



Allgemeine Soziale Hilfe Emden e.V.

Büro: Brückstraße 9, 26725 Emden

Telefon: 04921 / 9509599

Internet: www.ash-emden.de

Email: ash.emden@t-online.de

Inhaltsverzeichnis

Seite 2 - 3

Freud und Leid
Januar / Februar

Seite 4

Veranstaltungsplan

Seite 5

Einladung zur
Jahreshauptversammlung

Seite 6 - 8

Oktoberfest

Seite 9 - 11

BINGO!

Seite 11 - 16

Kipp-Kapp-Kögel
mit Grünkohlessen

Seite 17 - 18

Frauenachmittag

Seite 18

Impressionen der
Jahresreise 2024

Seite 19

wir schmunzeln (diesmal nicht)

Seite 20

Tipps für Senioren

Seite 21

Kinder- und Jugendseite

ab Seite 22

dit un dat

**Der Vorstand und die
Redaktion wünschen
allen Mitgliedern einen
„guten Rutsch“ in das
Jahr 2025!**



Freud und Leid / Januar/Februar 2025



01.01. BRIGITTE BUROW

06.01. ULRICH IWWERKS

07.01. KURT LÜHRING

10.01. ANNEGRET FOKKEN

10.01. HANS-GÜNTER SCHWITTERS

11.01. HARMINE BÖRING

11.01. CHRISTINA BENGEN

13.01. MARGRIT IKEN

18.01. MARTINA STEFFEN

20.01. ANTJE WALDECK

23.01. ANITA LEHNERT

23.01. MATHILDE MÜLLER

05.02. HERBERT LEHNERT

05.02. KÄTHE GONTJES

09.02. HEIDRUN KRÖGER

12.02. SOPHIE LÜHRING

14.02. HELGA WIELSTRA

18.02. INGRID LÜHRING

20.02. EDGAR SUSEMIEHL

20.02. HERMANN JANSSEN

23.02. EGON MERTINS

25.02. RENATE JAKOBS

27.02. FRIEDERIKE VAN DEN BERG

27.02. HOLGER VAN DEN BERG

29.02. GERTRUD MINNEMA-EILERS



IHRE EXPERTEN FÜR BESTES SEHEN & HÖREN

RALF BACHMANN steht seit jeher für Zuverlässigkeit, Kundenorientierung und Qualität! Wir liefern Ihnen maßgeschneiderte Lösungen für Ihre individuellen Anforderungen rund um bestes Sehen und Hören! Überzeugen Sie sich selbst.

- + Bestimmung Ihrer Sehschärfe mit modernster Technik
- + umfassende Sehanalyse für langfristig gutes Sehen
- + kostenloser Hörtest für mehr Lebensgefühl
- + individuelle Hörsysteme abgestimmt auf Ihren Alltag

Sie finden uns in:
Bunde | Emden
Krummhörn | Leer

www.derbachmann.de

RALF BACHMANN
Hörgeräte, Brillen, Kontaktlinsen

Terminvereinbarung unter
www.derbachmann.de

Unsere **ASH** (Allgemeine Soziale Hilfe) wurde im Jahr 2014 als **A&SNH** (Allgemeine und Soziale Nachbarschafts-Hilfe) gegründet. So können wir nun in diesem Jahr den ersten Mitgliedern zur 10-jährigen Mitgliedschaft gratulieren.



eingetreten im

Januar 2015

Albert Bretzler

Lieselotte Janßen

Kirsten Jaritz-Lammers

Johanna Müller

Peter Obal



Veranstaltungsplan

JANUAR

Die „Ruhe vor dem Sturm“! Im Januar lassen wir es noch einmal ruhig angehen...

FEBRUAR

Frühstücktreffen

Termin: **Mittwoch, 05.02.2025**
Treffpunkt: „Der Ostfrieze“, Neuer Markt 20
Beginn: **09.30 Uhr**
Kostenbeitrag pro Person: **€ 15,50 ***
(Höchstteilnehmerzahl 40 Personen!)
*) der Preis beinhaltet das Frühstückbuffet und 1 x Kaffee oder Tee (Betrag wird am Tisch vom Festausschuss eingesammelt).

Glühwein „nicht mehr bei Edgar“

Wir lassen den Winter langsam ausklingen (hoffentlich!) mit einem gemütlichen „Glühwein- bzw. Grog-Nachmittag“. Damit wir nicht vom Fleische fallen, wird Ferek wieder ein paar Kleinigkeiten grillen. . .

Termin: **Samstag, 22.02.2025**
Treffpunkt: **THW, Schützenstraße 20**
Beginn: **15.00 Uhr**
Kostenbeitrag pro Person: **€ 6,50**

MÄRZ

Jahreshauptversammlung

mit anschließendem Snirtje-Braa-Essen.

