Liebfrauen & Johannes

Evangelisch-lutherische Kirche in Neustadt | Gemeindebrief

Februar/März 2013

Foto: Ulla Paczkowski

Mahlzeit!

Essen ist Leben, macht aber auch krank

www.liebfrauen-johannes.de

Liebe Leserinnen und Leser!

Im Radio hörte ich, dass es erfreulicherweise immer weniger übergewichtige Kinder gibt, es ist mehr Gemüse verzehrt worden und für Lebensmittel wird mehr Geld ausgegeben. Hat sich das Bewusstsein geändert? Wird wahrgenommen, dass Lebensmittel gebraucht werden, nicht nur als Sättigungsmittel? Statistisch wird prozentual viel weniger für die Ernährung ausgegeben als früher. Getreide, Obst, Gemüse, besonders Fleisch wird immer billiger erzeugt, in der Regel auf Kosten der Umwelt. Horrornachrichten über verdorbene Nahrungsmittel erreichen uns fast täglich. Eine Mutter sagte mir, dass sie ihre Familie gesund ernähren wolle, es aber sehr schwierig sei, an wirklich eindeutige und verbindliche Informationen zu kommen und Einkaufsquellen zu finden. Es macht Mühe, sich gedanklich damit auseinander zu setzen und es braucht Zeit, die oft fehlt. „Der Mensch ist, was er isst", so eine Redewendung. Das tägliche Brot haben längst nicht alle Menschen. Mangelernährung und Hunger beeinträchtigen die körperliche und geistige Entwicklung negativ, aber auch zuviel Nahrungsaufnahme und einseitige Ernährung mit zuviel Fett und zuviel Zucker. Gemeinsam am Tisch sitzen, zusammen essen und reden, ist längst nicht mehr die Regel. Auch das Tischgebet, das Danken für das Essen, ist in der Hektik des Alltags oft auf der Strecke geblieben, das gilt auch für mich. Ich wünsche uns allen, dass wir dankbar sind für unser tägliches Brot.

Margrit Scheffer
aus dem Redaktionsteam

jetzt und bald vor ort
4 Freizeit auf Baltrum
5 Exerzitien im Alltag
5 Bethel-Sammlung
5 Angebote 60+
7 Aktion: 7 Wochen ohne

kinder im blick
8-9 Bastelecke

titel
10-13 Das schmeckt aber

gottesdienste
14-15 Termine und Orte

theoLOGISCH
16 Biblisch backen - ein Rezept

reinblick
17 Rheumliga im Haus der Kirche

jugend im blick
19 Kleingruppen leiten
19 Praktikum in Brasilien

jetzt und bald regional
21 Fortbildungstag für Tafel-Mitarbeitende

gruppen & kreise
22 Seniorenkreise, Literaturkreis, uvm.

freud & leid
23 Taufen, Trauungen, Beerdigungen

stadtgespräch
25 Was ist Sauerkraut?

adressen
26 Öffnungszeiten und Telefonnummern

Brot des Lebens

Es gibt einfach Zeiten im Leben, jedenfalls in meinem, da habe ich zwar körperlich keinen Hunger, aber seelisch. (…)Zurzeit beuteln mich Existenzängste und die lösen Merkwürdiges aus. (…)Da geht es denn nicht nur um Süßes oder Fettes, da geht es zusätzlich noch darum große Mengen zu bekommen. Es ist, als muss ich meiner Angst das Maul stopfen."

So schreibt eine Frau im Internet. Und kennen das nicht viele von uns? Essen als Bewältigungsstrategie – „als muss ich meiner Angst das Maul stopfen." Es ist eine boshafte Ironie, dass es gerade in reichen Ländern, in denen die meisten Menschen körperliche Hungersnot kaum kennen, so viel seelische Hungersnot gibt. So viel Einsamkeit. So viel Zukunftsangst. So viel Verlorenheit. Die Seele hungert, nach Sicherheit, nach Zuwendung, nach Geborgenheit. Und da hilft das Überangebot an Nahrungsmitteln hierzulande nichts. Weil es die Seele nicht satt macht. Die Angst nicht verschwinden lässt. Die Probleme nicht löst. Die Sehnsucht nicht erfüllt.

Wohl jeder Mensch macht in seinem Leben Erfahrungen von solchen seelischen, geistigen und geistlichen Dürreperioden. Und dieser Hunger ist genauso ernst zu nehmen wie der körperliche Hunger. Die Mangelerscheinungen, die fortgesetzten seelischen Hunger zur Folge hat, sind ebenfalls gravierend: Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung, Mutlosigkeit.

Gott will nicht, dass wir hungern. Weder körperlich noch seelisch. Wir kennen die Geschichte von Jesus, der seine Jünger aufforderte, mit fünf Broten und zwei Fischen eine riesige Menschenmenge zu versorgen: *„Es ist nicht nötig, dass sie fortgehen; gebt ihr ihnen zu essen!". Und wir wissen, dass Jesus den Menschen auch seelische Nahrung sein wollte: „Ich bin das Brot des Lebens. Wer zu mir kommt, den wird nicht hungern; und wer an mich glaubt, den wird nimmermehr dürsten!" (Joh 6,35)*

Anna Wißmann
ist Pastorin an der Johanneskirche

Das sind starke Worte. Für den, der hungert, vielleicht zu starke Worte. Nur allzu oft hungern und dürsten Menschen auch dann, wenn sie verzweifelt auf der Suche sind nach ihrem Gott. Ich glaube aber, dass Jesus so wie vor 2000 Jahren immer noch auf dem Weg ist, um die satt zu machen, die hungern. Und ich glaube, dass er so wie vor 2000 Jahren immer noch die, die zu ihm gehören wollen, auffordert: „Gebt ihr ihnen zu essen!" Gebt denen, die körperlichen Hunger haben, Nahrungsmittel. Und gebt denen, die seelischen Hunger haben, die Aufmerksamkeit, die Zuwendung und Geborgenheit, die sie brauchen.

„Es gibt einfach Zeiten im Leben, jedenfalls in meinem, da habe ich zwar körperlich keinen Hunger, aber seelisch." - Das gilt wohl für uns alle. Gott schenke uns das Brot des Lebens und schicke uns damit in eine hungrige Welt, dass wir das Teilen lernen!

Ihre Pastorin Wißmann

KERNSTADT Familienfreizeit auf Nordseeinsel

Baltrum ist spitze, Baltrum ist 'ne Wucht...

...Deshalb laden wir auch in diesem Jahr wieder herzlich zur Familienfreizeit in der ersten Herbstferienwoche vom 5. bis 12. Oktober 2013 ein. Kleine und große Menschen aus der Johannes- und Liebfrauengemeinde können sich wieder gemeinsam auf den Weg zur schönen Nordseeinsel Baltrum machen. Pastorin Anna Wißmann, Sabine Eickhoff-Fels und Beate Peters freuen sich auf viele Mitreisende, die eine Woche im gepflegten Gästehaus Sonnenhütte verbringen und viel miteinander erleben möchten. Die Insel verlockt zum Entspannen: den Wind bei Strandspaziergängen um die Nase wehen lassen, Muscheln sammeln, Drachen steigen lassen, im Café Kluntje klönen ... Das vielfältige Programm lädt nicht nur zu gemeinsamen Gottesdiensten, zum Basteln, Spielen und zu Abendangeboten ein, sondern es lässt auch Raum zur Urlaubsgestaltung nach eigenem Interesse. Lust auf Urlaub? Reif für die Insel? – Dann melden Sie sich gern bis spätestens 31. März 2013 an. Anmeldeunterlagen liegen ab 28. Januar 2013 in den Gemeindebüros bereit. Weitere Informationen für erstmalig Mitreisende gibt es beim Info-Abend am Mittwoch, 6. März 2013 um 20.00 Uhr im Clubraum der Johannesgemeinde, Wacholderweg 9.

Anfragen nehmen wir gern entgegen: Pastorin Anna Wißmann, Tel.: 893150, Beate Peters, Tel.: 67355.

