dann sind wir froh, wenn wir auf Vorräte zurückgreifen können.

Viel mehr Informationen gibt es auf unserer Internetseite **[www.frechener-tafel.de](http://www.frechener-tafel.de)** (die leider nicht immer auf dem neuesten Stand ist).

Am liebsten wäre es uns, die Tafeln würden nicht mehr gebraucht. Doch leider gibt es immer noch eine Überproduktion an Lebensmitteln. Und leider gibt es immer noch viel zu viele bedürftige Menschen in unserem Land, für die frische und gesunde Lebensmittel tatsächlich Luxus sind.



# Werbung Sofagottesdienst

## „Chillzen“ mit Gott

Ein fester Bestandteil der Frechener Jugendkirche: der Sofagottesdienst in St. Severin zieht einmal im Monat eine zweistellige Anzahl an Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 13 und 30 Jahren an. Das Sofa unterm Kreuz im Chorraum lädt die Jugendlichen zum offenen Austausch über ihren Glauben ein. Oftmals setzen sich die Gespräche beim gemütlichen Beisammensein mit einem Kaltgetränk vor dem Pfarrsaal noch lange fort. Es braucht nicht

immer aufwendige Vorbereitungen und Veranstaltungen, um junge Menschen für Kirche zu interessieren: eine Gemeinschaft, ein offenes Ohr für die Probleme des Alltags und ein Bibeltext als Ausgangspunkt reichen manchmal vollkommen aus, um sie im Glauben zu verbinden. In der Advents- und Fastenzeit finden Sofaandachten in Vorbereitung auf die Festtage wöchentlich statt. Wenn du zwischen 13 und 30 Jahre alt bist, komm gerne vorbei!

Die Termine der nächsten Sofagottesdienste stehen auch schon fest:

✘ **Donnerstag | 16.01.2025 | 19 Uhr**

✘ **Donnerstag | 13.02.2025 | 19 Uhr**



## Weihnachten in Polen

### MEIN NAME IST WIOLETA ZURAWSKA

und ich komme aus Polen. Vor 27 Jahren, direkt nach dem Abitur, ließ ich mich mit 18 Jahren in Deutschland nieder. Nach meinem Psychologiestudium in Düsseldorf und Promotion in Köln (Schwerpunkte Arbeits- und Organisationspsychologie, Erwachsenenbildung) habe ich bundesweit in moderner Personalentwicklung gearbeitet. Und vor 14 Jahren habe ich meinen Mann (aus Essen) kennen und lieben gelernt. Wir sind seit 11 Jahren verheiratet und feiern jedes Jahr Weihnachten zusammen: mal mit seiner (deutschen), mal mit meiner (polnischen) Familie. Dabei ist uns aufgefallen, dass die Bräuche und Riten – wenn auch beides katholisch/christlich – recht unterschiedlich sind. So zum Beispiel war es für mich unvorstellbar, dass man an Heiligabend ein Fleisch-Fondue essen kann, was nach polnischer Tradition ausgeschlossen ist.

### KULINARISCHES WEIHNACHTSFEST

Bereits einige Tage vor Weihnachten – aber nicht 4-5 Wochen vorher – wird das ganze Haus geschmückt, eingekauft und ein besonderes Essen vorbereitet; z.B. Pierogi hergestellt und eingefroren, der lebendige Karpfen kommt 1 Tag vor Weihnachten in die Badewanne. Der Weihnachtsbaum wird entweder an Heiligabend oder 1-2 Tage vorher gekauft und von den Kindern geschmückt – der

muss ja auch bis Maria Lichtmess, also Anfang Februar, durchhalten. Interessanterweise gab es früher, als ich Kind war, in Polen keine Adventskränze und keine Krippe in den Wohnungen, nur in den Kirchen – das ändert sich jetzt teilweise. Natürlich wird das ganze Haus und die Bewohner für das große Fest der Liebe und der Gemeinschaft rausgeputzt.

### HEILIGABEND: OHNE FLEISCH, VIEL FISCH UND PIEROGI.

Nachmittags, rechtzeitig bevor der 1. Stern am Himmel zu sehen ist, wird der Tisch festlich gedeckt: Es gibt immer ein Gedeck mehr, als Gäste geplant sind – symbolisch für Jesus oder auch einen verirrt Menschen, der zu uns kommen könnte. Unter die Tischdecke wird etwas Heu gelegt, wie in der Krippe. Der Älteste in der Familie bereitet einen Teller mit Oblaten für jeden vor – dieser Oblaten wird vor dem Essen feierlich geteilt. Sobald es dunkel ist und der Stern am Himmel zu sehen, treffen sich alle am Tisch, beten zusammen, lesen aus der Bibel und sprechen beim Oblatenbrechen – Symbol für das Brot – gute Wünsche für das neue Jahr aus. Auf den Tisch kommen traditionell 12 Gerichte (zur Erinnerung an die 12 Apostel): Eine saure Pilzsuppe (lecker!!!) oder auch Rote-Beete-Suppe, mehrere Fischarten (Karpfen, Lachs, Heringe in Öl und Sahne eingelegt), gekochte Kar-



toffeln, mehrere Gemüsesalate mit und ohne Ei, verschiedene Brotsorten, Weihnachtspastete und mindestens 2 Sorten Pierogi: mit Pilzen und Kraut sowie eine ukrainische Variante. Zum Trinken gibt es den traditionellen Kompott (aus trockenen Früchten). Nach dem feierlichen Mahl wird erst gesungen und Geschenke werden von Kindern an alle Anwesenden verteilt. Abends gehen alle gemeinsam in die Christmette, die oft 1,5 Stunden dauert. Wem es noch nicht reicht, der geht singend mit Familie, Nachbarn und Freunden von Tür zu Tür und verkündet die frohe Botschaft. Zuhause angekommen darf nun endlich auch Fleisch – z.B. ein Stück Wurst – gegessen werden!

