

GEWOBA MAGAZIN

SOMMER 2023

JOEPJE UND KALLE TEMPLIN

GEMEINSAM DEM GLÜCK AUF DER SPUR

MITSEGELN: ZU BESUCH AUF DER ASTARTE IN BREMERHAVEN

EIN PARADIES: NICOS GARTEN IN DER VAHR

IMMER EINEN BESUCH WERT: DER FINDORFFMARKT

IMPRESSUM

Herausgeber
 GEWOBA
 Aktiengesellschaft Wohnen und Bauen
 Rembertiring 27, 28195 Bremen
 Telefon: 0421 36 72-0
 magazin@gewoba.de
 www.gewoba-magazin.de

V.i.S.d.P.
 Christine Dose, Leitung Unternehmens-
 kommunikation / Marketing

Redaktion
 Natalie Simon

Autoren dieser Ausgabe
 Roger Harders, Katharina Schwarz,
 Inga Sievers, Natalie Simon

Konzept & Gestaltung
 planetmutlu
 www.planetmutlu.com

Fotografie
 Gaby Ahnert, Michael Borau, Nicole
 Gelhaus, Christian Haase, Roger
 Harders, Marcel Hilger, Tobias Kiebler,
 Thomas Kleiner, Jann Raveling,
 Jörg Sarbach, Antje Schimanke,
 André Wagenzik
 istockphoto.com/CraigRJD,
 istockphoto.com/piranka,
 istockphoto.com/Rabizo,
 istockphoto.com/Fascinadora,
 istockphoto.com/Christine-E-Russell,
 istockphoto.com/wisan224,
 istockphoto.com/enona

Druck
 BerlinDruck GmbH + Co KG
 www.berlindruck.de

Das GEWOBA Magazin wünscht
 Ihnen einen schönen Sommer.



Kai Matthiesen,
 Schwerbehindertenvertretung
 bei der GEWOBA

> GRUSSWORT

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

Barrierefreiheit – wat ist dat denn für'n niemodsche Kram?

Naja, als Unsinn kann man Barrierefreiheit wahrlich nicht bezeichnen. Alle Menschen sollen am Leben so teilhaben können, als hätten sie keine Einschränkungen. So das Ziel.

Im ersten Moment wird leider oft davon ausgegangen, dass Barrierefreiheit sich nur auf die Beseitigung von physischen Barrieren bezieht. Es wird eine Rampe statt einer Treppe gebaut oder es gibt schöne breite Türen und einen Aufzug. Im öffentlichen Raum gibt es Sitzmöglichkeiten oder niedrige Einstiege bei Bussen und Bahnen. Dabei hilft richtige Barrierefreiheit allen Menschen, denen mit und denen ohne Einschränkungen. Alle haben Vorteile durch Barrierefreiheit. Senioren, Kinder, Eltern oder Menschen, die nur vorübergehend eingeschränkt sind.

Leider vergisst man dabei gerne die vielen anderen Barrieren, die es im Leben geben kann. Beispielsweise für Menschen mit Seh- oder Hörproblemen. Oder die komplizierte Nutzung von Computern und Internetseiten oder amtlichen Formularen. Aber auch Barrieren in Köpfen sind gemeint. Diesen können wir mit Toleranz und Offenheit begegnen. Da fällt mir ein altes indianisches Sprichwort ein: „Urteile nicht über einen anderen, bevor du nicht eine Meile in seinen Mokassins gegangen bist.“ Bei der Umsetzung dieser Empfehlung hilft mir das, was ich in meiner Jugend vom Kasperle auf einer Langspielplatte gehört habe: „Die erste Bürgerpflicht ist Ruhe und die zweite Geduld.“

Als Schwerbehindertenvertreter braucht man tatsächlich viel Geduld. Zwar hat sich das Bewusstsein für Barrierefreiheit in den letzten Jahren deutlich verbessert, aber es gibt auch noch gaaaanz viel Luft nach oben... Also: tief durchatmen und beharrlich weiter Barrieren aus dem Weg räumen.

Ihr Kai Matthiesen

SOMMER 2023

GEWOBA NEWS 4
 Was gibt es Neues?

