



Wir
in



Ueffeln und Balkum

Informationsschrift der örtlichen Vereine, Nr. 310, Februar-Ausgabe 2025



Neujahrsempfang der St. Mariengemeinde am 12. Januar 2025

(Foto: S. Große Dartmann)

Inhalt

Termine: Seite 2 - **Kirche:** Seiten 3 - 4 - **AWIGO-Sammelaktion:** Seite 4

Freiwillige Feuerwehr: Seite 5 - **Heimatverein:** Seite 6 - **Landfrauen:** Seiten 7 - 8

TSV Fußballjugend: Seiten 9 - 10 - **Text zum Nachdenken:** Seite 11

Termine

Freitag, 21.02.2025

**Redaktionsschluss für die
Ausgabe am 02.03.2025**

02.02.2025, 10.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Gottesdienst mit Abendmahl, Kirche

02.02.2025, Fußballjugend (E)
Hallen-Kreisturnier, Sporthalle Gymnasium Bramsche

02.02.2025, 15.00 Uhr, TSV Ueffeln (Herren)
TSV Ueffeln - BS Vörden II, Kunstrasenplatz Bramsche,
Jahnstraße 17

06.02.2025, 14.30 Uhr, St. Mariengemeinde
Frauenstunde, Gemeindehaus

06.02..2025, 19.30 Uhr, LandFrauen Tanzgruppe
Treffen der Tanzgruppe, Gemeindehaus

06.02.2025, 17.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Vorkonfirmandenunterricht (Konfi K8), Gemeindehaus

09.02.2025, Fußballjugend (E)
Hallen-Kreisturnier, Sporthalle Neuenkirchen

10.02.2025, 19.00 Uhr, LandFrauen
Vortrag zum Thema „Imkern“ mit kleiner Verkostung,
Gemeindehaus

13.02.2025, 17.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Konfirmandenunterricht beide Gruppen, Gemeindehaus

15.02.2025, Fußballjugend (F)
Hallen-Kreisturnier, Haselandhalle Wallenhorst und
Sporthalle Lüstringen

16.02.2025, 14.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Konfirmandenunterricht beide Gruppen, Gemeindehaus

19.02.2025, 19.30 Uhr, St. Mariengemeinde
Treffen der verwaisten Eltern, Kirche

20.02.2025, 19.30 Uhr, LandFrauen Tanzgruppe
Treffen der Tanzgruppe, Gemeindehaus

21.02.2025, 19.00 Uhr, Heimatverein
Grünkohlessen, Heimatstübchen

22.02.2025, 9.00 Uhr, AWIGO
AWIGO-Müllsammelaktion, Treffpunkt Schützenhalle

22.02.2025, Fußballjugend (G)
Hallen-Kreisturnier, Sporthalle Fürstenau

23.02.2025, 10.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Familiengottesdienst, Kirche

28.02.2025, 15.30 Uhr, St. Mariengemeinde
Knirpskirche, Gemeindehaus

01.03.2025, 14.00 Uhr, Fußballjugend (C)
JSG Achmer/Ueffeln/Hesepe/Epe - JSG Schwagstorf/
Hollenstede/Fürstenau, Sportplatz Malgartener Straße
117

02.03.2025, 10.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Gottesdienst mit Abendmahl, Kirche

**„Kleine Hilfen für
Ueffeln-Balkum“
(nicht nur für Senioren)**

Agnes Clausing
Beratung und Gespräch
telefonisch

jeden Dienstag von 15.00 bis 18.00 Uhr
und Donnerstag von 9.00 bis 12.00 Uhr

**unter der Nummer
0152/567 747 55**

Einkauf per Telefon
jeden Dienstag von 9.00 bis 12.00 Uhr
**unter der Nummer
05465/514**
direkt bei der Bäckerei Wessling

**Lieferung durch
Bäckerei Wessling**
jeden Donnerstag von 9.00 bis 12.00 Uhr

Evang.-luth.
Kirchengemeinde
St. Marien



Pastorin Annika Hilker
Dorfstraße 44
49565 Bramsche
Mobil 01590/1455545
Telefax 05465/205216
E-Mail annika.hilker@evlka.de

Pfarrbüro im Gemeindehaus (Anke Marks):

Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag 9.00 - 13.00 Uhr
Telefon 05465/641
E-Mail kg.ueffeln@evlka.de

Bücherei:

Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr
Mittwoch 15.00 - 16.00 Uhr

Frauenstunde:

Die Frauenstunden findet am ersten Donnerstag im Monat um 14.30 Uhr im Gemeindehaus statt. Der nächste Termin ist der 06.02.2025.

