

AUSGABE 1/25

MOIN AWO

17

 **AWO** Ahrensburg
Wir machen das nachhaltig!

 **SONDERAUSGABE:
JAHRESBERICHT 2024**

awo-ahrensburg.de

Wir möchten heute **DANKE** sagen, ...

Liebe Mitglieder, Freunde, Weggefährten, ehrenamtlich und hauptamtlich Tätige.

Allen möchten wir vom AWO-Vorstand herzlich danken für das unermüdliche Engagement im vergangenen Jahr. Ohne dieses Engagement wären unsere Aktivitäten und sozialen Projekte nicht durchführbar gewesen.

Trotz aller Schwierigkeiten, die die soziale Arbeit begleiten – immer wieder finanzielle Engpässe, mangelndes Verständnis für Menschen in schwierigen Lebenslagen und fehlende nachhaltige Unterstützung für notwendige soziale Projekte ...

... wir machen weiter.

Notwendig für das Weitermachen sind neue Ideen und Impulse, die Gewinnung neuer Mitstreitenden für unsere Werte – Zusammenhalt, Gleichheit und solidarisches Miteinander.

Leider aber leben wir in turbulenten und herausfordernden Zeiten, verbunden mit Zukunftsängsten, wirtschaftlichen Unsicherheiten und politischen Unruhen, die Anlass zur großen Sorge geben. In dieser Situation gilt es, zusammenzuhalten und Kraft aus der Gemeinschaft zu schöpfen.

Mit unserem Wirken machen wir uns nicht nur stark für eine sozial gerechte Gesellschaft, sondern setzen auch Zeichen für nachhaltiges Handeln.

Danke für eure Unterstützung, für die gespendete Zeit und für ein starkes Miteinander!

Jürgen Eckert

Jürgen Eckert

1. Vorsitzender AWO Ortsverein

Christiane Reuber

Christiane Reuber

Ehrenamtsbeauftragte der AWO Ahrensburg

DIE DREI VON DER GESCHÄFTSTELLE



v.l.n.r.: Monika Singelmann, Martina Vollrath, Aysun Hoche

Die Mitarbeiterinnen in der AWO Geschäftsstelle in Uns Huus sind nicht nur zuständig für die vielfältige Organisation des Ortsvereins, sie unterstützen insbesondere die Arbeit des Vorstandes und der Projekte, lösen gekonnt und mit Diplomatie kleine und große Probleme und sind wichtige Kümmerer und Zuhörer.

Martina Vollrath als Vorstandsassistentin und Bürokraft Monika Singelmann haben nun Unterstützung bekommen:

Aysun Hoche gehört seit Februar 2024 zum Team und möchte sich gerne vorstellen.

Aysun, geboren und aufgewachsen in Istanbul, lebt seit 2018 in Deutschland und wohnt in Ammersbek. In der Türkei hat sie eine Ausbildung in Elektronik abgeschlossen und Betriebswirtschaft und Marketing studiert. In ihrer neuen Heimat musste sie wieder ganz von vorne anfangen: Deutsch lernen, Suche nach einem Job, Kultur und Ge-

AWO info

Büro im Uns Huus

📍 Manhagener Allee 17

🕒 Di. - Do. 9 - 12 Uhr

✉️ awoinfo@awo-ahrensburg.de

☎️ 04102 / 21 15 75

wohnheiten kennenlernen. Eine große Hilfe ist ihr deutscher Ehemann, der ihr geholfen hat, das Leben in Deutschland zu verstehen. Aysun ist kontaktfreudig, kocht, tanzt, reist und fotografiert gerne. Ihre Leidenschaft für das Kochen führte sie auch in das Peter-Rantzau-Haus, wo sie Kochkurse gibt. Durch die AWO Läden ist sie auf den Ortsverein aufmerksam geworden, schließlich in der Geschäftsstelle gelandet und inzwischen gut angekommen.

Herzlich willkommen, liebe Aysun!

Gemeinsame Aktion – Netzwerken für Aktive

100 Boote – 100 Millionen Menschen

Am Weltflüchtlingstag verwandelten über 100 XXL-Origami-Papierboote den Berliner Lustgarten in einen Ort der Solidarität mit Millionen Menschen auf der Flucht. Die Protestaktion fand am 20. Juni im Rahmen des deutschlandweiten Projektes „100 Boote – 100 Millionen Menschen“ statt. Initiator ist der AWO Landesverband Sachsen-Anhalt im Sommer 2023 gewesen.

Autor: AWO Landesverband SH



Die AWO in Schleswig-Holstein

In Schleswig-Holstein kooperierten der AWO Landesverband und der AWO Kreisverband Kiel für sozialkritische Kunstaktion. Menschen mit und ohne Fluchterfahrung gestalteten dafür in Kiel eines der über 100 Papierboote am Tag der Menschenrechte, 10. Dezember 2023. Anschließend war das Boot bis Mai im Foyer der AWO Landesgeschäftsstelle ausgestellt. Eine Delegation begleitete das Boot nach Schwerin, wo es mit weiteren künstlerisch gestalteten Booten aus dem Norden in einer Sternfahrt nach Berlin weitertransportiert wurde.

Der AWO Landesverband organisierte eine Busfahrt nach Berlin, damit AWO-Mitglieder aus Schleswig-Holstein am 20. Juni Solidarität zeigen und die Aktion vor Ort unterstützen konnten – neben der schönen Gelegenheit zum Netzwerken für die in der AWO Engagierten.

Der Aktionstag am 20. Juni

Am 20. Juni 2024 setzten die bunten XXL-Origami-Boote im Lustgarten ein Zeichen für eine vielfältige Zivilgesellschaft und enthielten individuelle Bo(o)tschaften. Bundesweit wurden sie von mehr als 1.500 Menschen in Schulen, Projekten, Initiativen, Vereinen, Beratungsstellen und Kommunen bemalt und gestaltet.

Mit Fragen wie „Woher kommt ihr? Von der Erde“ oder „Was ist, wenn du morgen fliehen musst?“ sprachen die Kunstwerke die Besucher:innen direkt an.

Die Boote reisen weiter

Ein Großteil der Boote wird die Reise fortsetzen. Sie werden nochmal in Brüssel vor dem EU-Parlament präsentiert – für ein starkes Zeichen der Solidarität. „Für uns als AWO ist klar, dass wir öffentlich für unsere Grundwerte Freiheit, Gleichheit, Gerechtigkeit, Solidarität und Toleranz eintreten und Haltung zeigen für soziale Gerechtigkeit“, erläutert Pia Duitsmann, Referentin für Kampagnenarbeit im AWO Landesverband.

