

ANZEIGER Juli bis Oktober 2022



Inhaltsverzeichnis

| Grußwort | Seite 3 |
|-----------------------------------|---------------|
| Andacht | Seite 4 |
| Jahreshauptversammlung Kochkurs | Seite 5 |
| Maiwanderung | Seite 6 |
| Altstadtfest | Seite 7 |
| Dankeabend | Seite 8 |
| Gebet | Seite 9 |
| Fotoleinwand | Seite 10 11 |
| Sommerfreizeit | Seite 12 |
| Kochen mit Jugendgruppe | Seite 13 |
| Ein Abend mit | Seite 14 |
| Burgfest CVJM Bayern | Seite 15 |
| Vereinsleben | Seite 16 20 |

Redaktionsschluss nächster Anzeiger 10.10.2022

CVJM Amberg e.V. Zeughausstraße 14 92224 Amberg

Tel. 09621|15525 FAX 09621|32920

E-Mail mail@cvjmamberg.de www.cvjmamberg.de

1. Vorsitzender: Manfred Flach 2. Vorsitzender: Christoph Scheibel

Kassierin: Marion Klein Schriftführerin: Sophia Pfab

Bis auf weiteres gibt es keine Regelmäßigen Bürozeiten mehr.

Redaktionelles

Herausgeber: CVJM Amberg e.V Redaktion: Iris Schmidt Layout: Christoph Scheibel, Peter Snyder <u>Bildnachweis:</u> C.Scheibel; CVJM Archiv; S.Flach; G.Seeburg; www.pixabay.de

Bankverbindung:

Bank: Sparkasse Amberg-Sulzbach IBAN:DE53 7525 0000 0240 1004 38

BIC: BYLADEM1ABG



www.blauer-engel.de/uz14

- + energie- und wassetsparend hergestellt.
- aun 100% Altpapier
- besonders schadstoffarm

Dissas Produkt Dachs let mit dem Blauen Engel auspessichnet, www.GemeindebriefDrusbarolube

Liebe Mitglieder and Freunde des CVIM, liebe Leser anseres Anzeigers.

Vor fast 60 Jahren, im August 1963, hielt Martin Luther King seine berühmte Rede beim Marsch auf Washington vor dem Lincoln Memorial in Washington, D.C., die den Titel "I have a Dream" trug.

Jetzt will ich mich weder mit Martin Luther King vergleichen, noch mein bzw. unser Anliegen mit der Gleichstellung der farbigen Bevölkerung in den USA 1963. Und trotzdem habe auch ich einen Traum - und ich hoffe viele mit mir.



Mein Traum ist, dass unser CVJM sich mit jungen und junggebliebenen Menschen füllt und wir dabei im Miteinander einüben, was es heißt, als von Gott geliebte und angenommene Menschen zu leben, wie es der Anspruch des CVJM ist.

Dabei freue ich mich über all die Aktionen, die bereits laufen. Die Wukis treffen sich regelmäßig und mit steigendem Interesse. Im Sommer findet wieder eine Freizeit für Kinder auf dem Gelände des Hockermühlbads statt, wofür wir noch dringend Mitarbeiter suchen, um möglichst viele Kinder mitnehmen zu können. Der Bücherflohmarkt und der Freundeskreis laufen zuverlässig, um nur einige zu nennen.

Momentan betreten wir in mancherlei Hinsicht Neuland, wie Peter in seinem Grußwort im Frühjahrsanzeiger bereits angerissen hat: Wir arbeiten ohne Hauptamtlichen, und überlegen im Vorstand, ob wir so unserem Auftrag als CVJM nachkommen können. Wir starten neue Formate und überlegen, was zur Stärkung unserer Gemeinschaft hilfreich ist.

Zu einigen Vorhaben findet Ihr mehr in diesem Anzeiger, anderes, wie Vereinsfreizeit, Herbstfest, Kochkurs und Weihnachtsfeier muss noch im Detail ausgearbeitet, Flyer und Einladungen dafür erstellt werden.