Knirpskirche:

Die Knirpskirche findet immer am letzten Freitag im Monat um 15.30 Uhr im Gemeindehaus statt. Der nächste Termin ist der 28.02.2025.

Konfirmandenunterricht:

Die Gruppen treffen sich jeweils um 17.00 Uhr im Gemeindehaus.

Lektorenteam:

Das Lektorenteam trifft sich jeden Mittwoch von 17.00 bis 18.00 Uhr im Jugendraum des Gemeindehauses.

Posaunenchor:

Übungsabende sind immer dienstags von 19.00 - 20.30 Uhr. Bei Rückfragen kontaktieren Sie Herrn Julian Peppersack unter Telefon 0178-2975404.

Verwaiste Eltern:

Die Gruppe der verwaisten Eltern erreichen Sie unter www.veid-os-nordland.de.

Neujahrsempfang

Am 12. Januar hatte die St. Mariengemeinde zum jährlichen Neujahrsempfang eingeladen. Der 2024 neu gewählte Kirchenvorstand hatte sich viel Mühe mit der Dekoration des Gemeindehauses gegeben und begrüßte die zahlreichen Gäste mit Sekt, Orangensaft und anderen Getränken.

Pastorin Annika Hilker hieß die Gäste willkommen und hielt einen Rückblick auf das vergangene Jahr.



Besonders die Kirchenvorstandswahlen hat die Kirchengemeinde in 2024 beschäftigt. Es wurden sieben Gemeindemitglieder für den Kirchenvorstand gewählt. Davon sind 6 Personen neu dazugekommen.

Ein weiteres Highlight war der Ausflug mit den Konfi-Kids nach Langeoog. Diese Reise war für die Kinder eine Gelegenheit, Glauben und Gemeinschaft auf neue Weise zu erleben. Die Tage auf der Insel wurden mit Spielen, Andachten und gemeinsamen Aktivitäten ausgefüllt.

Ein bedeutsames Ereignis war der ökumenische Gottesdienst an der Wassermühle Riesau.

Ein weiteres Highlight des vergangenen Jahres war, dass Pastorin Annika Hilker das Privileg hatte, vier Feuerwehrautos und das Rathaus in Neuenkirchen mit einzuweihen. Außerdem wurde sie von einer in Ueffeln ansässigen Betreiberfamilie gebeten, eine Glühweinbude auf dem Osnabrücker Weihnachtsmarkt einzuweihen.

Bevor Pastorin Hilker einen Ausblick auf das Jahr 2025 gab, bedankte sie sich bei allen Helferinnen und Helfer für die Unterstützung 2024.



In diesem Jahr steht ganz besonders die Erneuerung des Kirchturms im Mittelpunkt des Geschehens. Die umfangreiche Restaurierung beschäftigt die Kirchengemeinde bereits seit einigen Jahren. Im April startet der Prozess mit der Einrüstung. Die Gottesdienste können aber wie gewohnt durchgeführt werden.

Am 21. September feiert der Posaunenchor sein 10-jähriges Bestehen mit einem Festakt und am 05. Oktober findet ein großes Erntedankfest statt. Auch die beliebten Festgottesdienste an Christi Himmelfahrt und Pfingsten stehen auf dem Programm der Kirchengemeinde.

Auch Ortsbürgermeister Wilhelm Clausing und Ortsvorsteher Gert Borcharding begrüßten die Gäste zum neuen Jahr und gaben einen Ausblick auf 2025. Für Wilhelm Clausing war es der letzte Neujahrsempfang in seiner Funktion als Ortsbürgermeister, denn am 17.02.2025 wird er sein Amt aufgeben.

Merzens Bürgermeister Christof Büscher war ebenfalls zu Gast in Ueffeln und überbrachte die Grüße der Nachbargemeinde.

Text: Stefanie Große Dartmann
Fotos: Nicole Schmees

Müllsammelaktion

Am 21. und 22. Februar findet nun bereits zum 22. Mal das landkreisweite AWIGO-Abfallsammelwochenende statt.