Redebeiträge von AWO International e.V., SOS Humanity, United4Rescue und

anderen AWO-Verbänden begleiteten die eindrucksvolle Veranstaltung. „Als die Aktion im September 2023 begann, waren schätzungsweise 114 Millionen Menschen auf der Flucht. Heute zählen wir etwa 120 Millionen, das sind in kurzer Zeit 6 Millionen Menschen mehr“, so Felix Neuhaus, Leiter der Humanitären Hilfe bei AWO International. Nur ein Bruchteil von ihnen sucht Schutz in Europa. Unabhängig von der konkreten Zahl fällt ein Trend im Weltflüchtlingsbericht des UNHCR besonders auf: Die Zahl der Menschen, die gezwungen werden, ihre Heimat zu verlassen, aufgrund von gewaltsamer Verfolgung und Vertreibung, steigt kontinuierlich an.

Das Boot von AWO International war eine Nachbildung des zivilen Rettungsschiffs „Humanity 1“ und machte auf die Menschenrechtsverletzungen im Mittelmeer, einer der tödlichsten Grenzen der Welt, aufmerksam. „AWO International unterstützt schon seit 2016 in Kooperation mit SOS Humanity die Seenotrettung, und zwar, weil solidarische Hilfe und die Rettung von gefährdeten Menschen zum Selbstverständnis der AWO gehören. Das ist für uns unverhandelbar“, erklärte Paola Petruccelli, Projektmanagerin im Bereich Humanitäre Hilfe von AWO International, während ihres Redebeitrags am Weltflüchtlingstag.

Spenden willkommen

Die Seenotrettung kann mit Spenden unterstützt werden. Spenden mit dem Stichwort „Seenotrettung Mittelmeer“ unter:
<https://www.awointernational.de/spenden-helfen/online-spenden>

Spendenkonto der Seenotrettung:

IBAN: DE87 3702 0500 0003 2211 00

BIC: BFSWDE33XXX bei der Bank für Sozialwirtschaft

AWO Teamtag

Autorin: Martina Vollrath

Schon oft haben wir über die große Zahl von Ehrenamtlichen berichtet, die die große Vielfalt an AWO Angeboten ermöglichen. Fast 200 Helferinnen und Helfer sorgen durch ihr Engagement dafür, dass im Uns Huus, dem Familienhaus und im Peter-Rantzau-Haus sowie in unseren Spendenläden und vielzähligen Angeboten immer etwas los ist. Dafür unseren größten Respekt.

Was aber vielleicht viele nicht wissen, ist, dass es auch ca. 35 hauptamtliche (Voll- und überwiegend Teilzeitkräfte) gibt, die hinter den Kulissen den Ortsverein am Laufen halten.

Neben klassischen Koordinations- und Verwaltungstätigkeiten wie z.B. Buchhaltung und Bankgeschäft, Vermietung, Kursverwaltung, Beratung und Betreuung oder Personalsachbearbeitung und Leitung gibt es Reinigungskräfte und Hausmeister oder auch Köch:innen. Dazu kommen noch bis zu drei Bundesfreiwilligendienstleistende und eine duale Studentin, die sich im Peter-Rantzau-Haus in der Ausbildung befinden.

Während die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer einmal im Jahr im Rahmen des großen Ehrenamtsfestes eine Anerkennung ihrer Leistungen erhalten, wird ebenfalls jährlich als teambildende Maßnahme der AWO-Teamtag für die hauptamtlichen Mitarbeitenden und die Vorstandmitglieder organisiert. Im Jahr 2024 gab es einen Bildungstag rund um Lüneburg.

Zunächst wanderte die Gruppe unter der fachkundigen Führung einer Rangerin des Nationalparks durch die Lüneburger Heide. Fast 3 Stunden lang konnte die Gruppe dabei lernen, wie diese Kulturlandschaft entstand und sich im Zuge des Klimawandels anpasst und verändert.

Nach einer Stärkung in Lüneburg gab es am Nachmittag eine interessante Führung durch das historische Rathaus. Dieser besondere Tag hat dazu beigetragen, dass sich die Mitarbeitenden aus den 3 verschiedenen Häusern und den ehrenamtlichen Vorstandmitgliedern besser kennenlernen konnten. Viele Kolleg:innen haben die Gelegenheit

genutzt, miteinander ins Gespräch zu kommen und sich über deren Tätigkeitsfeld zu informieren. Man hörte Sätze wie „Ach du bist das. Wir kennen uns ja bisher nur vom Telefon“ oder „erzähl doch mal, was ihr im Familienhaus so macht“.

Ich bin schon sehr darauf gespannt, was es beim Teamtag 2025 Neues zu lernen und zu entdecken gibt und freue mich darauf, die Kolleginnen aus den anderen Häusern wiederzutreffen und neue Kolleg:innen kennenzulernen.



Die Flohkiste sagt Tschüss!

Autorin: Christiane Reuber

Fast zwei Jahrzehnte hat Barbara Harden in Uns Huus die Flohkiste geleitet. Mit Freude, Geduld und pädagogischem Geschick hat sie zusammen mit ihrem ehrenamtlichen Team die eineinhalb bis dreijährigen Kleinen auf die Kindergartenzeit vorbereitet und die erste, oft schmerzliche Trennung von den Eltern begleitet. In der Flohkiste wurden die Kinder in ihren individuellen Entwicklungsschritten gefördert und

unterstützt. Liebevoll hat Barbara oben im dritten Stock des Hauses ein kleines Kinderparadies eingerichtet. In der gemütlichen Atmosphäre unter dem Dach konnte gespielt, getobt und gemalt werden. Eine Kuschelecke lud zum Ausruhen und Vorlesen ein und auch das gemeinsame Frühstück gehörte zum Tagesablauf. Initiator war der AWO Landesverband Sachsen-Anhalt im Sommer 2023.

Wenn sich hinter Barbara die Türen schließen, ist eins sicher: Sie hat die Kinder nicht nur auf einen weiteren spannenden Abschnitt ihres Lebens vorbereitet, sondern ihnen vor allen Dingen eine schöne, unbeschwerte Zeit geschenkt!

Ein großer Dank geht an Barbara und ihrem Team mit allen guten Wünschen für die Zukunft!

AWO Ehrenamtsfest 2024

Autorin: Christiane Reuber

Mehr als 120 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer kamen der Einladung der AWO in das Peter-Rantzau-Haus zum diesjährigen Ehrenamtsfest nach. Das Team um Juliane Starke und Svenja Malligsen haben das Haus in eine wunderschöne Atmosphäre getaucht. Zur Begrüßung wurde allen eine Rose überreicht und mit einem Glas Sekt auf einen schönen Abend angestoßen. Die vier Jahreszeiten waren auf den Tischen präsent: vom Osterhasen bis zur Weihnachtskugel, über Muscheln und Kastanien gab diese Dekoration ein buntes Bild ab, welches zum Platznehmen einlud!

