



*Wir
in*



Ueffeln und Balkum

Informationsschrift der örtlichen Vereine, Nr. 258, Oktober-Ausgabe 2020



Inhalt

Termine: Seite 2 - **Netzwerkinfo:** Seite 2 - **Kirche:** Seite 4 - **Kindertagesstätte:** Seite 5
100 Jahre TSV: Seiten 6 - 7 - **TSV Fußballjugend:** Seiten 7 - 8 - **Landfrauen:** Seite 8
Reitverein Seiten 9 - 10 - **Medien- und Techniklotsen:** Seiten 11 - 12
Heimat neu entdecken: Seite 13 - **Texte zum Nachdenken:** Seiten 14 - 15
Apothekenplan: Seite 16

Termine für Oktober

Freitag, 23.10.2020

Redaktionsschluss für die
Ausgabe am 01.11.2020

04.10.2020, 10.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Erntedankgottesdienst, Wassermühle Riesau

04.10.2020, 15.00 Uhr, TSV Ueffeln (I. Herren)
TSV Ueffeln I - SG Voltlage, Sportplatz

06.10.2020, 18.00 Uhr, JSG Achmer/Ueffeln (E)
*JSG Achmer/Ueffeln - JSG Nahne/Schölerberg,
Sportplatz Achmer*

10.10.2020, 13.00 Uhr, JSG Achmer/Ueffeln (F)
JSG Achmer/Ueffeln U9 - SC Rieste U9,
Sportplatz Ueffeln

11.10.2020, 12.30 Uhr, TSV Ueffeln (II. Herren)
TSV Ueffeln II - SV Hesepe-Sögel II, Sportplatz

12. - 16.10.2020, St. Mariengemeinde
Konfi-Camp vor Ort, Gemeindehaus oder Kirche

23.10.2020, 15.30 Uhr, St. Mariengemeinde
Kinderkirche, Kirche

27.10.2020, KiTa Ueffeln
Informationsabend für neue Eltern, KiTa

31.10.2020, 19.00 Uhr, St. Mariengemeinde
Gottesdienst zum Reformationstag, Kirche
(Gottesdienst am 01.11.2020 entfällt)

01.11.2020, 14.00 Uhr, TSV Ueffeln (I. Herren)
TSV Ueffeln I - BW Hollage II, Sportplatz



**Netzwerk
„Kleine Hilfen“**
(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**

Lydia Kessler
Einkauf per Telefon

jeden Dienstag von 9.00 bis 12.00 Uhr

**unter der Nummer
0152/088 751 84**

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

**Auch in diesen unruhigen Zeiten ist
das Netzwerk für alle Bewohner-
innen und Bewohner unseres Kirch-
spiels erreichbar.**

**Welche Unterstützungen möglich sind,
wird im Einzelfall besprochen.**

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
Tel.: 05464-1525, Mobil 0178-6163134
e-mail: gdruck-verlag@t-online.de

www.ueffeln-balkum.de

Moin Moin, liebe Gäste, Freunde und Nachbarn,



jetzt ist wieder die Zeit gekommen,
Ihr **Advents-, Gänse-, Grünkohl-**
oder **Weihnachtsessen** zu organisieren.



Wir freuen uns auf Ihre Reservierung!

Zusätzlich können Sie unsere hochwertigen Restaurantspeisen auch portionsweise und tiefgekühlt kaufen, um sie einfach Zuhause im Vakuumbbeutel zu erwärmen.
Dadurch können Sie in 15 Minuten ein 2-Gänge-Menue servieren.

Alles Weitere finden Sie auf ww.droste-haars.de

Bleiben Sie gesund!
Herzliche Grüße von Ihrer Familie Droste-Haars



Zimmerei



Jürgen Poske GmbH

Holz- und Fachwerkbau
Restaurierung
Dachsanierung
Innenausbau
Wärmedämmung
Balkone
Carports

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



Altmetall- und Autoentsorgung
Entrümpelungen

Egal ob Sie Ihren Haushalt auflösen oder einfach nur Ihren Keller aufräumen wollen.
Haben Sie Schrott, Altmetalle, Kabelreste, Computer, Elektrogeräte, Kühl- oder Gefrierschänke?
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

Evang.-luth.
Kirchengemeinde

St. Marien

Dorfstraße 44
49565 Bramsche
Telefon 05465/641
Telefax 05465/205216
E-Mail KG.Ueffeln@evlka.de



Gottesdienste im Oktober 2020:

Gottesdienste finden jeden Sonntag um 10.00 Uhr statt. Bitte beachten Sie, dass wir aufgrund der Abstandsregeln lediglich 20 Plätze in der Kirche anbieten können.

Der Gottesdienst am 01.11.2020 entfällt zugunsten des Gottesdienstes zum Reformationstag am 31.10.2020 um 19.00 Uhr.