	Unterkunft	Fähre	Kurtaxe	Bus
Erwachsene einzeln	325,00 Euro	26,00 Euro	24,50 Euro	35,00 Euro
Erwachsene Do-Zi	300,00 Euro	26,00 Euro	24,50 Euro	35,00 Euro
Kinder 1-2	50,00 Euro	—	—	30,00 Euro
Kinder 3-6	120,00 Euro	ab 6 Jahre: 13,00 Euro	—	30,00 Euro
Kinder 7-10	145,00 Euro	13,00 Euro	—	35,00 Euro
Kinder 11-14	160,00 Euro	13,00 Euro	ab 12 Jahre: 10,50 Euro	35,00 Euro
Jugendliche 15-17	200,00 Euro	26,00 Euro	10,50 Euro	35,00 Euro

Angebote 60+

• **Spiele-Abend:** Mittwoch, 6.2. um 16 Uhr wird in der Johannesgemeinde etwas Neues für 60+ angeboten: ein Spiele-Nachmittag. Manche von Ihnen mögen bereits einen Kreis von Canasta- oder Doppelkopfspielern haben, mit denen Sie sich regelmäßig treffen. Andere wünschten sich öfter die Gelegenheit zum Spielen. An diesem Nachmittag soll es auf jeden Fall die Möglichkeit geben. Und wer weiß, vielleicht finden sich Gleichgesinnte, die sich in Zukunft öfter treffen?! Bringen Sie bitte das Spiel, das Sie spielen möchten, mit. Ich sorge für Kaffee und Tee.
• **Kreis „ aktiv 60+"**: Dienstag, 26.2., 16 bis 17.30 Uhr im Haus der Kirche an Liebfrauen. Thema „Von Masken und wahren Gesichtern".
• **Theaterstück:** Freitag, 15.3., hoffe ich Ihre Neugier wecken zu können für ein Figurentheaterstück für Erwachsene. Im THEATRIO in Hannover sehen wir „Shakespeare in Eile". Das Stück beginnt um 20 Uhr und kostet pro Person fünf Euro. Wir fahren mit der S-Bahn und treffen uns um 18 Uhr am Bahnhof Neustadt. Anmeldungen bis zum 1.3. sind unbedingt erforderlich!
• **Frühstück:** Dienstag, dem 26.3. von 9 bis11 Uhr in der Johannesgemeinde. Es stellt sich die Tschernobylhilfe vor. Die Anmeldungen für das Frühstückstreffen nehmen Erika Graap (Tel:. 05032/939991) oder Veronika Reuse (Tel.: 05032/801081) gern entgegen. Unkostenbeitrag drei Euro.
• **Frühlingsexkursion: Mittwoch,** 27.3. startet um 15 Uhr vom Treffpunkt Gemeindehaus Johannes aus eine Frühlingsexkursion mit der Biologin Dr. Rita Lüder, die Fragen zur Pflanzenbestimmung beantworten kann und je nach jahreszeitlicher Möglichkeit die Verwendung von Wildpflanzen bzw. Pflanzentrieben in der Ernährung erläutern wird. Mit PKW fahren wir in die Nähe von Basse. Ein Fußweg von 1-2 km ist einzuplanen. Denken Sie auch an die passende Kleidung !• **Kontakt:** Pastorin Ute Clemens, Email: Ute.Clemens@web.de. Telefon (05073) 597.

PETER & PAUL Exerzitien im Alltag

Einladung zu den „Exerzitien im Alltag" - sie beginnen am Donnerstag, 14. Februar, um 19 Uhr und finden fünfmal an den folgenden Donnerstagen im Gemeindehaus von Peter und Paul statt. Anmeldung bitte bis zum 11. Februar unter folgenden Telefonnummern: 3385 (Fr. Gerigk) und 913346 (Fr. Schwarzer). gro

KERNSTADT Kleider für Bethel & Tafel

In der Liebfrauengemeinde wird gebrauchte Kleidung für die Brockensammlung in Bethel gesammelt: Dienstag, 19. März bis Montag, 25. März, jeweils 10 bis 12 Uhr im Haus der Kirche an Liebfrauen, An der Liebfrauenkirche 5-6. Wir bitten nur tragbare Kleidungsstücke abzugeben. Kleider für die Tafelkunden werden am 9. und 10. April von 8 bis 18 Uhr im Johannesgemeindehaus, Wacholderweg 9, gesammelt. red

JOHANNES Singen in Kigos

Ein Abend für Eltern, Großeltern, Erzieher/innen, Lehrer/innen, Mitarbeitende im Kindergottesdienst und Interessierte. Montag, 28. Januar 2013, 20 Uhr, Johanneskirche, Neustadt. Leitung: Kreiskantorinnen Claudia Wortmann und Birgit Pape.

KERNSTADT Gospel am Meer

Nachdem etliche Mitglieder des KUM BA YAH Chores am Mittwoch, 13. Februar 2013 um 20 Uhr im Kuppelsaal in Hannover gemeinsam mit dem bekannten Oslo Gospel Choir (für Interessierte: Karten gibt's im Vorverkauf in Hannover) auftreten werden, gibt der KUM BA YAH Chor am Freitag, 15. Februar 2013, ab 19.30 Uhr in der St. Thomas Kirche in Großenheidorn ein Konzert. Alte und neue Gospel und Spirituals werden das Publikum in gewohnter Weise erfreuen. Auch Neustädter sind dort herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei, Spenden werden erbeten. red

In Ihrem Vertrauen seit 1948

Bestattungsvorsorge - *eine Sorge weniger-*

Sterbegeldversicherung über die Nürnberger LV AG

Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG

Kuratorium Deutsche Bestattungskultur e.V.

BESTATTER® VOM HANDWERK GEPRÜFT

Giesbers Bestattungen

Von-Berckefeldt-Str. 6 · 31535 Neustadt 24h-Tel. 0 50 32 / 34 43 u. 40 05

www.giesbers-bestattungen.de

Erd-, Feuer-, See- und Friedwaldbestattungen

Bestattungsvorsorge

eigener Trauerdruck

eigener Abschiedsraum

Überführungen im In- und Ausland

Beisetzung auf allen Friedhöfen

Erledigung aller Formalitäten

BESTATTER VOM HANDWERK GEPRÜFT

Zuverlässiger Rat und facherfahrene Hilfe seit 1987

THORNS Bestattungen GmbH

Inh. Tim Schustereit

Leinstraße 24 A

31535 Neustadt a. Rbge.

Telefon: (05032) 32 37

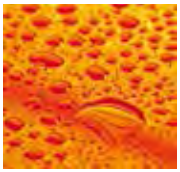
info@thorns-bestattungen.de

www.thorns-bestattungen.de

Wir für Sie · Ganz in Ihrer Nähe · Ganz nach Wunsch

- KFZ-Lackierungen
- Industrielackierungen
- Stationäre Strahlentrostungen
- Spot-Repair

temps® Lackierungen



Temps GmbH Neustadt · Hertzstraße 1 · 31535 Neustadt

Tel. (0 50 32) 8 03-33 · Fax (0 50 32) 8 03-59

E-Mail: info-neustadt@temps.de · www.temps.de

Nienburger Tafel Ausgabestelle Neustadt

Warenausgabe jeden Montag

Registrierung: Neukunden von 12 bis 13 Uhr

Regirstrierung der Kunden nach Zeitgruppen ab 13 Uhr

Beginn der Ausgabe 14 Uhr

Ansprechperson: Anja Kröger, Telefon (05032) 800974

HANNOVER Fastenaktion der Evangelischen Kirchen

Riskier was Mensch - 7 Wochen ohne

Mehr als drei Millionen Menschen beteiligen sich jährlich an der Fastenaktion „7 Wochen Ohne“ der evangelischen Kirchen. Seit 30 Jahren lädt die Aktion ein, die Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostersonntag bewusst zu erleben und zu gestalten. „7 Wochen Ohne“ – das heißt: eingeschliffene Gewohnheiten zu durchbrechen, die Routine des Alltags zu hinterfragen. Dieses Jahr heißt das Motto: „Riskier was, Mensch! Sieben Wochen ohne Vorsicht“, das klingt wie der Auftrag zu Leichtsinn und Rabaukentum. In der Bibel wimmelt es von unvorsichtigen Männern und Frauen. Menschen, die übers Wasser laufen, Hochschwangeren, die auf Reisen gehen, ohne auch nur ein Hotel zu buchen. Es reichen die kleinen Wagnisse, um etwas in Bewegung zu bringen: einmal freihändig balancierend, etwas Neues ausprobieren, ein offenes Wort wagen und den folgenden Streit riskieren, festhalten an dem, was Ihnen wichtig ist, auch wenn die Idee scheinbar chancenlos ist. Darum – Sie ahnen es bereits – riskieren wir bewusst was mit diesem Motto der Fastenaktion „7 Wochen Ohne“ 2013. „Siehe, ich habe dir geboten, dass du getrost und unverzagt seist“, heißt es in Josua 1,9. Wir freuen uns, dass Sie so unverzagt sind und mitmachen!
Im Internet gibt es weitere Informationen: www.7wochenohne.de. red

NEUSTADT Fortbestand der Begegnungsstätte Silbernkamp

Verträge für die nächsten zwei Jahre unterzeichnet

Ein schöneres Datum hätte es für die Vertragsunterzeichnung nicht geben können: Am 12.12.2012 trafen sich die Mitglieder der AG Silbernkamp, um die finanzielle Absicherung für weitere zwei Jahre zu vereinbaren.
Superintendent Hagen würdigte als Sprecher des Beirates der Begegnungsstätte die Entwicklung der Einrichtung und hob besonders das Engagement der rund 30 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern hervor. Neustadts Bürgermeister Sternbeck äußerte, dass die Begegnungsstätte längst kein Projekt mehr sei, sondern sich als Ort der Begegnung in Neustadt etabliert habe. An die 10.000 Besucherkontakte werden auch in diesem Jahr wieder erreicht. Neben dem Diakonieverband Hannover-Land als Träger, sind der Bauverein Neustadt, die Diakoniestation Neustadt, das St. Nicolaistift, die Liebfrauenkirchengemeinde und die Stadt Neustadt beteiligt.
Für den nächsten Förderzeitraum stehen neben der Fortführung und dem Ausbau des Angebotsspektrums insbesondere alltagspraktische Unterstützungsangebote auf der Agenda. Angedacht ist eine Fahrradstation für kleinere Reparaturen, die gerade Senioren oder Kinder nicht alleine bewältigen können, Basare für Kinderkleidung und der Ausbau des Projektes „ÜberBrücken“.