Termin: **Samstag, 22.03.2025**
Treffpunkt: **THW, Schützenstraße 20**
Beginn Versammlung: **11.00 Uhr**
Beginn Essen: **ca. 12.30 Uhr**
Kostenbeitrag pro Person: **ca. € 19,-**



unsere Büro-Öffnungszeiten:

Dienstag 10.00 bis 12.00 Uhr

Donnerstag 15.00 bis 17.00 Uhr

Freitag 10.00 bis 12.00 Uhr



Albert Wilts
Obst-, Gemüse-,
Eier- & Geflügelgroßhandel

...Ihr Frischespezialist
aus dem Brookmerland

- Wir beliefern die Gastronomie und das Hotelgewerbe
- Sie finden uns auf den Wochenmärkten in Emden und auf Norderney
- Jeden Freitag von 8.00 - 18.00 Uhr Ladenverkauf in Uppgant-Schott

Hansestraße 4
26529 Uppgant-Schott

Telefon: 0 49 34 - 9 10 60
Telefax: 0 49 34 - 9 10 62 9

E-Mail: info@albertwilts.de
www.albert-wilts.de

finde uns auf Facebook
www.facebook.com/albertwilts

An- und Ab(!)meldungen für alle Veranstaltungen (unbedingt notwendig!) bitte telefonisch unter

04921 - 950 95 99

während der Bürozeiten (siehe letzte Seite) oder unter **04921 - 997711** (Ilona Langhanke)



DER OSTFRIESE

Bar · Bistro · Café



Einladung zur Jahreshauptversammlung



Tagesordnung zur
Jahreshauptversammlung
Samstag, 22. März 2025, 11.00 Uhr
THW, Schützenstraße 20

- TOP 1 Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
- TOP 2 Genehmigung der Tagesordnung
- TOP 3 Gedenken der Verstorbenen
- TOP 4 Verlesen und Genehmigen des Protokolls zur JHV vom 16.03.2024
- TOP 5 Berichte des Vorstandes/des Vorsitzenden und Aussprache
- TOP 6 Bericht des Kassenwarts und Aussprache
- TOP 7 Bericht der Kassenprüfer
- TOP 8 Entwicklung neues Büro
- TOP 9 Entwicklung Mitgliederzahl
- TOP 10 Entlastung des Vorstandes
- TOP 11 Anträge
- TOP 12 Verschiedenes
- TOP 13 Schlusswort

Anträge auf Ergänzung der Tagesordnung müssen bis eine Woche vor der Versammlung schriftlich beim Vorstand eingereicht werden, damit die Tagesordnung ggf entsprechend ergänzt werden kann.

Mit freundlichen Grüßen

Horst Langhanke

Vorsitzender



Nach der Jahreshauptversammlung gibt es „lecker Snirtje“ (Kostenbeitrag ca. € 19,- für Essen und Getränke).

Oktoberfest

„O'zapft is“ hieß es am 24. Oktober und 28 feierwütige ASH'ler fanden sich in der THW-Unterkunft ein, um zu zeigen, dass auch Ostfriesen gute Bayern sein können.



Vorsitzender H. Langhanke und Festausschuss I. Langhanke eröffneten die 5. Jahreszeit (zumindest in Bayern ist sie das) und dann wurde gefeiert und sich unterhalten.



Nicht nur diese beiden waren passend gekleidet. Auch Christine hatte weder Kosten noch Mühen gescheut, um standesgemäß „dabei“ zu sein.



Und wie angekündigt, gab es auch - um Leib und Seele zusammenzuhalten - zünftiges Essen: Weißwurst mit süßem Senf, Fleischkäse mit Brötchen und Brezel. Und um den Flüssigkeitshaushalt auszugleichen, gab es neben Mineralwasser und Schorle natürlich auch das für diese Jahreszeit typische Oktoberfestbier.

Na denn: guten Appetit!



Alte Bekanntschaften wurden an diesem Tag aufgefrischt und - so wie es aussah - auch neue geschlossen.



MUG
PKW - VERMITTLUNG
EIN GUTES GEFÜHL...
Fritz Reuter Straße 1 - 26721 Emden



Schön war, dass wir nun, da wir nicht mehr *BEI* Edgar feiern können, in diesem Fall aber *MIT* Edgar feiern konnten. André und Kirsten hatten ihn für unser Oktoberfest extra aus Norden geholt (wo Edgar momentan ‚wohnt‘).



Es scheint zu schmecken!



Na, denn man Prost!



BINGO

Es war so weit: 28 Mitglieder wollten wieder einmal Spaß-Bingo spielen und starteten erwartungsfroh in Richtung THW-Unterkunft. Denn wieder einmal hatte der Festausschuss „zigtausend Euro“ für die Gewinne investiert.



Doch vor den Spaß hatte der Festausschuss erst einmal den „Ernst“ gesetzt und so wurde zunächst Tee bzw. Kaffee gereicht, um die aufgeregten Gemüter zu beruhigen. Aber dann ging es los! Insgesamt sechs Runden waren angekündigt.

Auch wenn es manchmal so schien, als seien nicht alle Zahlen in der Trommel oder es wurden falsche Zettel ausgehändigt - alles hatte seine Richtigkeit und so konnten nach und nach die Gewinner ihre Gewinnzahl entgegennehmen.



EDEKA **Camp**
Am Südbahnhof 36 - 40
26725 Emden
Tel.: 04921 33445
Öffnungszeiten:
Montag - Samstag
von 7.00 bis 21.00 Uhr

Nachdem die sechs Runden gespielt waren, wurden die Gewinne verteilt. Marianne gewann ein „**Sofortbildgerät**“ und als sie auspackte, fand sie einen Handspiegel, in dem man ‚sofort‘ ein Bild von sich erkennen kann.



Als nächster war dann Roland dran und er gewann auch ein medizinisches Gerät, nämlich ein „**Akkupunkturgerät**“. Wie man sehen kann, war er sehr froh über dieses Hightech-Gerät.



Auch Käthe gehörte zu den Gewinnern. Das von ihr gewonnene „**Abführmittel**“ erwies sich als ein Glas Pflaumenmus.