Ich wünsche uns als CVJM und jedem persönlich eine gute, gesegnete und entspannte Sommerzeit und dass wir, nicht nur durch diesen Anzeiger, miteinander in Verbindung bleiben ... und mein Traum Wirklichkeit wird S. Euer Manfred Flach



Momentan habe ich das Gefühl, dass mir alles zu viel wird. Das betrifft sowohl die Ereignisse in Europa und der ganzen Welt, z.B. die Kriege in der Ukraine und an anderen Stellen der Erde, als auch Hass und Gewalt, die sich Menschen gegenseitig antun. Egoismus, der immer noch mehr für sich selbst fordert und sich alles nur um die eigene Person dreht, Umweltzerstörung, die auch eine Folge des Egoismus und des materiellen Wohlstandes ist...Im privaten Umfeld, wo es Situationen gibt, die nicht leicht auszuhalten sind...Ich fühle mich total hilflos. Mir fehlt die Kraft, ich bin überfordert. Dann lese ich den Monatsspruch für Juli: "Meine Seele dürstet nach Gott." und ich erkenne, das ist genau das, was mir fehlt. Gottes Gegenwart, seine Nähe, seine Hilfe und Führung. Wenn ich den Kontakt zu Gott vernachlässige oder sogar verliere, dann überwältigen mich Sorgen und Probleme, weil ich nichts anderes mehr sehen kann. Halte ich aber die Verbindung oder stelle sie wieder neu her, erkenne ich, dass ich nicht allein bin. Ich muss nicht alles allein schaffen, durchstehen. Weil Gott bei mir ist und mich trägt, bin ich nicht mehr "ohnmächtig". Es lösen sich nicht alle Probleme auf der Stelle in Nichts auf, aber ich weiß, Gott ist da. Er steht über allem. Und er hat allein die Macht. Deshalb kann ich alle meine Sorgen bei ihm abladen und ihn bitten, mich aus dieser Hilflosigkeit herauszuholen und mir wieder Zuversicht zu schenken.

Danke, Herr, dass du, der lebendige Gott, wie ein liebevoller Vater für uns da bist und für uns sorgst.

Iris Schmidt

Bericht Jahreshauptversammlung 2022

Das Gefühl, mit dem man der Jahreshauptversammlung entgegenblickt, könnte so beschreiben werden: Diese Sitzung muss einfach irgendwie erledigt und jedes Jahr hinter sich gebracht werden. Zum anderen ist eine große Neugierde da zu erfahren, was und wie das letzte Jahr gelaufen ist, wie die Zahlen stehen und welche neuen Informationen es gibt.

Nachdem die Online-Teilnehmenden integriert wurden, leitete Manfred Flach die Veranstaltung mit einer herzlichen Begrüßung ein. Es wurden die neuen Mitglieder, Julia Pfab und Peter Snyder willkommen geheißen, die sich bereits fleißig in den Bereichen Anzeiger-Layout und Kinderprogramm eingebracht

haben.

Mit einer ermutigenden Andacht zum Thema Hoffnung bereicherte Peter Spreng das Treffen.

Es wurde in die Vergangenheit und die Zukunft geblickt.

So wurde erklärt, dass teilweise durch Corona geplante Einnahmen ausgefallen sind. Außerdem konnte das UniY-Projekt nicht realisiert werden und somit sind dort geplante Projektgelder nicht geflossen. Es gab ein deutliches Plus bei den Spenden und etwas mehr Mieteinnahmen als geplant. Im laufenden Jahr wird mit höheren Einnahmen beim Bücherflohmarkt gerechnet. Wie das Spendenverhalten durch den Weggang des Hauptamtlichen sich entwickeln sowie ist noch abzuwarten. Es soll mehr Geld für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen zur Verfügung gestellt werden und für die Schulung von Mitarbeitenden. Außerdem wird mit erhöhten Energiekosten gerechnet. Außerdem sollen neue Stühle und Tische für den CVJM-Saal gekauft werden. Delegierte für den Stadtjugendring ist weiter Melli Buch. Delegierter für die Sitzungen des CVJM-Landesverbands Bayern ist Christian Glasser. Zum Abschluss wurden noch geplante Aktivitäten vorgestellt, die aus dem Anzeiger entnommen werden können.

Kochkurs

Es kann gekocht werden. Nach langer Durststrecke dürfen wir wider einen Kochkurs anbieten. Der CVJM Amberg e.V. möchte (jungen) Menschen, Studierenden und Schülern zeigen, dass eine gesunde und ausgewogene Ernährung nicht teuer sein muss.

