

DEPESCHE⁴

Der Aachener Nachbarschaftsring „Öcher Frönnde e.V.“ ist ein Netzwerk von Bürgern, die sich gegenseitig helfen. Er ist eine Form der modernen Nachbarschaftshilfe, in der Selbsthilfe wie Solidarität im Vordergrund stehen. Unser Nachbarschaftsring unterstützt Eigenverantwortung. Er stellt eine Infrastruktur für Selbsthilfe und ehrenamtliches Engagement zur Verfügung.

Ausflug ins Flachsmuseum



Bei wunderschönem Sommerwetter stiegen die Öcher Frönnde in den gemieteten Bus und ließen sich nach Wegberg ins Flachsmuseum fahren. Herr Wartmann führte uns unterhaltsam und informativ durch das kleine, feine Museum. Nach einem gemütlichen Spaziergang am Bachlauf entlang stärkten wir uns in der Ophover Mühle unter Platanen am Mühlteich. Bei dieser Gelegenheit wurde dann ausgiebig „geflachst“. Ein gelungener Tag! Vielen Dank an Helga, die alles organisiert hat. Eva Worbs

Impressum

Aachener Nachbarschaftsring Öcher Frönnde e.V., An der Schanz 1, 52064 Aachen
www.oecher-froennde.de - oecher-froennde@web.de
Tel: 0241/889-1429 (AB) Redaktion: Lilo Dehnhardt, Monika Lang,
Redaktionsschluss für die Depesche 5: 09. Dezember 2013

Fröndetreffs



Damit genug Plätze und Kuchen bereitgestellt werden kann, bitten wir alle Frönnde, sich zum Fröndetreff eine Woche vorher im Büro anzumelden. Die gewohnten telefonischen persönlichen Einladungen können zurzeit nicht durchgeführt werden. Der Vorstand

08. Oktober 2013, 15.00 Uhr

Gemütliches Kaffeekränzchen im Cafe Mundo im Welthaus

12. November 2013, 15.00 Uhr



Information: „Hören macht Verstehen“
„Zentrum für Hörgeschädigte“
Talbotstraße 13, 52068 Aachen

„Sonntagsessen- selbstgekocht“

Am 29. September 2013 gibt es noch einmal eine Gelegenheit mit dem bisherigen jahrelang engagierten Kochteam zu kochen. Danach macht das Team erst mal Pause, sammelt neue Kräfte und lässt sich von den neuen Köchinnen im nächsten Quartal vegetarisch und/oder vegan verwöhnen.

Schon jetzt sagen wir dem bisherigen Team „Herzlichen Dank!“ für den jahrelangen großartigen Einsatz und die Vorbereitung der vielen abwechslungsreichen Menüs. Ein spezieller Dank vom Vorstand wird noch folgen.



Da die Teilnehmerzahl auf 10 - 12 Personen beschränkt ist, raten wir zu einer frühzeitigen Anmeldung. Anmeldungen zum Essen erfolgen ausschließlich über das Büro immer bis zum Mittwoch davor spätestens um 15.30 Uhr. Diese werden danach an die verantwortlichen Köchinnen weiter gegeben.
Die Köchinnen

Sonntagsessen – Menüplan

27. Oktober 2013 – vegetarisch, Lilo für 12 Personen

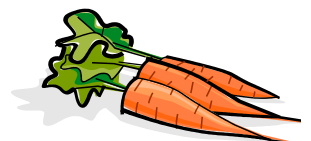
Chicoréesalat
Ratatouille mit Hirse
Mascarpone mit Baisers, Himbeeren und Schokostreuseln



24. November 2013 – vegan, Rita für 10 Personen

Diverse Gemüsevariationen mit 5 Geschmacksrichtungen

Winterspinat mit Pinienkernen
Karolus-Senf-Süppchen
diverse Gemüse
Printenparfait



Herzliche Einladung zu MISEREOR!



Liebe Öcher Frönninnen und Frönnde!

Das Bischöfliche Hilfswerk MISEREOR der katholischen Kirche lädt uns herzlich ein, die Arbeit für und mit den armen Menschen des Südens kennen zu lernen.

Wir erfahren etwas über die Geschichte MISEREORs, für wen sich MISEREOR engagiert, woher das Geld für die Projekte stammt, wie viel für die Projekte, Verwaltung etc. ausgegeben wird und was MISEREOR sonst noch bewegt.