Annette Holaschke

KIRCHENKREIS Hilfe für Tschernobylkinder geht weiter

„Danke, dass ihr uns besucht habt ...“

„Danke, dass ihr uns besucht habt!“ Diesen Satz hörten wir auf unserer Besuchsreise nach Weißrussland immer wieder bei Treffen mit unseren weißrussischen Gastkindern und ihren Eltern, bei Besuchen in Kirchengemeinden, bei Kranken, in Schulen und im Krankenhaus. Überall erlebten wir die große Freude über unseren Besuch. Wir spürten die tiefe Dankbarkeit für unsere langjährige Hilfe. Wir hörten und sahen aber auch, wie notwendig nach wie vor die Ferienaktion für strahlengeschädigte Kinder ist und wie dringend gerade in wirtschaftlich sehr schwerer Zeit unsere materielle Hilfe vor Ort gebraucht wird. Für uns ist klar: Die Tschernobylhilfe muss weitergehen. Doch – helfen konnten und können wir nur mit Ihrer Hilfe! Darum bitten wir Sie herzlich: Helfen Sie uns zu helfen. Sie können helfen als Gasteltern für zwei Schulkinder (8 – 12 Jahre) oder eine Mutter mit Kleinkind (4 – 6 Jahre). Die Ferienaktion 2013 findet vom 29.05. bis 26.06. statt. Auf Ihre Aufgabe werden Sie von erfahrenen Gasteltern gut vorbereitet. Sie können helfen mit Sachspenden für das Krankenhaus in Petrikow und für kinderreiche Familien in Gomel. Sie können helfen, indem Sie unsere Aktion finanziell unterstützen.

Ihre Ansprechpartnerinnen: Elisabeth Gülich, Tel.: (05036) 925630, Elisabeth Heidemann, Tel.: (05036) 2113 oder Mareile Rust, Tel.: (05032) 966811.

Spendenkonto: Kirchenamt Wunstorf, Sparkasse Hannover, Konto-Nr. 2000 750758 BLZ 250 501 80, Kennwort: Tschernobyl - Neustadt.

gemeinsame kinderkirche

KIRCHE MIT KINDERN

Für Kinder zwischen fünf und zehn Jahren am Sonnabend, 16. Februar, 10 bis 12 Uhr, in der Johannes-Kirchengemeinde; 9. März, 10 bis 12 Uhr, Liebfrauen-Kirchengemeinde. Leitung: Pn. Wißmann

Mini-Kinderkirche

Für Kinder zwischen zwei und vier Jahren mit ihren Geschwistern und Eltern: Am Sonntag, 10. Februar, 16.30 Uhr, in der Johannes-Kirchengemeinde.
Leitung: Pn. Wißmann

krabbelgruppe in johannes

Freitags, 10 bis 11.30 Uhr, im Spielkreis der Johannes-Kirchengemeinde, für Kinder ab sechs Monate. Kontakt: Tatjana Riechert, Tel.: 901 54 66.

kindertreff in johannes

Donnerstags, 16 bis 17.30 Uhr, im Spielkreis der Johannes-Kirchengemeinde, für Kinder ab 18 Monate. Kontakt: Sarah Seitz, Tel.: 67173.

krabbelgruppe in liebfrauen

Alle 14 Tage mittwochs, 9.30 bis 11.30 Uhr, Haus der Kirche an Liebfrauen. Kontakt: Janet Breier, Tel.: 65904.

praktikant und krippe im liebfrauen-kindergarten

Christian Probst absolviert im Rahmen seiner Ausbildung zum Erzieher ein Jahres-Praktikum in der Krippe. Die ersten Tage verhielten sich die kleinen Kinder einem Mann gegenüber etwas vorsichtig. Doch schnell gewann Christian das Vertrauen der Krippenkinder. Auf Augenhöhe (auf dem Boden) findet er Kontakt, nimmt die Kleinen auf den Schoß und stellt sich auf die elementaren Bedürfnisse ein. So hat Christian von der Weihnachtsgeschichte erzählt und die geerbten Krippenfiguren aus der Liebfrauenkirche vorgestellt. Christian: „ An der Krippenarbeit fasziniert mich am meisten, die schnellen Entwicklungsschritte der kleinen Kinder zu beobachten". Übrigens, die Krippenfiguren wurden von den Kita-Kindern sehr interessiert angenommen und respektvoll behandelt. fri/

Foto: Eichhorn

Schaffen
Sie eine verlässliche
Zukunft
für eine lebendige
Gemeinde

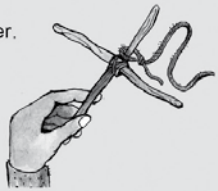
MICHAELIS
STIFTUNG

Stiftung der Region Mitte
c/o Superintendentur
Silbernkamp 3
Tel.: 05032 - 5993
Mail: vorstand@michaelis-stiftung.de
1. Vorsitzender Fred Norra
Konto 544 433 000
Hannoversche Volksbank
BLZ 251 900 01

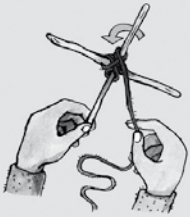
So wird´s gemacht

1. Entferne die Zweige von den Ästen und lege sie in ihrer Mitte über Kreuz.

2. Befestige sie mit Draht fest aneinander.



3. Knote den ersten Wollfaden(rot) mit einem Ende an der Mitte des Kreuzes fest.



4. Jetzt schlingst du den roten Faden fest um den ersten Stab, dann um den zweiten, den dritten usw. Das kannst du machen, bis du am Ende des Fadens angelangt bist.

5. Wenn der rote Faden zuende ist, knote den orangen daran und schlinge ihn so weiter wie vorher.

6. Das Ende des letzten, gelben Fadens knotest du am Astende fest.

© www.kikifax.com

Das schmeckt aber

Zu fett, zu süß, zu viel oder Gemeinschaft und Kommunikation. Das Essen hat seine Vor- und Nachteile, Chancen und Risiken. Zu Beginn der Fastenzeit haben wir einiges Kulinarisches zusammengestellt.

Der Tisch ist liebevoll gedeckt und das Frühstück beginnt immer mit einer Begrüßungsrunde; ein Stein oder Herz wird weitergereicht. Jede und jeder darf zu Beginn etwas sagen. Für jeden wird in der Mitte des Tisches ein Teelicht angezündet und dann wird eine Stunde in lockerer Runde gefrühstückt.

Frühstücke sind populär wie etwa in der Begegnungsstätte Silbernkamp. Dort treffen sich jeden zweiten Dienstag im Monat rund zwanzig Frauen (Männer sind übrigens auch gerne gesehen) zu einem Frühstück mit „Inhalt", initiiert von Mitarbeiterinnen des Ambulanten Hospizdienstes „Dasein". Willkommen sind alle Männer und Frauen,

die sich in vertraulicher Runde über Themen des Lebens austauschen möchten.

Die Teilnehmerinnen unterhalten sich angeregt mit ihren Nachbarinnen. Um 10 Uhr beginnt eine der Frauen aus dem Vorbereitungsteam mit der Anmoderation des Themas. Themen können sein: „Was tut mir heute gut und welche Wünsche habe ich für morgen", „was ist normal in der Trauer" oder „Veränderung von Lebensmustern". Schnell entwickelt sich ein anregendes Gespräch untereinander. Jede Frau lässt man ausreden, jedem Standpunkt wird zugehört. Auch Weinen ist erlaubt, wenn das Leben der Einen oder Anderen zu schwer wird. Gemeinsam stützen sich die Frauen und geben Hilfestellung, wie sie mit einer konkreten Situation fertig geworden sind, bzw. wie sie gelernt haben, damit zu leben.

Ab und zu wird ein ReferentIn eingeladen, um zu bestimmten Themen zu sprechen; im Oktober referierte etwa Schulpastor Dirk Heuer über das Thema: „Organspende – eine schwierige Entscheidung". Viel zu schnell vergeht die Zeit: um 11 Uhr wird das Frühstück mit einer Schlussrunde beendet. Jede der Frauen zieht für sich ein Resümee des Vormittags und nachdem ein Thema für das kommende Frühstück gefunden wurde, endet das Frühstück mit einem Gedicht oder Spruch zum Geleit.

Außer diesem Frühstück gibt es verschiedene andere Frühstücke - so beispielweise das Frühstück 60+ in der Johannesgemeinde alle zwei Monate an jedem letzten Dienstag im Monat oder das Frühstück für Frauen im Gemeindehaus an Liebfrauen ebenfalls an jedem zweiten Dienstag im Monat.

Anmeldungen zum Hospizfrühstück bitte bei Sabine Behm vom Hospizdienst unter Tel.: (05032) 914507.

Ulla Sikken

Das Interview

Bewegung und gemeinsame Mahlzeiten

Dr. Werner Behrmann ist seit 1981 Kinderarzt in Neustadt. Im Interview gibt er Antworten, die sich rund um das Thema Ernährung insbesondere bei Kindern drehen.

Gibt es Krankheiten, die Sie unmittelbar der Ernährung zuordnen würden?
Behrmann: Bei Kindern zunächst nicht gleich auffällig, aber Krankheiten wie Diabetes 2, Übergewicht mit den entsprechenden Folgen wie erhöhte Cholesterinwerte, Fettleber und Gelenkbeschwerden sind teilweise auf Ernährungsfehler zurückzuführen. Es ist zunehmend auffällig, dass in den vergangenen Jahren deutlich die Fein- und Grobmotorik bei den Kindern nachgelassen hat, was nicht zuletzt auch auf Bewegungsmangel zurückzuführen ist.

