THE WELFARER



OFFICIAL JOURNAL OF THE AUSTRALIAN-GERMAN WELFARE SOCIETY SYDNEY

Ausgabe Juni - September 2017

Altmühlsee, Fränkisches Seenland

In dieser Ausgabe:



Ausgabe:				
GRUSSWORT	2			
Neues aus dem Office in Strathfield	3			
ERLEBNIS- BERICHTE & PHOTOS UNSERER GRUPPEN	4-7			
Das aktuelle Veranstaltungs programm	8 & 9			
Die Gesund- HEITSSEITE	10 - 11			
Anzeigen	12 - 15			
Wir über uns	16			

Es schmückt sich der See in den Farben des Himmels mit Dauerwellen.

Erhard H Bellermann

Grusswort der Präsidentin

Liebe Mitglieder

Ich hatte mich schon sehr auf die Welfare Quiznight, unsere alljährliche Spendenaktion für den Hilfsverein am 11. Mai gefreut. Beate Roth, eines unserer Vorstandsmitglieder, die sicher alle kennen, leistet hierfür zusammen mit Marina Shine immer so wertvolle Arbeit. Die Fragen , die sie jedes Mal stellen, sind sehr witzig, originell und zudem ein gutes Gehirnjogging. Leider mussten wir die Veranstaltung aufgrund von fehlender Unterstützung absagen. Ich bedaure dies sehr, da die Quiznight in den letzten Jahren aufgrund des Einsatzes von Beate Roth und Marina Shine immer ein sehr fröhlicher und ausgelassener Abend war, an dem viel gelacht wurde. Ich erinnere mich dabei gerne an die Quizfrage: "Wie viele Gartenzwerge gibt es in Deutschland?"

Um Sie für das ausfallende Fest ein wenig zu entschädigen und alle für das kommende Jahr noch mehr zu begeistern, habe ich daher noch zwei Quizfragen für Sie, wie sie an der Veranstaltung hätten gestellt werden können.

- 1. Was ist der häufigste Nachname in Deutschland?
- A. Müller
- B. Maier
- C. Schmidt
- 2. Wann startet in München das weltberühmte Oktoberfest?
- A. Anfang Oktober
- B. Mitte Oktober
- C. Mitte September

Ich hoffe sehr darauf, dass wir es im kommenden Jahr schaffen werden, wieder eine Quiznight organisieren können.

Fern davon unterstützt mein Mann gerade das Deutsche Generalkonsulat die Ausstellung "Jüdisches Leben in Deutschland heute" zu organisieren, die Mitte Juni im Shalom College der Universität von NSW eröffnet wird. Die Austellung wurde bereits in Amerika präsentiert und wird nach Sydney auch noch in Melbourne zu sehen sein.

Wie bereits bei der AGM im letzten Jahr erwähnt, ist eine neue Satzung der AGWS in Arbeit, welche im Dezember 2017 vorgestellt und in Kraft treten wird.

Es wäre daher gut und wichtig, wenn möglichst viele von Ihnen an der diesjährigen Generalversammlung, welche am 4. Dezember stattfinden wird, teilnehmen könnten.

Einstweilen viele Grüsse.

Ihre Sonja Schweizer



Neues aus unserem Büro

Liebe Leser

Am 1. Juli 2017 wird der Mitgliedsbeitrag für das Finanzjahr 2017/2018 fällig. Da das Büro jedoch vom 26. Juni bis 21. Juli 2017 geschlossen sein wird, bitte ich Sie, Ihren Beitrag erst nach meiner Rückkehr zu bezahlen. Auch von Einzahlungen vor dem 1. Juli bitte ich abzusehen, da solche Vorabzahlungen im Finanzbericht extra aufgeführt werden müssen.

Die Gruppentreffen in Strathfield werden während meiner Abwesenheit in "Eigenregie" durchgeführt.

Bedanken möchte ich mich bei Wilfried Schlichting, der seine Photos von unserem Ausflug zum Trainworks Museum zur Verfügung gestellt hat, um unseren Besuch auf der folgende Seite zu dokumentieren. Herzlichen Dank auch an Evelin Jakus für ihre Bilder von den letzten Treffen der Wollongonggruppe.