Andachten zum Hören und Sehen finden Sie auf unserer Internet-Seite: www.st-marien-ueffeln.de oder unter der eigens dafür eingerichteten Telefonnummer: 05465/2009800.

Pastor*in am Telefon:

Unter Telefon 05465/641 erreichen Sie Herrn Pastor Michael Grimmsmann oder Frau Pastorin Dr. Damaris Grimmsmann. Sollten sie einmal nicht telefonisch erreichbar sein, hinterlassen Sie bitte eine Nachricht. Sie werden auf jeden Fall umgehend zurückgerufen.

Taufen/Hochzeiten/Bestattungen:

Hierzu rufen Sie uns bitte an unter 05465/641.

Babycafé im Gemeindehaus:

Das Babycafé setzt im Moment aus. Dringend gesucht wird ein Elternteil, das sich um einen Elternkindtreff im Gemeindehaus kümmert.

Bücherei:

Die Bücherei hat jeden Mittwoch von 15.00 - 16.00 Uhr und jeden Sonntag von 11.00 - 12.00 Uhr geöffnet.

Frauenstunde:

Die Frauenstunde fällt bis auf Weiteres aus.

Pfarrbüro im Gemeindehaus:

Das Pfarrbüro hat folgende Öffnungszeiten:
Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr

Posaunenchor:

Der Posaunenchor probt wieder dienstags um 19.00 Uhr im Gemeindehaus.

Verwaiste Eltern:

Die Gruppe der verwaisten Eltern erreichen Sie unter www.veid-os-nordland.de. Über die dortigen Kontakte erfahren Sie auch, wann Gruppentreffen wieder erlaubt sind.



Bestattungen Oevermann

Erd-, Feuer- und Friedwaldbestattungen
Erledigung aller Formalitäten
Bestattungsvorsorge, Trauerberatung und Trauerbegleitung

Jederzeit für Sie erreichbar unter: Tel.: 05465/2253 oder 543 · Mobil: 0171/5719612
Am Friedhof 1 · 49565 Bramsche-Ueffeln



Halbtagsgruppe:

8.00 - 12.30 Uhr (Sonderöffnungszeiten 7.00 - 8.00 Uhr, 12.30 - 13.30 Uhr)

Ganztagsgruppe:

7.30 - 15.00 Uhr (Sonderöffnungszeiten 7.00 - 7.30 Uhr, 15.00 - 15.30 Uhr)

Ihr Team der KiTa Ueffeln

Anmeldung für einen Kita-Platz!

Ab dem 02. November 2020 startet die Anmeldung für das Kita-Jahr 2021/2022.

Auf der Homepage der Stadt Bramsche dürfen alle interessierten Eltern ihre Kinder entweder für den Kindergarten oder die Krippe anmelden und dabei drei Wunsch-Kitas angeben.

Anmeldeschluss ist am 07.02.2021!

Am 27. Oktober 2020 findet in der Kindertagesstätte ein Informationsabend statt, bei dem Sie die Gelegenheit erhalten, unser Konzept kennenzulernen sowie die Räumlichkeiten zu besichtigen. Wenn Sie daran teilnehmen möchten, dann melden Sie sich vorher bitte telefonisch in unserer Kindertagesstätte an. Wir freuen uns auf Sie!

Wir verfügen über folgende Gruppenstrukturen:

Krippengruppe:

8.00 - 14.00 Uhr (Sonderöffnungszeiten 7.30 - 8.00 Uhr, 14.00 - 15.00 Uhr)

Physiotherapie
Irene Thölenjohann

- Physiotherapeutin
- Sektorale Heilpraktikerin
- Meditation und Reikilehrerin nach dem Dalmanuta Prinzip

Fichtenstraße 2
49586 Merzen

Tel.: 05466.525
Fax: 05466.1615

Das Kostbarste, was wir uns und einem Menschen schenken können, ist Zeit!

FUNNIKE

Dachdeckerei
Bauklempnerei
Innenausbau

Dacheindeckung
Dachrinnen
Dachfenster und Zubehör
Fassadenverkleidung
Flachdächer
Schornsteinverkleidung
Trockenbau

Bramsche-Ueffeln

0 54 65 - 20 59 769

T.S.V. Ueffeln von 1920

Fußball Turnen Schwimmen Tischtennis Nordic-Walking



1920 - 2020
100 Jahre TSV

Bronzener Stern des Sports für die Umweltaktion des TSV Ueffeln



Die „Sterne des Sports“ werden an Vereine verliehen, die sich in ihrer Region über das normale Breitensportprogramm hinaus mit besonderen Angeboten nachhaltig gesellschaftlich engagieren und damit einen Beitrag zum Gemeinwohl leisten.