### ERSTER WEIHNACHTSTAG

Der nächste Tag wird spät und gemütlich mit einem Frühstück eingeläutet. Danach folgt ein Spaziergang mit der Familie oder Besuche in anderen Kirchen, um dort die Krippen anzuschauen. Und dann gibt es schon wieder in den polnischen Familien etwas zu essen (diesmal mit Fleisch).

### ZWEITER WEIHNACHTSTAG

So ähnlich verläuft der letzte Tag des Festes, mit dem Unterschied, dass dann bereits Freunde und Bekannte besucht werden können, was am 1. Weihnachtstag nicht üblich ist.

*Wioleta Zurawska*

A collage of food items. In the top center, a white bowl contains a brownish soup. To the right, a glass bowl holds several golden-brown pierogi with a wooden spoon resting on top. In the bottom center, a glass bowl is filled with a thick, brown soup. On the left, a white plate contains several pieces of golden-brown fried fish. The items are arranged on a patterned surface with red napkins.

Pierogi

Lachs

Kompott

# Okrasuppe mit Fufu



# Weihnachten in Nigeria

Mein Name ist Schwester Josephine Ndirika. Ich bin Seelsorgerin im St. Katharinenstift und komme gebürtig aus Umuoji, einem kleinen Dorf im Anambra State in Nigeria. Ich gehöre zum Orden der Töchter der göttlichen Liebe (daughters of divine love). Seit 1991 bin ich in Deutschland. Nach 17 Jahren als Krankenschwester in Frankfurt bin ich Pflegedienstleiterin geworden. Schon während meines Studiums war ich als Seelsorgerin tätig und habe nach meinem Abschluss meine Stelle im Katharinenstift in Frechen angetreten, wo ich seither arbeite.

**MEINE ALTE HEIMAT** Nigeria liegt in Westafrika, am Golf von Guinea und zwischen den Ländern Benin, Niger, Tschad und Kamerun. Das Land ist insgesamt 923.768 Quadratkilometer groß. Die einflussreichsten Völker in Nigeria sind die Hausa im Norden, das Yoruba im Westen und die Igbo (gesprochen Ibo) im Osten/Südosten. Ich komme aus Ibo. Dort leben Katholiken, Protestanten und neupostolische Gläubige. Die Mehrheit ist katholisch.

**IM ADVENT** freuen wir uns schon auf die besondere Zeit. Vor allem die Kinder bekommen eine neue Festgarderobe. Manchmal nähen die Mütter selbst oder lassen die Kleidung beim Schneider nähen. Diese neuen Gewänder sind sehr festlich und dürfen erst zu Weihnachten, in der Regel erst am 25. Dezember, getragen werden.

An **WEIHNACHTEN** kommen die Großfamilien mit allen Verwandten zusammen. Viele Familienmitglieder, die weiter weg wohnen, besuchen ihre Dörfer und verbringen die Festtage gemeinsam. In den bürgerlichen Familien gehen die Väter los und kaufen gemeinsam besonders erlesene Zutaten, z. B. Rindfleisch am Stück, das dann untereinander aufgeteilt wird.

## HEILIGABEND

Im Gottesdienst an Heiligabend wird viel gesungen und getanzt. Wir preisen und loben den Herrn damit. Bei uns gibt es nach der Mitternachtsmesse ein großes Feuerwerk als Zeichen der Freude über Christi Geburt und um das neue Kirchenjahr einzuläuten. In jeder Kirchenkrippe liegt Babypuder. Wie in Nigeria beim Besuch eines Neugeborenen üblich, streicht man sich den Puder ins Gesicht. Jede und jeder sieht, du kommst von der Krippe – du bist mit dem Neugeborenen in Berührung gekommen. Alle lachen dich an und freuen sich über die Geburt eines neuen Menschenkindes.

## ERSTER WEIHNACHTSTAG

Es wird teilweise am frühen Morgen bereits gekocht. Normalerweise kochen die Mütter in den Familien; die Töchter und Schwiegertöchter sind ihnen behilflich. Sie bereiten z.B. Gemüse wie „Bitterleaf“ oder Bitterblatt Gemüse für „Fufu“ zu. Als Hauptgang gibt es oft eine Suppe, wie Okra- /Egusi-Suppe. Dieser werden nach Belieben unterschiedliche Zutaten hinzugefügt, wie verschiedene Fischarten, Hühnchen- oder Rindfleisch, in Ausnahmefällen je nach Region Schweinefleisch. Die Brühe wird meist aus kleinen Fischen gewonnen.

In jeder Familie wird reichlich gekocht, da die einzelnen Familien nicht allein feiern, sondern auch unangemeldet Gäste auftauchen können: Kinder, Verwandte, Freunde oder Bekannte.

Nach dem Kochen gehen alle gemeinsam zur Kirche. Die Gottesdienste können unterschiedlich lange dauern. Ab etwa 13:30 Uhr finden sich die Familien zusammen. Sie sprechen ein gemeinsames Gebet und erst anschließend beginnt das Festmahl. Dazu gibt es guten Wein. Dieser wird von den Vätern mit ausgesucht. Es gibt traditionell Palmwein oder internationale Weine. So bringt das

Weihnachtsfest Freunde und Familien zusammen, um gemeinsam zu essen und zu spielen. Ein besonderer Brauch ist dabei, dass sich Nachbarn gegenseitig mit Essen beschenken. Die Kinder bekommen auch „richtige“ Geschenke.

