



Depesche 47

3. Quartal 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
Öcher Frönnde im Radio	2
Bericht Mitgliederversammlung.....	2
Danke für die Spende	2
Termine Capacitar	3
Bericht: Der kleine Ausflug	3
Weltfest im Welthaus	4
Wildgemüse und Heilkräuter.....	5
Termine 3. Quartal.....	6

Der Frönnde Tipp

Am 10. Mai war ein Filmteam von **RTL West** bei den Öcher Frönnden. Bei herrlichem Wetter wurden wir an verschiedenen Orten interviewt. Der Beitrag zum Thema **Ehrenamtlich helfen** heißt „Mitglieder helfen sich und sammeln dabei Punkte.“ Wo findet man das Video?

Natürlich auf unserer Website unter Aktuelles vom 22.05.2024 oder direkt über den Link: t1p.de/Film-RTL



Depesche 47

3. Quartal 2024

Öcher Frönnde im Radio

Am Freitag, den 12.04.2024, war Monika Lang im Deutschlandfunk in Köln Studiogast in der Sendung "Lebenszeit" zum Thema "Füreinander da sein, Zeittauschbörsen als Modell für ehrenamtliches Engagement".

Die Direktübertragung wurde von 10.00 - 11.30 Uhr gesendet und ist in der Mediathek noch längere Zeit hörbar.

Der Beitrag ist unter diesem Link erreichbar: [Öcher Frönnde im Deutschlandfunk](#) oder auf unserer Homepage: www.oecher-froennde.de unter **Aktuelles** vom 15.04.2024.

Bericht Mitgliederversammlung

Am 27. Mai trafen sich 15 gut gelaunte Frönnde und freuten sich auf ein gemeinsames Abendessen. Doch davor gab es noch Einiges abzarbeiten. Der Jahresabschluss 2023 – sowohl die Inhalte als auch die Finanzen - wurde dargelegt und mit den Mitgliedern diskutiert. Alle Fragen konnten zur Zufriedenheit der Mitglieder geklärt werden und so erfolgte die Entlastung des Vorstandes einstimmig. Zur Vorbereitung unserer 20 Jahre Feier im September wurde eine Arbeitsgruppe gebildet.

Vor der Mitgliederversammlung der Öcher Frönnde hat auch der Verein Ewige Ruhe – der sich um das Grabmal der Öcher Frönnde kümmert - seine Mitgliederversammlung abgehalten. Hier übernimmt Monika Lang die Aufgabe der bisherigen Schatzmeisterin. Bernd Böhm und Rita Maria Erken wurden in ihren Ämtern als 1. Vorsitzender und 2. Vorsitzende bestätigt.

Danke für die Spende

Wir bedanken uns für die großzügige Spende bei der Sparkasse Aachen aus PS-Zweckerträgen der Lotterie „PS-Sparen und Gewinnen“.



Depesche 47

3. Quartal 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: **Mittwoch 07.08.2024** und **Mittwoch 11.09.2024**, je 16:00 bis 17:30

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

Anmeldung: Bitte **bis Ende Juni 2024** unter 0241-8891429

Bericht: Der kleine Ausflug

Am 19. April fuhren neun Teilnehmer ins Töpfereimuseum Langerwehe mit einer entspannten Anreise mit dem Zug bzw. Privatauto von Aachen aus.

Zunächst gab es eine sehr interessante Führung durch die Ausstellung zur Geschichte der Töpferei und des Kunsthandwerks in der Region.

Anschließend konnte man bei einer kleinen Vorführung in der Werkstatt dem Töpfer auf die Hände sehen und sich erklären lassen, warum es so einfach aussieht, aber tatsächlich so schwer ist.

Einen Genuss der besonderen Art gab es in der Cafeteria mit Hand getöpftem Geschirr und selbstgebackenem süßem Brot mit Apfel- und Birnenkraut zu köstlichem Kaffee.

In der ersten Etage der alten Töpferei gab es noch eine spannende Führung durch die Kunstaussstellung von modernen Keramiken und alten Kelims.



Depesche 47

3. Quartal 2024

Weltfest im Welthaus

Am 29. Juni findet das Weltfest im Welthaus Aachen statt. Für mehr Informationen siehe: <https://www.1wf.de/weltfest-2024/>



Mit seinem 38. Aachener Weltfest will das **Eine Welt Forum Aachen** Beispiele von Initiativen mutiger Frauen vorstellen, von ihrem Denken und Handeln, ihrer sozialen und ökologischen Praxis, und auf diese Weise Denkanstöße und Argumentationshilfen, aber auch Vorbilder anbieten. Im Zentrum der Veranstaltungen steht das **UN-Nachhaltigkeitsziel** „Geschlechtergleichheit“. Angesprochen werden aber auch die Ziele **Keine Armut, Hochwertige Bildung, Gesundheit und Wohlergehen, Menschenwürdige Arbeit und Wirtschaftswachstum** sowie **Maßnahmen zum Klimaschutz**.

