



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 und Solidarität im Vordergrund stehen. Der Nachbarschaftsring unterstützt Eigenverantwortung und stellt eine Infrastruktur für Selbsthilfe und ehrenamtliches Engagement zur Verfügung.

Inhalt	Seite
1. Wir über uns	
Mitgliederversammlung 2011	2
Mitgliederbeiträge 2011	2
Dank an die SpenderInnen	3
Einladung zum Sommerfest	3
Ehrenamtspässe	3
Öcher Frönnde – Aceh/Lampaseh	4
Tag der Integration	4
Gewinn bei „Ideen Initiative Zukunft“	5
www.vitalindeutschland.de	5
Vereinsorganisation - Fortbildungstage 2011	5
2. Mitgliederforum	
Das neue „Kochteam“ informiert	6
Sonntagsessen – Menüplan	6
Treffpunkte der Frönnde	7
- Frönndetreff	
- Mitglieder-Kultur	
- Mitglieder-Fortbildung	
3. Besinnliches	
Nachruf: Kitty Johns	8
4. Gesucht und Gefunden	
Spargel-Frühlingssalat	8
Münzen aus aller Welt	9
Teilhaben und Mitgestalten - erst recht im Alter	9
Wettbewerb „Alter neu denken“	9
Alter – Krankheit – Tod	9
5. Termine	10
6. Kontakt	10

Impressum

Mitgliederzeitung 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, Annemarie Kother, Monika Lang
Redaktionsschluss: 15. Juni 2011

1. Wir über uns

Mitgliederversammlung 2011



Alle 2 Jahre wählen wir den Vorstand für den Öcher Frönnde e.V. neu. Die Wahlen in diesem Jahr haben den alten Vorstand bestätigt, Monika Lang ist weiterhin Vorsitzende, Annemarie Kother Stellvertreterin, Helga Inden Schriftführerin und Waltraud Bruckisch Kassenführerin. Die 2. Vorsitzende wurde auf eigenen Wunsch nur für ein Jahr gewählt, wir werden auf der Mitgliederversammlung 2012 das Amt neu besetzen. In den Beirat wurden Maren Pidun, Ilse Jacobs, Lilo Dehnhard, Silvia Segesta und Willy Schöder neu gewählt. Doris Thomas-Kupke wurde wieder gewählt. Nicht mehr im Beirat ist Bernd Böhm, der sich aber weiterhin um den Kontakt zum Paritätischen Wohlfahrtsverband, unserem Dachverband, kümmert und uns im Vereinsrecht berät. Auch Siegfried Winands, obwohl nicht mehr im Beirat, berät uns weiterhin in Versicherungsfragen. Das Amt des Kassenprüfers übernimmt Klaus Möbius für Maren Pidun, Helene Gerlach bleibt Kassenprüferin.

Unser Verein wächst, ist finanziell ohne Sorgen, besonders wegen der großen Spendenbereitschaft unserer Mitglieder, die damit auch unsere Arbeit im Vorstand gerne anerkennen. Gewonnene Wettbewerbe und eingeworbene Spenden von Sponsoren, zum Beispiel der Sparkasse Aachen, sichern unseren Haushaltsplan. Wir leisten viele Unterstützungsstunden für Mitglieder, die dadurch länger in der eigenen Wohnung verbleiben können. Wir fördern soziale Kontakte und beugen der Vereinsamung unserer Mitglieder vor. Wir können zu Recht stolz auf uns alle sein.

Es wurde beschlossen, dass unser Frönnde – Ausflug 2011 am Dienstag den 19.07.2011 nach Eupen gehen soll. Inhalte sind eine Begegnung mit der „Deutschsprachigen Gemeinschaft“ und die Besichtigung des Eupener Teils der „Wollroute“. Natürlich wird auch für den leiblichen Genuss gesorgt sein. Genaueres und Anmeldestermine in der nächsten Zeitung.

Alle die zur Mitgliederversammlung nicht kommen konnten, können das Protokoll im Büro einsehen und nachlesen. Monika Lang



Mitgliederbeiträge 2011



Die Beiträge der Mitglieder, die uns eine Einzugsermächtigung erteilt haben, ziehen wir in der **ersten Monathälfte im April 2011** ein.