Nachdem der Bürgermeister Herr Eckert Boege lobende und anerkennende Worte für die Arbeit der Ehrenamtlichen fand, begrüßte Christiane Reuber, stellvertretend für den 1. Vorsitzenden der AWO Jürgen Eckert, die Gäste. Auch sie hob hervor, wie wichtig die Arbeit aller ehrenamtlich Beschäftigten vor Ort ist. In den Läden und Projekten leisten diese einen unbezahlbaren Beitrag für das Gemeinwohl. Zusammen mit den nicht weniger engagierten hauptamtlich Beschäftigten sind sie das Fundament der AWO in Ahrensburg, auf das der Vorstand mit Dankbarkeit, Freude und

Achtung blickt. Diese Arbeit verdient uneingeschränkte Anerkennung und ein großes Dankeschön! Frau Reuber dankt auch dem Team des Peter-Rantzau-Hauses, welches die Räumlichkeiten samt Terrasse so schön und liebevoll geschmückt hat!

Da Frau Starke wegen familiärer Verpflichtungen erst später dazu kam, begrüßte Svenja Malligsen als ihre Stellvertreterin die Gäste. Sie stellte dar, dass das breite Spektrum an Angeboten ohne die vielen helfenden Hände im PRH nicht möglich wäre. 150 Ehrenamtliche Helferinnen und Helfer sorgen mit ihren Kursen und Veranstaltungen, als Tourenbegleiter, an der Infothek und im Café für einen reibungslosen Ablauf. Besonders die neuen generationsübergreifenden Angebote stoßen

auf gute Resonanz: Das Gartenprojekt mit der neu gestalteten Terrasse, der Frauenflohmarkt und die Elterngruppe sind nur einige Ideen, die gut bei den Besucher:innen ankommen.

Bevor das Büffet eröffnet wurde, stellte Svenja Malligsen noch die Ehrenamtskarte vor. Formulare dafür gibt es im PRH und im AWOinfo Büro. Diese Karte erhalten Ehrenamtliche, die sich in den vergangenen zwei Jahren mindestens drei Stunden pro Woche, bzw. 150 Stunden pro Jahr, ehrenamtlich engagiert haben und keine finanziellen Zuwendungen bekommen.

Danach ging es zum gemütlichen Teil über und im Anschluss waren sich alle einig: Ein gelungenes Fest und eine schöne Anerkennung ihrer Arbeit!



v.l.n.r.: Svenja Malligsen, Ulrike Reichle, Christiane Reuber, Uta Keller

Bericht Mitgliederversammlung 2024

Autorin: Martina Vollrath

Unsere Mitgliederversammlung am 25.10.2024 begann mit einer Überraschung: Statt der angemeldeten 20 Teilnehmer:innen stürmten über 50 Mitglieder und Gäste den Saal, um sich bei Kaffee und Kuchen über das Jahr im Ortsverein der AWO berichten zu lassen. Schnell wurden weitere Tische und Stühle aufgestellt und die Kuchenstücke geteilt, sodass alle Besucher:innen einen Platz fanden. Nach der Begrüßung durch den Vorsitzenden des Vorstandes, Jürgen Eckert, folgten im „offiziellen“ Teil die Berichte des Vorstandes, der Finanzbericht, der Bericht der Revisoren und die Entlastung des Vorstandes. Christian Kröning verabschiedete sich aus persönlichen Gründen aus dem (geschäftsführenden) Vorstand, wird aber weiterhin beratend dem Vorstand zur Seite stehen. Danke,

Christian! Mit der Nachwahl zweier Beisitzer:innen konnte der Vorstand wieder komplettiert werden: Olga Revo und Carsten Braren werden zukünftig die Arbeit des Ortsvereines mitgestalten. Olga ist bereits im Familienhaus als Soziallotsin engagiert, Carsten ist Mitglied des Teams Öffentlichkeitsarbeit. Anhand einer Präsentation mit Bildern vom Willkommensfest berichtete Christiane Reuber anschließend über die breite Vielfalt an Angeboten des Ortsvereins. Weiterhin stellte sie die Aktivitäten rund um das Thema Selbsthilfe und Beratung im „Uns Huus“ vor. 2 Mitglieder wurden für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt (40 und 50 Jahre) und konnten sich über eine Urkunde, eine AWO-Anstecknadel und ein Schokoladenherz freuen.

Leider müssen wir zukünftig auf ein weiteres Vorstandsmitglied verzichten. Unsere Freundin Helga Ludwig konnte leider die Ehrung für ihre 50-jährige Mitgliedschaft nicht mehr entgegennehmen. Sie ist kürzlich im Hospiz verstorben und reißt eine große Lücke. Wir sind sehr traurig und behalten Helga in freundschaftlicher Erinnerung. Mit guten persönlichen Gesprächen klang die Mitgliederversammlung nach eineinhalb Stunden aus.



„Ich bin bei der AWO, weil ...“

Autor: Carsten Braren

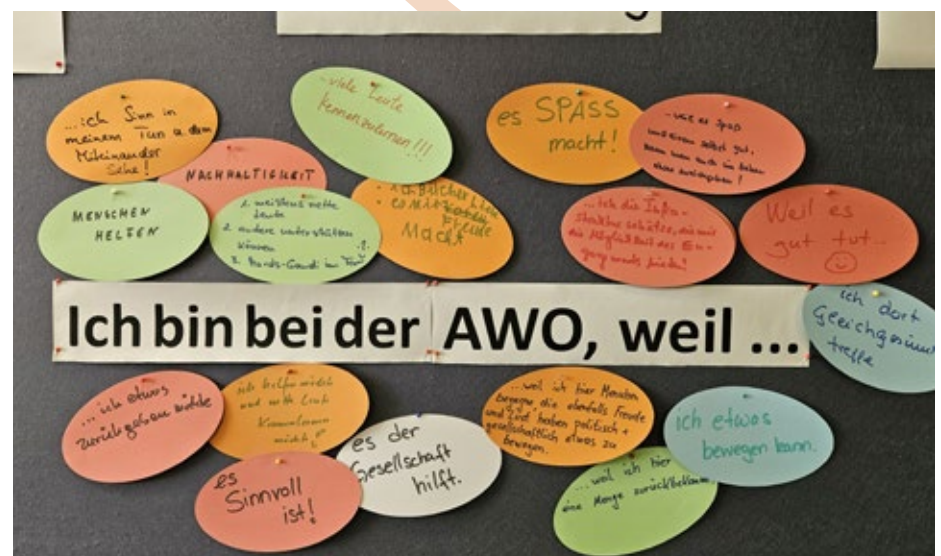
Willkommensfest

Mit dieser Fragestellung wurden „Wir Neuen“ beim Willkommensfest am 6. Juni 2024 im PRH von Jürgen Eckert, Juliane Starke und Christiane Reuber empfangen. Auf bunten, kleinen Kärtchen haben wir unsere Antworten geschrieben und an die Pinwand gehängt. Die Ergebnisse sind so vielfältig, wie es Menschen gibt, die sich bei der AWO engagieren.

