



Depesche 27

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

Wir Öcher Frönnde sind ein regionaler Nachbarschaftsring, der das gemeinschaftliche Miteinander von Bürgerinnen und Bürgern jeden Alters fördert. Dies gelingt, indem unsere Mitglieder am Alltag der anderen teilhaben, einander unterstützen und entlasten: Ob Einkauf oder die Begleitung zu Arztterminen, ob persönliches Gespräch oder erholsamer Spaziergang –

unser soziales Netzwerk bringt Jung und Alt zusammen.

- Ausflug 2019
- Mitgliederversammlung 2019
- Teuerung des Postversandes
- Freizeit mit Öcher Frönnden
- Workshop „Capacitar“
- Tanz im „KuKuK“
- Weltfest im Welthaus
- Sommerfest des Welthaus e.V.
- Termine: Sonntagsessen
- Termine: Gelegenheiten Frönnde zu treffen
- Kontakt und Bankverbindung

Einladung zum Ausflug am Sonntag, 25.08.2019

Unser, in diesem Jahr wieder barrierearmer Ausflug, wird uns ins Museum „Zinkhütter Hof“ in Stolberg führen. Wir sehen dort Industrie-, Wirtschafts- und Sozialgeschichte. Im Ausflugsbus können 20 Personen mitfahren. Bitte bei der Anmeldung unbedingt angeben, ob ein Rollator mitgebracht wird und ob dieser eventuell klappbar ist. Mit einer Eigenbeteiligung von 10 € können sich die Mitglieder ab sofort anmelden. Geboten werden die Busfahrt im eigenen Bus, Frühstücks- und Mittagsbrunch, Getränke und Kaffee/Tee, Museumseintritt und eine Führung im Museum.



Abfahrt 9.30 Uhr: Parkplatz Welthaus

Rückkehr 15.00 Uhr: Parkhaus Welthaus

Anmeldung: bis 03.07.2019 durch:

- **entweder** Barzahlung von 10 € im Büro
- **oder** Überweisung von 10 € auf das Konto der Öcher Frönnde unter Angabe des Verwendungszwecks: „Ausflug 2019“. Die Kontonummer steht auf der letzten Seite dieser Depesche.

Im Museum werden wir zwischen 10.00 und 11.00 Uhr am Brunch-Bufferet frühstücken. Von 11.00 bis 12.30 Uhr werden wir durch das Museum geführt. Nach der Führung werden wir zwei Stunden das gemütliche Zusammensein genießen und dabei gemeinsam vom Buffet zu Mittag essen und Kaffee trinken. Um 14.30 Uhr geht es mit unserem Bus zurück zum Parkplatz des Welthauses, Ankunft etwa 15.00 Uhr. Lilo Dehnhardt

Depesche 27

Bericht von der Mitgliederversammlung 2019



Es trafen sich 19 Öcher Frönnde, um im Gemeinschaftsraum der LebensWeGe eG mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken, den Preisgewinn im Wettbewerb „Einsam? – Zweisam? – Gemeinsam!“ zu feiern.

Monika Lang bei der Preisverleihung in Berlin zusammen mit der Bundes-Familienministerin Dr. Franziska Giffey und dem BAGSO-Vorsitzenden Franz Müntefering

Im Anschluss daran begann die Mitgliederversammlung. Simone Brütting, die zweite Vorsitzende, übernahm die Moderation, nachdem Monika Lang, unsere Vorsitzende, alle Anwesenden begrüßt hatte. Helga Inden führte das Protokoll. Der Rechenschaftsbericht von 2018 wurde von Monika Lang vorgelesen. Die KassenprüferInnen hatten die Kasse geprüft und empfahlen die Entlastung des Vorstandes. Der Vorstand wurde von den Mitgliedern einstimmig entlastet.

Danach wurden der bisherige Vorstand und Beirat in alter Zusammensetzung mit überwältigender Mehrheit wiedergewählt.