Alle BarzahlerInnen und ÜberweiserInnen bitten wir, an die Bezahlung der Mitgliederbeiträge zu denken.
Schatzmeisterin, Waltraud Bruckisch

Dank an die SpenderInnen

Wir danken allen, die uns mit Ihrer Zeit-, Sach- oder Geldspende unterstützen. Besonders bedanken wir uns heute bei Frau Sara Zehetner, Printaixpress, für das Angebot, für unseren Verein kostenfrei Drucksachen anzufertigen. Wir müssen nur das Material bezahlen. Als Erstes bekommen wir unser Logo auf unsere 4 neuen „weißen Vereinswesten“ gedruckt. Herzlichen Dank!



PRINTAIXPRESS

Hauptstr. 6
52066 Aachen
Tel.: 0241 / 450 68 540
burtscheid@printaixpress.de

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 9.30 - 19.00 Uhr
www.PRINTaiXPRESS.de

Druckertankstelle • Werbung & Textilveredlung

Wir machen **DRUCK!**
www.PRINTaiXPRESS.de

Einladung zum Sommerfest

Liebe Frönnde, wir laden Euch ein!

Mit einem Sommerfest am **26. Juni 2011 um 16.00 Uhr** möchten wir uns bei Euch für Euer Engagement und die vielen Zeit-, Sach- und Geldspenden bedanken. Der Vorstand

Wir freuen uns über mitgebrachte selbst zubereitete kleine Speisen, wie Salate und Kuchen. Koordination Maren Pidun.
Für Fleisch, Fisch und Getränke sorgt der Verein.



Ehrenamtspässe

Der Ehrenamtspass gewährt besondere Vergünstigungen, Ermäßigungen zwischen 20 % und 100 % bei verschiedenen Angeboten in städtischen Einrichtungen, z. B: Stadttheater, Museen, Puppenbühne, Schwimmbäder, Stadtbibliothek, VHS, Musikschule der Stadt Aachen

Ab April werden wir wieder Ehrenamtspässe für unsere Mitglieder im Büro für bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt in Aachen beantragen. Alle, die jetzt 5 Jahre bei uns sind und ehrenamtliche Arbeit geleistet haben, werden wir persönlich ansprechen und uns das schriftliche Einverständnis für die Weiterleitung ihrer Daten an die zuständige Stelle geben lassen.

Alle Mitglieder, die bereits ehrenamtliche Arbeiten in anderen Vereinen oder Institutionen geleistet haben bevor sie zu uns kamen mögen sich bitte melden. Die 5 Jahre sind auch erfüllt, wenn sie an verschiedenen Stellen geleistet wurden. Der Vorstand

Quartalszeitung des Aachener Nachbarschaftsrings Öcher Frönnde e.V. März / 2011

Öcher Frönnde – Aceh/Lampaseh



In diesem Jahr haben wir uns als inhaltlichen Schwerpunkt das Thema „Integration“ vorgenommen. Dabei haben wir das Glück, dass wir seit letztem Sommer unser Büro im Welthaus mit einer indonesischen Gruppe teilen, der Gruppe, die seit dem Tsunami im Jahr 2004 die Städtepartnerschaft Aachen-Aceh/Lampaseh pflegt.

Zusammen mit Mitgliedern der Öcher Frönnde und Mitgliedern der Gruppe Aceh/Lampaseh existiert seit dem 2. März 2011 eine Gesprächsrunde. Sie wird von unserem Mitglied Frau Vera Keuler, einer deutschen Lehrerin geleitet. Unsere Büronachbarn, die alle bereits deutsch sprechen, möchten Feinheiten der deutschen Sprache einüben. Einige der TeilnehmerInnen studieren hier, andere sind Hausfrauen und schon einige Jahre in Deutschland. Sie stammen aus Java und Sumatra. Jeder bringt eine Kleinigkeit zu essen und zu trinken mit und so ist es eine fröhliche Runde. Frau Keuler bringt interessante Themen ein. So erzählte sie beim ersten Treffen, worin der Karneval seinen Ursprung hat. Oder beim Thema "Hand" wurden Sprichwörter vorgestellt, wie "mit warmer Hand geben". So profitieren alle Teilnehmer von den Gesprächskreisen und tauschen sich zusätzlich über ihre unterschiedlichen Kulturen aus.