Ich wünsche allen Mitgliedern, Förderern und Freunden des Hilfsvereins viel Spass und gute Unterhaltung beim Lesen des neuen Welfarer, der ab sofort nur noch alle vier Monate erscheinen wird. Die kommende Ausgabe wird somit erst im Oktober 2017 herausgegeben.

Ihnen bis dahin alles Gute und kommen Sie gut durch die kalte Jahreszeit.

Herzlichst, Silke Giesler

Herbst

Wenn schon der Sommer fast dahin, die Ernte in der Scheune drin, wenn sich die Blätter langsam färben, die Pilze schon im Wald verderben. wenn Nebel uns am Fahren hindern und sich die Wärmegrade mindern, wenn die Kartoffelfeuer riechen, die Igel sich im Laub verkriechen, wenn Drachen in den Himmel steigen, die Tage sich noch schneller neigen, wenn Vögel vor der Kälte fliehen und eilig gegen Süden ziehen, wenn sie sodann in großen Scharen dort hin zieh'n wo sie immer waren, wenn Jungfrau bald zur Waage wechselt, der Bauer seine Rüben häckselt, wenn Dahlien uns're Gärten schmücken und Herbstzeitlose uns bealücken. wenn Mini-Röcke Hosen weichen und Blätter fallen ohnegleichen, wenn Gartenparty's längst verklungen, die Vögel haben ausgesungen, wenn Winzer in den nächsten Tagen im Weinberg sich mit Lesen plagen, wenn Spinnen emsig sich beeilen Altweiberfäden zu verteilen, wenn alle Früchte schon im Schober, dann ist es Herbst und fast Oktober!



Berichte & Photos unserer Gruppen

Besuch vom "Trainworks" Museum in Thirlmere





Viehtransport per Bahn





Campingwagen auf Schienen



0-4-2 Steam Engine Gebaut 1877 in Redfern



Transportwagon für Gefangene









Berichte & Photos unserer Gruppen

Ausflug zum Royal Australian Navy Heritage Centre















Bei Sonnenschein und angenehmen Temperaturen traf sich die Strathfieldgruppe zu einem Besuch des RNA Heritage Centres. Die Fähre brachte uns nach Garden Island, wo wir nach einem kurzen Spaziergang das Museum erreichten. Dort erwarteten uns auf zwei Ebenen jede Menge Artefakte, welche vom Leben als Marinesoldat erzählen. Die Ausstellung war aufschlußreich und interessant und sorgte für Gesprächsstoff beim anschließenden Mittagessen. Im nächsten Frühling wollen wir noch einmal nach Garden Island fahren, um dort in malerischer Umgebung ein Picknick zu machen.

Unser musikalischer Morgen mit Walter Mar & der Bexley Seniorengruppe





Es war ein fröhlicher Morgen, an dem viel gesungen, geschunkelt und gelacht wurde. Wir danken der Bexleygruppe für ihre nette Gesellschaft und Walter Mar für für das gelungene musikalische Programm.

Berichte & Photos der Wollongong-Gruppe

Da in diesem Jahr Karfreitag auf den 2. Freitag des Monats April fiel, fand das Treffen der Wollongongruppe diesmal erst am 21. April statt. Wie immer kamen die Mitglieder im AGA Club Germania in Kembla Grange zusammen, wo man gleich bei der Ankunft um 10 Uhr mit Kaffee und Gebäck empfangen wurde. Anschließend berichtete Gruppenleiterin Evelin Jakus von ihren Bemühungen, den Hilfsverein für das Community Bus-Programm in Wollongong zu registrieren, so dass die Gruppe in Zukunft mehrmals im Jahr kostengünstige Ausflüge unternehmen kann. Ein Entscheid darüber wird jedoch erst in den nächsten Monaten erwartet. Es wurden außerdem die Geburtstags"kinder" des Monats verlesen und alle über 80-jährigen erhielten ein kleines Geschenk. Zusätzlich erhielt jeder Teinehmer als kleine Überraschung einen Schoko-Osterhasen. Erika Kothe, die für die musikalische Unterhaltung an diesem Vormittag zuständig war, sowie Christa Kauffmann und Ludwig und Gerda Schönheidt, welche jeweils einen unterhaltsamen Beitrag vorbereitet hatten, trugen zur Unterhaltung der Gäste bei. Bevor das Treffen gegen 12.15 Uhr endete, gab es noch eine Tombola, bei der es viele kleien Kostbarkeiten zu gewinnen gab. Silke Giesler, die zum Treffen extra aus Sydney angereist war, half bei der Verlosung der Preise, welche von Evelin vorab liebevoll zusammengestellt und verpackt worden waren. Alles in allem also ein gelungener Vormittag.