Hat es im Laufe Ihrer Zeit als Kinderarzt gravierende Veränderungen in dem Bereich der Ernährung gegeben?
Behrmann: Ja insofern, da Berufstätigkeit vieler Elternteile oft das gemeinsame Essen verhindert. Zu schnell werden den Kindern Fastfood-Produkte angeboten.Die Zubereitung der Mahlzeiten selbst hat sich entsprechend verändert, weil das Angebot an Fertigprodukten zeitsparend ist und durch Werbung gern als gesund verkauft wird.

Wie hoch schätzen Sie prozentual die Zahl der Erkrankungen, die auf falsche Ernährung zurückzuführen ist?
Behrmann: Bei Erwachsenen etwa 20 Prozent und bei Kindern liegt der Wert bei fünf Prozent.

Was können Sie als Arzt dagegen unternehmen?
Behrmann: Im Rahmen der Vorsorgeuntersuchungen , die in Niedersachsen Pflicht sind, kann ich Aufklärung leisten. In Gesprächen mit den Eltern, wenn möglich in Einbeziehung der Kinder oder auch der Großeltern kann ich Auffälligkeiten besprechen und auf Programme hinweisen, wie sie beispielsweise bei der AOK für übergewichtige Kinder angeboten werden oder auf Angebote der Sportvereine hinweisen, wo in einigen Fällen auch Zuschüsse bei der Krankenkasse beantragt werden können. Ich kann immer wieder auf die Wichtigkeit von Bewegung eingehen und auch deutliche Worte zum Fernsehkonsum sagen: Kinder unter sechs Jahren sollten nicht mehr als eine Stunde pro Tag vor dem Fernseher verbringen.
Erfreulich finde ich, dass die Kindergärten inzwischen den Fokus auf gesunde Ernährung gerichtet und damit positiven Einfluss auf die Ernährung der Kinder haben.

Dr. Werner Behrmann. Foto: Paczkowski

Was wünschen Sie sich von uns Menschen, die wir Verantwortung für die Kinder haben?
Behrmann: Ganz wichtig wäre, eine gemeinsame Mahlzeit pro Tag mit allen Familienangehörigen zu haben. Hier sollte gerade für Kinder Raum zum Austausch und Verarbeitung von Tageserlebnissen sein.

Ein weiterer Wunsch wäre, die Kinder nicht so zu verplanen, dass ihnen zu wenig Freiräume für Verabredungen und Spielen mit Freunden an der frischen Luft bleiben. Kinder brauchen diese Freiräume um sie ohne Leistungsdruck aber mit eigener Fantasie gestalten zu können. Es wäre wünschenswert, dass wir Erwachsene uns mehr klar machen, wie wichtig Ernährung und Bewegung für die Gesundheit und damit für die Entwicklung der Kinder ist. Wir Erwachsenen, die wir Einfluss auf die Kinder haben, schaffen die Grundlagen für das spätere Leben, darum haben wir auch die Verantwortung für die uns anvertrauten Kinder.

Vielen Dank für das Gespräch, Herr Dr. Behrmann.
Interview: Ulla Paczkowski, Ulla Sikken

laufen

Die meisten laufen so sehr dem Genuss nach, dass sie an ihm vorbeilaufen,

Soren Kierkegaard

liebe

Es gibt keine aufrichtigere Liebe als die zum Essen.

George Bernard Shaw

suche

Wir sollten erst nach jemandem suchen mit dem wir essen und trinken, bevor wir essen und trinken

Epikur

pfunde

Übergewicht entsteht nicht zwischen Weihnachten und Neujahr, sondern zwischen Neujahr und Weihnachten.

Claus Leitzmann

fasten

Mit vollem Magen lässt sich leicht vom Fasten reden

Hieronymus

leben

Man muß essen, um zu leben, und nicht leben, um zu essen

Sokrates

weisheit

Was der Bauer nicht kennt, das frisst er nicht. Würde der Städter kennen, was er frisst, er würde umgehend Bauer werden.

Oliver Hassencamp

Foto: pixelio.de/Bernd Kasper

entscheidung

In den Küchen werden wichtigere Entscheidungen getroffen als auf den Sportplätzen und am grünen Tisch.

Werner Kollath

Essen früher und heute

Seit der Zeit unserer Urahnen bis hin zur heutigen Gesellschaft unterlagen die Essgewohnheiten und das Essverhalten einem dauernden Wandel. Wir waren und sind auch heute noch „ein Omnivor“ (ein Allesfresser), beeinflusst wird unser Konsum jedoch seit der Frühzeit von Klimaveränderungen, geographischer Lage und den Jahreszeiten.
Die oft gestellte Frage, „war früher die Ernährung besser und gesünder als heute“ ist nicht einfach mit Ja oder Nein zu beantworten. So war es früher im Winter nicht möglich, frisches Obst und Gemüse zu essen. In dieser Jahreszeit gab es nur Äpfel, Kartoffeln und ein paar Gläser Eingemachtes. Mangelerscheinungen wie verformte Knochen und Wachstumsstörungen bei Kindern waren keine Seltenheit und auf den einseitigen Speiseplan zurück zu führen. Fleisch gab es, wenn überhaupt nur sonntags, üppiges Essen nur an Festtagen, ganz im Gegensatz zu heute. Machen wir uns heute Gedanken über Schad- und Giftstoffe im Essen, musste man früher vor gefährlichen Krankheitskeimen in den Speisen auf der Hut sein.

Eins ist aber richtig, vor hundert Jahren waren die Lebensmittel viel häufiger pflanzlicher Herkunft und bestanden weniger aus Fleisch und somit aus tierischem Eiweiß und Fett. Es ist also zu konstatieren, dass nicht schlechtere Lebensmittel heute unsere Ernährung ungesünder machen, sondern die unvernünftige Auswahl die Ursache der Fehlernährung ist. Betrachtet man sich den täglichen Speisezettel eines Mitteleuropäers im Mittelalter, so können einem schon Zweifel an Vernunft oder Unvernunft kommen: 3500 bis 4000 Kalorien täglich, darunter fast zwei Brotlaibe, rund 220 Gramm Fisch oder Fleisch und 1,5 Liter Bier. Ergänzt wurde dieser Geschmackscocktail durch Gemüse wie Bohnen, Rüben und Pastinaken. Was der Ernährung jedoch vollständig fehlte waren zuckerhaltige Genussmittel wie Kuchen, Kekse, Schokoladen und Mehlspeisen. Dabei sollte aber auch nicht unerwähnt bleiben, dass sich die tägliche Arbeitszeit über zwölf Stunden erstreckte und aus körperlich schwerer Arbeit bestand. Dadurch wurden die meisten aufgenommenen Kalorien auch gleich wieder verbrannt. Heute liegt der durchschnittliche Kalorienverbrauch bei 2700, mit einem deutlich erhöhten Fett- und Zuckeranteil. Aber nicht nur die Zusammensetzung der Nahrung unterliegt einem Wandel, nein auch die Art und Weise wie wir diese zu uns nehmen. Das klassische, in Familienstrukturen organisierte Leben und somit auch die Nahrungsaufnahme wird mehr und mehr abgelöst von einer Individualisierung. Gemeinsame Aktivitäten treten in den heutigen „Schrumpffamilien“ immer mehr in den Hintergrund. Eine „McDonaldisierung“ greift immer weiter um sich; Essen muss schnell gehen und möglichst weitgehend vorbereitet sein. Das Ergebnis ist der Wegfall traditioneller Mahlzeitenmuster. Viele junge Menschen sind heute schon nicht mehr in der Lage sich ein einfaches Mittagessen selbst zuzubereiten, weil es an fundamentalsten Kochgrundkenntnissen fehlt. Wir sollten uns vielleicht doch wieder darauf besinnen, dass Essen ein Teil unserer Kultur ist. Kultur lebt nur weiter, wenn Austausch und Kontakt gesucht werden. Suchen wir doch beides.