Im Nachgang zu dem „Abführmittel“ benötigt man dann oft „**etwas für den guten Ton**“. Ich denke, Therese kann mit der Dose Bohnen etwas anfangen...



Nachdem der „gute Ton“ möglicherweise nicht gleich verzogen ist, greift man gern zu einem „**Parfum mit erlesener Duftnote**“ - unserem Gewinn Nummer 5. Ich hoffe, Tini weiß mit dem WC-Duftspray gut umzugehen.



Und wenn das alles nichts nützt - so stellten wir fest - hilft unser Gewinn Nummer 6: „**ein Freund fürs Leben**“, den Frieda gern entgegennahm. Wir hoffen, dass er nun eine gute Heimat gefunden hat.



Wat moi ...
Inh. Michael Dannecker

Zuhause liebevoll betreut

Haushaltsnahe Dienstleistungen
§45a + 45b SGB XI
Ohne Zuzahlung bei jedem Pflegegrad

☎ 0 49 25 - 9 25 12 30
Heiko-Kuhlmann-Weg 7 • 26759 Hinte



Und wir hatten sogar - weil zwei Teilnehmer „BINGO!“ riefen - noch einen Gewinner. Peter erhielt für die Situation, dass alles Vorgenannte nicht hilft: „**Lesefutter**“. Ob Peter die gewonnene Buchstabensuppe selbst kocht, wissen wir nicht. In jedem Fall kann er aber die Kochzeit mit dem mitgelieferten Piccolo überbrücken.



So fanden sich also ausreichend Gewinner für unsere „medizinische Gewinnliste“ und wir können davon ausgehen, dass unser Spaß-Bingo auch wirklich Spaß brachte.

HL

Kipp-Kapp-Kögel mit Grünkohl-Essen



„Am ‚Martini-Vortrag‘ dürfen sich unsere Mitglieder geme **mit einer Laterne** bestücken und ein **Martini-Lied** singen. Natürlich gibt es eine kleine Belohnung!“ so lautete die Einladung zu unserer neuen Veranstaltung, der letztlich 45 ASH'ler folgten.

Aber zunächst einmal musste die THW-Unterkunft, in der wir die Veranstaltung abhalten durften, etwas dekoriert werden und so waren Festausschuss und Vorstand „Hand in Hand“ oder besser: „Kipp-Kapp in Kögel“ damit beschäftigt.

Günter als „hochgestellte Persönlichkeit“ brachte ein paar Kipp-Kapp-Kögel fachmännisch an.





Fertig! Sah gut aus! Sowohl der Saal als auch Festausschuss und Vorstand in den neuen Sweat-Shirts - oder?

Und wie immer: Erst Knete - dann Spaß! So saßen Ilona und Heika im Vorraum. Sie wollten nur das Beste unserer Mitglieder: ihr Geld...



Und tatsächlich hielten sich viele der Mitglieder an den frommen Wunsch: Am ‚Martini-Vortrag‘ dürfen sich unsere Mitglieder gerne **mit einer Laterne bestücken und ein Martini-Lied singen**. Natürlich gibt es eine kleine Belohnung!“

Peter und Roland traten als EMDecker Herzbu-ben auf und sangen im Duett, während Herbert mehr den Solisten gab.



Wir können Immobilien. Emden Ostfriesland



über 50 Jahre

IMMOBILIEN  WÜBBENA



Ein uns allen bislang unbekanntes Martini-Lied gaben Harmine und Manfred zum Besten und wurden dafür - wie alle anderen Sänger und Gedichtvorträge auch - von Marianne mit der versprochenen Belohnung versehen.



Ja - dann ging es los. Um die Zeit bis zum Grünkohl-Essen zu überbrücken, wurden innerhalb der Mitgliedschaft mengenweise Neuigkeiten ausgetauscht.





Endlich war es soweit: Frerk hatte von unserem Werbepartner Zahmel den Grünkohl und alles, was dazu gehört, geholt und nun konnte aufgebaut werden.





Alles da? Der Vorsitzende warf noch einen prüfenden (oder hungrigen??) Blick auf die dargebotenen „Kleinigkeiten“ und gab dann den Startschuss!



So! Eine klitzekleine Portion vor dem Hauptgang konnte man ja schon einmal „verschnabulieren“.





Und wie im richtigen Leben folgte nach dem Genuss die Arbeit. Glücklicherweise fanden sich gleich ausreichend hilfreiche Hände, um dem Abwaschspuk ein schnelles Ende zu machen - getreu dem Motto: *Viele Hände, schnelles Ende!* Vielen Dank!



Danach durfte, was vor dem Essen noch nicht fertig besprochen war, fortgesetzt werden. Wie man an der fortschreitenden Uhrzeit merkte, war dies offensichtlich doch noch recht viel.



Aber so nach und nach verabschiedeten sich unsere Mitglieder und wir konnten uns alle über eine wiederum gelungene Veranstaltung freuen.

HL



KAROSSERIE-FACHBETRIEB

www.mazda-autohaus-kruse-emen.de

AUTO
KRUSE

Zweiter Polderweg 10
26723 Emden
Telefon 0 49 21 / 60 36

Praxis für Physiotherapie

Michael Klus-Brauner

Neutorstr. 90 - 92 (Ärztelochhaus)
26721 Emden
Telefon: 0 49 21 / 28 11 8

Öffnungszeiten:

Mo / Di / Do: 8.00- 12.00 Uhr und 15.00- 18.00 Uhr
Mi / Fr: 8.00- 15.00 Uhr



Professionelle Pflegerberatung

Was ist meine Aufgabe als Pflegerberaterin für die Region Norden, Aurich, Emden?

