



# ernen, ich selbst u versorgen

ner (links) und Ulli Brüning lernen bei Ingrid Meyer das Kochen. Ihre Frauen sind 2017 gestorben, jetzt müssen sie selbst das Essen auf den Tisch bringen. FOTO: S

STIAN STÜBEN

## Gurken schälen, Zwiebeln schneiden, Kartoffeln kochen – Witwer lernen bei Ingrid Meyer die Grundlagen der Essenszubereitung

S. Peter Wagner (76) Nienburg hat im September vergangenen Jahres seine Frau verloren. Die Küche sei für ihn nie ein Problem gewesen, sagt er. „Ich hätte dort nichts verloren“, er habe dort nichts gemacht. Jetzt als Witwer ist er gezwungen, auch die Kochlöffel zu greifen. Zusammen mit anderen Männern in der Situation hat er bei Ingrid Meyer die Grundlagen der Essenszubereitung bei einem Kurs gelernt. „Das ist ein bisschen anders als das Nienburger Essen“, sagt er. „Das Dasein“ genannt, unter der Leitung von Ingrid Meyer. „Ich habe 45 Jahre lang gearbeitet. Ich muss meine Rente jetzt nicht ungenutzt lassen. Ein bis drei Mal in der Woche gehe ich schon auswärts essen.“ Aber für den Rest der Woche will er zukünftig selber an den Herd. Kennen gelernt beim Kochkurs hat Wagner den 64-jährigen Ulli Brüning aus Rethem,

der erst im Dezember seine Frau verloren hat. „Wir haben während des Kochens, besonders beim ersten Treffen, auch über unsere Situation und den Verlust unserer Frauen gesprochen“, sagt Wagner. Er und Brüning sind sich sympathisch gewesen, und so haben sie bei den Treffen gern zusammen gekocht – mit dabei auch Christoph Schomerus (81) aus Nienburg. „Die beiden sind schon nett, und es macht Spaß gemeinsam zu kochen“, sagt Brüning. Alle drei könnten sich durchaus vorstellen, nach Kursende auch privat einmal gemeinsam am Herd zu stehen und zu essen. Brüning sagt von sich selbst, er interessiere sich seit Jahren für das Kochen, nur praktisch hätte er seiner Frau stets den

Vortritt gelassen. „Ich lese unheimlich gerne Kochbücher, habe oft von Bekannten welche geschenkt bekommen, aber gekocht hat meine Frau. Ich hatte immer meine eigenen Hobbys – ich habe Autos restauriert oder Sachen aus Holz hergestellt. Jetzt muss ich kochen.“ Was ihm nach eigenen Worten noch schwer falle, sei die richtige Abstimmung der Zutaten. „Das Verhältnis ist oft das Problem. Aber in der Praxis wird man von Mal zu Mal besser“, sagt Brüning. Der 64-Jährige bekocht einmal in der Woche seine Enkelkinder, wenn sie zu Besuch kommen. „Das lasse ich mir auch nicht nehmen. Wenn meine Tochter anbietet zu kochen, dann sage ich stets, dass ich es gerne selber mache.“

Auf den Kurs aufmerksam geworden war Brüning über den HARKE-Vorbericht. „Meine Schwester aus Heemsen, die sich in den vergangenen Jahren sehr um mich gekümmert hat, hatte mir die Zeitung mitgebracht und mich über den Kurs informiert. Ich habe mich sofort gemeldet mitzumachen.“ Eine Entscheidung, wie der 64-Jährige jetzt findet. „Hier habe ich zum Beispiel etwas über die Zubereitung von Fisch gelernt“, sagt er – das hätte er privat vielleicht nicht in Griff genommen. Bei Schomerus, dessen Frau vor gut zwei Jahren gestorben ist, kommt bislang noch kein fertiges auf den Tisch, wie er sagt. Der 81-Jährige hat durch den Kochkurs mehr frische, selbst zubereitete Mahlzeiten kochen zu lernen. „Auch ich werde es aber nicht nehmen lassen, und wieder Essen zu genießen. Vielleicht ja zukünftig gemeinsam mit den neuen Kontakten.“

Auf den Kurs aufmerksam geworden war Brüning über den HARKE-Vorbericht. „Meine Schwester aus Heemsen, die sich in den vergangenen Jahren sehr um mich gekümmert hat, hatte mir die Zeitung mitgebracht und mich über den Kurs informiert. Ich habe mich sofort gemeldet mitzumachen.“ Eine Entscheidung, wie der 64-Jährige jetzt findet. „Hier habe ich zum Beispiel etwas über die Zubereitung von Fisch gelernt“, sagt er – das hätte er privat vielleicht nicht in Griff genommen. Bei Schomerus, dessen Frau vor gut zwei Jahren gestorben ist, kommt bislang noch kein fertiges auf den Tisch, wie er sagt. Der 81-Jährige hat durch den Kochkurs mehr frische, selbst zubereitete Mahlzeiten kochen zu lernen. „Auch ich werde es aber nicht nehmen lassen, und wieder Essen zu genießen. Vielleicht ja zukünftig gemeinsam mit den neuen Kontakten.“