Anschließend gab es eine geführte Wanderung zu den einzelnen Projekten der AWO in Ahrensburg. Hierbei zeigte sich wieder einmal, wie groß das Angebot der AWO in Ahrensburg ist. Vor allem aber, wie engagiert in den einzelnen Projekten gearbeitet wird. Mit großem Respekt haben wir an jeder einzelnen „Station“ von der Arbeit der ehrenamtlichen Helfer gehört und gesehen.

Am Ende unserer AWO-Tour gab es im PRH bei einem kleinen Umtrunk und Snacks die Gelegenheit, sich mit allen Beteiligten auszutauschen und noch mehr über einzelne Projekte zu erfahren.

Insgesamt war es eine sehr gelungene Veranstaltung, bei der man als Neuling gute Einblicke in die Arbeit der AWO gewinnen konnte.



Ihre AWO Spende

Immer wieder wird uns diese Frage gestellt:

Wohin fließt das Geld aus den Spendenerlösen?

Wir unterstützen

Beratungsangebote für Geflüchtete und Migranten. Kinder- und Jugendaktivitäten für AWO-Horte und Ferienfahrten des Jugendwerkes, die Psychosoziale Kontaktstelle und deren Klient:innen.

Wir engagieren

uns für Menschen in Notlagen und finanzieren Hilfen schnell und unbürokratisch.

Wir schaffen

Möglichkeiten für die Beratungsdienste und Selbsthilfe-Gruppen im Peter-Rantzau-Haus und in Uns Huus.

Wir fördern

Projekte unseres Familienhauses, z.B. Sprachcafé, Kinderaktivitäten, Familienreisen und Treffpunkt für Migranten.

Wir ermöglichen

Menschen mit Bewegungseinschränkungen die Teilnahme an unserem Reiseangebot und stellen einen ehrenamtlichen Fahrdienst für Senioren zur Verfügung.

Wir bieten

in unseren Spendenläden und dem Trödelmarkt ein breites Angebot an Kleidung, Spielsachen, Waren des täglichen Bedarfs, Büchern und vieles Mehr.

Wir finanzieren

verschiedene Beratungsangebote für Mitglieder, Bürgerinnen und Bürger.

Die Organisation, die Räumlichkeiten und die vielen gemeinnützigen Projekte kosten Geld und stellen den Ortsverein jedes Jahr wieder vor große Herausforderungen.

Ihre AWO-Spenden helfen:

Neu ist seit April 2024 die **Rentenberatung** durch den Versicherungsältesten Hermo Seidel, für die der Ortsverein die Organisation übernommen hat und für die kostenlose Räumlichkeiten für die Beratungsgespräche zur Verfügung gestellt werden.

Im August startete das Projekt „**Familiencafé**“ im Uns Huus. Im Café treffen sich wöchentlich bis zu drei Generationen, um gemeinsam zu lernen, zu spielen oder sogar zu kochen oder zu backen. Mit dabei waren immer eine DAZ-Lehrerin und eine Helferin zur Betreuung der Kinder und als Sprachmittlerin. Die Erkenntnis, dass es insbesondere für die Senior:innen mit Migrationshintergrund so gut wie keine Angebote gibt, hat uns dazu motiviert, ab 2025 einen Sprachkurs für diese Gruppe anzubieten. Wöchentlich treffen sich bis zu 13 Frauen und Männer im Uns Huus, um die deutsche Sprache zu lernen. Sybille Wendt als Leitung wird dabei von Migrantinnen im Ehrenamt (als Sprachmittlerinnen) unterstützt. Außerdem wurde neben einem mobilen E-Piano auch verschiedene andere **Musikinstrumente** angeschafft, die zukünftig natürlich auch anderen Gruppen zur Verfügung stehen, um gemeinsam zu musizieren.

Die **Ahrensburger Lesetage für Kinder** wurden weitergeführt: Es fanden Lesungen, Workshops, ein Bastelnachmittag für die Kleinsten im Uns Huus und im Familienhaus statt. Der Ortsverein übernahm das Honorar für eine Autorin, verzichtete auf sämtliche Raumkosten und stellte im Rahmen des Familiencafés kostenlose Eintrittskarten für Kinder zur Verfügung.

Ein Teil unserer Spenden fließt regelmäßig zurück in die **Angebote des Ortsvereins**. So müssen z.B. Mieten und Nebenkosten für unsere Läden gezahlt werden, Verwaltungs- und Personalkosten für unsere hauptamtlichen Mitarbeitenden oder auch Gebühren, Abgaben und Steuern, denn auch wenn der Ortsverein als gemeinnützig anerkannt ist, sind wir von all diesen Abgaben nicht oder nur bedingt befreit.

Dank ihrer großzügigen Spenden kann der Ortsverein immer wieder **Angebote** wie die oben genannten durchführen, denn auch, wenn einige **Projekte** durch Fördergelder unterstützt werden, reichen diese Mittel bei weitem nicht aus, um immer wieder neue Projekte ins Leben zu rufen. Und Dank der unzähligen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer können die Kosten so geringgehalten werden, damit ihre Spende bei den Menschen ankommt.

Dafür bedanken wir uns bei allen ganz, ganz herzlich!!!

Wir sagen Danke!

Die AWO dankt allen Spenderinnen und Spender, die mit ihrem Engagement diese Projekte möglich machen und unterstützen.

Spendenkonto der Arbeiterwohlfahrt Ahrensburg e.V.:

IBAN: DE 93 2135 2240 0090 0332 01

BIC: NOLADE21HOL

Im Interview

Interview mit der Leiterin von vier Selbsthilfe-Gruppen für Depressiv erkrankte Menschen

Autorin: Christiane Reuber

Frau Tiemann, ich treffe Sie hier im PRH an, wo Sie vier Selbsthilfe-Gruppen für depressiv erkrankte Menschen leiten. Wie kam es zu der Gründung dieser Gruppe im Jahr 1984?

1984 war ich selbst von einer psychischen Erkrankung betroffen. Es gab damals keine ambulanten Angebote und ich setzte mich intensiv mit der Erkrankung und möglicher Hilfestellung auseinander. Dadurch kam es zu dem Kontakt mit der AWO und dem PRH, damals noch im Woldenhorn. Die damalige Leiterin des Hauses, Frau Widowitsch, sah sehr schnell die Bedürfnisse und stellte vorerst den nötigen Raum zur Verfügung, im Verlauf kümmerte sie sich auch um entsprechende Fördergelder.

Heute gehören Depressionen zu den Volkskrankheiten. Aber immer noch ist die Krankheit mit Scham behaftet.