**AM ZWEITEN WEIHNACHTSTAG** tanzen verkleidete Gruppen von Haus zu Haus und erhalten dabei Geschenke. An ihrer Maskierung basteln sie das ganze Jahr über; sie wird aus Naturmaterialien gefertigt. In einigen Städten folgen nur die Männer diesem Brauchtum, anderenorts Frauen und Männer gemeinsam. Anschließend treffen sich die Maskierten in den Dorfzentren oder Rathäusern und feiern ausgelassen die Geburt Jesu Christi. Dort gibt es Essen und Trinken für alle.

Am **27. DEZEMBER** dürfen sich die Kinder dann endlich auch kostümieren.

**Sr. Josephine Ndirika**

*DDL: daughters of Divine Love*

Das Rezept  
finden Sie hier:



# Linse gericht



# Lächerlicher Preis

Was vereint Perlen vor Säuen, Tohuwabohu, verpasste Denkkzettel, auf Herz und Nieren Geprüftes, Asche auf Häuptern, das Wuchern mit Pfunden, anstößige Steine, Lippenbekenntnisse, Schuppen vor Augen und das Linsengericht miteinander? Wie viele weitere Redewendungen und geflügelte Worte unseres Alltags stammen sie aus der Bibel.

## LÄCHERLICHER PREIS

Das Linsengericht ist der Preis, für den Esau seinem Zwillingsbruder Jakob sein Erstgeburtsrecht verkaufte. Ein lächerlicher Preis, wie Paulus 1.000 Jahre später in seinem Brief an die Hebräer warnte (Hebr. 12,16).

Esau kam von der Jagd mit einem gewaltigen Hunger. Er wollte essen. Alles andere war ihm in dem Moment egal. Und sein Bruder Jakob hatte einen Topf herrlich duftender roter Linsen auf dem Feuer. Jakob nutzte die Lage aus, reichte seinem Bruder einen wohlgefüllten Teller und verlangte dafür, fortan als Erstgeborener zu gelten.

Esau ging darauf ein. Erstgeburtsrechte halfen nicht beim Jagen, sie verbesserten nicht die Chancen bei den Frauen, sie hielten einen nicht trocken bei Regen, schützten nicht gegen die brennende Sonne und standen einem nicht zur Seite, wenn Banditen angriffen. Steck es dir an den Hut, mag er gedacht haben.

## ABRAHAM, ISAAK UND JAKOB

Esau und Jakob waren Söhne Isaaks und Rebekkas sowie Enkelkinder Abrahams.

Dem hatte Jahwe, der Gott Israels, Nachkommenschaft verheißen, „so zahlreich wie die Staubkörner auf der Erde und die Sterne am Himmel“. Im Gegenzug sollte Abraham in Freundschaft und Gemeinschaft mit Gott leben. Und in der Tat: Abraham gilt bis heute als Stammvater und zwar der Christen, der Juden und der Islamgläubigen.

Es war der Erstgeborene, der die Verantwortung für den heiligen Bund zu übernehmen hatte. Er trat in die Fußstapfen seiner Vorfahren. Er war der Ausgewählte, der die Geschichte Gottes mit den Menschen weitertragen sollte. Diese besondere Berufung sucht man sich nicht aus. Man verdient sie nicht. Man sagt Ja zu ihr. Paradebeispiel ist die Gottesmutter Maria, die dem Engel mit der Gottesbotschaft antwortete: „Herr, Dein Wille geschehe.“

## DAS HEILIGE UND DIE MENSCHEN

Das Heilige verkauft man nicht für einen Eintopf, so toll der auch immer sein mag. Esau gilt als derjenige, der sich vom Gott Abrahams abwandte, sich verlor in Frauengeschichten, kriegerischen Verstrickungen, Hinterherlaufen hinter den Reichtümern der Welt und der vergaß, was im Leben wirklich zählt. Der immer den Preis kannte, aber niemals den Wert. Genau davor warnt Paulus in seinem Brief.

Jakob kann man nun auch nicht als leuchtendes Vorbild hinstellen, meine ich. Man erschlingelt sich das Heilige halt nicht für ein paar Linsen, wenn dem Bruder das Wasser im Mund zusammen-

läuft. In einem Punkt aber unterscheidet sich Jakob von Esau. In all seiner Schwäche war sich Jakob bewusst, dass die Freundschaft mit Gott das ist, was den Menschen trägt und führt.

## JAKOBSTRASSE IN GREFRATH

Das Menschheitsgedächtnis hat deshalb Jakob als bemerkenswert verzeichnet, während Esau ziemlich vergessen aussieht. In Grefrath gibt es sogar eine Jakobstraße und seit 2010 wurden jährlich durchschnittlich 4.000 Jakobs in Deutschland geboren. Esaus mag es auch geben, die Statistik schweigt sich dazu aus.

**Clemens Neck**

Mein Rezept sieht so aus:



# Unser



# täglich Brot

Brot, unser tägliches Brot, ist ein Grundnahrungsmittel. Es macht satt und es schafft Gemeinschaft, wenn wir es teilen und miteinander essen.

Im Sommer dieses Jahres war ich in Taizé. Dort lasen wir gemeinsam das Buch Rut aus dem Alten Testament. Diese kurze Geschichte ist schön zu lesen, sie handelt von Treue und gegenseitiger Verantwortung. Am Ende kommt Rut in Bethlehem an. Dort ist sie nur eine Migrantin aus dem Ausland, ohne Rechte und wenig geachtet. Um sich und ihre Schwiegermutter zu ernähren, sammelt sie liegengebliebene Ähren vom Feld. Boas, der Besitzer des Feldes, ist freundlich zu Rut: „Komm her und iss von unserem Brot.“ Rut kann sich nicht nur satt essen, sondern sie wird auch in die Gemeinschaft des Volkes Israel aufgenommen. Der Ortsname „Bethlehem“ bedeutet „Haus des Brotes“. Viele Generationen später wird in dieser Stadt der geboren, der von sich sagte „Ich bin das Brot des Lebens.“

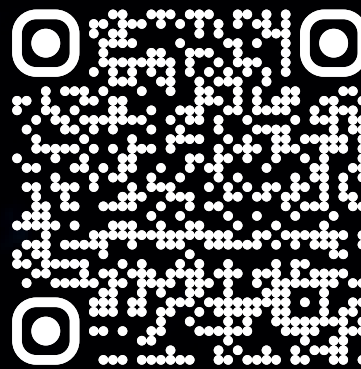
Als die ersten Christen damit anfangen, in ihren Häusern Gottesdienst zu feiern, nannten sie es „Brotbrechen“ und feierten dabei die Erinnerung an Jesus, der genau das mit seinen Jüngern getan hatte. Gottesdienst und Mahlgemeinschaft gehörten für sie zusammen und eigentlich ist das heute noch so in der Eucharistiefeier der Kirche.