Berichte & Photos aus Wollongong





Evelin mit Margot & Heidi Seemann

Zum Treffen am 12. Mai hatte Gruppeleiterin Evelin Jakus einen Gastsredner eingeladen, der zum Thema "Hearing Aids" referierte und die anwesenden Mitglieder mit hilfreichen Informationen und Broschüren versorgte. Der Vortrag wurde von allen interessiert aufgenommen. Weitere Auftritte von Gastsprechern zu unterschiedlichen Themen sind in Planung.

Aus Anlass des bevorstehenden Muttertagsfests gab es diesmal für alle Kaffee & Kuchen, außerdem wurden fünf zufällig ausgewählte Mitglieder mit einem Muttertagsgeschenk überrascht.

All den unermüdlichen Helfern, die sie stets bei der Vorbereitung und Durchführung der Treffen unterstützen, bedankte sich Evelin ganz herzlich mit Schokolade und gratulierte anschließend all denjenigen, die vor kurzem Geburtstag hatten oder aber demnächst feiern werden.

Die Gruppe beschloß zudem, dass der erste Ausflug mit dem Community Bus zur Elisabeth Farm und nach Parramatta gehen soll.

Das nächste Treffen der Wollongonggrupe findet am 9. Juni statt. Über eine rege Beteiligung würden wir uns freuen.

Bis dahin alles Gute.

Eure Evelin Jakus / Silke Giesler



Das aktuelle Veranstaltungsprogramm

Mo,12. Juni Queen's Birthday - Public Holiday -

Kein Gruppentreffen in Strathfield

Mo, 19. Juni Wir backen Waffeln

Alle Zuckerbäcker & Schleckermäuler sind willkommen. Dazu gibt's Schlagsahne und heiße Kirschen. Lecker!

Los geht's um 10 Uhr.



Das Büro ist vom 26.06. — 21. 07. 2017 geschlossen!

Mo, 26. Juni Kaffeeklatsch

Gemütliches Beisammensein bei Kaffee & Kuchen.

Getroffen wird sich ab 9.30 Uhr.



Mo, 03. Juli Filmvormittag

Filmstart ist um 10.15 Uhr. Um pünktliches Erscheinen wird gebeten.

Kaffee & Kekse gibt's natürlich auch.



Kaffeeklatsch Mo, 10. Juli

Wir treffen uns ab 9.30 Uhr zu einer gemütlicher Runde bei Kaffee & Kuchen.

Mo, 17. Juli Spielevormittag

> "Leute hören nicht auf zu spielen, weil sie alt werden, sie werden alt, weil sie aufhören zu spielen". Damit wir noch möglichst lange geistig jung bleiben, werden heute Brett-, Würfel- und Kartenspiele ausgepackt.

Getroffen wird sich wie immer ab 9.30 Uhr.

Mo, 24. Juli Lesezirkel

Beginn: 10.00 Uhr

Wir treffen uns zu Kaffee & Kuchen und hören Kurzgeschichten.

Alle sind eingeladen, etwas vorzutragen.

Mo, 31. Juli Busfahrt zum "Carisbrook House" Museum in Lane Cove

Los geht es um 8.45 Uhr vom Bahnhof in Strathfield.

Im Museum erhalten wir eine geführte Tour. Zum Lunch geht's ins Oxford Hotel in Drummoyne.

Anmeldungen werden bis zum 24. Juli entgegengenommen.



Das aktuelle Veranstaltungsprogramm

Mo, 07. Aug Kaffeeklatsch

Wir treffen uns in gemütlicher Runde zum Schnattern sowie Kaffee & Kuchen.

Getroffen wird sich ab 9.30 Uhr.

Mo, 14. Aug "Fit in den Tag"

Wir beginnen den Morgen mit einer "Hockergymnastik" und werden danach

gemeinsam ein gesundes Frühstück zubereiten.

Los geht's um 10 Uhr.