Die Gewinner der „Sterne des Sports“ in Bronze 2020 wurden am Mittwoch, den 16. September 2020 in einer feierlichen Stunde von Winfried Beckmann (Vorsitzender des Kreissportbundes (KSB) Osnabrück-Land) und den einzelnen Bankvorständen in den Räumlichkeiten der Volksbank eG Bad Laer-Borgloh-Hilter-Melle geehrt. Auch die „Umweltaktion zum 100-jährigen Jubiläum“ im TSV Ueffeln überzeugte die Jury und wurde mit dem **kleinen Stern des Sports in Bronze** honoriert.

Bei dem Wettbewerb „Sterne des Sports“ zeichnen der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Volksbanken/Raiffeisenbanken gesellschaftlich engagierte Vereine aus.

Mit der Anlage von Blühflächen als Bienen- u. Insektenweiden auf Brachflächen und in Privatgärten möchten wir unseren bescheidenen Beitrag leisten, um den vom Aussterben bedrohten Insekten- und Bienenarten ein Überleben zu ermöglichen.



- PHOTOVOLTAIK
- ENERGIETECHNIK
- STEUERUNGSTECHNIK



Bereits im Frühjahr 2019 wurde mit freundlicher Unterstützung der Ueffelner Jäger mit der Aussaat begonnen. Erste Ergebnisse waren auch schon 2019 zu erkennen. Nun, in unserem Jubiläumsjahr, erstrahlte die Blüte auf vielen verschiedenen Flächen in voller Pracht.

Aber nun sind nochmal alle gefragt, die bei dieser tollen Aktion mitgemacht haben. Da es uns im Frühjahr aufgrund der gesetzlichen Kontaktbeschränkungen nicht möglich war, uns von allen Blühflächen selbst ein Bild zu machen, haben wir noch eine Bitte: Schickt uns bitte bis zum 15.10.2020 die schönsten Bilder Eurer Blühflächen an

tsvueffeln_100@gmx.de.

Die schönste Blühfläche wird von unserer Fachjury im Anschluss prämiert.

Euer Orga-Team



Neues von den Jugendkickern

Die neue Saison ist endlich voll im Gang.

Da es bei unserer E-Jugend bis zum ersten Punktspiel bis zum 26.09. dauerte, wurden hier reichlich Vorbereitungsspiele bestritten. In 6 spannenden Spielen gab es 3 Niederlagen gegen Voltlage, Kalkriese und Ankum und 3 Siege gegen Hesepe (11:8),



Physiotherapie, Fitness & mehr

Unser Angebot im Oktober

gültig bis zum 31.10.2020

Lichttherapie

Lassen Sie sich in den dunklen kühlen Herbst- und Wintertagen von unserer Lichttherapie verwöhnen. Verschiedene Filter sorgen hierbei für unterschiedliche Wirkungen.

15,00 €

Blauer Filter: kurzzeitig stützend
Wundheilungsfördernd
Umkehrung der Schlaflosigkeit
Senkung des Herzschlags
Entzündungsprozesse werden reduziert

13,00 €

Oranger Filter: Entspannungsfördernd
Verfeinerung der Hautstruktur
Anregende positive Wirkung auf
Dünnen, Nieren, Blase und Atemwege
Steigerung der Lebensqualität

Grüner Filter: Beruhigungsfördernd
Glättet die Haut
Fördert die Erholung
Steigerung der Kreativität

Roter Filter: Schmerzänderung
Stimmungsaufhellung
Anregung des Stoffwechsels
Durchblutungsfördernd

Physio ... plus Merzen · Claudia Kemme · Am Pastorenholz 11 · 49586 Merzen
Telefon: (0 54 66) 9 03 99 60 · Mobil: (01 72) 2 00 08 11 · E-Mail: info@physioplus-merzen.de
Weitere Infos im Internet unter: www.physioplus-merzen.de

NORDSTERNE

Autorisierter Mercedes-Benz Servicepartner





+++Kostenloser Hol- und Bringservice+++



Für **ALLE** Marken sind wir weiterhin in unseren Werkstätten, unter Einhaltung aller behördlichen Anordnungen, für Sie da. Damit stellen wir auch in der aktuellen Krisenzeit sicher, dass Ihre Mobilität reibungslos weiterläuft.

Um den Schutz unserer Kunden und Mitarbeiter zu gewährleisten, bieten wir unseren kostenlosen Hol- und Bringservice als kontaktlose Lösung zur Eindämmung des Virus an. Die Verwendung von Lenkrad- und Sitzschonern ist ebenso selbstverständlich, wie die Nutzung von Handschuhen und Desinfektionsmittel vor der Rückgabe.

Natürlich bieten wir auch gerne ein Leihfahrzeug.

Der Verkauf Vorort ist an beiden Standorten auch wieder geöffnet. Dort erwartet Sie eine große Auswahl an Jahres-, Jung- und Gebrauchtwagen.