Walter Groß

Liebfrauen

Gottesdienste in

datum	anlass	liebfrauengemeinde	johannesgemeinde
Sonntag 3. Februar	Sexagesimae	10 Uhr, Gottesdienst, P. Dr. Bruns, Abendmahl	18 Uhr, Gospelgottesdienst, P. Kröger
Sonntag 10. Februar	Estomihi	10 Uhr, Gottesdienst, P. Dr. Bruns	10 Uhr, Gottesdienst, Pn. Wißmann, Abendmahl
Sonntag 17. Februar	Invokavit	10 Uhr, Gottesdienst, P. Dr. Bruns	10 Uhr, Gottesdienst, Pn. Wißmann
Sonntag 24. Februar	Reminiszere	10 Uhr, Gottesdienst, P. Buchholz	10 Uhr, Gottesdienst, Pn. Clemens
Freitag 1. März	Weltgebetstag	19 Uhr, Ökumenischer Gottesdienst zum Weltgebetstag, Team, Johanneskirche	
Sonntag, 3. März	Okuli	18 Uhr, Gospelgottesdienst, P. Buchholz	10 Uhr, Gottesdienst, P. Kröger
Sonntag 10. März	Lätare	10 Uhr, Gottesdienst, P. Dr. Bruns, Vorstellung der Konfirmanden	10 Uhr, Gottesdienst, P. Kröger, Vorstellung der Konfirmanden
Sonntag 17. März	Judika	10 Uhr, Gottesdienst, P. Dr. Bruns, Abendmahl	10 Uhr, Gottesdienst, Pn. Wißmann
Sonntag 24. März	Palmarum	10 Uhr, Gottesdienst, P. Buchholz	10 Uhr, Gottesdienst, Pn. Wißmann
Do 28. März	Gründonnerstag	19 Uhr, Gottesdienst mit Abendmahl, P. Dr. Bruns	19 Uhr, Gottesdienst mit Sättigungsmahl, P. Kröger und Team
Freitag 29. März	Karfreitag	10 Uhr, Gottesdienst mit Abendmahl, P. Buchholz, Oberstreberchor	10 Uhr Gottesdienst, Pn. Wißmann, Abendmahl
Freitag 29. März	Karfreitag	15 Uhr, Lesung der Passionsgeschichte, P. Dr. Bruns, Kantorei, Liebfrauenkirche	
Sonnabend 30. März	Osternacht	23 Uhr, Gottesdienst, P. Kröger, Liturgischer Chor, Johanneskirche, Tauferinnerung	
Sonntag 31. März	Ostersonntag	6 Uhr, Frühgottesdienst mit Abendmahl und Taufen, P. Dr. Bruns, Kantorei, Liebfrauenkirche, Tauferinnerung	
Sonntag 31. März	Ostersonntag	10 Uhr, Familiengottesdienst mit Ostersingspiel, P. Buchholz, Kinder der Singschule	10 Uhr, Gottesdienst, Pn. Wißmann, Abendmahl
Montag, 1. April	Ostermontag	10 Uhr, Gemeinsamer Gottesdienst, P. Dr. Bruns, Liebfrauenkirche, Kantorei	
Sonntag 7. April	Quasimodogeniti	10 Uhr, Gottesdienst, P. Dr. Bruns, Abendmahl	10 Uhr, Gottesdienst, Pn. Wißmann

den Gemeinden

Johannes
EV.-LUTH. KIRCHENGEMEINDE NRD

passionsandachten in liebfrauen

Am 13. Februar ist Aschermittwoch. Damit beginnt die Fastenzeit. Sieben Wochen sind es bis Ostern. Um diese Zeit bewusster zu erleben, bieten die beiden Kernstadtgemeinden Liebfrauen und Johannes jeden Mittwochabend um 18 Uhr eine Passionsandacht in der Liebfrauenkirche an. Es geht dabei um den Kreuzweg Jesu. Seien Sie herzlich eingeladen zu dieser kurzen, besinnlichen und nachdenklichen Unterbrechung mitten in der Woche.

weltgebetstag in johannes

Der Gottesdienst zum Weltgebetstag 2013 mit dem Bibelzitat „Ich war fremd und ihr habt mich aufgenommen" (Matthäus 25,35) fragt: Wie können wir „Fremde" bei uns willkommen heißen? Mutig konfrontiert der Weltgebetstag mit den gesellschaftlichen Bedingungen in der „Festung Europa", in der oft nicht gilt, wozu Jesus Christus aufruft: „Ich war fremd und ihr habt mich aufgenommen." Die weltweiten Gottesdienste am 1. März können dazu ein Gegengewicht sein: Die Weltgebetstags-Bewegung ist solidarisch und heißt jede und jeden willkommen. Ein spürbares Zeichen dafür wird auch mit der Kollekte gesetzt, die Frauen- und Mädchenprojekte auf der ganzen Welt unterstützt. In Frankreich und Deutschland werden so Projekte für Frauen mit „Migrationshintergrund" gefördert. Der Gottesdienst ist am 1. März um 19 Uhr in der Johanneskirche

tischabendmahl in johannes

Am Gründonnerstag lädt die Johannesgemeinde zum Tischabendmahl ein. Diese besondere Form der Abendmahlsfeier will an die ursprüngliche Situation des Gründonnerstags erinnern: Jesus war mit seinen Jüngern zur Feier des Passahfestes nach Jerusalem gekommen. Dazu gehörte ein rituelles Abendessen mit Gebeten, wobei an den Auszug des Volkes Israel aus der Sklaverei in Ägypten gedacht wurde. Das „Letzte Abendmahl", bei dem Jesus Wein und Brot teilte, war ein echtes Abendessen in Gemeinschaft. Wir wollen in unseren Gründonnerstagsgottesdiensten daran anknüpfen, als Tischgemeinschaft mit Essen, das Herz und Seele, aber auch den Magen sättigt.

osternacht in johannes

Die Johannesgemeinde lädt in der Osternacht um 23 Uhr zu einem besonderen Gottesdienst in der dunklen Kirche ein. Wir wollen die Kirche und uns selbst erhellen lassen durch die Erinnerung an unsere Taufe und die Osterbotschaft, die uns zu einem neuen Leben befreit. Um Mitternacht werden die Glocken unserer Kirche den Ostermorgen einläuten: „Christus ist auferstanden, er ist wahrhaftig auferstanden, Halleluja!"

lobpreisgottesdienste in johannes

In der Johanneskirche gibt es Lobpreisgottesdienste! Wir wollen uns treffen, um gemeinsam zu singen, zu beten und uns im Glauben gegenseitig zu ermutigen; Die nächsten Termine: 29.1., 26.2.,19.3., 19.30 Uhr.

Biblisch backen

Apfelkuchen, Marzipantorte - das kennen wir, aber einen echten Bibelkuchen? Ein Rezeptvorschlag.

VON MARGRIT SCHEFFER

Die Bibel ist voll mit Geschichten, in denen Essen und Trinken eine Rolle spielen. Die Frucht der Erkenntnis im Paradies war vielleicht ein Granatapfel, dem Fruchtbarkeitssymbol in orientalischen Ländern. Die Brüder Jakob und Esau feilschten um ein Linsengericht, Noah war der erste Weingärtner, im

Palast von Salomon wurde königlich getafelt und bei der Hochzeit zu Kanaa verwandelte Jesus Wasser in Wein. Viele Früchte, Getreide, Gewürze, Heilpflanzen und Räucherharze werden in der Bibel genannt, über 100 verschiedene Pflanzen. Obwohl die Bibel viel vom Alltag der Menschen berichtet, Rezepte gibt es nicht. Aus den genannten Lebensmitteln lassen sich aber Rezepte zusammenstellen.

Das Rezept als Bibelrätsel

• Zutaten:
1,5 Tassen - 5. Mose 32.13c;
6 Stück - Jeremia 17.11;
2 Tassen - Richter 14,18a;
5 Tassen - 1. Könige 5,2;
3 Tassen - 1.Samuel 30,12b;
2 Tassen - Nahum 3,12;
1 Tasse - 4. Mose 17,23b;
mit wenig 1. Könige 5,2 mischen
1 Prise - 3.Mose 2,13;
3 Teelöffel - Jeremia 6,20;
1 Päckchen Backpulver -
was zu biblischen Zeiten nicht bekannt war - zwei Backformen und eine Lutherbibel

• Zubereitung:
Zutaten mischen und Sprüche 23, 14a, der Teig ist ziemlich flüssig.
Ergibt 2 Kastenkuchen.
Dann Matthäus 13,50a, 75-80 Minuten bei 175 Grad.
Wenn es ans Essen geht, gilt Lukas 14,12 -14

• Auflösung: Seite 21

impressum
Herausgeber: Kirchenvorstand der Ev.-luth. Liebfrauen-Kirchengemeinde Neustadt und Kirchenvorstand der Ev.-luth. Johannes-Kirchengemeinde, 31535 Neustadt.
Verantwortlich: Pastor Marcus Buchholz (v.i.S.d.P.) (Tel.: 9649995, marcusbuchholz@aol.com), Walter Groß (Tel.: 67162), Ulla Paczkowski (Tel.: 63822), Margrit Scheffer (Tel.: 4160), Ulla Sikken (Tel.: 62876), Melanie Sonntag (Tel.: 4085), Günter Stöckemann (Tel.: 4928). Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Beiträge zu bearbeiten und ggf. zu kürzen. Druck: Gemeindebriefdruckerei.de; Auflage: 9000. Redaktionsschluss: 1. März 2013

Bewegung hält munter

Gruppen aus den Gemeinden. In einer Serie stellen wir sie vor. Diesmal die Rheumaliga.

VON MARGRIT SCHEFFER

Schon seit vielen Jahren treffen sich die Frauen im großen Saal im Haus der Kirche an Liebfrauen zur Gymnastik. Mittwochs ist „ihr“ Tag und fest eingeplant, das gibt der Woche Struktur. „Männer trauen sich nicht“, wurde bemerkt, und auch „ die meinen wohl, sie hätten es nicht nötig“. Es herrscht lockere Stimmung und ich werde sehr freundlich, teilweise mit wiedererkennendem Kopfnicken begrüßt.