Egal ob große oder kleine Gruppen, Institutionen wie Städte, Gemeinden, Schulen, Firmen, Vereine und Verbände oder auch Einzelpersonen und Familien: Jede helfende Hand ist herzlich willkommen, um öffentliche Flächen wie Spielplätze, Parks oder Waldwege gründlich von achtlos weggeworfenen Abfällen zu befreien.

„Wir freuen uns über jede Unterstützung. Wer sich zu unserer Sammelaktion im Landkreis anmeldet, wird von der AWIGO mit kostenlosen Abfallsäcken und Warnwesten ausgestattet. Bei Bedarf stellen wir auch Container zur Verfügung.“, erklärt AWIGO-Geschäftsführer Christian Niehaves.

„Außerdem kümmern wir uns um die fachgerechte Entsorgung der eingesammelten Abfälle.“, so Niehaves weiter.

Müllchampion werden und gewinnen

Alle angemeldeten Teilnehmenden haben die Chance, sich einen 100-Euro-Supermarktgutschein und den ehrenvollen Titel des Müll-Champions 2025 zu sichern. Wer mitmachen will, macht ein Foto vom gemeinsamen Müllsammeln und den gesammelten Abfällen, markiert die AWIGO in den sozialen Medien (@awigo.umweltdienstleister) oder sendet das Foto per Mail an uk@awigo.de. Ob mit oder ohne Personen darauf, ist egal.

(Quelle: www.awigo.de)

Auch der Ortsrat Ueffeln und hoffentlich - viele weitere Helfer und Helferinnen werden am 22.02.2025 den Müll aufsammeln.

Los geht es um 9.00 Uhr an der Schützenhalle.

Freiwillige Feuerwehr Ueffeln-Balkum



Jahreshauptversammlung

Für die Ortsfeuerwehr Ueffeln-Balkum war 2024 ein normales Jahr. Von den 34 Einsätzen entfielen drei auf Brandeinsätze, sieben waren Fehlalarme und 23 Einsätze wurden in der Technischen Hilfeleistung verortet. Darunter Zwölf Einsätze als First Responder in medizinischen Notfällen.

„Zusammen mit den Ausbildungsdienstabenden und der Teilnahme mehrerer Kameraden an Lehrgängen kommen die 41 Aktiven Mitglieder unserer Wehr zu insgesamt 4583,5 Stunden ehrenamtlicher Tätigkeit“, so Ortsbrandmeister Julian Tiemeyer.

Ein weiteres wichtiges Thema auf der Versammlung war der Sachstand zum Thema Fahrzeugbeschaffung. Das neue Tanklöschfahrzeug, wieder auf einem Unimog-Fahrgestell, wird rechtzeitig zum 90. Geburtstag der Wehr im September dieses Jahres ausgeliefert werden. Dazu ergänzte Stadtbrandmeister Jörg Ludwigs, dass es eventuell dieses Jahr noch ein weiteres neues

Fahrzeug geben könnte. „Aktuell liefert der Bund wieder neue Löschfahrzeuge für den Katastrophenschutz aus, könnte sein das das Fahrzeug für Ueffeln auch mit dabei ist“, so Ludwigs.

Die Planungen für die Feierlichkeiten laufen auch schon bereits auf Hochtouren, so Gerrit Teckemeyer. „Es wird am 06. September einen Tag der Feuerwehr geben. Von 14-18 Uhr gibt es verschiedene Attraktionen. So wird uns die Jugendfeuerwehr unterstützen, die Ueffelner Feuerwehr-Oldtimer-Freunde werden ihre alten Fahrzeuge vorstellen und noch vieles noch mehr wird den Gästen geboten“, so Teckemeyer. „Und am Abend wird es dann eine große Geburtstagsparty mit der Mobildisco Brell geben“, so Teckemeyer weiter.

Zum Abschluss der Versammlung durften auch in Ueffeln die Ehrungen und Beförderungen nicht fehlen. Den Titel des „Feuerwehrmann des Jahres“ sicherte sich diesmal Michel Tebbenhoff.



Zum Feuerwehrmann wurde Tobias Dirkes nach erfolgreicher Ausbildung ernannt. Michel Tebbenhoff, Silvan-Elias Maier und Michel Krug wurden zum Oberfeuerwehrmann befördert und Dario Klarmann zum Hauptfeuerwehrmann.