Die Vorsitzende erläuterte den Wirtschaftsplan für 2019, der einstimmig angenommen wurde. Aus den Vorschlägen für den Jahresausflug 2019 ist von den Mitgliedern diesmal der Ausflug nach Stolberg zum Museum „Zinkhütter Hof“ einstimmig gewählt worden. Er ist auch für Mitglieder mit Geheinschränkungen geeignet. Der Vorstand

Teuerung des Postversandes

Leider ist der Postversand erheblich teurer geworden. Die günstige „Infopost“ wurde zuerst bei der Post und jetzt auch bei unserem alternativen Briefdienst abgeschafft. Für unseren Zeitungsversand müssen wir das ganz normale Einzelbriefporto entrichten. Deshalb hat der Vorstand vorgeschlagen, alle Mitglieder, die keine Mailadresse haben und die Zeitung in Papierform per Postversand haben möchten zu bitten, dafür 5 Euro im Jahr zu bezahlen. Mit dieser Lösung vermeiden wir eine Erhöhung des Grund - Mitgliedsbeitrages von 12.- € /Jahr.

Liebe Mitglieder, was ist zu tun?

- Alle Mitglieder, die einen höheren Mitgliedsbeitrag als den Grundbeitrag von 12.- € bezahlen, bekommen die Zeitung weiterhin auf Wunsch per Post und müssen hier nicht weiterlesen.
- Alle Mitglieder mit bisherigem Postversand übermitteln uns bitte eine Mailadresse.
- Allen Mitgliedern, die keine Mailadresse mitteilen können, stellen wir die Papierausgabe der Zeitung gegen Abholung im Büro bereit, immer eine Woche vor Beginn des nächsten Quartals.
- Alle Mitglieder, die den Postversand weiterhin benötigen/wünschen, bezahlen im Büro bitte pro Jahr bar 5 € ein oder überweisen 5 € auf unser Bankkonto mit dem Verwendungsnachweis: „Postversand“ oder passen ihre Einzugsermächtigung an.
- Bei allen zukünftigen neuen Mitgliedern wird die Postversandpauschale beim Beitritt erhoben und im Falle einer Einzugsermächtigung mit dem Jahresbeitrag eingezogen.

Depesche 27

Freizeit mit Öcher Frönnden



Wir sammeln im Büro Kontaktwünsche von Mitgliedern mit gleichen Interessen für Hobbys und in der Freizeitgestaltung und verbinden die Mitglieder untereinander. Das Büroteam

Aktuell: Ein Mitglied geht gerne ins Theater und sucht Gleichgesinnte.



Workshop „Capacitar“

Simone bietet eine Fortsetzung des Workshops vom März an. Sie wird den Workshop so gestalten, dass er sowohl für Teilnehmer, die schon einmal dabei waren, als auch für Mitglieder, die sich zum ersten Mal anmelden, interessant sein wird.

„Capacitar“ hilft Menschen, mit einfachen Übungen ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Simone führt mit uns gemeinsam einfache Atemübungen, Körperbewegungen, Meditationsübungen, Akupressur und Fingerhaltungen durch. Bitte bequeme Kleidung tragen! Bitte – wenn vorhanden - die Kopien vom letzten Workshop mitbringen. Dienstag, **03.09.2019**, 15.30 – 17.00 Uhr. Vorher, 15.00 Uhr, Kaffeetrinken im Büro. **Anmeldung bis Mittwoch, den 28.08.2019, 15.30 Uhr im Büro.** Simone Brütting

Tanz im „KuKuK“ mit Uli Tischer von der Alzheimergesellschaft

Viele kennen Uli Tischer von der Alzheimergesellschaft. Sie hat mit uns Frönnden schon 2 Workshops über Demenz durchgeführt. Im KuKuK, Kunst und Kultur im Köpfchen, im ehemaligen Deutschen Zollhaus an der Eupener Straße, organisiert sie am Samstag, **21.09.2019** von 18 bis 22 Uhr eine „Tanzfête für Alle“, für Menschen mit oder ohne Demenz. Bitte in der Woche davor im Büro nachfragen, ob der Termin so geblieben ist. Monika Lang