Die Hemmschwelle, sich der Krankheit zu stellen und Hilfe zu suchen, ist etwas gesunken. Denn inzwischen wird heute viel in den Medien über Depressionen und Ängste berichtet. Nicht zuletzt auch durch den prominenten Fußballspieler Robert Enke, der sich öffentlich zu seiner Depression bekannt hat. Das Peter-Rantzau-Haus ist ein idealer Treffpunkt für meine Teilnehmer:innen. Es ist ein offenes Haus mit viel Betrieb und nach außen nicht erkennbar, wer welches Angebot nutzt! Sie kommen alle sehr gerne hierhin und nehmen auch andere Angebote des Hauses wahr: Gymnastikkurse, Teilnahme an Fahrten, tanzen, töpfern, im Bistro Kaffee trinken.

Bleibt es dennoch schwer für Betroffene professionelle Hilfe zu finden?

Ja, es gibt zwar diverse Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen. Doch diese Gruppen ersetzen keine ärztliche oder therapeutische Behandlung. Es fehlen Ärzte, Therapeuten und Tageskliniken. Eine zweijährige Wartezeit auf einen



Frau Tiemann
Leiterin der Selbsthilfegruppen

Therapieplatz ist keine Seltenheit und das Gespräch mit dem Arzt geschieht auch unter einem enormen Zeitdruck. Hier ist unbedingt politisches Handeln notwendig; und das schon seit Jahren.

Wie sieht das Krankheitsbild aus, gibt es erste Symptome, wann sollte man sich Hilfe holen?

Eine Depression beginnt meist damit, dass

sich der Betroffene körperlich krank fühlt. Er ist antriebschwach, müde, alles wird zu einem Problem: Aufstehen, Einkaufen, Kontaktpflege. Die Folgen sind Isolation, Hoffnungs- und Empfindungslosigkeit. In der Regel wird erst der Hausarzt aufgesucht, der dann weiter zum Facharzt überweist.

Wie müssen wir uns so eine Stunde in der Gruppe vorstellen?

Der Austausch und das Lernen voneinander sind wesentliche Bestandteile der Gruppenarbeit. Jedes Treffen mit den meist 11 Teilnehmer:innen beginnt mit einem „Blitzlicht“, wo jede/r von ihren/seinen Problemen und Sorgen, aber auch von besonderen Glücksmomenten berichten kann. Wiederkehrende kritische Situationen zu bewältigen, das Trainieren von anderen Verhaltensweisen, ist in der Gruppenarbeit von großem Wert.

Was während der Gruppe besprochen wird, verlässt nicht den Raum; alle Teilnehmer:innen sind zur Verschwiegenheit verpflichtet!

Frau Tiemann, nun haben wir so viel über „Fachliches“ gesprochen. Wir sind aber auch neugierig auf Ihren persönlichen Werdegang!

Ich wohne seit 49 Jahren in Ahrensburg, bin 77 Jahre alt, habe 2 Kinder und 6 Enkelkinder. Nach der Gruppengründung habe ich zuerst eine 1-jährige Seelsorgeausbildung begonnen, dann folgte ein Kontaktstudium „Humanistische Psychologie“ an der Universität Hamburg. Später habe ich noch eine Zusatzausbildung in „Themenzentrierte Interaktion“ begonnen. Hilfreich war am Anfang eine regelmäßige Supervision, um mich selbst und den Umgang mit anderen reflektieren zu können. 1999 bekam ich vom Kreis Stormarn eine Ehrennadel überreicht, die jährlich an Persönlichkeiten, die sich besonders verdient gemacht haben, verliehen wird.

Das ist eine schöne Anerkennung Ihrer Arbeit! Seit Sie 1984 diese Gruppe ins Leben gerufen haben sind 40 Jahre ins Land gegangen. Dazu noch mal herzliche Gratulation zum Jubiläum!

Am Anfang stand meine Anfrage im PRH, auf ein Inserat in der Zeitung kamen mehr als 30 Personen und aus zwei Gruppen sind heute vier Gruppen entstanden.

Damals wie heute ist der Bedarf an dem kostenlosen Angebot der AWO hoch. Und solange es meine Gesundheit zulässt mache ich gerne weiter!

Frau Tiemann, vielen Dank für das interessante Gespräch und für Ihre Zeit und alles Gute!



Peter-Rantzau-Haus
Mitten im Leben

Frau Tiemann wird im PRH noch von der Kollegin Katrin Jaeger mit einer eigenen Gruppe und dem Kollegen Sven Philipp Eggers mit drei eigenen Gruppen unterstützt. (Auch eine Männergruppe!) Alle Gruppenleiter:innen arbeiten ehrenamtlich.

Weitere Informationen im Peter-Rantzau-Haus unter: Tel: 04102-21 15 15

Die Fahrradwerkstatt

Fahrradwerkstatt des Freundeskreises für Flüchtlinge feiert 10-jähriges Jubiläum! *Autorin: Christiane Reuber*

Die Fahrradwerkstatt wurde 2014 mit Unterstützung der AWO Ahrensburg gegründet.

Ziel war und ist es, ankommende Flüchtlinge mit Fahrrädern zu versorgen und sie bei der Reparatur der Räder zu unterstützen. Was mit zwei freiwilligen Helfern anfang, ist heute ein Erfolgsprojekt. Inzwischen arbeiten 11 ehrenamtliche Helfer in der Werkstatt, 1.700 Fahrräder wurden weitergegeben und mindestens ebenso viele repariert.

Alle Fahrräder sind Spenden von Bürgern und Bürgerinnen der Stadt Ahrensburg und Umgebung. Seit Gründung hält die Spendenbereitschaft an, so dass nicht nur Flüchtlinge, sondern auch Menschen mit sehr geringem Einkommen davon profitieren können.

Der Gedanke der Nachhaltigkeit und der Hilfe zur Selbsthilfe steht im Vordergrund, keinesfalls wollen und dürfen die ehrenamtlichen Helfer den offiziellen Werkstätten eine Konkurrenz sein.

Wir sagen: Herzlichen Glückwunsch und weiter so!

Die Fahrradwerkstatt ist Mittwoch und Donnerstag von 14–17 Uhr geöffnet.

Wo? Reiterhof Weidner
Ostring 1, 22927 Großhansdorf.



Demokratie- und Ortsvereinskonferenz

Der AWO-Landesverband Schleswig-Holstein hat am 24. – 25.05.2024 zu einer zweitägigen Veranstaltung in Neumünster eingeladen. Der Ahrensburger Ortsverein hat mit mehreren Delegierten teilgenommen

Autor: Andreas Vollrath



Der erste Tag stand als Demokratiekonferenz ganz im Zeichen der aktuellen Dachkampagne des Bundesverbandes DEMOKRATIE. MACHT. ZUKUNFT., in der es um die Stärkung der Demokratie in Deutschland geht.

Im Zuge des deutlich wahrnehmbaren Rechtsrutsches und der bevorstehenden Wahlen in den Jahren 2024 und 2025 sendet die AWO hier ein deutliches Zeichen und bezieht Stellung gegen rechts.