Zum Brotbacken bin ich gekommen, als vor mehreren Jahren die letzte „richtige“ Backstube in Königsdorf schloss und ich mich über die Massenware in den Bäckereiketten ärgerte. Ich habe entdeckt, dass es nicht schwer ist, gutes Brot zu backen, wenn man gute Zutaten hat. Ich backe Vollkornbrot, weil es mir schmeckt und weil es alle gesunden Inhaltsstoffe des Getreides nutzt – nichts wird verschwendet. Freunde von uns betreiben einen Bauernhof in Norddeutschland. Wenn wir sie besuchen, bringe ich von dort immer einen Sack Weizen und einen Sack Dinkel mit und mahle zu Hause frisch. Wenn ich backe, geht der Geruch durch das ganze Haus

und macht Vorfreude auf das Essen und auf die Gemeinschaft.

Wer keine Freunde mit Bauernhof hat, dem sei in Frechen der Laden „Schnörkellos“ mit seiner Auswahl an Getreidesorten empfohlen.

Das Rezept  
finden Sie hier:



Gesegnete Mahlzeit!  
Wolfgang Wettig



# In der Weihnachtsbäckerei ...

Alle Jahre wieder ..., so erinnere ich mich an ein altes Weihnachtslied aus Kindertagen. Nicht nur die Lieder sind uns überliefert und vertraut, auch die anderen Gebräuche wie die Advents- und Weihnachtsbäckerei, auf die sich jedes Kind und manch Erwachsener freut.

Was hat es damit auf sich? Welche Bedeutung haben **Weckmänner, Spekulatius, Christstollen, Dominosteine, Zimtsterne** und vieles mehr?

Den Anfang macht der **Weckmann**, ein aus süßem Hefeteig hergestelltes Gebäck, das den Hl. Nikolaus darstellen soll. Der Weckmann wird traditionell sowohl am Martins- als auch am Nikolaustag verzehrt. Zu Beginn trug der Weckmann als Zeichen der Bischofswürde einen Bischofsstab, der später durch die Reformation von protestantischen Bäckern durch eine Tonpfeife ersetzt wurde.

Es folgen in der Adventszeit weitere Leckereien wie der **Spekulatius**. Dieses vorweihnachtliche Gebäck, mit Prägebildern versehen, stellt verschiedene Szenen aus dem Leben des Hl. Nikolaus dar, wie heute auch noch die Windmühle, die auf die Geschichte während einer großen Hungersnot hinweist. Ein Schiff, das mit Getreide beladen war, ließ der Hl. Nikolaus zu einem großen Teil ausladen, ohne dass das Schiff leichter wurde.

Somit wurde dem Genießer dieses Gebäcks die Geschichte des Bischofs Nikolaus nähergebracht.

Der **Christstollen** ist ein Symbol der Menschwerdung Gottes, der als kleines Kind in Windeln gewickelt in einer Futterkrippe gelegen hat. Dick mit Puderzucker bestreut stellt der Puderzucker die Windel dar, in der das Kind gewickelt war. Seit mehr als 600 Jahren ist der Christstollen, mit den unterschiedlichsten Zutaten, mit und ohne Zitronat und

Orangeat, mit und ohne Mandeln oder Marzipan bekannt und überall beliebt.

Der **Dominostein** hat eigentlich keinen christlichen Hintergrund. Ein Chocolatier aus Dresden erfand Mitte der dreißiger Jahre diese „Praline“ aus Lebkuchen, Fruchtgelee und Marzipan und diese erfreute sich in der Nachkriegszeit höchster Beliebtheit. In manchen Gegenden wird der Dominostein in Verbindung gebracht mit dem 26. Dezember, dem Gedenktag des Hl. Stephanus, der als erster Märtyrer verehrt wird. Er wurde gesteinigt und hat durch sein Zeugnis für Christus das ewige Leben erlangt. Der leicht bittere Geschmack durch den Lebkuchen und der dunklen Bitterschokolade erinnert an den bitteren Tod des Heiligen und Gelee und Marzipan sollen auf das Leben im Himmel hinweisen.

Ein weiteres Gebäck ist der **Zimtstern**. „Wir haben seinen Stern gesehen!“, so ist im Matthäusevangelium zu lesen. Der Stern, der den Heiligen Drei Königen den Weg zum Jesuskind gezeigt hat. Erlesene Zutaten wie Marzipan, Nüsse und Zimt, einem Gewürz, dem man heilende Kräfte zuschreibt, wie z. B. das Senken des Blutzuckers, zeichnen dieses Konfekt aus. Weitere Zutaten gehören nicht in den „Teig“, der aber in vielen Rezepten durch weitere Zutaten verlängert wird. Im Original sind diese Zimtsterne für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit ohne Reue genießbar! Aber nur die ohne Mehl, so wie ich es in meiner Ausbildung zum Konditor gelernt habe.

