

## IN KÜRZE

**Spielenachmittag für Senioren**

**HOLTORF.** Der Ortsverein Holtorf des Deutschen Roten Kreuzes veranstaltet am Donnerstag, 21. März, einen Senioren-Nachmittag. Beginn ist um 14.30 Uhr im „Hotel zur Krone“ mit Kaffee und Kuchen. Dabei wird Bingo gespielt. *DH*

**NABU-Exkursion zum Reh**

**NIENBURG.** „Einzelgänger oder Rudeltier? Können Rehe bellen? Was wissen die Menschen eigentlich über das doch eigentlich so vertraute Reh? Erfahren Sie auf unserer Exkursion am 24. März Neues und Wissenswertes rund um das Reh!“, lädt der NABU Nienburg ein. Treffpunkt ist der Familienparkplatz Nienburg um 10 Uhr. Wetterfeste Bekleidung und Schuhe müssen mitgebracht werden. Anmeldung werden unter: Familienangebot@NABU-Nienburg.de, per E-Mail an Familienangebot@NABU-Nienburg.de oder Tel. (0176) 70039827 angenommen. Die Teilnahme kostet drei Euro für Erwachsene, Mitglieder und Kinder zahlen nichts. *DH*

**Frauenfrühstück in Liebenau**

**LIEBENAU.** „Verzichten ist das neue Genießen – warum verzichten glücklich machen kann“ – zu diesem Thema findet das Frauenfrühstück am Samstag, 23. März, in Liebenau statt. Die Buchautorin Antje Balters aus Bremen wird als Referentin erwartet. In ihrem Vortrag stellt sie Fragen nach dem, was das Leben lebenswert macht und was man wirklich braucht. Das Frühstück im Gemeindehaus der St.-Laurentius-Kirchengemeinde Liebenau beginnt um 9.30 Uhr. Um einen Kostenbeitrag von 6 Euro wird gebeten. Anmeldungen nimmt Rita Pfarrherr unter der Telefonnummer (0 50 23) 13 50 entgegen. *DH*

# Zubereiten, essen und klönen

„Kochen für Witwer“ wird zu einer regelmäßigen Veranstaltung

VON NIKIAS SCHMIDETZKI

**NIENBURG.** Das Kochen ist nur ein kleiner Punkt. Vor allem geht es um Trauerbewältigung und Kontakt zu anderen Männern, deren Frauen gestorben sind. „Witwer kochen gemeinsam“ heißt ein neues monatliches Angebot, das am 4. April starten soll.

„Der erste ‚Witwer-Kochkurs‘ war ein großer Erfolg. Es gab den Wunsch, ihn regelmäßig anzubieten“, sagt Dasein-Koordinatorin Ilona Romaus. Und so organisierten der Dasein-Hospiz-Verein und der Krebsnachsorgeverein zusammen mit Ingrid Meyer von den Landfrauen quasi die Serie zur Pilotveranstaltung aus dem März des vergangenen Jahres. Die GBN stellt dafür die Küche im Mieter-Treff an der Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße zur Verfügung. „Nur deswegen ist es möglich, weil uns keine Kosten entstehen“, betont Romaus.

Einmal im Monat, immer am ersten Donnerstag, können sich Witwer aus dem gesamten Landkreis zunächst am Herd und später am Tisch austauschen. Das gemeinsame Schnippeln, Würzen und Zubereiten soll so nicht nur lehrreich sein, sondern vor allem eine soziale Komponente haben. Spätestens beim Essen schließlich Neben der Zubereitung einer warmen Mahlzeit gibt es die Möglichkeit, sich kennen zu lernen und sich mit



Zum Kochen, Essen und Klönen laden Ilona Romaus, Ulrike Buschmann, Annette Schmidt, Ilse Meents-Makope und Ingrid Meyer (von links) ein. FOTO: SCHMIDETZKI

anderen Männern in der gleichen Situation auszutauschen.