Bitte nutzt auch unsere

Telefon- und Onlinepräsenz:

NORDSTERNE GmbH & Co. KG

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

Pagenatzenstr. 36
49090 Danabrück
054 1 760267-0
service@nordsterne.de

- Mercedes-Benz Original Service
- Service für alle Marken nach Herstellervorgaben
- TÜV-ATU
- Bremsenservice
- Rollenservice
- Scheibenservice
- Unfallversetzungen
- kostenloser Ersatzwagen
- Motor- u. Betriebsstandbetreuung
- Achsvermessung
- Vorortverkauf
- Onlineverkauf von Warschein- und Bestandfahrzeugen mit Lieferservice



Merzen (8:4) und Neuenkirchen (18:6). Da sind wir schon sehr gespannt auf die ersten Liga-Ergebnisse.

Nachdem sich unsere F-Jugend in einer sehr starken Staffel in den ersten 3 Spielen gegen Wallenhorst, Alfhausen und Bramsche geschlagen geben musste, wurde am 25.09.2020 in Kettenkamp mit 8:2 nun endlich der erste Saisonsieg eingefahren. Klasse Jungs, weiter so!

Für unsere Kleinsten geht es auch endlich los. Da wir aufgrund ausfallender Schnuppertrainings im Frühjahr hier keine Mannschaft für den Spielbetrieb melden konnten, jedoch nun jeden Dienstag eifrig trainiert wird, haben unsere Mini-Kicker nun ihr erstes Freundschaftsspiel bestritten. Auch wenn dieses gegen Bramsche verloren ging, hatten alle viel Spaß und einer Nachmeldung eines neuen Mini-Kicker-Teams für die Rückrunde steht hier nichts mehr entgegen.

Bericht: Mario Minning

Schuhhaus
Hemmelgarn
**Modische Schuh- und
Lederwaren • Reparaturen**

49586 Merzen • Hauptstr. 20
Tel. 05466 / 432



LandFrauenverein Ueffeln-Balkum



Liebe LandFrauen,

wir hatten geplant im September unsere Treffen wieder aufzunehmen und uns sehr darauf gefreut, euch alle wiederzusehen. Aus Sicherheitsgründen möchten wir noch ein wenig warten, obwohl viele Regelungen in der aktuellen Fassung der Niedersächsischen Corona-Verordnung gelockert wurden.

Wir wollen versuchen ab Oktober 2020 Veranstaltungen zu organisieren. Zumindest planen wir eine Weihnachtsfeier. Das Gemeindehaus hat Hygienemaßnahmen erarbeitet, an die wir uns selbstverständlich halten.

Der Heimatverein hätte gern für 2021 Termine für die Veröffentlichung im Kalender von uns. Vorsorglich möchten wir darauf hinweisen, dass die Planung sich - je nach der gegenwärtigen Situation - ändern kann. Wir werden im nächsten Jahr das aktuelle Programm rechtzeitig in der WUB mitteilen.

Bleibt gesund und viele Grüße
Der Vorstand der LandFrauen
Maria Böker

INDIVIDUELLE LÖSUNGEN AUS METALL.



WILKE
METALLBAU

◀ Metallbau ▶ Stahlbau ▶ Edelstahlarbeiten ▶ Schweißfachbetrieb

info@wilke-merzen.de | www.wilke-merzen.de

Reit- und Fahrverein Ueffeln-Balkum



Hallo ihr Lieben, ich bin es mal wieder, eure Nala



Ich möchte euch heute die neuesten Ereignisse aus dem September erzählen.

Wie schon in der letzten Ausgabe angekündigt, fand am ersten September-Wochenende unser Reitturnier auf unserer Anlage am Balkumer Grenzweg statt.

Dieses Jahr war alles anders, es fing schon damit an, dass in diesem Jahr die Springprüfungen nicht wie gewohnt auf unserem Grasplatz stattfanden sondern auf unserem Sandplatz. Außerdem richteten wir die Springprüfungen nur am Samstag aus, die Dressurreiter begrüßten wir dann am Sonntag auf unserer Anlage. Somit wollten wir natürlich auch erreichen, dass sich nicht so viele Leute gleichzeitig auf unserem Gelände aufhalten.

Um die vorgegebene Besucheranzahl einzuhalten, verteilten wir am Eingang abgezählte Besucherbändchen gegen eine Pfandgebühr. Des Weiteren mussten wir natürlich auch von jedem Besucher, Reiter und Begleiter die Kontaktdaten aufnehmen, falls es doch zu einem Coronafall kommen sollte. Zum Glück können wir nun berichten, dass sich zumindest nachweislich keiner bei uns auf dem Turnier mit dem Coronavirus infiziert oder es weiter gegeben hat.

Vielen Dank an dieser Stelle an alle Besucher, Reiter und Begleiter die sich

an unsere Sicherheitsmaßnahmen gehalten und uns somit die Durchführung ein wenig leichter gemacht haben.