Mo, 21. Aug Vortrag zu einem medizinischen Thema (noch nicht bestätigt)

Das Thema des Vortrags kann Anfang August im Büro erfragt werden.

Bitte bis zum 14. August anmelden.

Mo, 28. Aug "Heritage Walk" an der University of Sydney

Wir treffen uns um 10.15 Uhr vor dem Eingang zum Quadrangle, zu erreichen von den Bushaltestellen Parramatta Road a) Footbridge

Theatre oder b) Ross Street. Hier startet unsere einstündige geführte Tour.

Im Anschluß gehen wir gemeinsam zum Lunch.

Bitte unbedingt bis zum 21. August im Büro anmelden.

Mo, 04. Sept Kaffeeklatsch

Gemütliches Beisammensein bei Kaffee & Kuchen.

Getroffen wird sich ab 9.30 Uhr.

Mo, 11. Sept Musik ist Trumpf

Heute dreht sich alles um Musik.

Getroffen wird sich ab 9.30 Uhr zu Kaffee & Kuchen. Anschließend wollen

wir gemeinsam singen & musizieren und ein Musik-Quiz spielen.

Mo, 18. Sept Busfahrt zum "Everglades Historic House & Gardens" in Leura

Getroffen wird sich um 8.45 Uhr am Bahnhof in Strathfield. Von dort geht es nach

Leura, wo wir vorort an einer geführten Tour teilnehmen werden. Anschließend

kehren wir noch zum Lunch in einen der lokalen Pubs ein.

Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung möglich.

Mo 25. Sept. Autorenlesung (noch nicht bestätigt)

Gerhard Gotthardt liest aus seinem Buch "Auf nach Australien".

Näheres zu dieser Veranstaltung kann Anfang August im Büro

erfragt werden.



Die Gesundheitsseite

RLS Restless -Legs-Syndrom

Definition:

Das Restless-Legs-Syndrom (RLS, unruhige Beine) ist eine **neurologische Erkrankung**, die durch einen unbändigen **Bewegungsdrang der Beine**, seltener der Arme, gekennzeichnet ist. Dieser wird durch unangenehme, oft quälende Missempfindungen hervorgerufen oder von ihnen begleitet. Die Beschwerden treten ausschließlich in Ruhesituationen auf, bevorzugt abends oder nachts.

Häufigkeit:

Das Restless-Legs-Syndrom gehört zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen: Etwa drei bis zehn Prozent der Bevölkerung leiden unter RLS - davon sind zwei bis drei Prozent von einem schweren RLS betroffen, das medikamentös behandelt werden muss. Die "unruhigen Beine" kommen bei Frauen etwas häufiger vor als bei Männern und entwickeln sich insgesamt eher mit zunehmendem Alter.

Ursachen:

Beim Restless-Legs-Syndrom (RLS, unruhige Beine) sind die genauen Ursachen bisher noch nicht bekannt. Wahrscheinlich ist bei den Betroffenen die **Übertragung von Nervensignalen** beziehungsweise der **Dopamin-Stoffwechsel** im Gehirn gestört. Dopamin ist ein Botenstoff, der an der Erregungsleitung zwischen Nervenzellen beteiligt ist. Darüber hinaus könnten Störungen im Kleinhirn und im Hirnstamm bei der Entstehung von RLS eine Rolle spielen.

In **mehr als 50 Prozent** der Fälle tritt das Restless-Legs-Syndrom in der Familie gehäuft auf. Die Krankheit wird vermutlich autosomal-dominant vererbt - das heißt, dass jeder, der von einem Elternteil die Erbanlage für RLS erbt, auch daran erkrankt.

Grundsätzlich lassen sich beim Restless-Legs-Syndrom zwei Formen unterscheiden:

- Idiopathisches RLS: Beim idiopathischen RLS sind die Ursachen unbekannt.
- Sekundäres RLS: Das sekundäre RLS ist eine Folge einer anderen Grunderkrankung oder Veränderung im Stoffwechsel, z.B. bei Eisenmangel, Vitamin-B₁₂-Mangel, Folsäuremangel, Funktionsstörungen der Schilddrüse, Schwangerschaft, chronischem Nierenversagen, Polyneuropathie, Diabetes mellitus, multipler Sklerose, Parkinson, Zöliakie, Rheuma, entzündlichen Darmerkrankungen, Narkolepsie, atembezogene Schlafstörungen (wie Schlafapnoe).