Verschiedene Vorträge zu dem Thema haben die Brisanz des Themas verdeutlicht und Möglichkeiten aufgezeigt, rechtsextremen und antidemokratischen Einstellungen zu begegnen.

Im Anschluss an die Demokratiekonferenz fand dann am nächsten Tag die diesjährige Ortsvereinskonferenz statt. Dieses Veranstaltungsformat gibt es seit dem Jahr 2022 und dient der Weiterbildung der

ehrenamtlich Engagierten innerhalb der AWO und des Austausches untereinander. Es wurden verschiedene Workshops angeboten, so gab es unter anderem Themengebiete wie „erfolgreiche Vorstandsarbeit“, „Pressearbeit und soziale Medien“ oder „Ehrenamt und Engagement vor Ort“.

Anhand der Diskussionen und der persönlichen Gespräche konnte man schnell feststellen, dass alle Ortsvereine mit den gleichen Problemen zu tun haben. Wie kann man neue Mitglieder gewinnen? Wo finde ich Menschen, die sich ehrenamtlich betätigen möchten?



Wie kann man die Arbeit des Ortsvereins sichtbarer machen. Die Workshops waren hier durchaus hilfreich.

An dieser Stelle vielen Dank an die kompetenten Mitarbeiter:innen, die die Veranstaltung organisiert und durchgeführt haben.



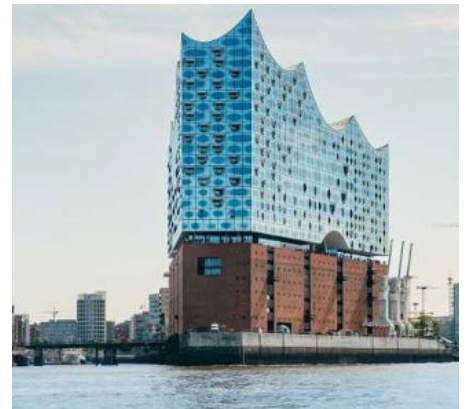
Ausflug nach Hamburg, Erkundung von der Wasserseite aus. Autorin: Teda Kiess

Klienten der AWO Neue Wege haben mit einer Barkasse am 12.08.24 auf der Elbe eine Schifffahrt unternommen. Wir haben unter anderem die Rickmer Rickmers, den Elbstrand, die Altonaer Fischauktionshalle, Blohm+Voss Dock Elbe 17 und die Speicherstadt vom Wasser aus gesehen.

Wir hatten unglaubliches Glück mit dem Wetter. Mal raus aus dem Alltag und deren Herausforderungen. Das Wasser glitzerte im Sonnenschein wie mit Diamanten besetzt. Der Kapitän hat uns mit Fakten begleitet. Besonders haben uns die Dimensionen der Schiffe beeindruckt. Ein Containerschiff kann bis zu 25.000

Container beladen. Wir haben auch eine Jacht gesehen, wo uns erzählt wurde, dass sie zwischen 2-3 Millionen kostet. Wir sind mit vielen neuen Eindrücken nach Hause gefahren.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei dem AWO Ortsverein Ahrensburg für die Übernahme der Kosten.



Wenn einer eine Reise tut ...

Autor: Hajo Grimm

Auch 2024 hat die AWO mit der Firma Niemeier verschiedene Tagesreisen angeboten.

Im Mai gab es eine Bustour nach Rendsburg und den Nord-Ostsee-Kanal verbunden mit einem Spargelbuffet. Auf „Spargel satt“ folgte die Stadtrundfahrt durch Rendsburg. Dieter Bothe (AWO-Vorstandsmitglied und gebürtiger Rendsburger) erklärte und kommentierte launisch die Sehenswürdigkeiten.

Das abschließende Kaffeetrinken fand dann am Nord-Ostsee-Kanal statt, direkt neben Schwefebfähre und Schiffsbegrüßungsanlage wurde Kaffee und Torte gereicht.

Hajo Grimm (Vorstandsmitglied und Teilnehmer) war voll des Lobes: „... glücklich und immer noch satt endete die Tour gegen 19:30 Uhr in Ahrensburg. Ein toller Tag!“.



Im Herbst stand die Tagesfahrt in die Lüneburger Heide unter dem Motto „Alle meine Gänschen“ – Gänseessen in der Nordheide. Wie immer wurden die Teilnehmenden von Hanne und Dirk Arbo begleitet. Wie zu erwarten war, große Nachfrage – großer Bus, ein voller Erfolg.



Hajo Grimm

AWO Preisskat mit Rekordbeteiligung

Am 8. November 2024 wurde wieder der AWO Preisskat mit Herz veranstaltet.

Autor: Hajo Grimm

42 Spielerinnen und Spieler (so viel wie noch nie) fanden sich im Bistro des Peter-Rantzau-Hauses ein, um ein zünftiges Blatt zu dreschen.

Jürgen Eckert eröffnete den Spieleabend, bei dem man mit einer Startgebühr von 17,00 € teilnehmen konnte, inklusive Käse- oder Schinkenbrot in der Pause.

Fazit von Hajo Grimm (Organisator und Vorstandsmitglied): „Alle hatten ihren Spaß. Am Ende hat jeder Teilnehmende

einen Preis erhalten, egal ob Erster oder Letzter. Die Verteilung erfolgte nach der Höhe der erzielten Punkte. Nächstes Jahr sehen wir uns alles wieder.“



Wir stellen vor: Die Sprecherin Projekte

Autorin: Melina Thiele

Mein Name ist Melina Thiele, ich bin 45 Jahre jung und habe im Mai 2024 das Ehrenamt der „Sprecherin Projekte“ übernommen. Ich stelle ein Bindeglied zwischen den AWO-Projekten und dem Vorstand dar.

Bevor ich zur AWO kam, war ich als Personalsachbearbeiterin in unterschiedlichen Firmen tätig. Ich brauchte schon immer den engen Austausch mit meinen Kollegen, habe deren Anliegen ernst genommen und immer versucht, ihnen bestmöglich zu helfen und sie zu unterstützen.

Direkt zu Beginn von Corona in 2020 habe ich eine Ausbildung zur Betreuungskraft gemacht und wurde im Tobias-Haus im Hagen fest angestellt. Dort habe ich mich mit dementiell Erkrankten beschäftigt, einzeln oder in Gruppen. Das war

eine spannende und interessante Zeit mit so vielen besonderen Momenten und Begegnungen, an die ich gerne zurückdenke.

Und privat? Da bin ich gerne mit meinem Mann und unserer Ridgeback-Hündin zusammen. Ich lese sehr gerne Bücher (bloß nicht digital!), koche und backe gerne und wenn es die Zeit zulässt, spiele ich sehr gerne Golf.