Und natürlich auch im Namen des Vorstands einen riesen Dank an alle Helferinnen und Helfer, ohne die eine Durchführung des Turnieres natürlich nicht möglich gewesen wäre. Und auch einen herzlichen Dank an alle Sponsoren, die uns trotz der aktuell schwierigen Zeit mit finanziellen und Sachspenden unterstützt haben.

Die Platzierungen der Ueffelner Reiter:

Stilspringprüfung Kl. A*

4. Platz Lasse Hoberg mit Codara

Springprüfung Kl. A*

1. Abteilung

10. Platz Mathilda Terstegge mit Lille Pezi

2. Abteilung

5. Platz Lasse Hoberg mit Codara

6. Platz Mathilda Terstegge mit Lionel



Stilspringprüfung Kl. L

7. Platz Lasse Hoberg mit Codara

Jump and Run

3. Platz Mathilda Terstegge und Kirsten Schuckmann

Reiterwettbewerb (Schritt/ Trapp)

2. Platz Emma Hennecke mit Lotte

3. Platz Anni Lindwehr mit Nala

5. Platz Zoe Wagner mit Polly

Reiterwettbewerb (Schritt/Trab/Galopp) Jahrgang 1998-2009

4. Platz Vivienne Hayn mit Lotte

Reiterwettbewerb (Schritt/Trab/Galopp) Jahrgang 2010)

3. Platz Romy Wichmann mit Nala

10. Platz Carla Wichmann mit Jelly Bean

10. Platz Mathilda Kloskowski mit Lotte

Reiterwettbewerb (Schritt/Trab/Galopp) Jahrgang 2011-2014

5. Platz Editha Kloskowski mit Polly

Führzügelklasse

5. Platz Anni Lindwehr mit Nala

Reiterwettbewerb intern

1. Platz Romy Wichmann mit Nala

2. Platz Carla Wichmann mit Jelly Bean

3. Platz Editha Kloskowski mit Polly

4. Platz Vivienne Hayn mit Lotte

4. Platz Mathilda Kloskowski mit Lotte

Außerdem fand im September die Mitgliederversammlung des Reitvereins statt. Diese wurde im März aufgrund der Coronasituation abgesagt und nun nachgeholt. Das ganze fand unter dem Abdach vor dem Reiterstübchen statt, um den nötigen Abstand wahren zu können.

Zuerst begrüßte die erste Vorsitzende Stephanie Terstegge alle Anwesen-

den und gab schon mal einen kleinen Rückblick auf das vergangene Jahr. Danach gab es einen Bericht der Reitlehrer, der Kassiererinnen und der Kassensprüfer. Als nächsten Tagesordnungspunkt galt es die Neuwahlen der ersten Vorsitzenden und der Kassiererin durchzuführen. Hier wurde Stephanie Terstegge als erste Vorsitzende zur Wiederwahl vorgeschlagen und nach absoluter Einstimmigkeit wiedergewählt, das gleiche gilt für die Kassiererin Karina Schmitt. Nach den Wahlen gab es noch einen Jahresrückblick in Form einer PowerPoint-Präsentation, um die Ereignisse des vergangenen Jahres auch nochmal bildlich Revue passieren zu lassen.

Am letzten Wochenende im September starteten die Arbeiten für die Erneuerung der Fassade an der Ostseite der Reithalle. Dieses Projekt wurde wie auch im Jahr zuvor die Dachsanierung von der Firma Innogy unterstützt.

Herzlichen Dank an dieser Stelle dafür und natürlich auch einen riesen Dank an die Helfer die uns bei dem Projekt „Fassadenerneuerung“ tatkräftig unterstützen!

Bericht: Nala und Sira Vogt
Fotos: Yvonne Voss und Sira Vogt





Bildunterschrift:

Anschaulich bei der Digitalisierung des Alltags unterstützen: Dies tun die Medien- und Techniklotsinnen, die eine Fortbildung in der VHS Osnabrück absolviert haben.

Foto: Landkreis Osnabrück/Uwe Lewandowski

Medien- und Techniklotsen

Die digitale Kompetenz von Seniorinnen und Senioren fördern

Osnabrück. Der Computer fragt nach Updates, der Drucker streikt, das neue Handy wird anders als das alte bedient. Selbst die Installation des neuen Fernsehers hat seine Tücken. Gerade ältere Menschen tun sich mitunter schwer, mit der Digitalisierung des Alltags Schritt zu halten. Unterstützung können sie jetzt von ehrenamtlichen Medien- und Techniklotsinnen und -lotsen erhalten.

Oft fehlt eine vertraute Person, die bei den ersten Schritten behilflich ist: Welche Geräte brauche ich überhaupt? Wen kann ich fragen, wenn diese nicht funktionieren? Mit dem Angebot möchte das Seniorenbüro des Landkreises Osnabrück die digitale Kompetenz Älterer fördern und stärken. Die Lotsen können diese ermutigen und unterstützen, digitale Medien, das Internet und andere digitale Techniken kennenzulernen, auszuprobieren und sicher zu nutzen.