Auch die Einnahme von Medikamenten (z.B. bestimmte Wirkstoffe gegen Übelkeit oder Depressionen) kann Symptome eines Restless-Legs-Syndroms hervorrufen. In solchen Fällen sollte in Absprache mit dem Arzt möglichst auf ein anderes Medikament gewechselt werden.

Symptome:

Typische Symptome für das Restless-Legs-Syndrom (RLS) sind vor allem unruhige Beine. Betroffene verspüren einen nicht zu bändigenden Bewegungsdrang der Beine, der oft durch Missempfindungen wie einem Ziehen, Reißen oder Kribbeln in den Beinen begleitet wird. Aber auch krampfähnliche Beschwerden oder Schmerzen können auftreten.

Der Bewegungsdrang an sich äußert sich meist durch ein unangenehmes Gefühl von Unruhe, Spannung oder Druck tief in den Beinen.

Die Gesundheitsseite

Betroffene empfinden diese Beschwerden sehr unterschiedlich. Bei manchen RLS-Patienten treten die Symptome einseitig, beidseitig oder abwechselnd auf beiden Seiten auf. In manchen Fällen ruft das Restless-Legs-Syndrom zusätzlich zu den Beschwerden in den Beinen auch Symptome in den Armen oder anderen Körperregionen hervor.

Bewegung lindert die Missempfindungen häufig jedoch nur kurzfristig.

Die RLS-Symptome beginnen und verschlechtern sich, wenn der Körper in Ruhe ist, also im Sitzen oder Liegen. Sie treten vorrangig am Abend oder in der Nacht auf und führen daher oft zu Ein- und Durchschlafstörungen. Das Restless-Legs-Syndrom kann sich in der Folge auch durch Symptome wie Erschöpfung und Müdigkeit am Tag, sowie durch Leistungseinbrüche äußern. Da das Restless-Legs-Syndrom auch in erzwungenen Ruhesituationen, bei denen man längere Zeit mehr oder weniger regungslos sitzen muss (Kinobesuch, lange Busreise) auftreten kann, fühlen sich viele Betroffene in ihrem Freizeitverhalten eingeschränkt.

Therapie:

Ist das Restless-Legs-Syndrom Folge einer Erkrankung, kann eine entsprechende Therapie die Ursache oft beheben - zum Beispiel bei Eisenmangel oder einem Mangel an Vitamin B₁₂ oder Folsäure. Manchmal ist der Auslöser der Beschwerden auch vorübergehend, etwa bei einer Schwangerschaft. Medikamente, welche die Symptome verstärken, sollten nach Möglichkeit abgesetzt werden. Das sollte jedoch nur nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt geschehen.

Beim Restless-Legs-Syndrom eignet sich eine Therapie mit dem Wirkstoff Levodopa (L-Dopa) in Kombination mit dem Wirkstoff Benserazid. Auch eine Therapie mit sogenannten Dopaminagonisten ist möglich. Die Behandlung mit L-Dopa ist im Prinzip eine Art Dopamin-Ersatztherapie. Die Dopaminagonisten sind dagegen Wirkstoffe, welche die gleiche Wirkung hervorrufen wie Dopamin.

Was Sie selbst tun können:

Bei leichteren Fällen von Restless-Legs-Syndrom können verschiedene Maßnahmen die Beschwerden lindern, so zum Beispiel:

eine ausgewogene Ernährung, die ausreichend Eisen, Vitamin B₁₂ und Folsäure enthält Wechselduschen, Fußbäder, warme oder kalte Wadenwickel, Beine massieren, Sport/Gymnastik, Dehnübungen, einige Stunden vor dem Schlafengehen auf anstrengende körperliche Arbeit, Nikotin, Alkohol und koffeinhaltige Getränke (wie Kaffee, schwarzer Tee, etc.) verzichten, vor dem Schlafengehen zur Ruhe kommen.

Verlauf:

Das Restless-Legs-Syndrom (RLS, unruhige Beine) kann einen sehr unterschiedlichen Verlauf nehmen. Meist lässt es sich erfolgreich behandeln. Nach heutigem Kenntnisstand hat sie keinen Einfluss auf die Lebenserwartung.

http://www.onmeda.de/krankheiten/restless_legs_syndrom



Spendenliste

Ein herzliches Dankeschön an alle, die durch ihre Spende die Arbeit des Hilfsvereins unterstützen.