Knapp 20 Frauen sitzen am festlich gedeckten Tisch, zum Jahresabschluss wird gemeinsam gefrühstückt. Der Kontakt untereinander ist ebenso wichtig wie die Gymnastik unter Anleitung. „Aber sonst wird sich eine Stunde stramm bewegt“, versichert mir Frau Stanat, die die Gruppe seit über fünf Jahren leitet und mit der Bemerkung „könntet ihr mal leise sein, Mundgymnastik gibt es erst später“, für Ruhe sorgt. Viele der Teilnehmerinnen sind über 80 Jahre alt, einige wollen im nächsten Jahr ihren 90.Geburtstag in der Runde feiern. Durch Rheuma ist ihre Bewegungsmöglichkeit eingeschränkt, darauf abgestimmte Gymnastik hilft die Beweglichkeit zu trainieren und zu erhalten. Auch Übungen zur Sturzvorbeugung werden angeboten. Nach der Aufwärmphase wird im Sitzen trainiert. Die Gast-Gruppe fühlt sich im Gemeindehaus gut aufgenommen und gut aufgehoben. Sie freut sich über die zentrale Lage und den vielen Platz im großen Saal. Die Küsterin, Frau Reinke, kümmert sich um Zurechtrücken von Tischen und Stühlen, im Winter für behagliche Wärme, auch Pastor Dr.Bruns schaut immer mal vorbei. „Das freut uns sehr“, so der Kommentar. Besonders schätzt die Gruppe die Möglichkeit, sich bei gutem Wetter auf dem Rasenstück am Gemeindehaus bewegen zu können. Obwohl viele der Teilnehmerinnen schon über fünfzehn Jahre dabei sind, ist die Gruppe offen für neue. „Ich komme immer recht erschöpft im Gemeindehaus an und nach der Stunde Bewegung gehe ich mit meinem Rollator beschwingt nach Hause“, erzählt mir eine Frau, die erst seit kurzer Zeit dabei ist.

Kontakt: Rita Stanat, Tel.: (05032) 2147

Setzen Sie auf sichere Energie von Sonne & Co!

Solaranlagen von Paradigma

Auch zum Anschluss am vorhandenen Speicher!

SCHIERKOLK.

BAEDER.HEIZUNG.SOLAR.

Neudorf 12
31637 Rodewald

Tel. 05074 / 920 00
Fax 05074 / 920 01

www.schierkolk.de
info@schierkolk.de

REGION Seminar

Kleingruppen leiten

Kleingruppen sind für das Lernen oft ertragreicher als größere Gruppen, sie geben dem/ der Einzelnen Raum, seine/ihre Stärken zu entdecken und einzubringen, fördern immer Begegnung und Kommunikation, erhöhen die Chancen zu Freude und Spaß an lebendigem Lernen. Aber wie leitet man eigentlich als Teamer eine Kleingruppe? - Was tust Du, wenn die Gruppe sich nicht gut kennt? Welche Fragen stellst Du ? Welche Antworten hörst Du? Welche Hilfestellungen kannst Du geben? Welche Ergebnisse willst Du erzielen? Und was ist, wenn es nicht läuft ? In diesem Seminar wollen wir an vier Abenden je 1,5 Stunden mit vielen praktischen Übungen dem Geheimnis einer guten Kleingruppenleitung auf die Spur kommen, Tipps austauschen und Kompetenzen erweitern. Termine und Ort:
21.2., 07.3., 11.4., 25.4.; jeweils 18.30 Uhr
Haus der Kirche an Liebfrauen, Neustadt. Leitung: Diakon Ulf Elmhorst, Diakonin Claudina Baron-Turbanisch und Team. ulf

KERNSTADT Erst-Teamer

Wenn Du gerne auf das KFS im Sommer zum ersten Mal als Teamer mitfahren möchtest, dann bist Du herzlich eingeladen zu einem Abend, in dem Du in alle kleinen und großen Geheimnisse des KFS eingeweiht wirst: 28.2., 17.30 bis 20.30 Uhr, Gemeindehaus Liebfrauen, Neustadt. Veranstalter: die Gemeinden in den Regionen Nord und Mitte im Kirchenkreis Neustadt-Wunstorf, Ulf Elmhorst, Diakon.

KIRCHENKREIS Praktikum

Ab nach Brasilien

Bereits seit 20 Jahren existiert die Partnerschaft zwischen dem Kirchenkreis Neustadt-Wunstorf und der Sinodo Uruguai im Süden Brasiliens. Nach einem guten Start im Jahr 2012 wollen wir 2013 erneut jungen Menschen ermöglichen, in einem dreimonatigem Praktikum Land und Leute im Süden Brasiliens kennenzulernen, kirchliches Leben mitzugestalten, persönliche wie soziale Kompetenzen zu erweitern und tolle Erfahrungen in einem faszinierenden Teil Südamerikas zu sammeln. Für zwei BewerberInnen pro Jahr bieten wir: je einen Praktikumsplatz in einem Kindergarten oder einer Grundschule in der Sinodo Uruguai; Unterbringung in ausgesuchten Gastfamilien; Anbindung an die Kirchengemeinde vor Ort; fachliche Begleitung vor Ort durch deutschsprachigen Leiter; in Neustadt/ Wunstorf eine qualifizierte Vorbereitung mit Gastpastor Carlos Ulrich.
Was wir erwarten: Bereitschaft, sich auf ein anderes Land mit eigener Kultur einzulassen; Bereitschaft zu eigenverantwortlichem Handeln und Denken in den Gegebenheiten Südbrasiliens; Bereitschaft, sich in kirchliches Leben vor Ort einzubringen
Start: Ab August 2013. Die Gesamtkosten für Flug, Unterbringung, Versicherungen trägt zur Hälfte der Kirchenkreis Neustadt-Wunstorf. Es muss mit einem Eigenanteil von rund 1.000 Euro gerechnet werden. Weitere Infos gibt es bei Diakon Ulf Elmhorst, Tel.: (05032) 800598 oder kfs.neustadt@googlemail.com. ulf

a-Team

Alle 14 Tage, donnerstags um 18.30 Uhr im JuCa in Liebfrauen, verantw.: Claudina Baron-Turbanisch und Ulf Elmhorst. Die nächsten Termine: 7.2., 21.2., 7.3.

Jugendgottesdienste in Johannes

Der andere Gottesdienst: 22.2., 15.3.,18 Uhr

fast forward

Für Teamer, die vorwärtskommen wollen. Donnerstags, JuCa Liebfrauen; Schulung und Fortbildung - aktuelle Gäste, Themen und Termine über Facebook .

vip-lounge

18.30 im JuCa Liebfrauen: 14.2., 14.3

Seit 80 Jahren für Sie da!

HANEBUTT

Wenn der Ärger von oben kommt, steigen wir Ihnen aufs Dach.

Nach unserem Check up, z.B. für Flachdächer, erstellen wir Ihnen ein **Sanierungskonzept** um Schäden zu beheben bzw. zu vermeiden.

Unsere Leistungspalette reicht von A (Asbestsanierung) bis Z (Zimmerei).

Hanebutt GmbH • Justus-von-Liebig Straße 16 • 31535 Neustadt
Tel. (05032) 95214-0 • Fax (05032) 95215-0 • e-mail: info@hanebutt.de • www.hanebutt.de

Dachberatung • Dachplanung • Dachausführung

exquisit
- MOLDENHAUER -

WÄSCHEREI UND REINIGUNG
NEUSTADT, MÜHLENHOF 1
TEL.: 05032 - 8911880

Redeker`sche Apotheke im famila
Rudolf-Diesel-Ring 30
31535 Neustadt
Telefon 0 50 32 / 30 30 - 60

Redeker`sche RATS-APOTHEKE
An der Liebfrauenkirche 1
31535 Neustadt
Telefon 0 50 32 / 30 30 - 0

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren?
Wir bieten ihnen:

Persönliche Beratung
Vermittlung einer passenden Aufgabe
Beratung und Begleitung in ihrer Tätigkeit
Regelmässige Treffen von Ehrenamtlichen
Vermittlung von Fort- und Weiterbildungen
Freiwilligen-Zentrum Neustadt a.Rbge.e.V., Am Schützenplatz 2,
Tel.05032/919105, E-Mail: info@fwz-neustadt.de

FWZ
Freiwilligen - Zentrum Neustadt a. Rbge. e.V.

JOHANNES Fortbildungstag für die MitarbeiterInnen der Tafel

Sozialpädagoge schult Ehrenamtliche für Essensausgabe

Viele Menschen aus Neustadt und örtliche Einrichtungen und Betriebe spenden Geld und Lebensmittel für die Kunden der Nienburger Tafel – Ausgabestelle Neustadt. Das kommt den Bedürftigen zu Gute und ist auch sehr nötig. Dafür gilt allen Unterstützern ganz herzlicher Dank. Dass das alles aber auch organisiert und verteilt wird – Woche für Woche – dafür sorgt ein Mitarbeiterstamm von 45 Frauen und Männern in der Johannesgemeinde, wo die Ware ausgegeben wird. Die Ehrenamtlichen haben sich jetzt für einen Tag im Gemeindehaus der Johanneskirchengemeinde getroffen und einen Fortbildungstag genossen. Möglich wurde dieser Tag durch eine großzügige Spende des Lions-Clubs.