Zwei Beispiele aus dem Programm:

Kleidertausch-Aktion von 14.00 – 18.00 Uhr

Du hast noch gute Kleidung im Schrank, die Dir nicht mehr passt oder gefällt? Oder Schuhe, die noch in Ordnung sind, aber nicht mehr getragen werden? Zu viele Accessoires?

Dann komm bei der Kleidertausch-Aktion vorbei, vielleicht findest Du etwas Passendes. Bringe Deine sauberen und heilen Sachen mit (max. 5 Sachen pro Person) und suche Dir entsprechende andere aus. Von Frauen- und Männermode bis zu Schuhen, Taschen und Accessoires: alles ist dabei!

Mache mit für einen nachhaltigeren Umgang mit Textilien und gegen Fast Fashion!



Depesche 47

3. Quartal 2024

Informationsmarkt am Weltfest

Auf dem Informations- und Bildungsmarkt präsentieren etwa 30 Gruppen und Vereine aus dem Umwelt- und Eine-Welt-Bereich ihre Arbeit und Kunsthandwerk aus aller Welt. Das Eine Welt Forum freut sich, jedes Jahr die Stammgruppen sowie neue Gruppen auf dem Weltfest zu begrüßen.



Der direkte Kontakt und das Gespräch ermöglichen es den Akteur*innen auf dem Informationsmarkt, der breiten Öffentlichkeit konkrete Informationen über ihre Arbeit vorzustellen.

Wildgemüse und Heilkräuter

Natur-Erlebnispaziergang mit einer Naturführerin plus Workshop

Am Montag, 09.09.2024, 15.00 bis 17.30 Uhr, **Anmeldung bis zum 12.07.2024**

Alle Angemeldeten werden nach Anmeldeschluss über den genauen Treffpunkt informiert. Bei zu wenigen Anmeldungen entfällt das Angebot.

Mitten im Gemüsebeet steht der Giersch und wartet darauf, dass ihn endlich jemand aufisst. Roh erinnert sein Geschmack an Petersilie und gekocht schmeckt er wie kräftiger Spinat. Am Wegrand wartet die Schafgarbe auf bauchwehgeplagte Mitmenschen und der Wegerich auf müde Wanderer oder von Mücken Verfolgte. Welche Blätter am besten schmecken und dass gegen fast alles ein Kraut gewachsen ist, erfahren wir beim Sammeln der Kräuter sowie Zubereiten und Genießen von Wildkräutersalat, Grüner Suppe, Wiesenkräuterbutter und Waldkräutertee.





Depesche 47

3. Quartal 2024

Termine 3. Quartal

Frönnde Treffs

Spaziergänge am 1. Freitag im Monat und/oder Einkehr im 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

05. Juli
02. August
06. September

Treffpunkt immer 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.



Sonntagsessen

30. Juni, 11.30 Uhr
25. August, Sundowner, 17.00 Uhr

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



Weltfest im Welthaus

Samstag, 29. Juni, 14.00 bis 20.00 Uhr

Ort: Welthaus Aachen, An der Schanz 1, keine Anmeldung erforderlich



Wildgemüse und Heilkräuter

Natur-Erlebnisspaziergang mit einer Naturführerin plus Workshop

Montag, 09. September, 15.00 bis 17.30 Uhr

Anmeldung bis zum 12.07.2024



20 Jahre Öcher Frönnde

Sonntag, 22. September 2024

Eine separate Einladung an alle Mitglieder folgt



Spielenachmittage

Freitag, 27.09.2024, 14.00 bis 17.00 bei Irene

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



<p>Kontakt Öcher Frönnde e.V., Aachener Nachbarschaftsring An der Schanz 1 – im Welthaus 52064 Aachen +49-241-88914-29 (AB)</p> <p><i>Bürozeiten: Montag und Freitag 10.00-12.00 Uhr</i> <i>Mittwoch 14.00-15.30 Uhr</i></p>	<p>Bankverbindung Sparkasse Aachen</p> <p>IBAN: DE1839050000048262513 BIC: AACSD33XXX</p> <p>www.oecher-froennde.de oecher-froennde@web.de</p>
--	--