HOME STORY 6
 So wohnt es sich im Neubaugebiet Lesum-Park

VERANSTALTUNGSTIPPS 10
 Termine in Bremerhaven und Bremen

AN BORD DER ASTARTE IN BREMERHAVEN 12
 Ehrenamtliche halten das schöne Schiff in Schuss

SPANISCHE GAZPACHO 14
 Die köstlich-gesunde Suppe erfrischt an heißen Tagen

NICOS GARTEN 16
 In der Vahr hat Nico Lichtenberg ein Vogel- und Bienenparadies geschaffen

75 JAHRE FINDORFFMARKT 18
 Auf Schlemmertour mit der Marktmeisterin

IM GESPRÄCH 20
 Tagespflege heute – fast wie ein Freizeitclub

WOHNEN BEI UNS 22
 Großer LED-Lampentausch soll Insekten schützen

KIDS CORNER 23
 Was hilft eigentlich gegen Mücken?



**SEITE 6 HOME STORY: DEM
 GLÜCK AUF DER SPUR**

Das niederländisch-deutsche Ehepaar Templin engagiert sich in der noch wachsenden Nachbarschaft „Lesum-Park“ leidenschaftlich für die Gemeinschaft im Quartier.



**SEITE 12 EHRENAMTLICH
 NAH AM WASSER**

Die Schiffergilde Bremerhaven e. V. ist Eigner und Betreiber des sturmerprobten Fischkutters ASTARTE. Ein Teil der maritimen Geschichte, den es zu bewahren gilt.



**SEITE 16 NICOS BIENEN-
 UND VOGELPARADIES**

Wie wir von diesem besonderen Kleinod erfahren haben? Ganz einfach: Ein Nachbar hat der Redaktion einen Tipp gegeben. Willkommen in Nicos Garten.



Inklusives Projekt zum Leben, Wohnen und Arbeiten in der Bremer Überseestadt



GEWOBA-BLAUHAUS ÜBERZEUGT BEIM WETTBEWERB „PREIS SOZIALE STADT 2023“

Man nehme: ein inklusives Neubaukonzept, das viele Akteure einschließt, nachhaltig wirksam ist und mit niederschweligen Angeboten den sozialen Zusammenhalt im Stadtteil stärkt. Man erhält: ein auszeichnungswürdiges Inklusiv-Projekt.

So geschehen beim BlauHaus der GEWOBA in der Bremer Überseestadt. Der Ort zum Leben, Wohnen und Arbeiten für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung erhält beim diesjährigen Wettbewerb „Preis Soziale Stadt 2023“ einen von insgesamt fünf Preisen, die der Bundesverband für Wohnen und Stadtentwicklung in Kooperation mit weiteren Partnern an soziale

Bauprojekte vergibt. Gegen mehr als 100 Projekte konnte sich das Projekt durchsetzen. Die feierliche Übergabe der Preise fand am 01. Juni 2023 im Berliner Umweltforum statt.

Weitere Informationen unter:

www.martinsclub.de/wie-das-blauhaus-entstand



BAUBEGINN FÜR KLIMAQUARTIER

Ab Sommer 2023 nehmen die Habenhauser „Seehöfe“ Formen an.

Nur wenige Meter vom Habenhauser Deich entfernt werden in Kürze die Bagger nicht mehr stillstehen. Inmitten von grüner Natur und altem Baumbestand entsteht unweit vom Werdersee das neue Wohnquartier „Seehöfe“. Neun moderne Klinker-Mehrparteienhäuser mit energieeffizienter Gebäudetechnik und geringem CO₂-Verbrauch bieten künftig Familien, Alleinerziehenden und Singles ein neues bezahlbares Zuhause. Im Sommer 2023 startet der Bau der ersten zwei Baufelder, die bereits 2022 das Siegel „Klimaschutzsiedlung“ erhalten haben.

Neben 214 lichtdurchfluteten Ein- bis Vier-Zimmer-Wohnungen realisiert die GEWOBA vor Ort drei Gewerbeflächen und zwei Pflege-Wohngemeinschaften – allesamt barrierefrei. Von Balkon, Terrasse oder Loggia können die späteren Mieterinnen und Mieter den Blick ins grüne Umfeld oder direkt auf den Werdersee genießen. Auch für das nachbarschaftliche Miteinander wird gesorgt: Begrünte Wohnhöfe werden mit Außenmöblierung aufgewertet. Ein Gemeinschaftshaus lädt zusätzlich zur Begegnung und zu gemeinsamen Aktivitäten ein.