Der Ansatz ist nicht neu, räumt Susanne Klesse vom Seniorenbüro ein: Auch in den Kommunen des Landkreises Osnabrück gibt es bereits ehrenamtliche und selbstorganisierte Beratungsangebote für

Ältere. Dazu gehören Seniorencomputerclubs, Medien- und Smartphonesprechstunden in öffentlichen

APPsolut flexibel!

Über 80 digitale Services und unsere persönliche Beratung in Ihrer Filiale vor Ort.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wann Sie wollen, Wo Sie wollen, Wie Sie wollen:
Wir sind auch online für Sie da. Erfahren Sie mehr über unsere digitalen Services auf www.vbank.de oder in einer Filiale in Ihrer Nähe.

Volksbank Bramgau-Wittlage eG

Bibliotheken oder auch Beratung und Tipps bei den monatlichen Repair Cafés in der Region. Aber: „Unsere Initiative ergänzt und erweitert diese Angebote“, betont Klesse.

Initialzündung war das Austauschtreffen der Seniorenvertretungen und Seniorenbeauftragten von Landkreis und Stadt Osnabrück im Sommer 2018 im Kreishaus. Das Thema lautete seinerzeit „Online älter werden oder digital abgehängt.“ Im Oktober 2019 startete dann der erste Kurs „Medien- und Techniklotsin/-lotse werden“ in der Volkshochschule Osnabrück. An dem 20-stündigen Kurs nahmen elf Männer rund drei Frauen teil, die mit entsprechender Technikbegeisterung ältere Menschen bei der Bedienung von Smartphone, Tablet oder der Nutzung des Internets unterstützen möchten.

Wie geht es nun weiter? Für ältere Bürgerinnen und Bürger aus Bramsche, Hagen, Georgsmarienhütte und Wallenhorst wird es schon in Kürze Angebote geben. Die Vermittlung erfolgt durch die kommunalen Seniorenvertretungen und Freiwilligenbüros. Ein

besonderer Service wird sein, dass die Beratung nach Absprache auch bei den älteren Menschen zuhause stattfinden kann.

Für die bisherigen Absolventinnen und Absolventen heißt es hingehen, aus den Erfahrungen zu lernen und das Angebot weiter zu entwickeln. Deshalb treffen sich die Lotsen regelmäßigen zu Austauschrunden und weiteren Qualifizierungsmodulen. Ein erstes Thema für 2020 steht schon fest: „Digitaler Nachlass – Umgang mit dem digitalen Erbe.“

Interessenten können sich bei den kommunalen Seniorenbeauftragten, Seniorenvertretungen oder Freiwilligenbüros melden. Weitere Informationen sind erhältlich bei Susanne Klesse vom Seniorenbüro des Landkreises Osnabrück. Telefon: 0541/501-3831. E-Mail: Susanne.Klesse@Lkos.de.

**Bericht und Foto: Landkreis Osnabrück
(vom 02.01.2020)**



**Schornsteinfeger-
Meisterbetrieb
FABRICIUS**

- **Exklusive Kaminöfen**
- **Feuerstättenreinigung und -
reparatur**
- **Installation von Rauch-Meldeanlagen**
- **Schornsteinaufsätze**
- **Zertifizierte Energieberatung und
Energieausweise**
- **Schornsteinfegerarbeiten:
Sauber & Zuverlässig**

**www.fabricius-merzen.de
Hauptstraße 37 - 49586 Merzen
Telefon 0 54 66 / 93 65 99**

Tablets für Senioren

6 Wochen lang können auch Senioren aus Uefeln und Balkum mal ein Tablet kostenlos ausprobieren und erhalten dabei Hilfe von einem der ehrenamtlichen Bramscher Medien- und Techniklotsen. Sie unterstützen Ältere auch im Umgang mit digitaler Technik. Die Hilfe erfolgt immer auf Augenhöhe, geduldig und Schritt für Schritt, entweder zuhause oder an einem vereinbarten Treffpunkt.

Das Projekt wurde vom Stadtseniorenrat Bramsche initiiert und erhält Unterstützung von Stadt und Landkreis.

Die Medien- und Techniklotsen sind erreichbar unter
Tel. 01520/898 99 02
E-mail: mutbramsche@gmx.de

**Beste Grüße
Helmut Kölbach**

Heimat neu denken

Der Segelflugplatz in Ueffeln



Die Heide am Gehn mit der wunderschönen Baumeln-Bank ist ein Kleinod, das jetzt, in der Coronazeit von vielen wieder entdeckt wird. Dass da die Füße bei den meisten nicht bis zur Erde reichen ist lustig und angenehm zugleich.