Ich besuche Pflegebedürftige und ihre Angehörigen zuhause: führe zum einen die sogenannten Pflichtberatungen nach § 37,3 (halb- bzw. vierteljährlich) und zum anderen weitergehende Beratungen, Schulungen und Kurse durch. Ich ermittle den Bedarf an Pflegehilfsmitteln und kann diese im Rahmen der Beratung verbindlich empfehlen. Außerdem schule und unterstütze ich pflegende Angehörige und gebe Hilfestellung zu verschiedenen Themen. Das große Ziel meiner Arbeit: Pflegebedürftige Menschen sollen so lange wie möglich zuhause leben können und keine weitere professionelle Pflege in Anspruch nehmen müssen.

Meine Beratungen sind immer kostenlos ab einem Pflegegrad (bzw. ab Antragstellung dafür). Die Kosten werden direkt mit der Pflegekasse abgerechnet. Ich konnte bereits vielen Menschen helfen, sie ermutigen und unterstützen – ich hoffe, auch Sie auf Ihrem Weg begleiten zu dürfen!

Rufen Sie einfach an und vereinbaren einen Termin.

Telefon 0151 276 14 297

BONITAS 
PFLEGEGRUPPE



Marina Bruns

Frauenachmittag

27 ASH'lerinnen konnte der weibliche Teil des Festausschusses am 22. November in der Unterkunft des Technischen Hilfswerks (THW) begrüßen.



Und nachdem erste Neuigkeiten ausgetauscht, Kaffee/Tee und Kuchen vernichtet worden waren, gab es das allseits beliebte BINGO! und 5 BINGO!-istinnen konnten mit einem kleinen Geschenk nach Hause gehen.



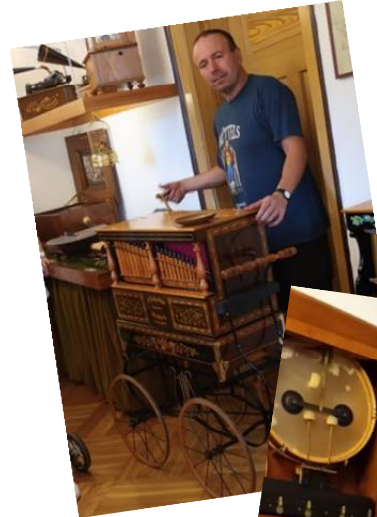
Die Gewinnerinnen waren (von links nach rechts): Marianne, Erika, Karin, Annegret und Edeltraut.

Da es diesmal BINGO!-Lose als Gewinn gab, kann es durchaus sein, dass nun die eine oder andere der Damen Millionärin ist. Vielleicht merken wir ja 'mal etwas...

HL

Impressionen der Jahresreise 2024

Die Jahresreise nach Schöneck hat eine Vielzahl von interessanten Fotos gebracht, die ich leider im Reisebericht nicht alle unterbringen konnte. Deshalb hier noch ein paar zusätzliche Aufnahmen.



wir schmunzeln

... diesmal nicht, denn unsere Vereinsfreundin Kirsten hat sich einige GEDANKEN ZUM NEUEN JAHR gemacht, und die sind nicht wirklich zum Schmunzeln, sondern zum Nachdenken.

Moin, liebe Vereinsfreunde,

ich weiß nicht mehr genau, woher die Fotografie auf meinen Schreibtisch geflattert ist. Die Fotografie einer Wand, auf der irgendjemand einen Satz mit hellblauer Farbe gesprayt hat; „Stell Dir vor, es ist Krieg - und keiner geht hin.“

Es macht mich immer betroffener, je länger ich über diesen Satz nachdenke. Logische erste Folgerung ist es doch, dass es immer einen gibt, geben muss, der hingeh! Und jener, der hingeh, ist immer der „andere“, bin nie ich. Damit schiebe ich die Schuld am Krieg von mir weg und den anderen in die Schuhe. Und gleichzeitig bade ich sozusagen im wonnigen Gedanken, wie schön es auf der Welt doch wäre, wenn keiner mehr in den Krieg zöge, wenn keiner mehr hingehen würde.

Dabei ist es gar nicht nötig, uns einen Krieg mit MP's, Granaten und Bomben auszumalen. Den erleben wir allabendlich am TV-Bildschirm, aus den verschiedensten Teilen der Welt, direkt in unsere gemütlich geheizten Wohnzimmer.

Nein, ich meine den alltäglichen Kleinkrieg, der aus menschlichen Schwächen entsteht. Ich spreche von Dingen, die wir alle schon einmal erlebt haben. Ich spreche von Neid und Missgunst im privaten Umfeld oder am Arbeitsplatz, und dem Resultat, welches daraus erwächst. Die einfachste, primitivste Reaktion ist das, was wir Norddeutsche so schön als „zuleide tun“ bezeichnen. Denn dort fängt der Krieg an.

Zuleide tun? Jemanden leiden lassen? Ich bin keine Sprachforscherin, aber ich sehe: Das Wort „Leid“ steckt darin. „Stell Dir vor, es ist Krieg - und keiner geht hin.“

Diesmal denke ich nicht an die anderen, sondern nur an mich selbst. Ich stelle mir vor, es ist Krieg - aber ICH werde nicht hingehen. Aber dann kommt einer - also doch schon wieder der andere - und greift mich an. Dann muss ich mich doch verteidigen! (Oder nicht?)