Weitere Infos:



HANSEATISCH CLEVER MOBIL SEIN: GEWOBA HILFT BEIM UMSTEIGEN AUF CARSHARING

Ein Auto kostet pro Jahr mittlerweile mehr als ein Monatseinkommen. Reparaturen, Waschstraße, neue Reifen oder der Scheibenwischer – schnell kommen da hohe Beträge zusammen. Von Versicherung und Steuern ganz abgesehen. Und dann ist noch kein Liter Benzin getankt. Mit CarSharing lässt sich das alles sparen.

Gezahlt wird nur, wenn auch gefahren wird, Versicherung und Kraftstoff sind inklusive. Bis 10.000 gefahrene Kilometer im Jahr ist ein cambio-Auto innerstädtisch nachweislich günstiger als ein vergleichbarer privater PKW.

Verzichtet? Ja – auf jährliche Reifenwechsel, leere Batterien, Werkstattbesuche, TÜV oder Parkplatz-Suche. In 95 Prozent erhalten Sie dazu auch genau das Auto, das Sie gerade wollen. Vom Kleinwagen bis zum Transporter. So kommen auch GEWOBA-Mieter:innen immer besser an. Und mit dem gesparten Geld sind das 49-Euro-Ticket oder ein neues City-Fahrrad tolle Extras für ihr persönliches Mobilitäts-Gefühl.

ANGEBOT FÜR ALLE MIETER:INNEN DER GEWOBA

20 Euro Fahrtguthaben für alle Neueinsteiger:innen bei cambio CarSharing, die bei der GEWOBA in Bremen, Bremerhaven oder Oldenburg wohnen. Einfach bei der Anmeldung auf www.cambio-carsharing.de den Aktionscode **GEWOBA** angeben.



Zuletzt wurden im Hohentor und in der Gartenstadt Vahr cambio-Stationen eröffnet. Weitere sollen folgen.

NEUBAU AUF DEM KISTNER-GELÄNDE IN BREMERHAVEN STARTET

Historie trifft auf Moderne

Lange Zeit lag das Grundstück der ehemaligen Kalksandsteinfabrik H. F. Kistner in Bremerhaven-Lehe brach. Bis zur Insolvenz im Jahr 2005 prägte die Fabrik das Baugeschehen der Region maßgeblich. Nun entsteht auf dem Gelände ein neues Wohngebiet in Wasserlage. In Anlehnung an die historischen Bauten werden künftig moderne Mehrfamilienhäuser mit roten Klinkersteinen dem Ort neuen Charme verleihen. In fußläufiger Entfernung wurde bereits ein neuer Verbrauchermarkt errichtet. Mit einem ersten Spatenstich geht es ab Juli 2023 mit dem Bau der Wohngebäude los.

Die GEWOBA beteiligt sich mit zwei Neubauten am Projekt. Insgesamt 66 barrierefreie, energieeffiziente und bezahlbare Zwei- bis Vier-Zimmer-Wohnungen sind vorgesehen. Die neuen Mieterinnen und Mieter können voraussichtlich ab Frühjahr 2025 ihre neuen Wohnungen beziehen.

Weitere Infos:



Wo wird diesen Sommer in der Nachbarschaft gemeinsam gefeiert?

BEI DER BUNTEN MAR IN MARSEL am 18. August ab 15 Uhr an der Helsingborger Straße.

IN LÜSSUM findet das Sommerfest hinter dem Lüssumer Ring am 1. September ab 15 Uhr statt.

GARTENSTADT WERDERSEE Am Freitag, 8. September findet ab 15 Uhr ein Kennenlernfest für die Bewohner:innen des neuen Quartiers statt.



Seit der Insolvenz des Unternehmens im Jahre 2005 liegt das Gelände der ehemaligen Kalksandsteinfabrik und des Baugeschäftes H. F. Kistner brach. In einem städtebaulichen Wettbewerb wurden 2016 die Weichen gestellt, um das Areal mit einem Verbrauchermarkt an der Hafestraße, einem Hostel mit Gastronomie auf dessen Rückseite und mehrgeschossigem Wohnungsbau zu entwickeln. Die Bauarbeiten auf dem Grundstück an der Geeste sollen in 2023 beginnen.