Leider gibt es dort keinen Hinweis darauf, dass hier 1928 Segelflug betrieben wurde. Die Segelflugzeuge waren da noch Eigenbauten und echte Tischlerarbeit. Der legendäre Schädelspalter SG 38, ist erst 1938, also zehn Jahre später in Serie gegangen.

Gestartet wurde mit einem doppelsträngigen Gummiseil, das mit jeweils drei bis vier Jungs an jeder Seite auf Spannung gebracht wurde. Der Flugleiter hielt den Tragflügel und damit das Gleichgewicht. Dreißig bis vierzig Meter Gleitflug war da schon gut und Thermikflüge sehr selten. Irgendwie wurde es dann aber ganz still um den Segelflugplatz Ueffeln.

Der Bramscher Segelflugverein und auch der Osnabrücker Verein für Luftfahrt sind seit etwa 1955 beide in Vörden geflogen. 1960 haben die Osnabrücker den Platz verlassen und sind nach Achmer umgezogen. 1962 mussten sich auch die Bramscher einen neuen Platz suchen. In Vörden sind die Amerikaner mit ihren Raketen eingezogen.

Da war der Segelflugplatz Ueffeln wieder im Gespräch. Franz Hawickhorst und seine Mannen haben das Gelände eingehend geprüft.

Für eine Start- und Landebahn mit etwa 1200 m Länge hätten sie mit zig Grundstückeigentümern verhandeln müssen. In Quakenbrück gehörte das Gelände der ehemaligen Militär-Flugschule allein der Stadt Quakenbrück. So ist der Segelflugverein Bramsche nicht nach Ueffeln, sondern nach Quakenbrück umgezogen.



VIELSCHWEISS kostete der Transport der Flieger den steilen Hang hinauf.

Bericht und Fotos: Kurt Gormanns

Texte zum Nachdenken

Die „not-to-do“-Liste

Viele Menschen schreiben sich täglich eine to-do-Liste. Darauf notieren sie ihre Termine, Telefonate und Aufträge die sie abarbeiten müssen. An dieser Liste hangeln sie sich dann durch den Tag.

Oft ist diese Liste picke-packe voll. Manchmal enthält diese Liste mehr, als man schaffen kann.

Was man auf diesen to-do-Listen selten bis nie findet, ist z. B. „Zeit für mich haben“, „pünktlich Feierabend machen“ oder „Zeit mit meinen Lieblingsmenschen verbringen“.

Nicht wenige Menschen sind am Ende ihres (Arbeits)Tages so erschöpft, dass sie nur noch aufs Sofa fallen und dort für den Rest des Tages sitzen bleiben. Die Arbeit frisst den Menschen, seine Kraft und seine Energie auf. Im Haushalt wird dann nur noch das Nötigste getan, und der Rest auf das Wochenende vertagt.

Die Familie, so vorhanden, kommt manchmal zu kurz.

Jeder bemüht sich, im alltäglichen Hamsterrad nicht die Bodenhaftung zu verlieren. Viele stellen sich dabei die Frage: „Und wo bleibe ich?“

Das Leben sollte doch mehr sein, als eine Reihe von abgearbeiteten Terminen.

Warum eigentlich schreiben sich so wenige Menschen eine „not-to-do“-Liste, mit der sie festhalten, was sie alles nicht tun werden? Mir ist noch nie ein Mensch begegnet, der sich „not-to-do“-Listen schreibt, aber meine Liste sieht so aus:

- Ich mache mir keinen Stress.
- Ich lasse mich nicht von anderen stressen.
- Ich lasse mich nicht aus meiner Ruhe bringen.
- Ich renne keinem Schönheitsideal hinterher.
- Ich werde am Wochenende nicht vor 10 Uhr aufstehen.
- Ich habe kein schlechtes Gewissen, wenn die Fenster nicht geputzt sind.



- Ich gebe niemals auf.
- Ich werde nicht immer „ja“ zu allem sagen.
- Ich habe kein schlechtes Gewissen, wenn ich Süßes esse.
- Ich werde nicht auf mein tägliches Nutella-Brot verzichten...

Ich halte viel vom Leben und leben lassen. Ich muss nicht perfekt sein, und allen Ansprüchen gerecht werden. Ich erwarte ja auch nicht, dass die ganze Welt meinen Ansprüchen gerecht wird. Niemand sollte sich daran abarbeiten, allen Ansprüchen gerecht zu werden, denn das bedeutet heutzutage, die Quadratur des Kreises zu vollbringen. Mit anderen Worten: Es ist unmöglich.

Vielleicht sollten wir viel mehr „not-to-do“-Listen schreiben - und diese dann auch einhalten...