Text und Foto: Henning Stricker

Stadtbrandmeister Jörg Ludwigs (3.v.r.), Ortsbrandmeister Julian Tiemeyer (2.v.r), der Stellvertretende Ortsbrandmeister Ralf Klarmann und Markus Leske (2.v.l.) für den Kreisfeuerwehrverband Altkreis Bersenbrück gratulierten Ernannten und Beförderten Mitgliedern der Ueffeln-Balkumer Ortsfeuerwehr

Heimatverein Ueffeln-Balkum e.V.



Jahreshauptversammlung 2025

Auf der Jahreshauptversammlung des Heimatvereins Ueffeln-Balkum ließ der Vorsitzende Axel Krug das vergangene Jahr noch einmal Revue passieren. In seinem Jahresrückblick listete er die Aktivitäten des Vereins auf. Dank der großen Unterstützung der Mitglieder und Freunde des Vereins konnten Veranstaltungen, Aufräum- und Reparaturarbeiten an der Wassermühle und am Heimathaus durchgeführt werden. Herauszuheben sei hier neben dem traditionellen Grünkohlessen im Heimatstübchen, die Mühleneröffnung und der Mühlentag an der Wassermühle Riesau mit sehr vielen Besuchern von nah und fern.

Der Kassenstand des Vereins wurde von Ute Koppik vorgetragen. **Ein- und Ausgaben wurden gegenübergestellt.** Da der Verein viele bauliche Anlagen (z.B. Heimatstübchen, Wassermühle, Transformatorenhäuschen, Ruhebänke etc.) unterhält muss schon eine gewisse Rücklage vorhanden sein. Viele Arbeiten fallen auch 2025 an.

Ein weiter Punkt der Jahreshauptversammlung war die Ehrung langjähriger Mitglieder. In diesem Jahr wurden für 25 Jahre Mitgliedschaft und Unterstützung des Vereins Renate Bartsch, Hildegard Droste Haars, Barbara und Günther Kleinevoss, Renate und Hermann Marks,



v.l. Günther Kleinevoss, Renate Bartsch, Wilhelm Clausing und Barbara Kleinevoss

Volker Mohrahrend, Laurentius Stuckenberg mit der Ehrennadel ausgezeichnet. Für 50 Jahre Mitgliedschaft und Unterstützung des Vereins wurden Wilhelm Clausing und Horst Temme mit der Ehrennadel ausgezeichnet. Den Mitgliedern, die heute abwesend waren, wird die Ehrennadel persönlich überbracht.

Mit dem dem Hinweis auf das Grünkohlessen am 21. Februar 2025 schloss der Vorsitzende Axel Krug die Sitzung

Grünkohlessen

Der Heimatverein lädt zum diesjährigen Grünkohlessen ein.

Das diesjährige Grünkohlessen findet nicht, wie im Kalender angegeben am 07.03.2025, sondern am Freitag, den 21. Februar 2025, um 19.00 Uhr im Heimatstübchen statt.

Wie auch in den letzten Jahren wird wieder eine Grünkohlkönigin bzw. ein Grünkohlkönig ernannt. Mitglieder und Freunde des Heimatvereins sind herzlich eingeladen. Anmeldungen bitte an Axel Krug, Tel.: 05464/ 968820 oder per E-Mail: a.krug@hv-ueffeln-balkum.de.

Text und Foto: Heimatverein Ueffeln-Balkum


Schuh- & Lederwaren · Reparaturen

Hauptstr. 20 · 49586 Merzen · Tel.: 05466-432

Jahreshauptversammlung 2025



Am 18. Januar luden die Land-Frauen zur Jahreshauptversammlung ins Gemeindehaus.



Foto: Birgit Berling

Nach der Begrüßung durch Ulrike Große Dartmann und Birgit Berling fand ein gemeinsames Frühstück statt. Bei Kaffee oder Tee, Brötchen, Brot und vielen Leckereien fanden anregende Gespräche unter den Anwesenden statt.

Nachdem alle gesättigt wurden, begannen die Formalitäten.

Stefanie Große Dartmann verlas das Protokoll der vergangenen Jahreshauptversammlung und Ulrike Eggelmeyer gab den Kassenbericht zur Kenntnis.

Christine Viethmeyer als Kassenprüferin beantragte die Entlastung, die einstimmig erfolgte.

Anschließend berichtete Stefanie Große Dartmann vom ersten Jahr unter der Verantwortung des 2024 neu ge-

wählten Vorstandsteam mit interessanten Veranstaltungen und gab einen Ausblick auf 2025.