Blumen VON DER GEWOBA

In vielen Stadtteilen in Bremen und Bremerhaven kam die GEWOBA ab Mitte Mai mit ihrer Pop-up-Gärtnerei vorbei und befüllte mitgebrachte Balkonkästen und Kübel mit bunten Sommerblumen wie Petunien, Geranien und Margeriten.



Kheybar Rabiei aus Kattenturm



> LESUM-PARK

ONEINDIG GELUKKIG GRENZENLOS GLÜCKLICH

> Text: Katharina Schwarz

> Fotos: Gaby Ahnert

1 /

Das junge Wohngebiet „Lesum-Park“ punktet mit modern ausgestatteten Wohnungen, jeder Menge Grün, kurzen Wegen und – mit dem niederländisch-deutschen Ehepaar Joepje und Kalle Templin. In der noch wachsenden Nachbarschaft richten sich die beiden auf den gemeinsamen Lebensabend ein und engagieren sich leidenschaftlich für die Gemeinschaft im Quartier.

Wände in sonnigem Gelb, ein strahlendes Lächeln im Doppelpack und das Schwanzwedeln eines quirligen Shih Tzu empfangen uns im Eingangsbereich der Familie Templin-Klein. Die barrierefreie Drei-Zimmer-Wohnung im zweiten Obergeschoß des Acht-Parteien-Hauses bewohnt das Paar seit Oktober 2019, zusammen mit ihrer 6-jährigen Hündin Nele.

Im Flur gibt ein offener Durchgang den Blick frei auf den großen, lichtdurchfluteten Wohnraum mit offener Küche. Vor der bodentief verglasten Fensterfront: der Schlafplatz von Hündin Nele, dahinter der herrlich ruhig gelegene Balkon, den das Paar liebevoll dekoriert und üppig bepflanzt hat. Gegenüber der Fensterfront erstrahlt die Wand hinter der Küchenzeile in einem saten Feuerwehrrrot. Gekocht wird hier gerne und „alles, was schmeckt“, zubereitet von Hausherrin Joepje.

Weitere Akzente in Rot setzen die floral gemusterten Vorhänge sowie die Kopfstützen-Bezüge des beigefarbenen Ledersofas – dem Lieblingsplatz des 69-Jährigen. Als Hingucker fungiert das gestreifte TV-Sideboard in den Farben Rot, Pink und Orange. Das übrige Mobiliar in Weiß und Beige ist passend ausgewählt zum hellen Holton des pflegeleichten Vinylbodens. Wer in Sachen Einrichtung den Ton angibt? „Wir beide“, erklärt Kalle entschieden, „der einzige Unterschied ist, dass es mir



2 /



3 /



4 /

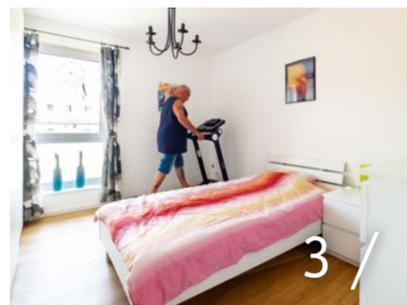
- 1 / Beste Aussichten auf den gemeinsamen Lebensabend genießen die beiden am liebsten vom ruhig gelegenen Balkon.
- 2 / Akzente in sattem Rot dominieren den offenen Wohn- & Essbereich.
- 3 / Kalles Lieblingsplatz? Das Sofa – perfekt zum Zurücklehnen und Entspannen.
- 4 / Modern, hell, barrierefrei – so sind die Wohnungen im Lesum-Park.



1 /



2 /



3 /

irgendwann gefällt, wie es ist. Und das auf Dauer. Joepje dagegen hat immer wieder neue Ideen. Der Vorteil: So wird es garantiert nie langweilig."