Verteidigen ist etwas Anderes als angreifen. Die Erkenntnis, dass der Angriff die beste Verteidigung ist, lasse ich hier mal beiseite. Und im täglichen Leben folge ich Erkenntnissen, die ich mir im Laufe der Jahre angeeignet habe. Zum Teil durch ganz bittere persönliche Erfahrungen. Da ist zum Beispiel die „Zuleide-Tuerei“ in der Form von Verleumdung. Da sitzt also irgendwo ein neidischer Mensch und erzählt die wildesten Geschichten über jemanden (heutzutage meist über die sozialen Netzwerke), der möglicherweise überhaupt keine Ahnung davon hat.

Da gäbe es zum Beispiel den Vorsatz (dem ich nachlebe), dass ich prinzipiell die negativsten Seiten anderer Menschen erst glaube, wenn ich sie selbst erfahren oder gesehen habe. Das kann mich vielleicht teuer zu stehen kommen. Mindestens aber tue ich dann niemandem Unrecht, der bei mir verleumdet worden ist - und das ist doch schon ein kleines Schrittchen auf dem Weg, der weg vom Krieg führt... und ein paar Millionen solcher Schrittchen würden vielleicht dazu führen, dass es keinen Krieg mehr gäbe - und deshalb auch keiner mehr hingehen müsste. Träumerei??? Unrealistisch???

Ach, es war nur so ein Gedanke ... und die Schlussfolgerung für unseren Verein / unsere Gemeinschaft: seid nett zueinander, achtet auf einander und erhaltet Euch Eure Herzenswärme auch in raueren Zeiten.

Liebe Grüße an ALLE
von Eurer Vereinsfreundin

Kirsten Jaritz-Lammers

Für jede Lebensphase das passende Vorsorge-Paket!



Lars Kahmann
Geschäftsstellenleiter
Auricher Straße 128
26721 Emden
Tel.: 04921/3929666



Die Versicherung der Ostfriesen



Verlässlich. | Nah. |
Persönlich. | Ostfriesisch!

Tipps für Senioren

Wir behandeln in unseren „Tipps für Senioren“ wichtige Hinweise, die uns die Polizei gibt, um uns vor „bösen Buben“ zu schützen. Es hat diese Informationen zwar auch schon in einer hiesigen Zeitung gegeben - wir sind aber der Meinung, dass man nicht oft genug darauf hinweisen kann, wo für ältere Menschen Fallen aufgestellt sind.



Folge 15 Wie kann ich mich schützen? (Teil 2)

Im letzten Teil der Präventionskampagne der Polizeiinspektion Leer/Emden werden anknüpfend an unsere letzte Ausgabe nochmal wichtige Tipps und Verhaltenshinweise zum Schutz vor Betrügern gegeben.

Falsche Energieversorger

Nachdem viele Bürgerinnen und Bürger eine Kündigung ihres Energieversorgers erhielten und in die Grundversorgung wechseln mussten, erkannten auch hier Betrüger ein neues Spielfeld für sich. Per Telefon gaben sich Betrüger als Subunternehmen oder Tochterfirmen des Grundversorgers aus und drohten mit Einstellung der Energieversorgung, sofern kein neuer Vertrag abgeschlossen werden würde. Ziel der Betrüger war in diesen Fällen, an persönliche Daten und Kontoverbindungen zu gelangen. Daher:

- Telefonat beenden
- Keine persönlichen Daten preisgeben
- Grundversorger kontaktieren und Rat einholen
- Freunde und Bekannte warnen
- Polizei informieren!

Warenbetrug

Eine Ware im Internet bestellen, vorab bezahlen und die Ware nicht erhalten. Genau das kommt regelmäßig vor und beschert Betrügern einen vollen Geldbeutel. Daher:

- Verkäufer überprüfen (Bewertungen ansehen)
- überprüfen, ob es sich um einen "Fake-Shop" handelt (den Namen der "Firma" im Internet einzugeben und Ergebnisse abzuwarten ist immer hilfreich)
- sichere Bezahlmethode verwenden
- Kauf über das Kleinanzeigenportal abwickeln

Anlagenbetrug

Viele träumen vom großen Geld und erhoffen sich unter anderem durch Spekulationen mit der Kryptowährung "Bitcoin" enorme Gewinne. Egal ob per Mail oder telefonisch: Wenn sich Betrüger als "Broker" ausgeben und damit locken, mit Investitionen in Bitcoins den großen Gewinn für Sie zu erzielen: Vorsicht! Häufig wird dem Betrugsoffer ein "Fake-Account" eingerichtet, über den die angeblichen Gewinne nachvollzogen werden können. Durch den angeblichen "Broker" wird dem Opfer dazu geraten, noch mehr zu investieren und somit noch mehr Gewinn zu erzielen. In dem "Fake-Account" wird dies natürlich dargestellt und Betrugsoffer wähnen sich so in trügerischer Sicherheit. Am Ende ist das Geld weg und der Broker auch. Daher:

- eingehende E-Mails und Anrufe ignorieren
- Kein Geld an fremde Personen überweisen
- Die Hausbank ggf. um Rat fragen
- Sofern bereits ein finanzieller Schaden entstanden ist: Polizei informieren!

