

# Depesche 49

Weihnachtsausgabe 2024

Aachener Nachbarschaftsring e. V.  
An der Schanz 1 – Welthaus-  
52064 Aachen  
Tel. 0241/88914-29

## Wir Öcher Frönnde sind ...

*... ein regionaler Nachbarschaftsring. Wir fördern das gemeinschaftliche Miteinander von Bürgerinnen und Bürgern jeden Alters. Dies gelingt, indem unsere Mitglieder am Alltag der anderen teilhaben, einander unterstützen und entlasten: Ob beim Einkauf oder als Begleitung zu Arztterminen, ob im persönlichen Gespräch oder bei einem erholsamen Spaziergang – unser soziales Netzwerk bringt Jung und Alt zusammen*

Der Frönnde Tipp.....	1
Büroöffnung zum Jahreswechsel.....	2
Neue Kraft im Büro .....	2
Abrechnungen 2024 .....	2
20 Jahre Öcher Frönnde Film & Fotos.....	3
Allerheiligen am Frönnde Grabmal .....	3
Termine Capacitar .....	4
Öcher Frönnde AOK Förderpreis gewonnen	4
Danke für die Spenden im Jahr 2024 .....	5
Nachruf auf Annemarie Kother .....	5
Termine 4. Quartal.....	6

*Wir wünschen besinnliche Feiertage & ein glückliches Neues Jahr 2025!*



## Der Frönnde Tipp



Lasst euch den traditionellen Weihnachtsbraten schmecken!

Oder esst ihr schon fleischlos oder ihr wollt es mal probieren?

Viele Aachener und Aachenerinnen haben fleischlose Rezepte für viele Gelegenheiten zusammengestellt, so findet man z.B. auch Rezepte von Michael Nobis von Nobis Printen oder unserer jetzigen Oberbürgermeisterin Sibylle Keupen.

Wo findet ihr das? Unter <https://aachenkochtfair.de/> mit vielen weiteren Tipps für faires Essen!



# Depesche 49

Weihnachtsausgabe 2024

## Büroöffnung zum Jahreswechsel

Am Montag, den 23.12.2024 ist das Büro geöffnet. In der Woche zwischen Weihnachten und Silvester bleibt das Büro geschlossen. Ab Freitag, 03.01.2025, gelten wieder die normalen Öffnungszeiten. *Das Büroteam*

## Neue Kraft im Büro



Wir möchten euch über eine personelle Änderung in unserem Büro informieren.

Aus persönlichen Gründen wird Gitte Muhl zur Zeit nicht mehr für uns im Büro tätig sein können. Wir möchten uns ganz herzlich für ihre jahrelange Unterstützung bei der Büroorganisation bedanken!

Wir konnten für diese Arbeit ab sofort Stephan Louis gewinnen, der uns tatkräftig unterstützen wird und sich schon auf seine neue Aufgabe freut.

## Abrechnungen 2024

Bitte bis Ende Januar 2025 alle Abrechnungen ins Büro bringen!

Das Büroteam sagt Danke 😊!



# Depesche 49

Weihnachtsausgabe 2024

## 20 Jahre Öcher Frönnde Film & Fotos

### Bei Interesse:

Im Büro liegen USB -Sticks die gegen ein Pfand von 5 Euro ausgeliehen werden oder für 5 Euro erworben werden.

Auf den Sticks sind 98 ausgewählte schöne Fotos und der kleine Film von Virgilius Visku von unserer Jubiläumsfeier gespeichert.



Und so sehen die Sticks aus!



## Allerheiligen am Frönnde Grabmal

Wie jedes Jahr trafen wir uns an Allerheiligen wieder zum Besuch des Grabmals der Öcher Frönnde und anschließendem Spaziergang im Westfriedhof. Wir waren insgesamt 12 Personen.

Mit der anschließenden Einkehr in der Traditionsgaststätte "Zum Wehrhaften Schmied" waren wir sehr zufrieden, das Essen war schmackhaft und das Ambiente passend.

Vielen Dank an Rita Maria für die Planung und Organisation. *Monika Lang*



# Depesche 49

Weihnachtsausgabe 2024

## Termine Capacitar

CAPACITAR – was ist das?

Capacitar kommt aus dem Spanischen und bedeutet übersetzt: Ermutigen, empowern, sich selbst zu befähigen, und so die eigenen Lebenskräfte zu stärken. Das Grundanliegen von Capacitar ist es, an der Balance und Einheit von Körper-Geist-Seele zu arbeiten und dadurch eine ganzheitliche Heilung und Frieden mit sich selbst, der Gemeinschaft und der Welt zu ermöglichen.

Leitung: Simone Brütting

Termine: jeweils 16:00-17:30 Uhr:

**Mittwoch, 15.01.2025**  
**Mittwoch, 05.02.2025,**

Ort: Büro der Öcher Frönnde im WeltHaus Aachen e.V., An der Schanz 1, 52064 Aachen.

Anmeldung: Bitte Anmeldung jeweils bis zum Freitag davor unter 0241-8891429.