Sollten Sie einmal nach Habelrath auf den Weihnachtsmarkt kommen, so finden Sie mich dort mit meinen Zimtsternen, neben vielen anderen Basteleien rund um Weihnachten, die ich hobbymäßig herstelle und gerne mit Ihnen teile.

Ich freue mich auf Ihren Besuch!



(weitere Informationen siehe unter [www.katholisch.de](http://www.katholisch.de))

**Hans-Albrecht Klein**

# SO GEHT'S!

## Tischgebete vor dem Essen führen Tischgemeinschaften zusammen.

### 01

■ Vor dem Gebet herrscht bei uns meist drei bis fünf Sekunden Stille, damit alle merken: Jetzt beginnt etwas Neues, jetzt gehören alle am Tisch zusammen, jetzt schauen wir aufeinander und als Gemeinschaft auf Gott.

### 02

■ Am Anfang steht das gemeinsame Kreuzzeichen: **IM NAMEN DES VATERS UND DES SOHNES UND DES HEILIGEN GEISTES**. Dabei führt man die Hand von der Stirn zum Brustbein, von dort zur linken Schulter und danach zur rechten Schulter.



### 03

■ Am beliebtesten scheint mir das gemeinsam gesungene Gebet zu sein. Mein Vorschlag: **SEGNE VATER DIESE GABEN. AMEN. AMEN**. Egal, ob im Kanon oder nicht. Egal, ob einmal oder mehrmals hintereinander gesungen. Hier kann man die Melodie hören:  
<https://www.youtube.com/watch?v=S3811rTB4jA>



Oder auch der Klassiker: **ALLE GUTEN GABEN, ALLES, WAS WIR HABEN, KOMMT O GOTT VON DIR. VIELEN DANK DAFÜR.**

### 04

■ Am Ende des Tischgebets steht wieder das Kreuzzeichen: **ES SEGNE UNS DER ALLMÄCHTIGE GOTT, DER VATER, DER SOHN UND DER HEILIGE GEIST**. Wieder führt man die Hand von der Stirn zum Brustbein, von dort zur linken Schulter und danach zur rechten Schulter. In unserer Familie reichen wir uns nach dem Gebet die Hände und wünschen uns gegenseitig einen guten Appetit.

CLEMENS NECK

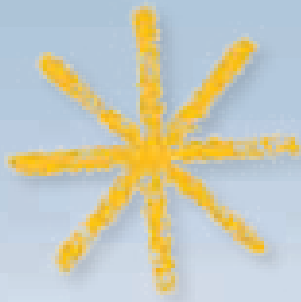
// Ein|blick INTERAKTIV

Ihnen haben die Rezepte in diesem Heft gefallen und Sie möchten sie nachkochen? Dann würden wir uns über Ihr Foto davon freuen, welches wir gerne auf unseren Social-Media-Kanälen veröffentlichen! Senden Sie es einfach an [Einblick@Kirche-in-Frechen.de](mailto:Einblick@Kirche-in-Frechen.de).

Außerdem können Sie uns auch Ihre Werbung (z.B. für Veranstaltungen jetzt in der Advents- und Weihnachtszeit, aber auch darüber hinaus) an die oben genannte Adresse schicken, damit wir sie auf Facebook und Instagram teilen. So erreichen Sie möglicherweise noch mehr Personen.

Bereits geplante Termine und Veranstaltungen der Advents- und Weihnachtszeit finden Sie auf unserer Homepage unter <https://www.kirche-in-frechen.de/aktuelles/veranstaltungen/>.

Ihr Redaktionsteam Ein|blick



# WERDE STERNSINGER IN FRECHEN!



## Hauptaktionstage **04. & 05. Januar 2025** Werde Sternsinger in Frechen!

### Jugendliche & Kinder ab 5 Jahren

Infos und Details zur Durchführung des Dreikönigssingens findet Ihr auf [www.kirche-in-frechen.de](http://www.kirche-in-frechen.de) oder unseren Social-Media-Kanälen:



[facebook.com/KircheinFrechen/](https://facebook.com/KircheinFrechen/)

### Du möchtest dich gerne anmelden oder hast noch Fragen zur Aktion an deinem Kirchenort?

Schreib an: [pastoralbuero@kirche-in-frechen.de](mailto:pastoralbuero@kirche-in-frechen.de)  
Die Verantwortlichen melden sich dann bei dir.



[instagram.com/kircheinfrechen/](https://instagram.com/kircheinfrechen/)

# Neues aus der Pfarreiengemeinschaft Frechen



Wie geht es weiter mit der katholischen Kirche in Frechen? Die Pfarreiengemeinschaft Frechen ist nun eine von 67 „Pastoralen Einheiten“ im Erzbistum Köln. Mit den Plänen und Vorgaben des Erzbischofs zur Zukunft haben sich das Seelsorgeteam, der Kirchengemeindevorstand und die Kirchenvorstände sowie der Pfarrgemeinderat in den vergangenen Monaten beschäftigt. Der Erzbischof möchte am liebsten, dass aus den „Pastoralen Einheiten“ jeweils eine Kirchengemeinde wird.



DAZU GIBT ES EINIGE **OFFENE FRAGEN**, DIE **KONTROVERS DISKUTIERT** WERDEN UND **EXISTENZIELLE BEDEUTUNG** HABEN:

Wird es bei den KV-Wahlen im November 2025 in den acht Gemeinden genügend Kandidaten und Kandidatinnen geben? Oder in einer neu zu errichtenden Kirchengemeinde „St. Frechen“: Wer übernimmt vor Ort Aufgaben und unterstützt so die Arbeit des Gesamtremiums?

Wie wird künftig die Kirchenvorstandsarbeit aussehen – angesichts vieler offener Fragen, die der Erzbischof und sein Generalvikariat (noch) nicht beantworten können?