WIE ALLES BEGANN

Nicht gesucht, aber gefunden haben sich die gebürtige Holländerin Joepje Klein und der Brinkumer Kalle Templin im Jahr 1997. Joepje: „Ich lebte damals schon länger in Deutschland und eine Freundin von mir hatte Kalle in der Kartei ihrer Partnervermittlung. Zu diesem Zeitpunkt war ich bereits seit sieben Jahren von meinem ersten Mann getrennt und eigentlich alles andere als auf der Suche, aber meine Freundin überredete mich hartnäckig zu einem Treffen mit ihm. Gut so, denn nur ein Jahr später haben wir geheiratet.“ Zur so entstandenen Patchwork-Familie gehören mittlerweile – neben den zusammengerechnet vier Kindern aus vorangehenden Beziehungen – acht Enkel und zwei Urenkel im Alter zwischen vier und 21 Jahren. Ein bunter Haufen, verteilt auf Bremen und umzu, der das Paar an ihr Zuhause bindet, wohin es sie auch verschlägt.

»Die Wände in Vollton-Farben waren Kalles Wunsch. (lacht) Unser Hausmeister war geschockt! Ich finde, es passt zu uns.«

Joepje Templin-Klein

ENMAL AUSWANDERN & ZURÜCK

Der bislang weiteste Weg führte die beiden rund 7.500 Kilometer Luftlinie von Bremen entfernt an die afrikanische Elfenbeinküste, genauer nach Ghana. Der Trip im Jahr 2003, gedacht als gemeinsamer Ausstieg und Neuanfang, entsprang der Idee von einem anderen, sinnstiftenden Leben. Ein Experiment, das misslingt. Nach rund sechs Monaten treten die beiden die Heimreise an. Ernüchtert, aber um ein unvergessliches Abenteuer reicher. Joepje erzählt: „Das Problem war unter anderem die komplett unterschiedliche Mentalität, das Leben von einem Tag zum nächsten, das Fehlen von Verbindlichkeit. Das alles kostete uns mehr Kraft als gedacht. Trotzdem sind wir froh und dankbar, dass wir den Mut hatten und diese Erfahrung machen durften.“

AUF GROSSER FAHRT

Zurück in Bremen wartete Abenteuer Nummer zwei – der berufliche Neustart in der zweiten Lebenshälfte. Und: das Leben im Führerhaus eines Lkws. Joepje erinnert sich: „Der

- 1 / „Du kannst den Wind nicht ändern – aber die Segel anders setzen.“ Der Spruch im Bad taugt als Lebensmotto der Familie Templin-Klein, die anpacken, um etwas zu verändern.
- 2 / Ein selbst gebastelter Traumfänger bewahrt vor schlechten Träumen.
- 3 / Der Weg ist das Ziel: Beim fit bleiben hilft ein Laufband im Schlafzimmer.

Plan vom Lkw fahren entstand während eines Abends in der Kneipe. Ich beobachtete, wie Kalles Augen strahlten, während ein Fahrer von seinem Job erzählte. Für uns ein Abenteuer, das zu uns passte. Und für mich ein guter Grund, auch mit 50 noch den Führerschein zu machen.“ Von da an fahren die beiden fünf volle Jahre als Doppelbesatzung europaweite Lkw-Touren und sind in der Anfangszeit bis zu vier Wochen am Stück unterwegs – entspannte Wartezeiten bis zur Nachbeladung inklusive. „Eine tolle Zeit“, schwärmt darum auch Kalle Templin, der nach dem gesundheitsbedingten Ausstieg der damals 61-jährigen Joepje noch bis 2021 weiterfuhr – dann jedoch nur noch auf kurzen Touren innerhalb Deutschlands.

Die schönste Erinnerung ans gemeinsame Fahren? „Das Zusammensein“, sagt Joepje mit einem liebevollen Blick auf ihren Mann, „das haben wir immer sehr genossen.“

ENDLICH ANGEKOMMEN

Neben dem rollenden Zuhause gibt es wechselnde feste Adressen in Bremen-Farge und der Neustadt. So richtig angekommen fühlen sich Joepje und Kalle dann aber erst im Oktober 2019 – mit ihrem Umzug in das Neubaugebiet Lesum-Park. Kalle Templin: „Wir hatten fast vergessen, dass wir uns um eine Wohnung dort beworben hatten, denn das Projekt war ja noch nicht bezugsfertig und existierte für uns nur auf dem Papier. Als dann der Anruf kam, war die Vorfreude umso größer.“ Warum? „Wir hatten die Nase voll von Kompromissen! Wir wollten endlich ankommen in einem Zuhause, das auch im Rentenalter noch zu uns passt“, erklärt Kalle Templin. „Und das ist im Lesum-Park definitiv gegeben.“

Bei der Besichtigung überzeugen die lichtdurchfluteten Räume, der Aufzug und die große, bodengleiche Dusche im geräumigen Bad, dessen Wände heute in leuchtendem Blau gestrichen sind.