4 Nachmittage waren zuerst einmal vorgesehen. Mitte Mai soll es nach einer dann zu treffenden Absprache weitergehen. Wir danken Frau Keuler herzlich, dass sie bereit war, diese ersten Stunden so erfolgreich zu gestalten.

Initiatorin der Gesprächsrunde und unsere Beraterin ist Sri Tunruang, langjähriges Vorstandsmitglied im eine Welt Forum. Sie ist durch eigene Erfahrungen und durch ihre Arbeit mit dem Thema Integration bestens vertraut.

5. Tag der Integration, 15. 05. 2011



Der Tag der Integration hat in Aachen mittlerweile Tradition. Die Stabstelle Integration der Stadt Aachen, das Büro der Regionaldekanen im Bistum Aachen und über 150 Organisationen aus Aachen und Umgebung gestalten diesen Tag gemeinsam. In diesem Jahr sind wir nicht nur Gäste, sondern selbst mit einem Stand dabei und möchten

Menschen unterschiedlicher Nationen und Ihre Kulturen kennen lernen und uns mit anderen Initiativen vernetzen.

Der Tag der Integration findet am Sonntag, den 15. Mai 2011 von 12.00 - 17.00 Uhr in den Räumen des Eurogress statt. Damit wird der Tag der Integration zum ersten Mal mitten in der Stadt in großzügigen Räumlichkeiten präsentiert. Der städteregionale Familientag ist in diesem Jahr erstmals zu Gast beim Tag der Integration.

Alle Besucher erwartet ein buntes und spannendes Familienprogramm mit Zirkuskünstlern, Artisten, Sportlern, Tänzern, Chören aus aller Welt und noch vielem mehr. www.tagderintegration-aachen.de

Gewinn bei „Ideen Initiative Zukunft“



Unter Anderem mit diesem Foto vom Baucamp 2010 haben wir uns beim Unesco Wettbewerb „Ideen Initiative Zukunft“ beworben, wurden nominiert und stellten uns zusammen mit dem Abenteuerspielplatz der Kundenabstimmung im dm-Drogeriemarkt in der Ursulinerstrasse. Wir konnten die größere Stimmenanzahl verbuchen und haben 750 Euro zusätzlich zu den 250 Euro für die Nominierung gewonnen. Das ist nur gelungen, weil viele Öcher Frönnde im täglichen Einsatz vor Ort um die Kundenstimmen geworben haben. An alle einen großen Dank! Wir wollen dem Abenteuerspielplatz etwas von unserem Gewinn abgeben, denn sie sind unsere Freunde und wie wir Mitglieder im Paritätischen Wohlfahrtsverband. Der Vorstand

www.vitalindeutschland.de

Der „Öcher Frönnde e.V.“ und unser „Fröndnetreff“ sind auf dieser Webseite mit zahlreichen weiteren Angeboten für SeniorInnen in Aachen zu finden.

Die vid ist eine gemeinnützig ausgerichtete Initiative der Deutschen Post. Sie würdigt die Lebensleistung älterer Menschen und verfolgt das Ziel, ihnen einen besseren Zugang zu kommunalen Angeboten in allen Bereichen von Kultur, Freizeit und gesellschaftlichem Leben zu verschaffen. Auf der Webseite werden Angebote für Menschen ab 50 veröffentlicht. Die Nutzer können diese Angebote bewerten und kommentieren. Willy Schöder, Pressesprecher.

Vereinsorganisation - Fortbildungstage 2011

Nach den sehr guten Erfahrungen mit der letzten Tagung im November 2010 in Troisdorf soll es auch 2011 wieder ein Fortbildungsangebot für alle, die ehrenamtlich Vorstandsaufgaben im Vereins übernehmen und den Verein weiterentwickeln möchten, geben.