*(Stand: 1. August 2024 beim Verfassen dieses Artikels)*

Bei aller berechtigten Kritik am Erzbistum:

Wir müssen uns auch ehrlich fragen, was wir in absehbarer Zukunft schaffen können – bei abnehmenden Finanzen und weniger haupt- und ehrenamtlich Engagierten!



Die konkrete Umsetzung der Erzbistumspläne ist überall eine große Herausforderung. Dabei haben wir es in Frechen noch relativ leicht, weil wir schon seit mehr als 20 (!) Jahren auf Stadtebene zusammenarbeiten! Ein Seelsorgeteam und ein PGR sind schon seit 2009 Wirklichkeit, unterstützt von den Ortsausschüssen. Und der „Aktionstag der Frechener Kirchen“ am 1. Juni hat gezeigt, wie Vielfalt – auch und gerade im Miteinander (über Konfessionsgrenzen) – möglich ist!



Andere, bedeutend größere „Pastorale Einheiten“ müssen sich erst einmal kennenlernen und in den neuen Grenzen in der Zusammenarbeit der verschiedenen Gremien sortieren...



Motivierend kann die „Extra-Portion“ Heiliger Geist (so ein PGR-Mitglied) sein, die Kardinal Woelki in einem persönlichen Schreiben nach Pfingsten an den Pfarrgemeinderat und die Ortsausschüsse gerichtet hat: „Sie sind die Kirche! Sie sind das Gesicht, in dem andere die Liebe Gottes erkennen können. Lassen Sie sich darin nicht beirren. Auf Sie setze ich – spätestens nach Ihren Briefen – wirklich große Hoffnungen. Tun Sie mir diesen großen Gefallen: Geben Sie der Kirche ein fröhliches und zutiefst herzliches Antlitz. Gerne begleite ich Sie im Gebet und bitte den Heiligen Geist um seine kraftvollen Gaben, die Sie dabei bestärken mögen – gerade in dieser Zeit nach Pfingsten.“



Ausführliche Informationen, auch zum neuen Kirchenvorstandswahlrecht 2025 und den aktuellen Stand der Entwicklung, finden Sie unter **WWW.KIRCHE-IN-FRECHEN.DE**.



Das Seelsorgeteam wurde zum 1. September verstärkt: Im St. Katharinen-Hospital hat Pastoralreferent Werner Roleff, der vorher in der Uni-Klinik Köln tätig war, seinen Dienst begonnen. Damit hat der Erzbischof die vakante Stelle erfreulicherweise wieder besetzt und Gemeindefereferentin Elke Wittemann und der evangelische Pfarrer Dr. Benjamin Härte (jeweils mit einer halben Stelle im Krankenhaus und in den Gemeinden) bekommen Verstärkung in der ökumenischen Seelsorge für die Kranken, ihre Angehörigen und die Mitarbeitenden.



Auch im Pastoralbüro gab es Veränderungen: Pfarramtssekretärin Gabriele Hoffmann ist zum 1. Juli in die Freistellungsphase der Altersteilzeit gegangen und aus dem aktiven Berufsleben ausgeschieden. Mit einer Vollzeitstelle hat bereits zum 1. Juni Peter Stefansky begonnen. Die Aufgaben der leitenden und koordinierenden Pfarramtssekretärin hat Brigitte Mertes, die langjährige zweite Mitarbeiterin mit einer 100%-Stelle, übernommen.



Zum Jahresende wird unser Verwaltungsleiter Stefan Jans in den Ruhestand gehen, Nachfolgerin wird Joanna Tobien, die bereits kurzzeitig als Verwaltungsassistentin bei uns gearbeitet hat.

## ÜBERSICHT GOTTESDIENSTE

# Advent, Weihnachten, Silvester / Neujahr

### DIENSTAG, 03.12.2024

19:00 Uhr **ST. SEVERIN** // Sofaandacht – Spätschicht für Jugendliche und junge Erwachsene

### DIENSTAG, 10.12.2024

19:00 Uhr **ST. SEVERIN** // Sofaandacht – Spätschicht für Jugendliche und junge Erwachsene

### DIENSTAG, 17.12.2024

19:00 Uhr **ST. SEVERIN** // Sofaandacht – Spätschicht für Jugendliche und junge Erwachsene

### DIENSTAG, 24.12.2024 – HEILIG ABEND

14:00 Uhr **HILDEBOLDKIRCHE** // Stationengang  
15:00 Uhr **ST. SEVERIN** // Heilige Messe an Heilig Abend 318,4  
16:00 Uhr **ST. AUGUSTINUSHEIM** // Christmette  
16:00 Uhr **ST. MARIA KÖNIGIN** // Familienchristmette  
16:00 Uhr **ST. ANTONIUS V. PADUA** // Krippenfeier  
16:45 Uhr **HEILIG GEIST** // Krippenfeier  
18:00 Uhr **ST. ELISABETH-HEIM** // Christmette  
18:00 Uhr **ST. MARIÄ HIMMELFAHRT** // Christmette  
18:00 Uhr **ST. AUDOMAR** // Christmette  
18:00 Uhr **ST. ULRICH** // Christmette  
22:00 Uhr **ST. MAURITIUS** // Christmette  
22:00 Uhr **ST. MARIA KÖNIGIN** // Christmette  
22:00 Uhr **ST. ANTONIUS V. PADUA** // Christmette  
22:30 Uhr **HILDEBOLDKIRCHE** // Christmette  
23:30 Uhr **ST. SEVERIN** // Jugendgottesdienst an Hl. Abend

### MITTWOCH, 25.12.2024 – WEIHNACHTEN, HOCHFEST DER GEBURT DES HERRN

09:30 Uhr **ST. ANTONIUS V. PADUA** // Heilige Messe  
10:30 Uhr **ST. ELISABETH-HEIM** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **ST. MAURITIUS** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **ST. AUDOMAR** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **HILDEBOLDKIRCHE** // Heilige Messe  
18:30 Uhr **ST. SEVERIN** // Heilige Messe