Phishing Mails

Unter Phishing versteht man den Versand einer gefälschten E-Mail, welche die Empfängerin oder den Empfänger dazu verleiten soll, auf einen Betrug oder einen Datendiebstahl hereinzufallen. Mit gefälschten Mailadressen geben sich Betrüger über eine möglichst seriös erscheinende E-Mail als z. B. Bank aus und fordern zum Anklicken eines Links auf, um das Konto zu verifizieren. Durch Betätigung des Links wird häufig eine Schadsoftware installiert, welche Daten von dem betroffenen Gerät ziehen können. Daher:

- auffällige E-Mails löschen und ggf. telefonisch beim vermeintlichen Absender nachfragen
- keine Links anklicken

Kinder- und Jugendseite

Hallo, liebe Kinder und Jugendliche,

das neue Jahr ist nun schon wieder etwas länger angebrochen und der Winter nimmt so langsam Abschied.

Schon gewusst?

Funde belegen, dass Menschen sich bereits vor 4000 Jahren Schlittschuh gefahren sind - auf Gleitkufen aus Knochen!. Mit der Zeit wurden die Knochen erst durch Holz und später dann durch Eisen ersetzt. Die ersten schriftlichen Erwähnungen des Eislaufens stammen aus Großbritannien. Hier wurde nämlich das Eislaufen erfunden. Von England aus verbreitete sich der heutzutage sehr beliebte Sport nach und nach immer mehr auch in Europa und galt zunächst als Sport der Oberschicht, also der Reichen und der Mächtigen.

Witze

Die Katze eines Fußballspielers schläft nie zusammengerollt.

Was ist der Unterschied zwischen Bungeejumping und Tennis?

Beim Tennis hat man 2 Aufschläge.

Wieso haben Mäuse Angst vorm Sport?

Weil sie Muskelkater bekommen könnten.

Euer Ausmalbild



Rätsel

Kannst du alle versteckten Sportarten entdecken?



Fakten

Der Boxing wird „Ring“ genannt, weil er früher rund war. Statt der heutigen Form standen die Zuschauer früher, bevor der Sport populär wurde, in einem Kreis um die Kämpfer.

James Fixx, der Schöpfer des Wortes „Jogging“, starb beim Joggen an einem Herzinfarkt.

Die durchschnittliche Strecke, die ein Mensch im Laufe seines Lebens zu Fuß zurücklegt, führt viermal um die Erde.

Eure

Diana



Emden 'mal so - 'mal so. . .



Große Straße



MS ARTANIA

Fjorde, Schären und
schmucke Küstenorte

27.06. bis 05.07.2025

Ihr Routenverlauf

- 27.06. (Fr) Bustransfer nach Bremerhaven*), Einschiffung
- 28.06. (Sa) Urlaub auf See
- 29.06. (So) Ålesund / Norwegen
- 30.06. (Mo) Molde / Norwegen
Kreuzen im Romsdalsfjord
Åndalsnes / Norwegen
- 01.07. (Di) Sandane / Norwegen®
Kreuzen im Nord- und Gloppefjord
- 02.07. (Mi) Bergen / Norwegen
- 03.07. (Do) Kreuzen im Hardanger- und Ulvikfjord
Ulvik / Norwegen®
- 04.07. (Fr) Erholung auf See
- 05.07. (Sa) Bremerhaven - Ausschiffung
Bustransfer *) in die Ausgangsorte

*) zubuchbar (€ 49,- p. P.)

® Schiff auf Reede, Ausbooten wetterabhängig



Im Reisepreis eingeschlossen:

- Schiffsreise in der gewählten Kabinen-Kategorie
- Vollpension mit Menüwahl an Bord
(auf Wunsch: Schonkost und vegetarische Kost)
- Tischwein und Saft des Tages zu den Hauptmahlzeiten
- Frühaufsteher- und Langschläfer-Frühstück, 11-Uhr-Bouillon, nachmittags Tee/Kaffee mit Gebäck, Mitternachts-Imbiss oder Buffet
- Kabinenservice mit Frühstück und kleinen Gerichten
- In allen Bars oder Ihrer Kabine zwischen 10 und 24 Uhr Hamburger, Hot Dogs und Pizza
- Willkommenscocktail, Abschiedsparty, Captain's Dinner bzw. Galadinner mit festlichem Menü
- Tagesprogramme und Abendveranstaltungen
- Betreuung durch erfahrenes Phoenix-Reiseleiter-Team
- Bademäntel zur Benutzung an Bord
- Praktische Phoenix-Tasche u.v.m.

Reisepreise:

- 2-Bett (Sichtbehinderung) / außen € 1.499,-
 - 2-Bett / außen ab € 1.699,-
 - 2-Bett-Superior mit Balkon / außen ab € 2.399,-
- zuzüglich Reisebüro Service Gebühr in Höhe von € 39,- pro Buchung!



Reiseveranstalter



**IHR PREMIUM-PARTNER FÜR OSTFRIESLAND:
TUI DEUTSCHLAND GMBH
BRÜCKSTRASSE 7 / 26725 EMDEN04921 - 9773-0**

Info-Helfer Dose - Helfen Sie Ihren Helfern



Dose mit Aufkleber

Info Helfer Blatt



Info-Helfer Aufkleber

Im Notfall zählt jede Sekunde!

Notfalldosen helfen den Rettungskräften der Feuerwehr, schnell Informationen zum Patienten zu bekommen. Daher gehört diese Dose in jeden Kühlschrank!