E. Hrywka \$20,- Hamburg Süd \$100,- Rainald Roesch \$150,- A. Pufe \$20,-HJ & M Ohff \$ 500,- E. Maurer \$50,- H & H Merten \$70,- Ch. Biermann \$10

Allen unseren kranken Mitgliedern wünschen wir auf diesem Wege eine schnelle Genesung.

"Kopf hoch"!





Wir gratulieren all denen, die in den vergangenen Monaten Geburtstag gefeiert haben und wünschen ihnen für das neue Lebensjahr alles erdenklich Gute. Bleiben Sie gesund und munter! Ihre AGWS

NO



Unsere Öffnungszeiten:

szeiten:

Freitag & Samstag

Sonntag

Concordia Club

Der familienfreundliche Club lädt Sie alle zu einem gemütlichen Mittagoder Abendessen mit Ihrer Familie oder Freunden ein.

Jeden ersten und drittten Sonntag im Monat haben wir Frühschoppen. An diesen Tagen spielt von 13.00 bis 17.00 Uhr eine Kapelle zum Tanz.

Wir bieten eine gute Auswahl von beliebten deutschen Gerichten und Bieren an. Unsere Schweinshaxen gehören zu den besten in Sydney.

Unsere Stammtischmitglieder treffen sich jeden ersten Freitag im Monat um 12 Uhr im Club für ein paar gemütliche Stunden mit Musik und deutschen Filmen.

Bar Restaurant

12.00—bis spät 12.00—15.00 und 17.30—20.30 Uhr 11.00—bis spät 12.00—15.00 und 17.30—20.30 Uhr

Unsere Adresse: Mackay Park, Richardson Cr., Tempe, NSW 2044, Telefon: (02) 9554 7388 Bookings & Functions: Teresa 04 3494 1778 Email: concordiaclub@hotmail.com

Website: www.concordiaclub.org.au Facebook: www.facebook.com/Concordia.Club.Tempe

Erfahren Sie jeden Dienstag das Neueste aus Deutschland, der Schweiz, Österreich und der deutschsprachigen Gemeinschaft in Australien mit:



Australia's only German Language Newspaper

Mehr Auskünfte unter: PO Box 1032, Randwick NSW 2031 Tel.: 045 1790 403, Email: neuewoche@tpg.com.au

Deutschsprachige Katholische Gemeinde Sydney

St. Christophorus

Kirche & Gemeindezentrum: 112 Edwin Street North, Croydon NSW 2132
Sonntagsmesse um 9.00 Uhr

St. Raphael

Kirche & Gemeindezentrum: 136 Reservoire Road, Blacktown NSW 2148
Sonntagsmesse um 11 Uhr

Über unser vielfältiges Angebot informiert Sie unser Gemeindebrief "KIRCHE DOWN UNDER" Kontaktieren Sie unser Büro, wenn Sie den Gemeindebrief regelmäßig zugeschickt bekommen möchten.

Connie Griebe Tel. (02) 9716 9021 oder 0404 104 231, E-mail: mail@dkg-sydney.com www.dkg-sydney.com

Deutsche Evangelisch-Lutherische Kirche, Sydney

Martin Luther-Kirche

90 Goulburn Street, Sydney Gottesdienst: Sonntags 11.00 Uhr

Gnadenfrei Kirche

10 Gurney Road, Chester Hill Gottesdienst: Sonntags 8.30 Uhr

Postanschrift:

Pastorin Andrea Pistor & Pastor Thomas Dietl 25 Lancaster Avenue, St Ives NSW 2075

Tel: (02) 7900 5798, Mobile: 0450 046 510, E-mail: pastor@kirche-sydney.org.au www.kirche-sydney.org.au



Our Australian Lawyers and foreign law consultants from Germany and Switzerland Are specialised in inheritance claims, estate planning, will drafting and probate applications in Australia and overseas.

Australische Rechtsanwälte und Juristen aus Deutschland und der Schweiz, die sich auf Beratung im Erbrecht, insbesondere in Hinblick auf Erstellung von Testamenten, Erbscheinanträgen und Geltendmachung von pflichansprüchen in Australien und Übersee spezialisiert haben.