Jörg Siebert, Referent der Bildungsabteilung, beleuchtet im zweiten Teil die Situation der älteren Armen weltweit und anhand eines Projektbeispiels aus México. Wir gehen der Frage nach, was wir hier in Deutschland von den älteren Menschen im Süden lernen können.

Im Anschluss können Fragen zu den Präsentationen gestellt werden und wir haben Raum zur Diskussion.

Am 10.10.2013 treffen wir uns um 10:00 Uhr in der Eingangshalle der Geschäftsstelle in der Mozartstr. 9. Wer mag, kann danach die Kapelle und die MISEREOR-Bibliothek aufsuchen.

Alle Räume können problemlos mit Rollator oder Rollstuhl erreicht werden. Anmeldungen bitte im Büro bis Montag, 30. September 2013. Simone Brütting

Ehrenwert

In diesem Jahr wird am 6. Oktober zwischen 11 und 18 Uhr in der Innenstadt zum 2. Mal „Ehrenwert – Aktionstag der Aachener Vereine“ von der Stadt Aachen ausgerichtet. Auf dem Markt, Katschhof, Münsterplatz, dem Hühnermarkt, am Eisenbrunnen, auf dem Hof, am Holzgraben, auf der Ursuliner- bzw. Hartmannstrasse und der Annastrasse präsentiert sich eine bunte Mischung an Vereinen aus den Bereichen Sport, Karneval, Soziales, Kultur, Umwelt und Rettungswesen mit einem eigenen Stand den Besuchern. Für die Unterhaltung sorgt zusätzlich ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm mit vielen bunten Attraktionen.



Die Öcher Frönnde stehen in der Ursulinerstrasse 1, zwischen Nobis am Münsterplatz und dem DM Markt Ursulinerstrasse. Öffentlichkeitsarbeit

Adventssingen

Wir laden zum Adventssingen 2013 ein. Es findet diesmal im Hotel Buschhausen, Adenauerallee 215, 52066 Aachen, statt.



Kaffee und Kuchen bezahlen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer selbst, der Verein gibt an alle einen Glühwein (mit oder ohne Alkohol) aus. Der Vorstand

Depesche 4, Aachener Nachbarschaftsring Öcher Frönnde e.V. September / 2013

Termine

Oktober 2013

06.10. Sonntag, 11 – 18 Uhr	Ehrenwert, s. S. 3 in der Innenstadt stellen sich Vereine vor. Wir, die Öcher Frönnde, stehen in der Ursulinerstrasse 1. Wir freuen uns auf Ihren/Euren Besuch!
08.10. Dienstag, 15 Uhr	Fröndetreff, s. S. 2 Kaffeetrinken im Café Mundo Eine Woche vorher bitte anmelden! Gäste sind herzlich willkommen!
10.10. Donnerst., 10 – 12 Uhr	Misereor, s. S. 3 Eine-Welt-Arbeit im dritten Lebensalter Vortrag und Diskussion Anmeldung im Büro der Öcher Frönnde bis Mo. 30.Sept.
27.10. Sonntag, 11 – 15 Uhr	Sonntagsessen selbstgekocht Menü vegetarisch s. S. 2 Anmeldungen bis Mittwoch 15.30 Uhr im Büro (4 Tage vorher)

November 2013

12.11. Dienstag, 15 Uhr	Fröndetreff - Infoveranstaltung „Zentrum für Hörgeschädigte“ s. S. 2 Talbotstr. 13, 52068 Aachen Anmeldung eine Woche vorher im Büro. Gäste sind herzlich willkommen!
24.11. Sonntag, 11 – 15 Uhr	Sonntagsessen selbstgekocht Menü vegan s. S. 2 Anmeldungen bis Mittwoch 15.30 Uhr im Büro (4 Tage vorher)

Dezember 2013

10.12. Dienstag, 15 – 17 Uhr	Adventssingen, s. S. 3 Hotel Buschhausen Eine Woche vorher bitte im Büro anmelden. Gäste sind herzlich willkommen!
-------------------------------------	---

7. Kontakt

Öcher Frönnde - Aachener Nachbarschaftsring e.V.

im Welthaus, An der Schanz 1, 52064 Aachen, Tel: 0241 / 889 14-29

Bürozeiten: Montag und Freitag von 10-12 h und Mittwoch von 14-16 h

www.oecher-froennde.de - oecher-froennde@web.de

Sparkasse Aachen, BLZ 390 500 00, Konto 482 625 13

Depesche 4, Aachener Nachbarschaftsring Öcher Frönnde e.V. September / 2013