Überlegungen auch Frauen anzusprechen, hätten sich schnell erledigt. „Männer haben oft weniger soziale Netzwerke“, sagt Ilse Meents-Makope, eine der ehrenamtlichen Trauerbegleiterinnen. Wenn sich Männer

dann über den Verlust der Partnerin, über das Leiden davor und danach, austauschen, „dann stellen sie fest, dass andere viel schlimmeres Leid hinter sich haben“, sagt Meents-Makope. Zudem könnten sich Männer meist besser öffnen, wenn sie unter ihresgleichen seien.

Schon bei dem ersten, da-

mals einmaligen, Angebot vor etwas über einem Jahr waren die Männer auch zum Kochen zusammengekommen. Sie hatten aber auch da schon über ihre Erfahrungen gesprochen, sich eben aber auch über die persönlichen Situationen und den Verlust unterhalten. Es gab sogar Pläne, sich auch nach dem Kurs zu treffen. Daher sagt Dasein-Koordinatorin Ulrike Buchmann: „Das Kochen steht nicht im Vordergrund, sondern mehr der Austausch.“

Fünf Plätze sind an jedem Termin frei. Wünschenswert ist für die Veranstalterinnen eine wechselnde Belegung, so dass jeder Interessent eine Chance bekommt. Darum sind zu jeder Veranstaltung wieder neue Anmeldungen nötig. Niemand muss über seine Gefühle reden, vielmehr ist es einfach schon gut, in Gemeinschaft zu sein, weiß Koordinatorin Romaus.

Eine Altersvorgabe gibt es nicht. Ihre Erfahrung habe aber gezeigt, dass jüngere Männer weniger Unterstützung in der Küche bräuchten, sagt Landfrau Ingrid Meyer. Sie begleitet das Angebot fachlich – wie schon vor einem Jahr. Vielfach, das zeige ihre Erfahrung, fehlten älteren Witwern schon die Grundlagen. Welche Menge der Zutaten sie verwenden müssen, wie sie würzen und wie sie den Herd benutzen müssen etwa.

Fest steht deshalb: „Die Männer werden selber kochen und bekommen die Rezepte mit nach Hause“, betont Romaus. Was sonst noch aus den Treffen wird und welche Kontakte entstehen, das werden die einzelnen Termine zeigen.

➔ Anmeldungen sind möglich unter Telefon (0 50 21) 88 93 69 und per E-Mail an info@dasein-hospiz.de beim Dasein-Hospiz.

**Termine zur Trauerarbeit**

**Der Nienburger Dasein-Hospizverein hat sein Trauerkonzept überarbeitet, einige Termine geändert und Neues hinzugefügt.**

➔ Aus dem Trauercafé wird ab April ein „Trauertreff am Vormittag“. Zum letzten Mal lädt der Verein zum Trauercafé für Mittwoch, 27. März, ab 15 Uhr ein. Danach sind die Treffen stets am letzten Dienstag in der Zeit von 10.30 bis 11.30 Uhr vorgesehen.

➔ Weiterhin geben wird es den Trauertreff am Abend, immer am dritten Donnerstag im Monat von 18.30 bis 19.30 Uhr. Für beide Angebote ist die Geschäftsstelle, Stettiner Straße 2b in Nienburg, geöffnet.

➔ Vormerken können sich Trauernde den 27. April. An jenem Samstag bietet das Dasein-Hospiz „Trauer in Bewegung“ an. Bei einem gemeinsamen Spaziergang durch die Köhlerberge in Nienburg können

Teilnehmende die Natur entdecken, schweigen und miteinander reden. Zum Ausklang ist ein kleines Picknick geplant. Los geht es um 14 Uhr auf dem Parkplatz der Firma Hammer. Das Ende der Veranstaltung ist für 16 Uhr geplant. Wer dabei sein möchte, sollte festes Schuhwerk tragen. Anmeldungen sind unter (05021) 889369 und per E-Mail an info@dasein-hospiz.de möglich. Dort werden auch weitere Fragen beantwortet. *nis*

## Eine Stadtteilzeitung für das Nordertor

Das Stadtteilhaus im Nordertor lädt die Bürger zu zahlreichen Aktivitäten ein / Stadtteilstoff am 7. September

VON MANON GARMES

**NIENBURG.** Das Stadtteilhaus im Nordertor lädt auch in diesem Jahr wieder zu zahlreichen Angeboten ein. Ganz neu ist die Stadtteilzeitung. Die sechsköpfige Redaktion unter der Leitung von Quartiersmanager Marc Müller-de Buhr will sich mit diversen Themen aus dem Nordertor beschäftigen.