Erstmals ehrte der Verein auch langjährige Mitglieder mit einem Blumenstrauß.

Geehrt wurden Adelheid Drobratz, Ingrid Hundeling und Inge Oevermann für 40 Jahre, Erika Kühl und Elfriede Wessling für 45 Jahre, Irma Rövekamp für 50 Jahre, Else Mohrahrend für 55 Jahre und Helga Martin für 65 Jahre.



Foto: Nicole Schmees

v.l. Helga Martin, Inge Oevermann, Erika Kühl, Else Mohrahrend, Irma Rövekamp

Auch für die Vorstandsmitglieder gab es ein kleines florales Dankeschön.

Termine für Februar und März

Am **10. Februar um 19.00 Uhr** kommt Ilona Aumann ins Gemeindehaus. Sie hält einen Vortrag zum Thema „Imkern“ und wird eine kleine Verkostung anbieten.

ALLES RUND UMS HAUS!

- Gartenpflege
- Strauch- und Heckenschnitt
- Gartensäuberung
- Baumpflege aller Art
- Rasenpflege aller Art
- Beseitigung von Sturmschäden
- Schneeräumung
- Pflasterarbeiten
- Terrassenbau
- Baggerarbeiten
- Entwässerung und Kanalbau
- Eichenprozessionsspinnerbekämpfung
- Räumdienst
- Streudienst

Für eine umfassende und kostenlose Beratung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!



Altmetall- und Autoentsorgung Entrümpelungen

Egal ob Sie Ihren Haushalt auflösen oder einfach nur Ihren Keller aufräumen wollen. Haben Sie Schrott, Altmetalle, Kabelreste, Computer oder Elektrogeräte? Alte Autos, Autobatterien oder wollen sonst noch etwas loswerden?

Rufen Sie mich einfach an.

Heinz Schulte-Wilke

Im Mühlengrund 4 - 49565 Bramsche-Ueffeln **Mobil: 0162/2822554**



**Schu-Wi's
Schrotthandel**

Die Kosten betragen 2,- € für Mitglieder und 4,- € für Nichtmitglieder.

Anmeldungen bitte bis **08.02.2025** an Stefanie Große Dartmann, Telefon 0178/6163134 oder per Mail s.grossedartmann@web.de

Am **07. und 08. März** findet ein Lehrgang für einen Kettensägeführerschein für Frauen statt. Durchgeführt wird der Lehrgang von der DEULA. Die Kosten betragen 160,- Euro pro Person und sind im Voraus zu entrichten. Insgesamt stehen 8 Plätze zur Verfügung, von denen die Hälfte bereits besetzt ist. Wer also Lust hat, sowohl die Theorie als auch die Praxis unter fachkundiger Anleitung zu erlernen, kann sich bei **09.02.** bei Ulrike Große Dartmann, Telefon 01515/7767986 oder Mail grossedartmann@hotmail.com anmelden..

Außerdem ist für den **22. März um 15.00 Uhr** ein Kaffeemittag im Gemeindehaus geplant. Kirsten Witte aus Westerkappeln wird Bilder von ihrer Kreuzfahrt auf DEM Traumschiff durch die Karibik zeigen. Neben Kaffee und Kuchen wird es auch - passend zur Kreuzfahrt - einen bunten, alkoholfreien Cocktail geben.

Die Kosten betragen 5,- € für Mitglieder und 7,- € für Nichtmitglieder.

Anmeldungen bitte bis **19.03.2025** an Stefanie Große Dartmann, Telefon 0178/6163134 oder per Mail s.grossedartmann@web.de.

 **ISS WAS** 
der Imbiss in Ueffeln!

Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Freitag:
12:00 - 14:30 Uhr
16:30 - 20:30 Uhr
Samstag:
13:00 - 20:30 Uhr
Sonntag:
15:00 - 20:30 Uhr

Tel.: 0176-23114273



- PHOTOVOLTAIK
- ENERGIETECHNIK
- STEUERUNGSTECHNIK

www.elektrotechnikgrueter.de

Elektrotechnik Grüter GmbH & Co. KG
Uhlenbrock 15 · 49586 Neuenkirchen
Tel. 05465 31225-0 · Fax 05465 31225-11
info@elektrotechnikgrueter.de

T.S.V. Ueffeln von 1920

Darts Fußball Schwimmen Tischtennis Turnen



Neues von der Fußballjugend

Die Tannenbaum-Sammelaktion war erneut ein voller Erfolg.