### DONNERSTAG, 26.12.2024 – ZWEITER WEIHNACHTSTAG

08:30 Uhr **ST. ULRICH** // Heilige Messe  
09:00 Uhr **ST. MARIÄ HIMMELFAHRT** // Heilige Messe  
09:30 Uhr **ST. MARIA KÖNIGIN** // Heilige Messe  
10:30 Uhr **ST. AUGUSTINUSHEIM** // Heilige Messe  
10:30 Uhr **ST. ELISABETH-HEIM** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **ST. ANTONIUS V. PADUA** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **ST. AUDOMAR** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **HILDEBOLDKIRCHE** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **HEILIG GEIST** // „Gottesgeschichten“ – Heilige Messe für Eltern mit kleinen Kindern  
18:30 Uhr **ST. SEVERIN** // Heilige Messe

### DIENSTAG, 31.12.2024 – HEILIGER SILVESTER

16:30 Uhr **ST. AUGUSTINUSHEIM** // Heilige Messe  
17:00 Uhr **ST. ANTONIUS V. PADUA** // Heilige Messe zum Jahresabschluss  
17:00 Uhr **ST. AUDOMAR** // Heilige Messe zum Jahresabschluss  
17:00 Uhr **ST. SEVERIN** // Heilige Messe zum Jahresabschluss  
17:00 Uhr **ST. ULRICH** // Heilige Messe zum Jahresabschluss

### MITTWOCH, 01. JANUAR 2025 – HOCHFEST DER GOTTESMUTTER MARIA – NEUJAHR

10:30 Uhr **ST. AUGUSTINUSHEIM** // Heilige Messe  
11:00 Uhr **HILDEBOLDKIRCHE** // Heilige Messe zum Jahresbeginn  
11:00 Uhr **ST. AUDOMAR** // Heilige Messe zum Jahresbeginn  
18:30 Uhr **ST. MARIÄ HIMMELFAHRT** // Heilige Messe zum Jahresbeginn  
18:30 Uhr **HEILIG GEIST** // Heilige Messe zum Jahresbeginn

# Serviceseiten des Pfarrmagazins

## Unser Seelsorgeteam

### Pfarrer **Christof Dürig**

#### Leitender Pfarrer

Rubensstraße 2  
50226 Frechen-Habbelrath  
☎ 02234 99 10 410  
✉ christof.duerig@web.de

### Kaplan **P. Matthäus Pazheveetil**

Kirchenkamp 5  
50226 Frechen  
☎ 02234 99 10 390  
✉ matpazheveetil@web.de

### Kaplan **Albert Kikalulu**

Spechtweg 1-5  
50226 Frechen  
☎ 02234 99 10 270  
✉ albert.kikalulu@erzbistum-koeln.de

### Kaplan **Sebastian Derick Andradý**

Vellbrückstraße 7b  
50226 Frechen  
☎ 0170 80 00 495  
✉ sebastian.derick-andrady@erzbis-  
tum-koeln.de

### Diakon **Gregor Hergarten**

An der Holzhecke 17  
50226 Frechen  
☎ 0170 23 86 754  
✉ gregor.hergarten@erzbistum-koeln.de

### Diakon (mit Zivilberuf)

#### **Hartmut Engbroks**

Maarweg 34  
50226 Frechen  
✉ engbroks@gmx.de

### Pastoralreferent

#### **Kai Sebastian Schockemöhle**

z. Hd. Pastoralbüro St. Audomar

Kölner Straße 3  
50226 Frechen  
☎ 0152 082 57 116  
✉ kaisebastian.schockemoehle@erzbis-  
tum-koeln.de

### Gemeindereferentin

#### **Bettina Straetmanns**

Im Flachsgarten 7  
50226 Frechen  
☎ 0171 92 12 880  
✉ bettina.straetmanns@erzbistum-ko-  
eln.de

### Gemeindereferentin und Krankenhauseelsorgerin

#### **Elke Anna Wittemann**

☎ 02234 71 39 069  
✉ elke-anna.wittemann@erzbis-  
tum-koeln.de

### Kontakt Krankenhaus:

☎ 02234 502 17 200  
✉ elke.wittemann@khs-frechen.de

### Krankenhauseelsorger

#### **PR Werner Roleff**

☎ Werner.roleff@erzbistum-koeln.de  
☎ 02234 502 17 600  
Gemeinsame E-Mail:  
✉ seelsorge@khs-frechen.de

### Weiterhin arbeiten in der Seelsorge als Seelsorger im Ruhestand mit:

#### **Subsidiar Wolfgang Scherberich**

Hubert-Protz-Straße 133  
50226 Frechen-Bachem  
☎ 02234 430 39 80  
✉ wolfgang.scherberich@erzbis-  
tum-koeln.de

### Pfarrer i. R. **Klaus Juchem**

## Seelsorger in der Altenheimseelsorge

### Pfarrer **Malwin März**

Augustinusstraße 10  
50226 Frechen-Königsdorf  
☎ 0157 542 07 700  
✉ malwin.maerz@erzbistum-koeln.de

### Schwester **Josephine Ndirika**

**NEU**

Krankenhausstraße 10-12  
50226 Frechen  
☎ 0171 68 44 218  
✉ Josephine.ndirika@erzbistum-ko-  
eln.de

## Priester-Notruf

☎ 02234 93 69 141 (08:00 – 20:00 Uhr)