Nachdem der letzte Kurs ein großer Erfolg war, eine Onlineversion auch funktioniert hat, möchten wir uns wieder in Präsenz treffen. Die folgenden Daten sind möglich: 14. & 28. Juli, 11. August, 22. September, 13. & 27. Oktober, 10. & 24. November sowie am 8. Dezember. Immer in der Zeit von 18 bis 19:30 Uhr (20:00 Uhr). Die Kursgebühr beträgt pro Kurs € 6,50. Wer alle Termine bucht zahlt € 55,-. Wir treffen uns in der Schulküche der Hauswirtschaftsschule (Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Amberg-Neumarkt i.d.OPf.), Hockermühlstraße 53, 92224 Amberg. Leicht erreichbar mit Auto, Bus (Linie 4 bis Hofmarkweg), Rad oder auch zu Fuß.

Anmeldungen und weitere Informationen findet ihr auf der Rückseite des Anzeigers

Wer nicht nur mitkochen sondern auch mithelfen möchte, kann sich gerne bei mir melden.

Euer Christian Glasser

1. Mai Wanderung des CVIM bei Leuchtenberg

Zehn Wanderer und Wanderinnen trafen sich zum Auftakt beim Gottesdienst im Martin Schalling Haus, ehe es mit drei Autos Richtung Leuchtenberg ging. Wir wanderten zunächst durch das wunderschöne Lerautal. In der Wolfslohklamm, dem schönsten Teil dieses Tales, fließt die Lerau durch große, moosbewachsene Granitfelsen. Geologische Besonderheiten wie der Wolfslohfelsen oder die "Hände Gottes" regten unsere Fantasie an und ließen uns immer wieder staunen. Dann ging es in einem steilen Aufstieg auf die Höhe Richtung Leuchtenberg. Ein aufgelassener und voll gelaufener Steinbruch erfreute uns mit schönen Wasserspiegelungen, ehe eine Bank zum Rasten und Brotzeitmachen einlud.

Frisch gestärkt besuchten wir das Teufelsbutterfass, ein geologisches Zeugnis der Wollsackverwitterung. Der Sage nach hat der Teufel dort mit einem der Herren von Leuchtenberg ausgebuttert. Große Granitfelsen sind abenteuerlich aufeinandergeschichtet, so dass man denkt, sie würden jeden Moment zusammenstürzen.

Dann wanderten wir weiter nach Leuchtenberg, wo wir es uns bei Kaffee und Kuchen gut gehen ließen. Die Wirtin bot ihren letzten Kuchen an und verteilte ihn so nett, dass alle etwas davon abbekamen.

Die Burgruine Leuchtenberg, die größte und am besten erhaltene Burgruine der Oberpfalz, war unser letztes Ziel, ehe es wieder nach Hause ging. Fam. Seeburg



Altstadtfest: Neuanfang

Am Samstag, dem 18. Juni 2022 fanden die "WuKis" statt. Hierbei konnte wieder eine große Anzahl an Kindern begrüßt werden.

Am Sonntag, 19. Juni 2022 hatte man die Möglichkeit, vor dem CVJM seine eigenen Schokoladenfruchtspieße zu machen. Mit Begeisterung wurde dieses Angebot von vielen kleinen und großen Kindern wahrgenommen.

Auch der Bücherflohmarkt und das Büchercafé waren an beiden Tagen gut besucht. Zwei Tage lang waren für Kinder und Jugendliche die Türen geöffnet, um Billard, Kicker oder Brettspiele zu spielen. Dabei konnte man sich mit Snacks und Getränken stärken.

Wir freuen uns auf eine Neuauflage im Jahr 2023. Lasst Euch überraschen was geplant ist.

Christian Glasser





Dankeabend

Viele ehrenantliche Helferinnen und Helfer waren gerne der Einladung zum Danke-Eessen am 20.03,2022 gefolgt.

Einmal im Jahr lädt der CVJM Amberg alle ihre Helferinnen und Helfer zu einem gemeinsamen Essen ein, um Danke zu sagen für alle ehrenamtlich geleisteten Dienste. Aufgrund der Einschränkungen fand das Danke-Essen nach einer zweijährigen Pause nun endlich wieder statt. Die Freude drüber spiegelte sich in der ausgelassenen Stimmung wieder, die an diesem Abend in den Räumen herrschte.

Sophia Pfab richtete in ihrer Rede Dank an die einzelnen Sparten des CVJMs und hob hervor, dass jeder einzelne Helfer unglaublich wichtig für die Gemeinschaft ist.