Die Stärkung des Gruppengefühls und der „Umgang mit unterschiedlichem Kundenverhalten" waren die Themen dieser Fortbildung im Dezember. „Wenn wir uns nicht einig sind und die Ausgabeabläufe nicht klar abgesprochen und erprobt haben, wird das Ehrenamt zum Stress und auch die Kunden sind dann unzufrieden," so der Leiter der Registrierung der Ausgabestelle in der Johannesgemeinde, Jürgen Kassebeer. Damit es nicht dazu kommt haben 35 der insgesamt 45 MitarbeiterInnen sich einen ganzen Tag Zeit genommen.

Der erfahrene Sozialpädagoge und Team- und Kommunikationstrainer Karsten Piehl aus Wolfsburg hat sich sehr professionell auf die Gruppe eingestellt und durch viele praktische Übungen geholfen Abläufe der Ausgabe zu optimieren. Es wurden realitätsnahe Szenen, Probleme und Umgangsweisen in bestimmten Situationen dargestellt und anschließend bearbeitet und ausgewertet. In der abschließenden Diskussion wurden Aspekte wie Nationalität, Behinderung, Sprachbarrieren sowie eigenes Verhalten und Vorurteile bedacht und hinterfragt.

Für die MitarbeiterInnen war es eine wichtige

Erfahrung sich als Team näher kennen zu lernen und sich auch einmal außerhalb des Ausgabetages zu treffen.

„Wir sind richtig froh, dass neben den vielen Lebensmittelspenden der Lions-Club eine zweckgebundene Spende für eine fachliche Fortbildung gegeben hat, um unsere hochmotivierten, aber auch sehr geforderten MitarbeiterInnen in ihrem Ehrenamt zu bestärken," sagte die Initiatorin der Ausgabestelle in Neustadt, Anja Kröger.

Maria Geibel und Tim Kröger

Auflösung von Seite 16

- **Zutaten:** 1,5 Tassen Öl;
6 Eier; 2 Tassen Honig;
5 Tassen feines Mehl;
3 Tassen Milch verrühren;
2 Tassen Rosinen;
2 Tassen Feigen;
1 Tasse Mandeln; mit wenig Mehl mischen und in den Teig geben;
1 Prise Salz;
3 Teelöffel Gewürze (z.B. Zimt, Kardamom, Anis, Ingwer, Nelken, Piment, Macisblüte);
1 Packung Backpulver untermischen
- **Zubereitung:** In den Feuerofen werfen bei 175 Grad, 75 – 80 Minuten
Zum Essen Arme, Verkrüppelte, Gelähmte und Blinde einladen.

seniorenkreise

Treffpunkt Liebfrauen:
Jeden zweiten Freitag, 10 bis 12 Uhr, im Haus der Kirche an Liebfrauen
Kontakt: Frau Heckermann, Tel.: 7010

Seniorenkreis in der Johannesgemeinde:
Freitag,22. Februar, 15-17 Uhr
Freitag, 15. März, 15-17 Uhr
Leitung: Pastorin Wißmann

gruppe mittendrin

Treffpunkt ist im Haus der Kirche an Liebfrauen jeweils um 20 Uhr.
Montag, 11. Februar: Märchen - alte Geschichten neu entdecken
Montag, 11. März: 2003-2013 - Erinnerungen an ein Jahrzehnt
Kontakt: Beate Peters, Tel.: 67355 oder Christiane Rohde, Tel.: 893700

bibelstunde

Bibelstunde der Landeskirchlichen Gemeinschaft, donnerstags um 19 Uhr im Haus der Kirche an Liebfrauen; Gäste sind willkommen. Kontakt: Else Mießen, Tel.: 7427

patchworkgruppe

An jedem 1. und 3. Montag im Monat von 19 bis 21 Uhr treffen wir uns im Haus der Kirche an Liebfrauen, Kontakt: Kirsten Stelter, Tel.: 63306, E-Mail: Kirsten.Stelter@gmx.de

kantorei des kirchenkreises

Donnerstags, 20 bis 21.30 Uhr, im Haus der Kirche an Liebfrauen, Leitung: Birgit Pape

blockflötengruppe

Freitags 18.30 Uhr im Gemeindehaus der Johannesgemeinde, Leitung: Elke Zacharias-Dauer, Tel.: 89 40 892

kum-ba-yah-chor - gospels & spirituals

Donnerstags ab 20 Uhr im Gemeindesaal der Johannes-Kirchengemeinde, Leitung: Dietmar Brodkorb, Tel.: (05033) 6307

new-city-voices - gospel & more

Freitags, 19.30 bis 21 Uhr, im Haus der Kirche an Liebfrauen, Leitung: Birgit Pape (Solistentraining nach Absprache)

posaunenchor

Der Posaunenchor trifft sich dienstags von 19.30 bis 21 Uhr im Haus der Kirche an Liebfrauen. Gerne können Sie sich bei Interesse per E-Mail an den Leiter des Chores wenden. Kontakt: Keiji Takao, E-Mail: takaokeiji@googlmail.com

meditativer Tanz

Jeden letzten Montag im Monat um 18 Uhr im Haus der Kirche an Liebfrauen, Kontakt: Irmgard Schneidenbach, Tel.: 1664

literaturkreis

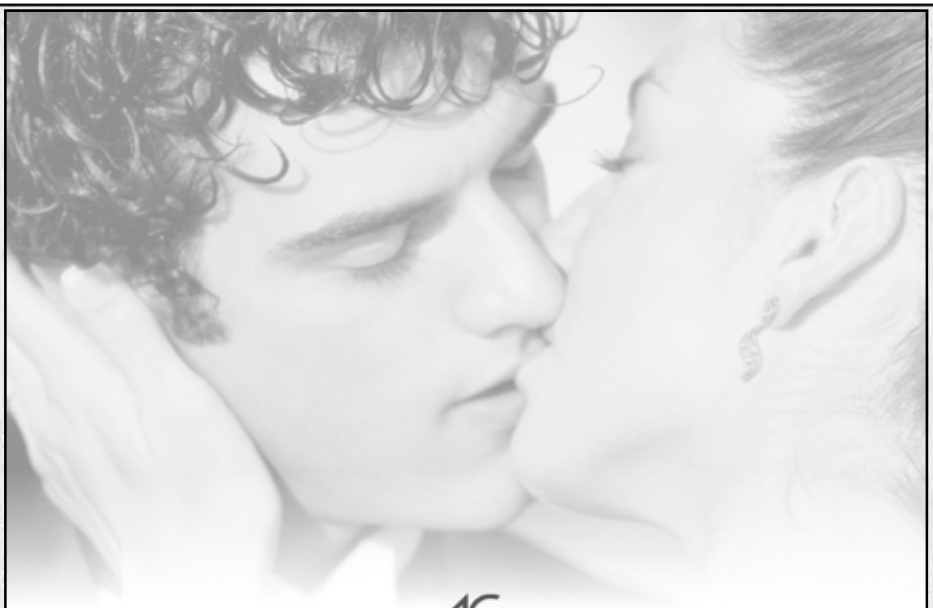
Der Literaturkreis trifft sich jeweils montags von 16.30 bis 18.30 Uhr im Haus der Kirche an Liebfrauen.
Leitung: Dr. Ute Siebert Tel.: 4186

frauen-bibliodrama-gruppe

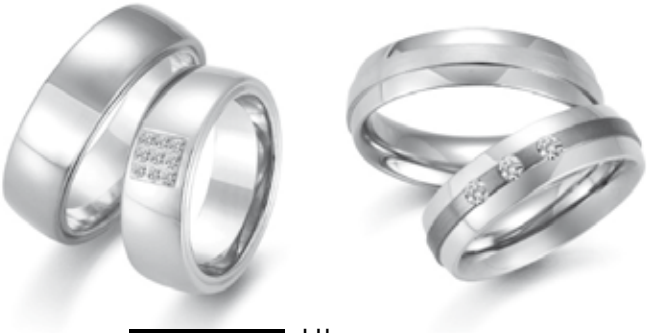
An jedem zweiten Mittwoch im Monat, 19.30 Uhr, im Haus der Kirche an Liebfrauen.
Kontakt: Lissy Weidner, Tel.: 893419

blaues kreuz

Montags ab 19.30 Uhr, Johannes-Kirchengemeinde, Wacholderweg. Kontakt: Edith Dannhöfer, Tel.: 63955; Uwe Beck, Tel.: 64373. Internet: www.blaueskreuz-neustadt.de



AG
GERSTNER
Der Ring fürs Leben.®
seit 1862



BIELERT
1898

Uhren
Schmuck
Bestecke
Diamanten

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.00 bis 13.00 Uhr und 14.00 bis 18.00 Uhr · Sa. 9.00 bis 13.30 Uhr
Marktstraße 35 A · 31535 Neustadt · www.bielert.de · E-Mail: Juwelier@Bielert.de · Tel.: 05032/2224

Was ist Sauerkraut?

Gemeinsames Essen findet in Familien immer seltener statt, dafür aber in der Schule. Auch so manches Gericht ist unbekannt.