Weltfest im Welthaus, veranstaltet vom Eine Welt Forum

Das Fest am Sonntag, den **07.07.2019** im Welthaus, beginnt um 13.00 Uhr mit japanischem Taiko-Trommeln. Auf dem Parkplatz stellen sich Initiativen rund um die Eine Welt vor. Es gibt Vorträge, Workshops und Bastelaktionen für Kinder und Erwachsene, balinesischen Tanz, marokkanische Spezialitäten und Vieles mehr. Alle Angebote sind kostenfrei, die kulinarischen Genüsse werden für kleines Geld angeboten und für Unterhaltung ist gesorgt. Zum Abschluss spielt auf der Bühne im Garten die bekannte Gitarristen - Gruppe „Schlagsaiten - Quantett“ von 19.00 – 20.00 Uhr. Wir Frönnde treffen uns um 13.00 Uhr vor der Bühne. Anmeldung nicht erforderlich. Monika Lang

Sommerfest des Welthaus e.V. für alle Mitglieder und Mieter

Lea Heuser, die neue Geschäftsführerin im Welthaus, organisiert für alle Mieter und Mitglieder im Welthaus e.V. ein Sommerfest. Es wird am Samstag, den **10.08.2019** von 18.00 – 22.00 Uhr gefeiert. Alle Initiativen werden gebeten einen Beitrag zum Essen beizusteuern. Für Live-Musik und Getränke ist gesorgt. Bitte meldet Euch im Büro an, wenn Ihr mitfeiern und/oder einen Beitrag zum Essen mitbringen wollt! **Rückmeldung bitte bis 12.07.2019.** Der Vorstand

Depesche 27

Termine Juni bis September 2019

Sonntagsessen

Sonntagsessen finden immer, wenn nicht ausdrücklich anders angegeben, am letzten Sonntag im Monat von 11.00 - 15.00 Uhr statt. **Anmeldung bis spätestens am Mittwoch davor um 15.30 Uhr im Büro einreichen.** Anmeldungen sind verbindlich, anfallende Kosten müssen bei nicht rechtzeitiger Absage getragen werden! Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, Gäste sind willkommen.

- 30.06.2019 Rita Maria kocht** Salat der Saison, Variation von sommerlichen Gemüsen und Tofu
Dessert
- 28.07.2019 Monika und Irene grillen** Sommerliches Grillen, Fisch, Fleisch, Brot und Getränke werden vom Verein gestellt. Die TeilnehmerInnen bringen Salate und Nachtische mit. **Anmeldung wie beim Sonntagsessen**
- 25.08.2019 Ausflug zum Zinkhütter Hof** Frühstück und Mittagessen vom Buffet
Siehe Seite 1

Gelegenheiten Frönnde zu treffen

- Sonntag, **07.07.2019 Weltfest im Welthaus, 13.00 – 20.00 Uhr**
Frönnde - Treffpunkt 13.00 Uhr vor der Bühne,
siehe Seite 3, Anmeldung nicht erforderlich
- Samstag, **10.08.2019 Sommerfest Welthaus e.V., 18.00 – 22.00 Uhr,**
siehe Seite 3, bitte Rückmeldung bis 12.07.2019
- Dienstag, **03.09.2019 Workshop „Capacitar“, 15.00 – 17.00 Uhr,**
siehe Seite 3, Anmeldung bis Mittwoch, den 28.08.2019
- Samstag, **21.09.2019 Tanz im „KuKuK“, 18.00 -22.00 Uhr**
siehe Seite 3, Anmeldung nicht erforderlich

<p>Kontakt Öcher Frönnde e.V., Aachener Nachbarschaftsring An der Schanz 1 – im Welthaus 52064 Aachen +49-241-88914-29</p> <p><i>Bürozeiten:</i> Montag und Freitag 10.00-12.00 Uhr Mittwoch 14.00-15.30 Uhr Außerhalb unserer Bürozeiten besteht die Möglichkeit eine Nachricht auf unseren AB zu sprechen.</p>	<p>Bankverbindung Sparkasse Aachen</p> <p>IBAN: DE18390500000048262513 BIC: AACSD33XXX</p> <p>www.oecher-frönnde.de oecher-frönnde@web.de</p>
--	---