Im vergangenen Jahr haben die Ehrenamtlichen viele Arbeiten und Dienste übernommen, ohne die das Leben im CVJM nicht so bunt und lebendig wäre.

Aktuell gibt es folgende Sparten: WuKi, Hauskreis, Gebetskreis und Bücherflohmarkt.

Für das leibliche Wohl hatten Christoph Scheibel und Christian Glasser ein umfangreiches Buffet gezaubert, das jedem Sternekoch zur Ehre gereicht hätte. Mit Schafkopfrunden und guten Gesprächen klang der Abend aus. So konnten alle einen schönen, entspannten Abend in guter Gemeinschaft genießen und Kraft sowie Vorfreude für zukünftigen Arbeiten im CVJM sammeln. Allen ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen sei hiermit nochmal gedankt für die Mitarbeit und Unterstützung.

Anna Hofmann



Bitten

-Für ein gutes Kinder-Ferien-Festival

-Für eine tolle Mitarbeiterfreizeit, in der du im Mittelpunkt stehst

-Für Frieden in der Ukraine

-Für ein gutes Einleben in der neu geschaffenen Unterkunft für die Menschen aus der Ukraine

> Für eine gute Organisation des Herbstfestes

Gebet

Danken

-Für viele Anmeldungen und Helfer beim Kinder-Festival

-Für die gemeinsame Arbeit in der der Vorstandschaft

-Für den Einsatz den unser Mitarbeiter durch dich erbringen





Anmeldung jetzt auf der Homepage Downloaden

WeltreiseFestival des CVJM Amberg täglich vom 15.08.-19.08.2022

Liebe Eltern,

bitte besprechen Sie mit Ihren Kindern den genauen Ablauf unseres WeltreiseFestivals. Aufgrund der aktuellen Situation müssen auch wir uns an einige Regeln halten: Die Kinder sind über die Woche in Kleingruppen nach Alter und Geschlecht eingeteilt. In diesen festen Gruppen bleiben die Kinder während des Programms. Prinzipiell gilt während der gesamten Woche, dass die Kinder mit den Mitarbeitern gemeinsam darauf achten sollen, dass der Mindestabstand von 1,50m eingehalten wird. Auch die Gruppen werden nicht mehr durchgetauscht. Bitte geben Sie auf der Anmeldung an, falls Ihr Kind mit seinen Freunden in die gleiche Gruppe eingeteilt werden möchte. Des Weiteren sollten Kinder mit Krankheitssymptomen einen Arzt aufsuchen und nur mit einer Gesundschreibung wieder am Programm teilnehmen.

Alles auf einen Blick:

07:30 Uhr Bringen der Kinder bis spätestens 8:45 Uhr **09:00 Uhr** Start im WeltenEntdeckerClub unterm Pavillon

10:30 Uhr Gemeinsames Spielen und Basteln in der Kleingruppe

12:00 Uhr Mittagessen

13:00 Uhr Nachmittagsprogramm variiert -

Schwimmen wird jeden Nachmittag in das Programm integriert,

Vormittags geht kein Kind schwimmen

16:00 Uhr Abholen der Kinder bis spätestens 16:30 Uhr

Am Freitag laden wir alle Eltern ab 15:00 Uhr zu einer Show ein, welche Ihre Kinder selbst gestalten werden.

Veranstaltungsort: Hockermühlbad, Hockermühlstraße 34, 92224 Amberg

Leitung: CVJM Amberg e.V., Zeughausstraße 14. 92224 Amberg

wukis@cvjmamberg.de

Telefonnummer Meli: 015224524076

Bitte sofort ins Handy einspeichern, um über den WhatsApp-

Broadcast

alle aktuellen Infos in der Woche zu erhalten!

Kosten: 55€ pro Kind

Die Kosten können über Bildung und Teilhabe oder

einen gemeinnützigen Verein übernommen werden. Fehlende finanzielle Mittel sind kein Ausschlusskriterium für eine Teilnahme an.

unserem WeltreiseFestival.

Marion und Christian möchten das Angebot einer Jugendgruppe (ähnlich den Followers) wieder aufleben lassen.

Geplant ist eine Gruppenstunde, die einmal im Monat stattfinden soll. Neben einer Anacht soll zusammen gekocht, gegessen und Gemeinschaft (Billiard, Kicker,...) erlebt werden.