Platzieren Sie die Notfalldose mit dem ausgefüllten Notfall-Infoblatt gut sichtbar in Ihrer Kühlschranktür. Danach kleben Sie einen Aufkleber von außen auf den Kühlschrank und einen auf die Innenseite Ihrer Eingangstür.

Im Ernstfall werden so Rettungskräfte auf die Notfalldose im Kühlschrank aufmerksam gemacht und erhalten dort Informationen zu Ihrer Person, Ihren Krankheiten oder Therapien, Arzneimitteln und Medikamenten, Operationen, Ärzten, Pflegediensten und Angehörigen.

Die Notfalldose ist nicht nur für Senioren geeignet. In Deutschland gibt es immer mehr Ein- und Zweipersonen-Haushalte. Nicht immer ist eine Person anwesend, die Hinweise zur verunglückten Person geben kann.

Teilweise werden auch wichtige Angaben gegenüber den Rettungskräften vergessen, da im Stress nicht daran gedacht wird.

Hier hilft der Info-Helfer den Einsatzkräften, ein möglichst umfassendes Bild der zu versorgenden Person zu bekommen.

Die Notfalldose ist **leicht zu aktualisieren**, sie ist **nicht auf elektronische Medien angewiesen**, die im Ernstfall versagen können und sie ist ein **bewährtes und in Deutschland bekanntes System**.

Diese Vorteile bietet die Info-Helfer Dose

- 2 x Aufkleber
- 1 x Info-Helferblatt

HELFEN SIE IHREN HELFERN!



Werden Sie bei uns Mitglied!

Allgemeine Soziale Hilfe Emden e. V.
Email: ash.emden@t-online.de

Datum des Antrags: _____

Angaben zur Einzelperson und/oder Familienmitgliedern:

Vorname: _____ Nachname: _____ Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____
Vorname: _____ Nachname: _____ Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____
Vorname: _____ Nachname: _____ Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____
Vorname: _____ Nachname: _____ Geb.-Datum: _____ Unterschrift: _____

Adresse des Mitglieds/der Mitglieder sowie weitere Informationen:

Straße, Haus-Nr.: _____ PLZ/Wohnort: _____
Email-Adresse: _____ Telefon (Festnetz): _____ Telefon (mobil): _____
Vereinszeitung „ASH-Nachrichten“ erwünscht? JA NEIN

Eintrittszeitpunkt und Bestätigung durch Unterschrift:

Ich/wir möchte(n) zum 01. _____ 20 _____ eintreten. Dies bestätige ich mit meiner*) Unterschrift: _____
*) für mich und alle auf dem Formular mit angemeldeten Personen

Mitgliedsbeiträge und Spende – Bitte kreuzen Sie entsprechend an!

€ 5,- Einzelbeitrag	€ 8,- Partnerbeitrag	€ 10,- Familienbeitrag	€ 2,- Sozialbeitrag *) zahlbar:
<input type="checkbox"/> € 15,- ¼ jährlich	<input type="checkbox"/> € 24,- ¼ jährlich	<input type="checkbox"/> € 30,- ¼ jährlich	<input type="checkbox"/> € 6,- ¼ jährlich *)
<input type="checkbox"/> € 30,- ½ jährlich	<input type="checkbox"/> € 48,- ½ jährlich	<input type="checkbox"/> € 60,- ½ jährlich	<input type="checkbox"/> € 12,- ½ jährlich *)
<input type="checkbox"/> € 60,- jährlich	<input type="checkbox"/> € 96,- jährlich	<input type="checkbox"/> € 120,- jährlich	<input type="checkbox"/> € 24,- jährlich *)

*) nur gegen Vorlage eines amtlichen Bescheides

Ich / wir möchte(n) gerne Spenden einmalig jährlich Betrag: € _____

Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats

Ich ermächtige die ASH (Allgemeine Soziale Hilfe Emden e. V.), Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der ASH auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber & Daten

Vorname: _____ Nachname: _____
Straße, Haus-Nr.: _____ PLZ/Wohnort: _____
Kreditinstitut: _____ IBAN: DE _____

Ort _____ Datum _____ Unterschrift des Kontoinhabers _____

Hinweise zur Datenverarbeitung



1.) Name und Kontaktdaten des für die Verarbeitung Verantwortlichen sowie des betrieblichen Datenschutzbeauftragten

Diese Datenschutzhinweise gelten für die Datenverarbeitung durch:

Verantwortlicher: ASH Emden e. V. (im Folgenden: Verein)
Brückstraße 9, 26721 Emden
Telefon: (04921) 950 95 99
email: ash.emden@t-online.de

2.) Erhebung und Speicherung personenbezogener Daten sowie Art und Zweck und deren Verwendung

Wenn Sie Mitglied werden, erheben wir folgende Informationen:

- Anrede, Vorname, Nachname
- eine gültige e-mail-Adresse (sofern vorhanden)
- Anschrift
- Telefonnummer (Festnetz und/oder Mobilfunk)
- Informationen, die für die Bearbeitung notwendig sind

Die Erhebung dieser Daten erfolgt,

- um Sie als Mitglied identifizieren zu können
- um Sie angemessen beraten zu können
- zur Korrespondenz mit Ihnen und Behörden
- zur Abwicklung allgemeiner Korrespondenz

Die Datenverarbeitung erfolgt auf Ihre Anfrage hin und ist nach Art. 6 Abs. 1 Satz 1 lit. (= Buchstabe) b DSGVO zu den genannten Zwecken für die angemessene Bearbeitung erforderlich.