Alle Mitglieder, die daran interessiert sind und sich aktiv für den Verein einsetzen möchten, halten sich bitte die Wochentage der letzten Augustwoche frei und melden bitte im Büro ihr Interesse an einer Teilnahme an. Der Vorstand

Quartalszeitung des Aachener Nachbarschaftsrings Öcher Frönnde e.V. März / 2011

2. Mitgliederforum

Das Neue „Kochteam“ informiert

Hallo liebe Öcher Frönninnen und Frönnde,
wir haben ein kleines Kochteam gebildet und suchen noch weitere KöchInnen. Da sich unsere Sonntagsessen immer größerer Beliebtheit erfreuen, möchte ich heute die Hobbyköchinnen und Köche ansprechen. Wer gerne kocht und es sich zutraut, für bis zu 13 / 14 Frönnde gemeinsam im Team ein leckeres Essen zu bereiten, melde sich bitte. Das Kochteam würde sich freuen. Nur Mut, es macht Spass. Ihr könnt mich anrufen, freitags von 10.00 – 12.00 Uhr im Büro, 0241-889-1429, oder auch gerne privat, Nummer zu den Bürozeiten im Büro erfragen. Ilse Jacobs

Sonntagsessen – Menüplan

24. April 2011 Ilse kocht mit Schweinefleisch



Rote Beete Salat mit Birnen
Gefüllte Minutensteaks, Kroketten, Möhren-Pastinaken-Gemüse
Quarkspeise

29. Mai 2011 Maria kocht mit Pute



Selleriesalat alla Maria
Putenbraten mit Klößen
Paradiescreme mit Himbeeren

26. Juni 2011 Sommerfest



Salate und Kuchen kommen aus den Küchen der Mitglieder,
für Fleisch, Fisch und Getränke sorgt der Verein.

Wir bitten um Antwort bis spätestens Montag den 20.06.2011, 11.30 Uhr.
Maren Pidun, immer am Montag im Büro, koordiniert das Angebot der Speisen, die von den Mitgliedern mitgebracht werden.

Quartalszeitung des Aachener Nachbarschaftsrings Öcher Frönnde e.V. März / 2011

Treffpunkte der Frönnde

Fröndetreff

Im April am **12. April 2011, ab 15.00 Uhr**, treffen wir uns im Aachener Café Haus in der Krämerstrasse. Wir haben die 2. Etage reserviert. Es gibt einen Aufzug.

Im Mai, am **10. 05. 2011, um 15.00 Uhr**, treffen wir uns mit unserem Mitglied Hanna Retzlaff zum „Öcher Verzäll“ im Welthaus, Café Mundo und geniessen selbstgebackenen Kuchen zum Kaffee.

Helene Gerlach

Mitglieder – Kultur

am 14.06.2011 „Expo SOS Planet“

Wir laden Euch zu einer phantastischen Klimawelt-Ausstellung im Lütticher Hauptbahnhof ein. Der informelle Streifzug durch die einzelnen Ausstellungsräume beginnt mit einem Saal der die Schönheit der Erde vor Augen führen möchte. Daneben sind u.a. vom Aussterben bedrohte, lebensgroße präparierte Tiere zu bewundern. Außerdem ist allein schon der Lütticher Bahnhof, Architekt ist der weltberühmte Santiago Calatrava, mit seinem großen Glasdach und der Weltkugel eine Besichtigung wert. Der Preis beträgt 11.- Euro pro Person. Darin enthalten sind Zugfahrt, Eintritt und Führung. Ich würde mich über eine rege Beteiligung freuen. Bei Interesse bitte im Büro melden.

Eure Anneliese Huppertz

<http://www.sos-planet.eu/de/infos.php>



Ausstellungsbesuche in Aachen

Für beide der folgenden Ausstellungen in Aachen gibt es ein Kombieintrittsticket zu 10.-Euro sowie verschiedene Ermäßigungen. Am Mittwoch den 27. April 2011 findet im Suerrmond-Ludwig-Museum eine Führung für Senioren zu 4,00 Euro statt. Wer an einem gemeinsamen Ausstellungsbesuch im Kreise der Frönnde interessiert ist, melde sich bitte im Büro. Anneliese Huppertz

Ludwig Forum für Internationale Kunst Jülicher Straße 97-10 Aachen 52070: „Hyper Real - Kunst und Amerika um 1970“

Eine Zeitreise in das 70er-Jahre-Amerika im Spiegel der Künste. Vorhang auf für die Fotorealisten und ihre Künstlerkollegen um 1970.