VON ULLA SIKKEN

Seit Anfang der 70er Jahre nehmen nur noch rund zehn Prozent der deutschen Familien alle Mahlzeiten gemeinsam ein. Dieser Trend setzt sich bis heute weiter fort. Gemeinsame Familienmahlzeiten werden seltener; Mahlzeiten allein oder mit Gleichaltrigen eingenommen, gewinnen dafür immer mehr an Bedeutung. Wie sieht es an einer Schule aus? - „Bei uns in Neustadt ist die KGS ein solcher Ort, wo Kinder und Jugendliche mittags essen können. Bis zu 900 Essen werden dort jeden Tag ausgegeben", sagt Rainer Dudenbostel, Leiter der KGS Küche. Ab sieben Uhr morgens wird in der Küche gekocht und vorbereitet: „bei uns wird fast alles frisch zubereitet", erklärt Dudenbostel stolz. Bis zu acht Helferinnen sind vor Ort, damit um 12.15 Uhr alles fertig ist, wenn der erste Schwung von Schülerinnen und Schülern hungrig aus dem Unterricht kommt. Mit einem Tablett bewaffnet geht es an der Ausgabe vorbei: Fleisch oder Fisch, Kartoffeln, Reis oder Nudeln, Gemüsebeilage sowie ein vegetarisches Gericht und ein Dessert sind immer auf der Speisekarte. Besonders stolz sind die Köche auf ihr täglich wechselndes Salatbuffet: 20 verschiedene Salate von Geflügel- über Kraut-, Eier- oder Bohnensalat, für jeden ist etwas dabei. Jetzt im Winter ist Eisbergsalat mit unterschiedlichen Zutaten wie Tomaten, Paprika oder Gurke der Renner bei den Kindern und Jugendlichen. Allerdings, verrät uns Rainer Dudenbostel, das Salatbuffet gewinnt erst mit höherem Alter der Kinder immer mehr an Beliebtheit. Das liegt daran, dass jüngere Kinder von zu Hause dieses so nicht kennen; wie auch manche Speisen, die die Eltern heutzutage nicht mehr für ihre Kinder kochen. Dudenbostel und sein Team haben den Anspruch eine ausgewogene gesunde Ernährung zuzubereiten: Pizza und Pommes wird man auf dem KGS Speiseplan vergeblich suchen. Dafür lernen die Kinder Gerichte kennen, die sie zu Hause nicht essen. Bei manchen Zutaten wie Sauerkraut, Rotkohl oder sogar Ananas fragen die Kinder dann nach, was das denn sei - so etwas hätten sie noch nie gegessen. Erstaunlich ist auch, wie Eltern- und Schülerwünsche betreffend des Essens auseinanderklaffen: Eltern wünschen sich für ihre Kinder Obst, Rohkost

Die Großküche in der KGS. Foto: Sikken

und Salat vor Fisch, Fleisch und vegetarischen Gerichten. SchülerInnen möchten am liebsten Pizza, Pommes und Hamburger und Currywurst. Das Kochteam versucht, möglichst vielen Wünschen gerecht zu werden.

Das Essen selbst ist mehr als Nahrungsaufnahme; über das gemeinsam am Tisch eingenommene Essen werden soziale Beziehungen aufgebaut und gelebt, gleichzeitig sind sie Orte der Kommunikation und vermitteln Werte und Normen wie z.B. Ess- und Benimmregeln; ein wichtiger Aspekt, wenn das Essen in der Familie immer seltener wird.

für die johannesgemeinde

Kirchenbüro: Katrin Rudolph
Wacholderweg 9
Tel.: 3968 / Fax: 91 49 90
E-Mail: KG.Johannes.Neustadt@evlka.de
Di, Mi, Fr 9.30 bis 11 Uhr, Do 16 bis18 Uhr

Küsterin: Irene Groß, Tel.: 91 49 92

Vorsitzender des Kirchenvorstandes
Dr. Eckhard Müller, Tel.: 91 49 93

Stellvertretende KV-Vorsitzende
Pastorin Anna Wißmann, Tel.: 89 31 50,
Otto-Hergt-Str. 2

Pastor Tim Kröger, Tel.: 91 57 31
Wacholderweg 5

Spielkreis Leiterin: Heike Post, Wacholderweg 9,
Tel.: 50 86

Kindergarten/Krippe Johanneskindergarten
Leiterin Miriam Fischer,
Wacholderweg 7, Tel.: 44 77 u. 894313 (Krippe)

Kindergarten Pusteblume
Leiterin Jana Albrecht,
Wittenberger Str. 5, Tel.: 57 40

Diakonin der Region Mitte
Claudina Baron-Turbanisch, Tel.: 95 64 72

für die liebfrauengemeinde

Kirchenbüro: Corinna Kellner
An der Liebfrauenkirche 5-6
Tel.: 94879 / Fax: 94 605
E-Mail: KG.Liebfrauen.Neustadt@evlka.de
Di, Mi, Fr 10 bis 12 Uhr, Do 15 bis 18 Uhr

Küsterin: Michaela Reinke, Tel.: 96 49 994

Vorsitzender des Kirchenvorstandes
Pastor Marcus Buchholz, Tel.: 96 49 995

Stellvertretender KV-Vorsitzender
Siegfried Cors, Tel.: 62 453

Pastor Dr. Bruns, Tel.: 96 44 19
An der Liebfrauenkirche 5-6

Superintendent Michael Hagen
Silbernkamp 3, Tel.: 59 93

Kantorin Birgit Pape
In Suttorf 12a, Tel.: 89 36 21

Kindergarten Liebfrauen, Tel.: 27 00
Leiterin Friedlind Eichhorn
Gerhart-Hauptmann-Straße 3

Diakon der Region Mitte
Dr. Ulf Elmhorst, Tel.: 80 00 598

weitere dienste in der kernstadt und im kirchenkreis

Altenzentrum St. Nicolaistift, Tel.: 89 80
Silbernkamp 6;
Ltg.: Claus-Henning Bruns, Sven Brueggemann
Pastor Heinke Siemers, Tel.: 90 15 063

Superintendentur, Silbernkamp 3
Sekretariat: Jutta Jüschke,
Cornelia Klein, Tel.: 59 93 / Fax: 66 907

Kirchenamt in Wunstorf
Tel.: (05031) 77 82 00 Fax: (05031) 77 8 222
Stiftstraße 5, Leitung: Frau Furche

Ev. Friedhof, Tel.:18 50 (9 u. 12 Uhr)
Lindenstr. 44, Friedhofswärter Herr Stimpfig
Friedhofsverwaltung,
Jürgen Castens, Tel.: (05031) 77 82 23

Diakoniestation Neustadt GmbH
Essen auf Rädern
Albert-Schweitzer-Str. 2, Tel.: 59 94

Kirchenkreisjugenddienst Jens Giesecke, Stiftstr.
20, Wunstorf, Tel.: (05031) 778263

Begegnungsstätte Silbernkamp
Annette Holaschke, Tel.: 80 17 887
Diakonisches Werk des Kirchenkreises
An der Liebfrauenkirche 5-6

Dienststelle für Sozialarbeit, Tel.: 65 904
Hospizdienst „Dasein" rund um die Uhr:
(05032) 91 45 07

Kurvermittlung, Mo und Di 9 bis 13 Uhr
Projekt Wellcome, Mi 8 bis 13 Uhr und nach
Vereinbarung, Tel.: 65 90 4

Ev. Ehe- und Lebensberatungsstelle
An der Liebfrauenkirche 4, Tel.: 61 100
Pastor R. Vetter und MitarbeiterInnen:
Mo bis Mi 9 bis 11 Uhr, Do 16 bis 19 Uhr

Schuldnerberatung, Anette Becker, Tel.: 62 05 5
Projekt 60+, Pn. Ute Clemens, Tel.: E-Mail: Ute.
Clemens@web.de. Telefon (05073) 597.

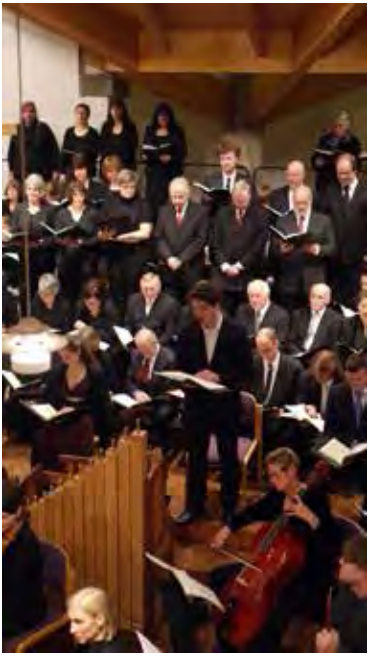
Telefonseelsorge rund um die Uhr
Tel.: 0800 111 0 111 (kostenlos)

Gemeinde auf dem Weg

Im Advent öffnet sich an jedem Abend ein Türchen - wie hier bei Familie Post

Gemeinde macht sich stark

„Elikuren" aus Wunstorf und „KUM BA YAH" geben Benefizkonzert für Kumasi-Hifsfond



Gemeinde erlebt musikalisches Highlight

Chöre aus Liebfrauen und Loccum, die Hannoversche Hofkapelle und Solisten lassen in Johannes das Weihnachtsoratorium erklingen

Gemeinde im Schnee

Teamer mit Liebfrauen-Pastor in Wagrain

Gemeinde zu Tisch

Traditioneller Empfang zu Epiphanias im Haus der Kirche

Die Fastenaktion der Evangelischen Kirche*

Die Passions-Andachten jeden Mittwoch um 18.00 in Liebfrauen*

*Beides gilt in der Zeit vom 13. Februar bis Ostern 2013