„Die Zeitung ist ein offenes Projekt“, betont Müller-de Buhr: „Es sollen nicht nur Artikel der Redaktion erscheinen, sondern auch Texte von Bürgern und Vereinen.“ Natürlich würden nicht alle Texte in ihrer Ursprungsform veröffentlicht, sondern von der Redaktion redigiert. Pro Jahr soll die Zeitung mit dem Namen „Das Nordertor“ drei bis vier Mal erscheinen und an alle Haushalte im Nordertor verteilt werden. Die Auflage schätzt Müller-de Buhr auf etwa 2500 Exemplare. Die erste Ausgabe ist für Ende April/Anfang Mai geplant. Der Druck wird über Förder-



Laden zu diversen Angeboten im Nordertor ein: Marc Müller-de Buhr, Gesine Schöning, Sabine Koscielniak, Leiterin Sachgebiet Soziales und Sport bei der Stadt, und Irene Althaus, zuständig für die Sanierungsberatung und das Quartiersmanagement (von links). FOTO: GARMES

mittel aus dem Städtebauförderprogramm finanziert, die Verteilung soll nach Möglichkeit ehrenamtlich geschultert werden.

Ein weiteres Angebot ist

die Garten- und Gewächshausgruppe, die – genau wie die Stadtteilzeitung – in Kooperation mit dem neuen Verein „Unser Nordertor“ gestaltet wird. „Die Gruppe trifft

sich immer dienstags um 10 Uhr und würde sich über Zuwachs freuen“, sagt Sozialarbeiterin Gesine Schöning. Ein ähnliches Angebot gibt es auch für Kinder: die „Garten-

Kids“ in Kooperation mit dem Familiengruppenhaus der Kita St. Michael. Ebenfalls für Kinder läuft seit Februar das Projekt „KinderMusik im Quartier“. Dabei beschäftigen die Kleinen sich unter anderem mit Percussion-Instrumenten.

Im Juni soll – wenn alles nach Plan läuft – die Eröffnung der neuen Wegeverbindung zwischen der Wilhelm-Rösler-Straße und der Humboldtstraße durch den ehemaligen Friedhof Bollmannstraße gefeiert werden. Ganz genau fest steht bereits, wann das nächste Stadtteilstoff gefeiert wird: am 7. September von 14 bis 17 Uhr rund um das Stadtteilhaus.

➔ Wer weitere Informationen rund um die Angebote des Stadtteilhauses haben möchte, bekommt die bei Gesine Schöning unter (0 50 21) 894 2811 oder g.schoening@nienburg.de oder bei Marc Müller-de Buhr unter (0 50 21) 894 1513 oder marc.muellerdebuhr@dsk-gmbh.de.

## Breitband: Welche Orte profitieren?

Info über Ausbaupläne

**LANDESBERGEN.** Der CDU-Ortsverband Landesbergen lädt zur Infoveranstaltung über den Breitbandausbau in der Samtgemeinde Mittelweser am Dienstag, 19. März, um 18.30 Uhr in das Backhaus des „Mühlengasthofes“ Landesbergen ein.

Samtgemeindebürgermeister Jens Beckmeyer und der CDU-Landtagsabgeordneter Karsten Heineking informieren über den aktuellen Stand des geplanten Ausbaus der Breitbandversorgung in der Samtgemeinde Mittelweser. „Eine auch in Zukunft leistungsfähige Internetanbindung ist so wichtig wie elektrischer Strom und fließend Wasser“, heißt es in der Einladung.

Gegen 20.30 Uhr schließt sich die Mitgliederversammlung des Ortsverbandes der CDU Landesbergen an. Gäste sind auch zu dieser Versammlung willkommen. *DH*