Mir ist es wichtig, etwas Sinnstiftendes zu tun, weshalb ich nun bei der AWO bin. Sinn bedeutet für mich, mit Menschen zusammen zu sein und mit Ihnen zu arbeiten, sie glücklich zu sehen und dazu beigetragen zu haben, um nur ein paar Beispiele zu nennen.

Ihr erreicht mich per E-Mail unter projekte@awo-ahrensburg.de.

Vorschläge, Kritik, Anregungen und auch Verbesserungsideen können gerne bei mir platziert werden.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit, den Austausch und nette Begegnungen!

Viele Grüße, Melina



Wie ich die AWO für mich entdeckt habe!

Autorin: Aysun Hoche

Als ich Anfang 2018 aus der Türkei nach Ahrensburg zog, wollte ich so schnell wie möglich besser Deutsch lernen und bald auch einen guten Job finden.

Während mein neues Leben langsam eine Ordnung bekam, absolvierte ich erste Deutschkurse und fand bald auch Jobs, die mich aber nicht froh machten.

Endlich und glücklicherweise habe ich eine Anzeige der AWO im Februar 2024 gesehen und sofort meinen Lebenslauf hingeschickt. Als Vorbereitung zu meinem ersten Vorstellungsgespräch habe ich im Internet recherchiert und gesehen, dass die Philosophie der AWO genau zu meiner Art und dem passt, was ich mir wünsche.

Seit Februar 2024 sage ich sehr oft meinen Lieblingssatz: **Ich arbeite bei der AWO!**

Dann erzähle ich sehr gerne, was die AWO macht, was aber natürlich gar nicht so einfach ist, weil die AWO wie ein sehr großer und tiefer Eisberg ist. Je mehr ich über all das erfahre, was unter dem Namen AWO getan wurde und wird, desto stolzer bin ich, ein Teil dieser Organisation zu sein.

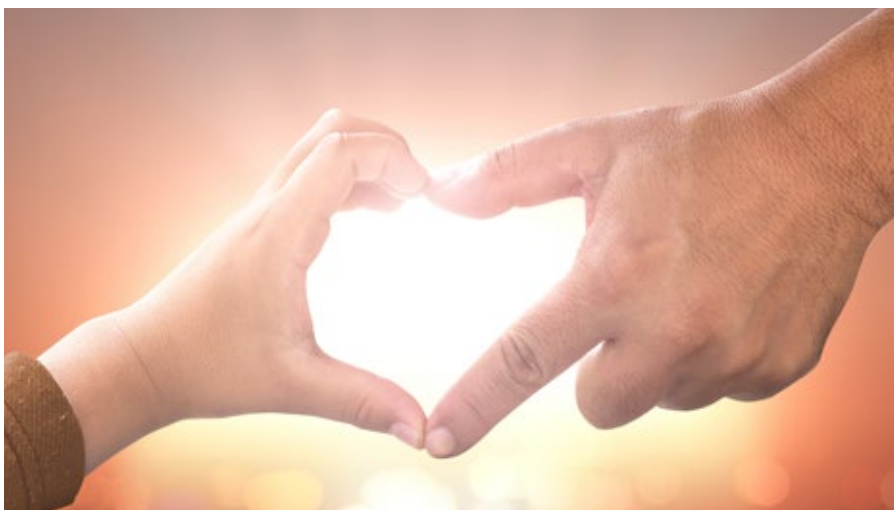
Ich weiß: Hier bin ich am richtigen Ort und bei den richtigen Leuten, die die richtigen Dinge tun!




Frau Aysun Hoche
Mitarbeiterin in der AWO
Geschäftsstelle im Uns Huus


Das Ehrenamt: eine echte Herzensangelegenheit


Wer ein Ehrenamt ausübt, übernimmt soziale Verantwortung und hat die Chance, Dinge zu bewegen und nachhaltig zu verändern. Ehrenamtliche unterstützen Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen. Sie verbessern ihren Alltag, ermöglichen Integration und individuelle Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.



Lust auf ein Ehrenamt? Melde dich hier!

 Uns Huus, Manhagener Allee 17,
22926 Ahrensburg

 04102 - 21 15 75

 jeden Dienstag bis Donnerstag
von 9 - 12 Uhr

Waffelduft, Mitmach-Aktionen & Basar-Geflüster

Der beliebte AWO-Weihnachtsbasar im neuen Kleid.

Autorin: Janet Longino

Am 23.11.2024 war es wieder so weit: eine lieb gewonnene Tradition, der AWO Weihnachtsbasar, hat Groß und Klein in festliche Adventsstimmung versetzt. Die feierliche Veranstaltung empfing seine Besucher mit allerlei weihnachtlichen Überraschungen.

Im Gegensatz zu den Vorjahren erwachte der Basar in besonderem Glanz. Das lag nicht zuletzt am neuen Konzept. Zum Auftakt (ca. 9:45 Uhr) heizten die 16 Musiker des Spielmannszuges Ahrensburger TSV die Stimmung an und überraschten die ersten Neugierigen vor dem Gebäude mit Marschtrommeln, Querflöten und Lyra. Pünktlich um 10 Uhr öffneten sich dann die Türen des Peter-Rantzau-Hauses ganz offiziell. Flankiert vom Glühwein-, Kinderpunsch- und Waffelduft strömten die Besucher zunächst aufgeregt zur Tombola ins Foyer. 50 Cent pro Los und im Glücksfall einen der heiß begehrten Preise gewinnen, lautete die Devise.

Anders als in den Jahren zuvor verwandelten sich nicht nur die Räumlichkeiten im Unter-, sondern auch im Obergeschoss in besinnliche Orte der Begegnungen und des Miteinanders. Neben dem stimmungsvoll geschmückten Foyer lud der Saal im Erdgeschoss mit sechs Basteltischen zum Mitmachen und Selbstaussprobieren ein. Ein Novum in der Geschichte der AWO Weihnachtsbasare in Ahrensburg! Ob Origami falten in Form von Springfröschen, Fischen oder kleinen Schachteln, Körbe flechten, Weihnachtstüten selbst gestalten, ukrainische Motanka-Fingerpüppchen wickeln oder Muffin-Styroporbälle mit Glitzer und Streudeko verzieren: jeder konnte seiner kreativen Ader fröhnen. Besonders Familien mit Kindern, aber auch Ältere, nutzten das Angebot rege. Zu späterer Stunde gab es zudem eine flotte Tanzeinlage sowie

einen Chorauftritt durch die Mitglieder des Peter-Rantzau-Hauses, bei der Mitsingen und Mitschunkeln mehr als erwünscht waren.