Suermond-Ludwig-Museum, Wilhelmstraße 18, 52070 Aachen Leonardo des Nordens - Joos van Cleve

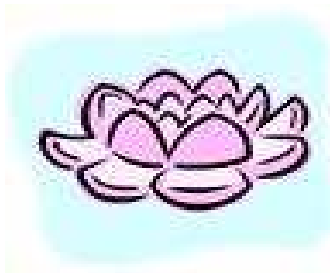
Joos van Cleve unterhielt im zweiten und dritten Jahrzehnt des 16. Jahrhunderts die führende Atelierwerkstatt Antwerpens.

Mitglieder – Fortbildung

Fr. 08.04.2011, 17.00 Uhr, Film: „Die 4. Revolution – Energy Autonomy“

Inhalt: Freie Energie für alle, Demokratisierung der Energieversorgung!
Der engagierte Dokumentarfilm von Carl-A. Fechner basiert auf dem Buch des Trägers des Alternativen Nobelpreises Hermann Scheer. Das Buch stammt aus dem Jahr 2005 und trägt den Titel "Energieautonomie". Der Film ist bereits in den Kinos angelaufen. Mitglieder, die diesen Film gerne im kleinen Kreis sehen möchten, melden sich bitte im Büro. Monika Lang

3. Besinnliches



Unser Mitglied Cato Johns ist gestorben.

*Bedenke stets, dass alles vergänglich ist,
dann wirst du im Glück nicht so friedlich
und im Leid nicht so traurig sein.*

4. Gesucht und Gefunden

Spargel-Frühlingssalat

Ein leckerer Frühlingssalat - Spargel mal anders

- 1 kg weißer Spargel
- 1 Bund Schnittlauch (oder Kerbel)
- Salz, Pfeffer, Zucker
- 1/2 Vanilleschote
- 3 Essl. Limettensaft
- 4 Essl. Nussöl
- 6 Essl. neutrales Speiseöl (Vorschlag: Rapsöl)



Zubereitung: Spargel schälen, holzige Enden abschneiden. In sehr dünne schräge Streifen schneiden. Schnittlauch fein schneiden. Beides in eine Schüssel geben und leicht salzen.

Vinaigrette: Limettensaft, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren, Öl dazugeben, Vanilleschote längs halbieren, Mark auskratzen und unterrühren.

Alles über den Spargel geben und 25 - 30 min. marinieren lassen.

*Guten Appetit, de bonne appetit,
enjoy your food, smakelijk eeten!*

Münzen aus aller Welt



Unsere Silvia hat herausgefunden, wie sie mit unserer Hilfe Geld für krebskranke Kinder spenden kann. Öffnet Eure Schubladen und Schrankfächer und schaut nach, ob da nicht in Kästchen, Beutelchen, Döschen, Säckchen oder Umschlägen noch alte Münzen zu finden sind, die ihr nicht mehr braucht oder längst vergessen habt oder als "Schatz" versteckt habt oder für die Nachkommen aufgehoben habt, die aber mit dem "Kram" nichts anfangen können/wollen. Wenn Ihr die Münzen bei Silvia abgeliefert - über unser Büro - kann ganz viel damit geschehen. Mit dem Erlös aus den oben erwähnten Münzen kann krebs-kranken Kindern geholfen werden. Öffnet also Eure Schubladen und Schrankfächer! Lilo Dehnhard

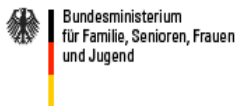
Teilhaben und Mitgestalten - erst recht im Alter

Das Katholische Altenwerk im Bistum Aachen lud am Mittwoch, den 16. März 2011, von 9.30 – 17.00 Uhr, zur Frühjahrstagung ins August-Pieper Haus ein. In der Tagung sollte es um die Bedingungen für eine tragfähige und nachhaltige Infrastruktur für ein aktives Alter gehen, die nur möglich ist, wenn ältere Menschen selbst daran mitwirken. Das fanden etliche Mitglieder der Öcher Frönnde spannend und machten sich auf dazuzulernen. Schon zu Beginn wurde ein sehr interessantes und hochaktuelles Handbuch,