## Öcher Frönnde AOK Förderpreis gewonnen

Unser Nachbarschaftsring "Öcher Frönnde" hat den AOK-Förderpreis "Gesunde Nachbarschaften" 2024 gewonnen!



Zur Erinnerung:

Der Nachbarschaftspreis wird jährlich von Netzwerk Nachbarschaft in Kooperation mit der AOK Rheinland/Hamburg ausgelobt. Gefragt sind Gemeinschaftsprojekte, die allen Menschen im Quartier zugutekommen und dabei helfen, gesünder zu leben und das soziale Miteinander zu stärken.

Hier gibt es mehr Informationen: [AOK Förderpreis Öcher Frönnde](#)

**Unsere Initiative zählt und wird mit 800 € unterstützt! Wir bedanken uns ganz herzlich dafür!**

# Depesche 49

Weihnachtsausgabe 2024

## Danke für die Spenden im Jahr 2024

Wir danken allen Spenderinnen und Spendern, die uns im Jahr 2024 mit Zeit-, Sach- und Geldspenden bedacht haben. Bis zu einem Betrag von 300 € genügt für den Nachweis beim Finanzamt die Einzahlungsquittung oder der Kontoauszug. Auch die Mitgliedsbeiträge können beim Finanzamt steuermindernd geltend gemacht werden.

*Der Vorstand*

Spenden   
Danke

## Nachruf auf Annemarie Kother

Mit großer Trauer nehmen wir Abschied von Annemarie Kother, die im Alter von fast 91 Jahren von uns gegangen ist.



Annemarie war über viele Jahre eine prägende Persönlichkeit in unserem Verein. Als engagiertes Vorstandsmitglied hat sie maßgeblich dazu beigetragen, unsere Gemeinschaft zu stärken und voranzubringen. Auch nach ihrem Rückzug aus der aktiven Mitgliedschaft blieb sie uns eng verbunden und wurde aufgrund ihrer Verdienste zum Ehrenmitglied ernannt.

Im letzten Jahr war Annemarie zunehmend auf Unterstützung angewiesen. Da sie keine Angehörigen mehr hatte, war es uns eine Herzensangelegenheit, ihr in dieser Zeit zur Seite zu stehen.

Wir werden Annemarie als warmherzige, tatkräftige und stets hilfsbereite Öcher Frönndin in Erinnerung behalten. *Der Vorstand*

Die **Beisetzung findet am 03.01.2025 um 12:00 Uhr auf dem Westfriedhof I** statt. Start ist an der Kapelle am **Westfriedhof II** auf der rechten Seite des Friedhofs (stadtauswärts, vom P&R-Parkplatz aus nach rechts hinter dem Blumenladen). Von dort aus gehen wir ca. 500 Meter den Fußweg und begleiten die Urne hinüber zum Westfriedhof I, zum Grabmal der Öcher Frönnde.

**Das Trauer Café ist um 13:00 Uhr im Bistrot Karawane an der Jakobskirche reserviert**, dafür bitte wegen der Anmeldung der Anzahl der Teilnehmenden anmelden bis zum 22.12.2024 per Mail: [oecher-froennde@web.de](mailto:oecher-froennde@web.de) oder telefonisch auf AB: 0241 8891429.

# Depesche 49

Weihnachtsausgabe 2024

## Termine 4. Quartal

### Frönnde Treffs

**Spaziergänge am 1. Freitag im Monat und/oder Einkehr im Cafe-Restaurant Hangeweiher**

Joke und Wilhelm sind immer dabei oder werden vertreten und freuen sich auf gute Gespräche. Gehstrecke und Geschwindigkeit werden stets den Bedürfnissen unserer Mitglieder angepasst. Joke Knauf

**07. Februar**

- Treffpunkt Eingang Hangeweiher Park, 15.00 Uhr.

**07. März**

- Treffpunkt Eingang Hangeweiher Park, 15.00 Uhr.

Anmeldungen wegen der Tischreservierung bitte bis zum jeweiligen Freitag um 11.00 Uhr im Büro oder bei Joke direkt.



### Sonntagessen

**23. Februar, 11.30 Uhr**

Gemeinschaftsraum bzw. Dachterrasse in der LebensWeGe Mataréstr. 14  
Anmeldung jeweils bis zum Mittwoch davor 15.00 Uhr



### Spielenachmittage

**Freitag, 31. Januar, 14.00 bis 17.00 bei Irene**

Anmeldung bis 3 Tage vorher. Die Adresse wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.



#### Kontakt

Öcher Frönnde e.V., Aachener Nachbarschaftsring  
An der Schanz 1 – im Welthaus  
52064 Aachen  
+49-241-88914-29 (AB)

*Bürozeiten: Montag und Freitag 10.00-12.00 Uhr  
Mittwoch 14.00-15.30 Uhr*

#### Bankverbindung

Sparkasse Aachen

IBAN: DE1839050000048262513

BIC: AACSD33XXX

[www.oecher-froennde.de](http://www.oecher-froennde.de)  
[oecher-froennde@web.de](mailto:oecher-froennde@web.de)