## Unsere Büros

### Gemeinsame Mail-Adresse:

✉ pastoralbuero@kirche-in-frechen.de

### Pastoralbüro **Frechen**

Kölner Straße 3  
50226 Frechen

☎ 02234 99 10 0

☎ 02234 99 10 199

### Öffnungszeiten:

Montag	09:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr
Dienstag	07:30 – 12:00 Uhr und 14:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch	09:00 – 12:00 Uhr
Donnerstag	09:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr
Freitag	09:00 – 12:00 Uhr



# Priester-Notruf

0 22 34 / 93 69 141 (08:00 – 20:00 Uhr)

## Kontaktbüro Buschbell

Kirchenkamp 5  
50226 Frechen  
☎ 02234 99 10 310

### Öffnungszeiten:

Donnerstag 15:00 – 18:00 Uhr

## Kontaktbüro Habelrath

Rubensstr. 2  
50226 Frechen  
☎ 02234 99 10 410

### Öffnungszeiten:

Mittwoch 14:00 – 17:00 Uhr  
Freitag 09:00 – 12:00 Uhr

## Kontaktbüro Königsdorf

Spechtweg 1-5  
50226 Frechen  
☎ 02234 99 10 210

### Öffnungszeiten:

Dienstag 14:00 – 18:00 Uhr  
Freitag 08:00 – 11:30 Uhr

## Unsere Kindertagesstätten

### Kindertagesstätte St. Antonius

Antoniusstraße 11  
☎ 02234 99 10 510

#### Kommissarische Leiterin: Frau Hartl

☎ 02234 99 10 599

### Kindertagesstätte Heilig Geist

Geldernstraße 44a  
☎ 02234 99 10 710 Frau Custodis  
☎ 02234 99 10 799

### Kindertagesstätte St. Audomar

Alte Straße 11  
☎ 02234 99 10 810 Frau Baer  
☎ 02234 99 10 899

## Katholische integrative

### Kindertagesstätte St. Maria Königin

Kirchweg 11  
☎ 02234 99 10 910 Frau Wellhausen  
☎ 02234 99 10 999

## Weitere Katholische Kindertagesstätten in unserer Stadt

### Katholischen Kindertagesstätte

**St. Josef** in Trägerschaft der Stiftung der Cellitinnen e. V.  
Augustinusstraße 10  
☎ 02234 62 523 Frau Rhode

### Inklusive Caritas-Kindertagesstätte

**St. Barbara** in Trägerschaft des Caritasverbandes für den Rhein-Erft-Kreis e. V.  
Von-Klespe-Straße 7  
☎ 02234 1 22 14  
Frau **Nielinger-Glitscher**  
☎ 02234 99 33 31

### Inklusive Caritas-Kindertagesstätte

**St. Katharina** in Trägerschaft des Caritasverbandes für den Rhein-Erft-Kreis e. V.  
Steinzeugstraße 2  
☎ 02234 43 58 483 Frau Granrath  
☎ 02234 43 58 485

## Kirchenmusik

### Seelsorgebereichsmusikerin

**Beate Schweer**  
☎ 02234 27 66 349  
☎ bea.schweer@freenet.de

## Engagementförderer

**Markus Gehringer**

z. Hd. Pastoralbüro Frechen  
Kölner Str. 3  
☎ 0170 235 38 21  
☎ m.gehringer@kirche-in-frechen.de

## Kirchengemeindeverband

### Vorsitzender: Christof Dürig, Pfarrer

z. Hd. Pastoralbüro Frechen  
Rubensstraße 2  
50226 Frechen-Habelrath

**Stellvertr. Vorsitzende:**  
**Monika Wernert-Giesen**

## Verwaltungsleiter

### Stefan Jans (bis 31.12.2024)

z. Hd. Pastoralbüro Frechen  
Kölner Str. 3  
☎ 02234 99 10 170  
☎ 02234 99 10 199  
☎ stefan.jans@erzbistum-koeln.de

## Pfarrgemeinderat

### Vorsitzender: Achim Fink

z. Hd. Pastoralbüro Frechen  
Kölner Straße 3  
50226 Frechen  
☎ achim.fink@arcor.de

## Öffentlichkeitsarbeit

### Redaktionsteam der Pfarrnachrichten

☎ redaktion@kirche-in-frechen.de

### Redaktion des Pfarrmagazins Einblick:

☎ einblick@kirche-in-frechen.de



# Katholische Kirche in Frechen

## Öffnungszeiten unserer Kirchen



### Öffnungszeiten unserer Kirchen:

**HEILIG GEIST**, Hubert-Prött-Str. 200

**HILDEBOLDKIRCHE**, Spechtweg 1-5

**ST. ANTONIUS V. PADUA**, Antoniusstr. 9

**ST. AUDOMAR**, Kölner Str. 3

**ST. MARIÄ HIMMELFAHRT**, Matthias-Werner-Str. 13

**ST. MARIA KÖNIGIN**, Kirchweg 1

**ST. MAURITIUS**, Lahnstr. 56

**ST. SEBASTIANUS**, Aachener Str. 562

**ST. SEVERIN**, An St. Severin 13

**ST. ULRICH**, Kirchenkamp 5

- zu den Gottesdienstzeiten
- zu den Gottesdienstzeiten
- zu den Gottesdienstzeiten
- täglich 07:00 - 19:00 Uhr (Kerzenkapelle)  
außer Donnerstagvormittag
- täglich 10:00 - 17:00 Uhr
- täglich 10:00 - 17:00 Uhr (Taufkapelle)
- täglich 10:00 - 17:00 Uhr
- täglich 10:00 - 17:00 Uhr (Kerzenkapelle)
- täglich 07:45 - 19:00 Uhr (Taufkapelle)
- täglich 10:00 - 17:00 Uhr (Kerzenkapelle)

### Die aktuellen Gottesdienstzeiten

entnehmen Sie bitte den Pfarrnachrichten oder unserer Internetseite:

[www.kirche-in-frechen.de](http://www.kirche-in-frechen.de)