Die von uns erhobenen personenbezogenen Daten werden bis zum Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungspflicht (6 Jahre nach Ablauf des Kalenderjahres) gespeichert und danach gelöscht, es sei denn, dass wir nach Artikel 6 Abs. 1 S. 1 lit. c DSGVO zu einer längeren Speicherung verpflichtet sind oder Sie in eine darüberhinausgehende Speicherung nach Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. a DSGVO eingewilligt haben.

3.) Weitergabe von Daten an Dritte

Eine Übermittlung Ihrer persönlichen Daten an Dritte zu anderen als den im Folgenden aufgeführten Zwecken findet nicht statt.

Soweit dies nach Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. b DSGVO für die Abwicklung und Korrespondenz erforderlich ist, werden Ihre personenbezogenen Daten an Dritte weitergegeben. Hierzu gehört insbesondere die Weitergabe an Behörden zum Zwecke der Korrespondenz. Die weitergegebenen Daten dürfen von dem Dritten ausschließlich zu den genannten Zwecken verwendet werden.

4.) **Betroffenenrechte**

Sie haben das Recht:

- gemäß Art. 7 Abs. 3 DSGVO Ihre einmal erteilte Einwilligung jederzeit gegenüber uns zu widerrufen. Dies hat zur Folge, dass wir die Datenverarbeitung, die auf dieser Einwilligung beruhte, für die Zukunft nicht mehr fortführen dürfen;
- gemäß Art. 15 DSGVO Auskunft über Ihre von uns verarbeiteten personenbezogenen Daten zu verlangen. Insbesondere können Sie Auskunft über die Verarbeitungszwecke, die Kategorie der personenbezogenen Daten, die Kategorien von Empfängern, gegenüber denen Ihre Daten offengelegt wurden oder werden, die geplante Speicherdauer, das Bestehen eines Rechts auf Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung oder Widerspruch, das Bestehen eines Beschwerderechts, die Herkunft Ihrer Daten, sofern diese nicht bei uns erhoben wurden, sowie über das Bestehen einer automatisierten Entscheidungsfindung einschließlich Profiling und ggf. aussagekräftigen Informationen zu deren Einzelheiten verlangen;
- gemäß Art. 16 DSGVO unverzüglich die Berichtigung unrichtiger oder Vervollständigung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen;
- gemäß Art. 17 DSGVO die Löschung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit nicht die Verarbeitung zur Ausübung des Rechts auf freie Meinungsäußerung und Information, zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung, aus Gründen des öffentlichen Interesses oder zur Ausübung der Tätigkeit erforderlich ist;
- gemäß Art. 18 DSGVO die Einschränkung der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit die Richtigkeit der Daten von Ihnen bestritten wird, die Verarbeitung unrechtmäßig ist, Sie aber deren Löschung ablehnen und wir die Daten nicht mehr benötigen, Sie jedoch diese zur Ausübung der Tätigkeit benötigen oder Sie gemäß Art. 21 DSGVO Widerspruch gegen die Verarbeitung eingelegt haben;
- gemäß Art. 20 DSGVO Ihre personenbezogenen Daten, die Sie uns bereitgestellt haben, in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesebaren Format zu erhalten oder die Übermittlung an einen anderen Verantwortlichen zu verlangen und
- gemäß Art. 77 DSGVO sich bei einer Aufsichtsbehörde zu beschweren. In der Regel können Sie sich hierfür an die Aufsichtsbehörde Ihres üblichen Aufenthaltsortes oder Arbeitsplatzes oder unseres Vereinssitzes wenden.

5.) **Widerspruchsrecht**

Sofern Ihre personenbezogenen Daten auf Grundlage von berechtigten Interessen gemäß Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. f DSGVO verarbeitet werden, haben Sie das Recht, gemäß Art. 21 DSGVO Widerspruch gegen die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten einzulegen, soweit dafür Gründe vorliegen, die sich aus Ihrer besonderen Situation ergeben.

Möchten Sie von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen, genügt eine E-Mail an:
ash.emden@t-online.de.

Name, Vorname in Druckbuchstaben: _____

Emden, den _____

(Unterschrift)



Verbundenheit
ist einfach.



sparkasse-emden.de

Die Sparkasse Emden ist und bleibt der wichtigste Finanzdienstleister in der Region. Mit 160 Mitarbeitern, 7 SB-Geschäftsstellen, 5 Kundencentern, dem TREFFPUNKT Immobilien und dem TREFFPUNKT Vorsorgen sind wir für unsere Kundinnen und Kunden da.

Davon profitieren neben den Einwohnern Emdens auch die Unternehmen in der Region. Heute und auch in Zukunft ist dies der Sparkasse Emden wichtig.

Und das ist gut für Emden.

 **Sparkasse
EMDEN**

 Druckerei 
A. BRETZLER

26723 Emden - Zweiter Polderweg 12
Telefon 04921-97 74 10
Telefax 04921-97 74 33
info@bretzler.de - www.bretzler.de


GÄDE
Fahrradfachbetrieb

Allgemeine Soziale Hilfe Emden e. V.

Büro: Brückstraße 9, 26725 Emden
Telefon: 04921 / 950 95 99

Sprechstunden:

Dienstag und Freitag 10.00 bis 12.00 Uhr
Donnerstag 15.00 bis 17.00 Uhr
Internet: www.ash-emden.de
Email: ash.emden@t-online.de



Redaktion: Horst Langhanke (HL)
Telefon: (04921) 99 77 11
e-mail: horst-langhanke@web.de