For further information, please contact Norbert Schweizer or Michael Kobras.

Schweizer Kobras Lawyers & Notaries Level 5, 23-25 O'Connell Street, Sydney NSW 2000 Phone: + 61 2 9223 9399, Fax: + 61 2 9223 4729 E-mail: mail@schweizer.com.au

Internet: www.schweizer.com.au All mail to be send to: PO Box H283, Australia Square NSW 1215

THE GERMAN-AUSTRIAN CLUB

Presents - for information to members and their guests



73-75 Curtin Street, Cabramatta

BLACK FORREST RESTAURANT

German-Austrian Cuisine A-La Carte Dinner Catering for all occasions <u>FRUEHSHOPPEN</u>

Every last Sunday of the month

Tuesdays from 9am -12noon Seniors Thursday to Saturday from 5.30pm -10pm Sunday from noon to 8pm

For bookings Phone: 927807724 E-mail: gasclub@tpg.com.au



AGA CLUB GERMANIA LTD ABN 15 000 986 407 German Club Wollongong

636A Northcliffe Drive, Kembla Grange NSW 2506 • Phone: 02 4271 5011 • Fax: 02 4271 5884 www.germanclub.net.au Email: germanclub@netspace.net.au

Das ideale Geschenk für Freunde, Kinder & Enkelkinder.

Ein Koch oder Backbuch von Dr. Oetker In Englisch oder auch in Deutsch

DEUTSCHE TITELS \$30.00 EACH (Plus postage \$10.00 per book)

- * Deutsche Küche "die Klassiker (160 Seiten)
- * Schulkochbuch (280 Seiten)
- * Backen macht Freude (320 Seiten)
- * Blechkuchen von A Z (320 Seiten)
- * Schulkochbuch '1960 Reprint' (368 Seiten)
- * 1000 Partyrezepte (576 Seiten)
- * 1000 Landfrauenrezepte (640 Seiten)
- * 1000 Die Besten Backrezepte (800 Seiten)

ENGLISH TITLES \$30.00 EACH (Plus postage \$10.00 per book)

- * Modern German Cooking (160 Pages)
- * German Cooking Today (320 Pages)

(We are members of German-Australian Welfare in Melbourne, hon. member of German Club Tivoli and past president of Alemannia Richmond Soccer Club).

Please call: Breha Industries Ph.: 03 9562 6277, Fax: 03 9562 6163 27 Treforest Drive, Clayton Vic 3168. Email: eddy.breha@yahoo.com.au (Payment by cheque or direct deposit). Please add \$10.00 per book for postage to anywhere in Australia.



F U N E R A L S

INDEPENDENT, AUSTRALIAN
OWNED FUNERAL SERVICE

We are an Australian owned family company caring for the needs and traditions of the German speaking Community.

We offer a personal and dignified service at an affordable price. Arrangements can be made at our office or in your home.

Special Rates apply for members of the Australian German Welfare Society.

9747 4000 143 Liverpool Road Burwood NSW 2134

All suburbs

24 hours

7 days

AUSTRALIAN - GERMAN WELFARE SOCIETY

1 A Leicester Avenue, Strathfield NSW 2135 Telefon (02) 9746 6274 E-mail: agwssyd@bigpond.com www.agwssydney.org.au

Unsere Bürozeiten: MO, Di & DO 10.00 - 14.00 Uhr

Unsere Gruppentreffen:

Cabramatta

Tag/Uhrzeit: Jeden Dienstag von 9.30-12.00 Uhr Adresse: Deutsch-Österreichischer Club, 73 - 75 Curtin Street, Cabramatta Gruppenleiterin: Judith Klaus

Strathfield

Tag/Uhrzeit: Montags 9.30-12-00 Uhr Adresse: AGWS, 1A Leicester Av., Strathfield Kontaktperson: Silke Giesler

Wollongong

Tag/Uhrzeit: Immer am 2. Freitag eines Monats von 10.00 -12.00 Uhr Adresse: AGA Klub, 636A Northcliffe Drive, Kembla Grange Gruppenleiterin: Evelin Jakus

Schauen Sie doch einfach mal bei uns vorbei!