Am 11.01. wurden unsere fleißigen Bäumesammler wieder erst mit einem gemeinsamen Frühstück (Danke dafür Annegret) gestärkt und dann ging es durchs Dorf. Vielen Dank für die vielen Bäume, zahlreichen Spenden nette Gespräche beim ein oder anderen Getränk und auch die traditionelle Wurst zum Mittag. DANKE!

Die Hallenturniere haben begonnen

Aber natürlich wird im neuen Jahr auch wieder Fußball gespielt und die Hallen der Region werden unsicher gemacht.

Unsere E1 hat hier bereits sehr erfolgreich die Endrunde der diesjährigen Hallenrunde ohne eine Niederlage



F-Jugend U8



Zimmerei



Jürgen Poske GmbH

Holz- und Fachwerkbau
Restaurierung
Dachsanierung
Innenausbau
Wärmedämmung
Balkone
Carports

Fasanenstraße 2 - 49565 Bramsche
Telefon (05464) 2177 - Fax (05464) 2420



E-Jugend U9

in den Vorrundenturnieren erreicht. Starke Leistung. Auch die E2 ist bei der Hallenrunde auf Kurs. Nach dem 1. Spieltag liegen unsere Kids auf dem 3. Platz was auch hier den Einzug in die Endrunde bedeutet wenn die Platzierung beim 2. Spieltag gehalten werden kann. Auch die kleineren von U6-U9 zeigten bei tollen Turnieren ihr Können und die U9 konnte die letzten 2 Wochen in Folge als Turniersieger die Halle verlassen.

Unsere D-Jugend zeigte beim Turnier in Quakenbrück nach einer schwachen Vorrunde eine tolle Mannschafts-



D-Jugend

leistung in den Finalspielen und musste sich letztendlich nur dem Gastgeber aus Quakenbrück im Endspiel geschlagen geben.

Wenn ihr unsere Kids mal in der Halle anfeuern wollt, schaut doch bei unseren E-Jugend Turnieren vom SC Achmer heute am 02.02.25 in der Gymnasiumhalle in Bramsche von 9-17 Uhr vorbei.

In den nächsten Ausgaben lest ihr dann wieder mehr von den Turnieren unserer Kids.

Text und Fotos: Mario Minning

NORDSTERNE

Autorisierter Mercedes-Benz Servicepartner

Junge Sterne

Mercedes-Benz MERCEDES-EQ Transporter smart TYN-e

- Mercedes-Benz Original Service
- Immer über 200 Fahrzeuge vor Ort
- Geschäfts-, Jahres- und Gebrauchtwagen PKW, Geländewagen und Transporter
- TÜV-AU
- Bremsenservice
- Reifenservice
- Scheibenservice
- Unfallinstandsetzung
- kostenloser Ersatzwagen
- Motor- u Getriebeinstandsetzung
- Achsvermessung
- Vorortverkauf / OnlineVerkauf

NORDSTERNE GmbH & Co. KG

Onlinepräsenz / OnlineTermin buchen:

Ueffelner Str. 9
49586 Neuenkirchen
Tel.: 05465 2034-0
www.nordsterne.de

Pagenetscherstr. 36
49090 Osnabrück
0541 760267-0
service@nordsterne.de

Physiotherapie, Fitness & mehr

Therapeutische Leistungen

Gesundheitskurse

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen!

Gerätetraining

Wellnessbehandlungen

Weitere Infos im Internet unter:
www.physioplus-merzen.de

Physio ... plus Merzen · Claudia Kemme · Am Pastorenholz 11 · 49586 Merzen
Telefon: (0 54 66) 9 03 99 60 · Mobil: (0172) 2 00 08 11 · E-Mail: info@physioplus-merzen.de

Text zum Nachdenken

Nimm dir Zeit

Treffen sich zwei in der Stadt. Man hat sich länger nicht gesehen und kommt ins Gespräch. Dann sagt der eine: „Wir müssen uns unbedingt mal auf einen Kaffee treffen.“ Sagt der andere: „Ja, das machen wir.“ Und dabei bleibt es dann.