„Altengerechte Stadt - Das Handbuch, Partizipation älterer Menschen als Chance für die Städte“, 2. Auflage 2008

den Tagungsteilnehmern empfohlen. Im Verlauf der Tagung mussten wir feststellen, dass es wohl noch Jahre dauern wird, bis die Inhalte des Buches auch in den Köpfen der Veranstalter und teilweise auch der Referenten ankommen werden. Unsere gestellten Fragen zum Thema konnten von den Referenten nicht beantwortet werden, sie wurden teilweise gar nicht verstanden. Allerdings konnten wir das Handbuch mitnehmen. Es liegt im Büro und kann an interessierte Mitglieder ausgeliehen werden. Monika Lang

Wettbewerb „Alter neu denken“



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Wie alt ist alt? Bis wann ist man noch jung? Wie sieht das Leben im Alter tatsächlich aus? Wir haben viele Bilder im Kopf, aber entsprechen diese der Wirklichkeit? Dazu gibt es einen Foto- und Videowettbewerb: **"Was heißt schon alt?"**

Wir können bis zum 30. 04. 2011 Beiträge einreichen. Wer ein geeignetes selbstgemachtes Foto oder ein geeignetes Video hat, möge sich bitte bei uns im Büro melden. Auf der Webseite „YouTube“ kann ein Film zum Thema betrachtet werden (Stichwort: Foto- und Videowettbewerb: Was heißt schon alt?).

Bereits eingereichte Fotos und Videos: <http://www.programm-altersbilder.de>

Alter – Krankheit - Tod

Vortrag mit dem buddhistischen Mönch Bhante Dr. W. Seelawansa Thero, am Freitag den 17. Juni 2011, Info und Anmeldung bei Rita Erken, Tel. 0241/513165

Quartalszeitung des Aachener Nachbarschaftsrings Öcher Frönnde e.V. März / 2011

5. Termine

Sommerfest 2011

Sonntag, **26. Juni 2011, 16.00 Uhr**

Anmeldungen bis Montag den 20. 06. 2011, 11.30 Uhr, im Büro, siehe Seite 3 und 6

Mitglieder - Fortbildung

Freitag, **08. April 2011, 17.00 Uhr**

Film: „Die 4. Revolution – Energy Autonomy“, siehe Seite 8

„Sonntagsessen selbstgekocht“

24. April 2011

29. Mai 2011

von 11.00 – 15.00 Uhr, Café Mundo, Welthaus, siehe Seite 6

Anmeldungen zum Essen spätestens 4 Tage vorher (bis mittwochs 15.30 Uhr)

„Fröndetreff“

Dienstag, **12. April, 15.00 Uhr**

„Aachener Café Haus, Krämerstrasse 11“

Dienstag, **10. Mai, 15.00 Uhr**, „**Öcher Verzäll**“ mit Hanna Retzlaff
im Welthaus, im Café Mundo, mit selbstgebackenem Kuchen

Keine Anmeldung nötig, Interessenten sind herzlich willkommen! Siehe Seite 7

Tag der Integration

Sonntag, **15.05.2011, 12.00 – 17.00 Uhr**

Eurogress, Monheimsallee, siehe Seite 4

Mitglieder - Kultur

Dienstag, **14. 06. 2011**, Ausstellungsbesuch: „**SOS Planet Lüttich**“

Anmeldung bis spätestens Mittwoch den 08. 06. 2011, 15.30 Uhr, siehe Seite 7

gemeinsamer Besuch von „**Hyper Real**“ und „**Joos van Cleve**“, s. S. 7

Bitte im Büro anfragen

Terminvorschau 3. Quartal 2011

02. 07. 2011, Kunst und Genuss: „Pilgern im Jakobsviertel“

05. Juli 2011, angefragt, Kinderschutzbund Abenteuerspielplatz, Spendenübergabe

09.07.2011, Aachener Weltfest, 25 Jahre und mehr, „Mensch mach mit!“

13.07.2011, „Fahr Rad in Aachen“, Fahrradtraining auf dem Verkehrsübungsplatz mit Kaffeetrinken

19.07.2011, Frönnde-Ausflug, ganztägig, nach Eupen

letzte Augustwoche, Fortbildungstage, 2-tägig, für den erweiterten Vorstand

6. Kontakt

Aachener Nachbarschaftsring Öcher Frönnde e.V.

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

Quartalszeitung des Aachener Nachbarschaftsring Öcher Frönnde e.V. März / 2011