Der berühmte Basar fand in diesem Jahr im Obergeschoss statt. In herzlicher Atmosphäre, getreu dem Motto „Spende statt Preise“, präsentierten die Ehrenamtlichen ein buntes Potpourri aus schönen Dingen: Handarbeiten wie Strickwaren oder Selbstgebasteltes, Schmuck, Porzellan, Gläser, Kerzenständer und andere Haushaltsartikel, Musikinstrumente, (Hör-) Bücher, Puzzle, Deko oder leckere Köstlichkeiten zum Verschenken an die Liebsten. Auch die Kinderkiste erfüllte wieder viele Wünsche rund ums Kind. Ein weiteres Highlight war die Vorführung des Spinnrades, bei der so mancher ins Staunen geriet. Im Vorlese-Raum spitzten Alt und Jung die Ohren als „Die Ollen Talente“ und „Viva“ mit spannenden Geschichten und Märchen für eine verzauberte Stimmung sorgten. Und damit auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kam, lockte die Lehrküche mit syrischem Fingerfood, so z.B. Börek, Yalanji, Musakhan oder Kibbeh. Nicht zu vergessen: Auch die Tombola-Gewinnausgabe fand im 1. Stock, direkt



auf der Empore, statt und sorgte für einige strahlende Augen.

Wer schließlich erschöpft von den vielen Mitmach-Aktionen war oder eine Pause vom Basar-Einkauf brauchte, der konnte bei Kaffee und Tee im Bistro entspannen. An Apfel- oder Bierkuchen, Nuss-Sahne-, Schoko- oder Eierlikör-Torte mangelte es jedenfalls nicht.

Und wer beim Samstagsevent ganz genau aufgepasst hat, der hat die eine oder andere Elfe durchs Peter-Rantzau-Haus fliegen und Magie versprühen sehen.

Der Erlös des Basars wird für gute Zwecke eingesetzt, was die Veranstaltung zu einer besonders bedeutsamen Gelegenheit macht, um die weihnachtliche Vorfreude und Nächstenliebe mit anderen zu teilen. Denn die wahre Bedeutung der Weihnachtszeit ist vor allem in Gemeinschaft und beim Geben zu spüren.



Jürgen Eckert und Käthe Hotz

ÖFFNUNGSZEITEN

... und Ansprechpartner:innen

UNS HUUS

Manhagener Allee 17
22926 Ahrensburg

AWOinfo

Information und Beratung
für Mitglieder und Interessierte

☎ Di. - Do. 9 - 12 Uhr

✉ awoinfo@awo-ahrensburg.de

☎ 04102 / 21 15 75

AWO Geschäftsstelle

Martina Vollrath

☎ Di. - Do. 9 - 12 Uhr

✉ unshuus@awo-ahrensburg.de

☎ 04102 / 21 15 74

AWO FamilienHaus

Hamburger Str. 16a
22926 Ahrensburg

Anlaufstelle und Ort der Begegnung für Familien

✉ famz-ahrensburg@awo-stormarn.de

☎ 04102 / 77 96 727 oder
mobil 0170 / 37 58 613

VIVA im FamilienHaus

Verein Internationale Verständigung
in Ahrensburg

✉ info@viva-ahrensburg.de

AWO Projekte

AWO Nähkiste im Uns Huus

✉ awoinfo@awo-ahrensburg.de

☎ 04102 / 21 15 75

AWO RepairCafè im Uns Huus

☎ Jeden letzten Dienstag
14:30 - 17:30 Uhr

✉ awoinfo@awo-ahrensburg.de

☎ 04102 / 21 15 75

Buchladen

Manhagener Allee 14 | in Ahrensburg

☎ Mo. 15 - 18 Uhr

Mi. 10 - 12 Uhr & 14 - 16 Uhr
Sa. 9:30 - 12:30 Uhr

Fundgrube

Große Str. 8a | 22926 Ahrensburg

☎ Mo. 15 - 18 Uhr

Mi. & Sa. 9 - 13 Uhr

Kinderkiste

Manhagener Allee 14 | in Ahrensburg

☎ Mi. 10 - 14 Uhr, Sa. 10 - 12:30 Uhr

Klamottenkiste

Manhagener Allee 6 | in Ahrensburg

☎ Mo. 15 - 18 Uhr

Mi.+Sa. 9:30 - 12:30 Uhr

Trödelmarkt

im AWO FamilienHaus

☎ Von Jan. - Nov.: jeden 1. Sa.
im Monat 9:30 - 13:30 Uhr

Annahme Freitag v. Trödelmarkt 9-14 Uhr

Café mit Herz

im Peter-Rantzau-Haus

Gute Unterhaltung bei Kaffee & Kuchen

☎ 04102 / 21 15 75

AWO Beratungsprojekte

- AWOinfo
- Ehrenamtsberatung
- Ämterlotsen
- Soziallots:innen
- Formularhilfe
- Rentenberatung
- Schuldnerberatung

Kontakt, Anmeldung und weitere
Informationen über **AWOinfo**.

AWO Psychosoziale Kontaktstelle

Hilfen für Menschen in schwierigen
Lebenslagen, **AWO Assistenz**

Stormarn Hilfen für Menschen mit
psychischen Erkrankungen

☎ 04102 / 999 222

Ämterlotsen

Im Peter-Rantzau-Haus

☎ Kontakt unter:
04102 / 21 15 15

Peter-Rantzau-Haus

Manfred-Samusch-Straße 9
22926 Ahrensburg

Leiterin: Juliane Starke

Stellv. Leitung & Ehrenamt: Svenja Malligsen

☎ 04102 / 21 15 15

Infothek und Vermietung

Regine Kersting/Romina Heymings

✉ info@peter-rantzau-haus.de

☎ 04102 / 21 15 15

Beratungsdienste

Nur nach vorheriger
telefonischer Vereinbarung

Leitstelle „Älter werden“

Ulrike Reichle

✉ reichle@peter-rantzau-haus.de

☎ 04102 / 21 15 19



Peter-Rantzau-Haus

Mitten im Leben

Aktuelle Infos unserer Angebote finden Sie auf unserer Homepage:
www.peter-rantzau-haus.de

Das war unser 2024



Ehrenamtsfest



100 Boote



Weihnachtsbasar



Willkommenstag



Teamtag Moorwanderung



Teamtag



Preisskat & Knobeln



Demokratiekonferenz

Herausgeber: Vorstand der AWO Ahrensburg e.V.
Verantwortlich: J. Eckert (1. Vorsitzender)
Redaktion & Gestaltung: Team Öffentlichkeitsarbeit,
Stefanie Müller-Thies
Fotos: AWO Ahrensburg e.V., AWO LV SH.
Auflage: 600 Stück

**Spendenkonto der Arbeiterwohlfahrt
Ahrensburg e.V.:**
IBAN: DE 93 2135 2240 0090 0332 01
BIC: NOLADE21HOL

Nachrichten online?
Möchtest du die „Nachrichten“
schneller (digital) bekommen?
Dann schreibe eine Mail an:
awoinfo@awo-ahrensburg.de
Betreff: N digital

Danke, damit hilfst du der
AWO, Porto zu sparen!