Nach dem Tod unseres Vaters taten mein Bruder, ich und unsere Partner alles, um unserer Mutter über den schweren Verlust hinwegzuhelfen. Wir gingen mit ihr ins Eiscafé, ins Kino und zum Shoppen nach Osnabrück. Wir nahmen sie mit auf Ausflüge und in den Urlaub. Mein Bruder ging mit ihr in Konzerte von James Last, Andrea Berg und Helene Fischer.

Einmal machten Mutter und ich einen Mutter-Tochter-Urlaub. Wir fuhren für ein paar Tage nach Hamburg. Mutter hatte sich gewünscht, einmal das berühmte Ohnsorg-Theater zu besuchen. Ich organisierte Karten, und so ging ihr Wunsch in Erfüllung. Auf ihren Rollator gestützt taperte sie überallhin mit.

Und speziell in ihren letzten Lebensjahren liebte sie es, mit mir auf dem Sofa zu sitzen und zu kuscheln. Sie schmiegte sich dann eng an mich, lehnte den Kopf an meine Schulter. Manchmal schlief sie dabei sogar ein. Mutter war glücklich, wenn sie mit uns um die Häuser ziehen konnte. „Ich will noch was erleben, und nicht auf dem Sofa sitzen und warten, bis mich der Sensenmann holt,“ sagte sie immer wieder. Sie verbrachte gerne Zeit mit uns. Es war nicht immer leicht, diese Zeit auch zu finden, wenn der Alltag stressig wurde. Doch es war mir und uns wichtig, also wurde es möglich gemacht, irgendwie ging es immer. Und es war quality-time.

Heute, mehrere Jahre nach Mutters Tod, bin ich froh, dass ich mir die Zeit für sie immer genommen habe. So habe ich nichts zu bereuen, nach dem Prinzip: „Hätte ich doch nur...“

Wie oft verbringen wir Zeit mit Dingen und Menschen, die diese Zeit gar nicht wert sind. Ehe man sich ver-

sieht, ist wieder ein Tag rum. Dann ist eine Woche rum, der Monat, und schließlich ein ganzes Jahr. Manch einer bemüht sich darum, im alltäglichen Hamsterrad nicht die Bodenhaftung zu verlieren. Doch Leistung, mehr Leistung und immer noch mehr Leistung ist definitiv nicht gut. Das Leben sollte doch mehr sein, als eine Reihe von abgearbeiteten to-do-Listen.

Ich denke, es ist sehr wichtig, vielleicht sogar das Wichtigste überhaupt, Zeit mit seinen Herzensmenschen zu verbringen. Die Zeit, die man miteinander verbringt, die kann einem keiner mehr nehmen. Zeit ist so kostbar. Man kann so vieles miteinander tun. Man kann aber auch einfach nur da sein, zusammensitzen - und eine gute Zeit haben.

Cornelia Glindkamp



vbank.de

**Gewinne teilen?
Ungewöhnlich
für eine Bank.
Find' ich aber gut!**

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Vereinigte Volksbank eG



LED Elektrotechnik GmbH

Elektrotechnik Lichtplanung Montagearbeiten
Photovoltaik Beleuchtungstechnik VDE Prüfungen/DGUV3

SMA SOLAR PARTNER

Martinstraße 7 · 49565 Bramsche-Ueffeln
Tel. 05465 1476 · Fax 05465 2372 · info@led-t.de

www.led-elektrotechnik.de

Linden Apotheke



**Andrea Glose
geb. Hesse**

**Lindenstraße 22
49586 Neuenkirchen
Telefon: 05465 / 92020
www.linden-apotheke-neuenkirchen.de**

HAUPTSACHE GESUND

Impressum:
Herausgeber: GDruck-Verlag in Zusammenarbeit mit der AG der örtlichen Vereine
Verantwortlich für den Inhalt sind die einzelnen Vereine.
Redaktion, Satz u. Vervielfältigung:
GDruck-Verlag - Stefanie Große Dartmann
Balkumer Kirchweg 3, 49565 Bramsche
Mobil 0178-6163134
E-Mail: s.grossedartmann@web.de
www.ueffeln-balkum.de



Das eigene Zuhause. Leichter als gedacht.



Ob Haus oder Wohnung – finden und finanzieren Sie mit der Sparkasse ganz einfach Ihre eigene Traumimmobilie.

Jetzt beraten lassen.

www.ksk-bersenbrueck.de



**Kreissparkasse
Bersenbrück**