Wer Interesse hat mitzumachen (egal ob als Helfer oder Besucher) kann sich gerne bei den Beiden oder auch unter +49 1514 2350049 (WhatsApp) melden Christian Glasser



Was soll denn das schon wieder sein??? Und so unkonkret!

Für alle, die nicht an der Vereinsbegleitung von 2017 bis 2019 teilnehmen konnten: Wir haben vor 3 Jahren überlegt, wie wir im CVJM Leute besser ansprechen und erreichen können und welche Altersgruppe für den CVJM im Mittelpunkt stehen soll.

Dabei haben wir auch feststellen müssen, dass die altersgruppenunabhängigen Angebote nicht so, wie gewünscht, angenommen werden.

Daraus ist die Überlegung entstanden, es mit dem Titel oben zu versuchen und dabei ein Angebot zu schaffen, das möglichst viele Altersgruppen anspricht und interessiert.

Damit es konkreter wird: Bei "Ein Abend mit …" wollen wir in unregelmäßigen Abständen - geplant ist 3 oder 4 mal im Jahr - Leute einladen, um mit ihnen ins Gespräch zu kommen: über ihr Leben, ihre Wünsche und Ziele, wofür sie brennen und sich einsetzen, wie sie Glauben im Alltag leben, was sie treibt und motiviert. Dabei geht nicht zuerst um Prominenz. Auch - oder vielleicht gerade - "Normalos" haben etwas zu sagen Eventuell ist das sogar näher und hilfreicher. Den Ablauf wollen wir flexibel halten. Mal wird es ein Vortrag sein, mal eine Präsentation, mal eher Bilder, mal mehr Worte, mal ein Interview oder ein Talkabend. Das hängt von Thema und auch vom Gast ab.

Bei den Gästen denken wir an Menschen aus allen Lebensbereichen, Hauptsache, sie haben etwas zu sagen, sagen. Sei es aus aus Politik, Sport, von Hilfsorganisationen, egal ob weltweit aktiv oder eher lokal.

Dieses Jahr wollen wir mit einem Abend mit Open Doors, einer Organisation, die sich um verfolgte Christen in aller Welt kümmert, sowie einer Begegnung mit dem Rabbi der israelitischen Kultusgemeinde in Amberg in unserer Nachbarschaft starten, Letztes Jahr Ina Lutz die Reihe begonnen hat und von ihrer Arbeit mit Obdachlosen in Salzburg berichtet.

Schon jetzt eine ganz herzliche Einladung dazu, auch wenn die Terminsuche noch läuft. Wir werden Euch über den Anzeiger, den Schaukasten, Mail oder Handzettel auf dem Laufenden halten. Ich freue mich schon darauf

Manfred Flach



Zeitpunkt auf unserer Homepage



Der CVJM hilft Ukrainern



Am Sonntag, dem 05. Juni 2022 beteiligte sich der CVJM und die Selbsthilfegruppe "AKTIV & GEMEINSAM" am ukrainischbayerischen Begegnungsfest, ausgerichtet vom Verein "Zam Halt'n" am Jugendzentrum. Es wurden mit den Kindern Bul ons gebastelt- und über die Arbeit des Vereins informiert.





Die Wohnung, in der wir jahrelang die Zivis und Bufdis untergebracht haben, wird für Geflüchtete aus der Ukraine hergerichtet. Wir haben sie der Stadt Amberg zur Anmietung angeboten. ChrisJ an Glasser



Noch nie war Helfen und Shoppen einfacher

Seit einiger Zeit kann man über einige Plattformen unsere Arbeit unterstützen,

Und so funktioniert es:

Ihr geht auf einen der unten stehenden Links, sucht den CVJM AMBERG als Verein aus und kauft normal ein. Es entstehen keine Kosten für den Käufer und den Verein.

Von eurem Umsatz geht ein gewisser Prozentsatz als Spende an uns.

Hier die Möglichkeit über eine Plattform, die verschiedene Onlineshops im Angebot hat und über die zu verschiedenen Prozenten unsere Arbeit über Einkäufe gefördert werden kann: "https://einkaufen.gooding.de/cvjm-amberg-e-v-13100"

"https://spenden.gooding.de/cvjm-amberg-e-v-13100"

Auch über einen grossen Onlinemarktplatz ist es möglich uns zu unterstützen: "https://smile.amazon.de" und dann den "CVJM Amberg" auswählen, schon unterstützt ihr uns mit jedem getätigten Einkauf.