Allen Menschen recht getan

Den eigenen Erwartungen und denen anderer gerecht zu werden - gar nicht so einfach. Nicht nur im Sport. Es ist ja so: Fängt man mit einer Sportart neu an, sind die Ansprüche und Erwartungen gering. Erstmal gilt es, eine saubere Technik und die Bewegungsabläufe zu trainieren und schließlich zu beherrschen. Nach den ersten Anfängererfolgen steigen dann die Erwartungen. Fehler werden nicht mehr so schnell verziehen, da man seinen Sport ja nun schon eine Weile betreibt und wissen sollte, wie es geht.

Und, je höher das sportliche Niveau desto stärker auch die Konkurrenz. Gewinnen ist gar nicht mehr so einfach. Ab einer gewissen Leistungsstärke entscheiden nur noch Nuancen - eine Zehntelsekunde oder ein paar Zentimeter.

Eigentlich ist ein erster Platz ja etwas Tolles: Man hat sich angestrengt, alles gegeben, die Tagesform stimmte und am Ende standen der Siegerpokal, eine Urkunde, Punkte für die Rangliste und vielleicht noch ein Preisgeld. Das macht natürlich Appetit auf mehr.

Doch: Je mehr Erfolg, desto höher die Ansprüche, die Erwartungen. Und das erzeugt Druck, Erwartungsdruck. Von einem gewissen Punkt an zählt



**Autohaus
Kormann GmbH**
KFZ-Meisterbetrieb

Hauptstraße 19 - 49586 Merzen
Tel: 05466 / 412 - Fax: 05466 / 688
Handy: 0151-58478392
www.autohaus-kormann.de
info@autohaus-kormann.de

**KFZ-Werkstatt
Autohaus
24h Tankstelle & Shop**

nur noch der Sieg. Und, von diesem gewissen Punkt an ist schon der 2. Platz eine gefühlte Niederlage.

An diesem Druck, diesem Gewinnen-müssen, ist schon manch ein Sportler zerbrochen. An der Frage: Habe ich nur einen Wert, wenn ich erste Plätze abliefern?

Habe ich nur einen Wert, wenn ich als Wunscherfüller für die Funktionäre, die Fans oder gar meine Familie funktioniere?

Na klar, man möchte allen Ansprüchen gerecht werden - den eigenen und denen anderer Menschen. Doch, allen Menschen recht getan, ist ein Ding, das niemand kann.

Jeder will der Sieger sein. Doch niemand gewinnt immer. Und, wer ein paarmal nicht gewonnen hat, ist schon der Versager. Selbst Plätze in den Top Ten, immer noch ein Erfolg, zählen nichts mehr. Und der Sportler steckt in einem Teufelskreis: Egal, wie er sich anstrengt, es ist nie gut genug und vor allem ist es nie genug.

Irgendwann steigt der Druck ins Unermessliche und zerbricht nicht nur den Sportler - sondern auch den Menschen.

Cornelia Glindkamp

Meine Angebote:

- Wärmetherapie
- Elektrotherapie
- Kinesiotaping
- Schröpfen
- Massagen



Heilpraxis für
Physiotherapie
Axel Krug

Termine nur nach Vereinbarung
Keine Leistungen der gesetzl. Krankenkasse

Triggertherapie
Sanfte Mobilisation der Wirbelsäule
Tiefenwirksame Ultraschalltherapie
Pneumatische Pulsationstherapie (PPT)



Axel Krug | sek. Heilpraktiker Physiotherapie

Fliederstraße 5 | Tel.: 05464 / 96 88 22 (AB)
49565 Bramsche-Balkum | Mobil: 0171 / 2 770 770
www.heilpraktiker-krug.de | info@heilpraktiker-krug.de

Apothekendienste im Oktober

Regulärer Notdienst (bis 8.30 Uhr)

Montag, 05.10., Apotheke am Rathaus
Dienstag, 13.10., Linden-Apotheke
Donnerstag, 22.10., Apotheke am Markt
Freitag, 23.10., Gartenstadt-Apotheke
Sonntag, 25.10., Hirsch-Apotheke
Dienstag, 27.10., Johannis-Apotheke
Mittwoch, 28.10., Martini-Apotheke
Samstag, 31.10., Apotheke am Rathaus

Adressen

Apotheke am Markt

Am Markt 19-21, 05461/1220

Gartenstadt-Apotheke

Lutterdamm 50, 05461/94141

Hirsch-Apotheke

Münsterstr. 28, 05461/94040

Johannis-Apotheke (Engter)

Wallenhorster Str.1, 05468/92100

Martini-Apotheke

Münsterstr. 21,
05461/2038

Linden-Apotheke

(Neuenkirchen)
Lindenstr. 22,
05465/92020

Apotheke am Rathaus

Hasestraße 14,
05461/708080

Linden Apotheke



**Andrea Glose
geb. Hesse**

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

HAUPTSACHE GESUND



www.ksk-bersenbrueck.de

Mit der vielfach ausgezeichneten
Sparkassen-App.

Nutzen auch Sie viele praktische Funktionen.



 **Kreissparkasse
Bersenbrück**