"Erzähl" mir was "

Unter diesem Titel hat unser Vereinsmitglied Gabriele Glaßer, geb. Reupricht ein Kinderbuch verfasst.

Der Inhalt dieser Sammlung sind Geschichten, die sie in über 40 Jahren als Erzieherin im Kindergarten für "ihre" Kindern erfunden und erzählt hat.

Das Buch ist in allen Buchhandlungen vor Ort als auch online für ca. € 14, - erhältlich. Auch gibt es sie als E-book zu erwerben.

Vorbestellbar ab Ende Juni unter der ISBN-Nummer (print): 978-3-03830-799-0

ISBN - Nummer (E-book): 978-3-03830-780-8

Bei Interesse können handsignierte und nummierte Erstausgaben bei der Autorin direkt bestellt werden. Infos hierzu unter christian.glasser@cvjmamberg.de.

"Anzeiger Postversand"

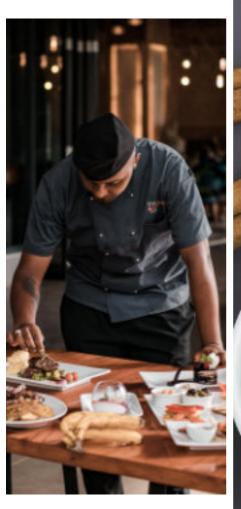
Da wir ein kleines Problem in unserer Datenbank hatten, sind uns ein Paar Mitglieder die den Anzeiger über den Postweg bekommen abhanden gekommen. Gekommen, Dafür entschuldigen wir uns . Meldet euch, wenn das der Fall sein sollte unter mail@cvjmamberg.de oder sprecht uns auf den Anrufbeantworter Grüße, euer Anzeiger Team

Terminübersicht

| Was für Wen | Wann | Wo |
|--|---|-------------------------------|
| Die WuKi | 02.06 08.10 26.11 | Zeughausstraße 14 |
| Hauskreis Erwachsene (Monika Isheim) | Jeden 2. Dienstag (gerade KWs) ab 19:30 | Wechselnd |
| Hauskreis Erwachsene (Manfred Flach) | weitere Termine stehen auf der Homepage | Wechselnd |
| CVJM-Gebetsabend Das Treffen für Alle im CVJM Amberg | 01.07 05.08 07.10 | CVJM-Haus Zeughausstraße14 |

Highlights:

| 08.07.2022 | Bücherflohmarkt |
|------------------|------------------------------|
| 10.07.2022 | Mitarbeitertag Wuki |
| 06.08.2022 | Bücherflohmarkt |
| 15-19.08.2022 | Jungschar-Festival-Weltreise |
| 08.09.2022 | Amberg TAUSCHT |
| 10.09.2022 | Bücherflohmarkt |
| 30.09-03.10.2022 | Mitarbeiter-Freizeit |
| 08.10.2022 | Herbstfest |
| 05.11.2022 | Bücherflohmarkt |
| 24.11.2022 | Amberg TAUSCHT |
| 10.12.2022 | Bücherflohmarkt |
| 17.12.2022 | Vereinsweihnachtsfeier |



"Gut und Günstig (Gesund) kochen - nicht nur für Studenten

Zusammen kochen, zusammen essen. Wir möchten zeigen, dass eine gesunde und frische Küche nicht unbedingt teuer sein muss. Wir wollen ausgewogen, frisch, gesund und günstig kochen. Es soll gezeigt werden, dass auch mit schmalen Geldbeutel eine vegetarische und vegane Ernährung möglich ist. Deshalb stehen im August und November die veget./veganen Gerichte im Vordergrund.

Die Termine für 2022:

4. & 28. Juli, 1 3. & 27. Oktober,

11. August, 10. & 24. November

22. September 8. Dezember.

lmmer von 18:00 bis 19:30 Uhr in der Küche der Hauswirtschaftsschule des AELF in Ámberg, Hockermühlstraße 53, 92224 Amberg (Buslinie 4 "Hofmarkweg")

Kosten: € 6,50 pro Kurs (bei Buchung aller Termine € 55,-)

Anmeldung und weitere Informationen:

christian.glasser@cvjmamberg.de oder (+ 49) (0) 175/2242328 (18 bis 20 Uhr; ausserhalb dieser per Messengerdienst)