Links vom Bad, das weiß möblierte Schlafzimmer mit großem Kleiderschrank und – auch bei schlechtem Wetter – einem Platz zum Spazieren auf dem elektrischen Laufband. Vor dem Fenster tanzen die Federn eines Traumfängers im Wind. Eine Tür weiter: „Joepjes Reich“, ein gemütlich eingerichtetes Zimmer mit Relaxsessel, Flachbild-TV sowie einer eigenen Näh- und Bastecke, denn beim kreativen Werkeln schaltet die 70-Jährige am allerbesten vom Alltag ab.

Am Leben im Stadtteil gefällt dem Ehepaar Templin-Klein das viele Grün, die kurzen Wege und die nette, unkomplizierte Nachbarschaft. Und – für eben diese Nachbarschaft möchten die beiden nun auch aktiv etwas tun.

GEMEINSAM – STATT EINSAM

Die erste konkrete Aktion starteten Kalle und Joepje im Herbst 2022. „Inspiriert von einer ähnlichen Veranstaltung der Vahrer Löwen wollten wir in unserer Nachbarschaft ein zwangloses Begegnungsangebot für sonst eher einsame Seniorinnen und Senioren schaffen“, erinnert sich Joepje, „also sprach ich die GEWOBA und den mobilen Sozial- und Pflegedienst vacances an. Und die waren sofort dabei! Seither veranstalten wir alle drei Wochen ein Frühstück in einem Raum von vacances, den wir fußläufig erreichen können, mit einer mittlerweile festen bunten Truppe von rund 24 Personen.“

Zu den nächsten Ideen gehören ein Sommerfest zum Kennenlernen und Kontaktknüpfen im Quartier sowie ein Rollator-Training, für das



Ein Erinnerungstück, das die beiden, wohin sie auch gehen, begleitet, ist der „Glimlach“ – ein gerahmter Spruch und zugleich Andenken an Joepjes Opa, der besagt: „De beste talisman is een glimlach“, heißt auf Deutsch: „Der beste Talisman ist ein Lächeln.“

Joepje noch nach passenden Unterstützern sucht. Das Ziel: Bewegungseingeschränkter Menschen die Teilhabe zu erleichtern, indem der Umgang mit dem Rollator gezielt geübt wird. Joepje erzählt: „In Gesprächen hören wir immer wieder, wie sehr die Unsicherheit im Zusammenhang mit Hindernissen, wie z. B. Treppenstufen oder das Einsteigen in Bus und Bahn, das tägliche Leben beeinflusst. Das kann und darf nicht sein, darum gebe ich meine Idee nicht auf, bis sich irgendwie und irgendwo eine Möglichkeit zur Umsetzung gefunden hat.“

Die nächsten Pläne in den eigenen vier Wänden? „Da lasse ich mich gerne von den Ideen meiner Frau überraschen“, lacht Kalle Templin mit einem liebevollen Blick auf sein Gegenüber. „Mit Joepje bleibt das Leben bunt – und jeder Tag ein echtes Abenteuer.“



»Wir wollten endlich ankommen in einem Zuhause, das auch im Rentenalter noch zu uns passt.«

Kalle Templin



16.–20.08.2023

MARITIME TAGE IN DER SEESTADT

„Schiff ahoi!“ heißt es auch in diesem Jahr beim kleinen, aber feinen Hafenfest in Bremerhaven, den „Maritimen Tagen“! Kommen Sie zum Schiffebestaunen, freuen Sie sich auf musikalische Darbietungen und noch viel mehr.

Online-Tickets für Halbtagestörns und den beliebten Feuerwerkstörn sind hier erhältlich:

www.bremerhaven.de

26.08.2023 · 16:00–22:00 Uhr

FLEDERMAUSFEST

Ein familienfreundlicher Abend rund um die faszinierenden „Kobolde der Nacht“ erwartet Interessierte am Vahrer Feldweg. Auf dem Programm stehen ein Mitmach- und Zuhör-Programm zu den Themen Insekten-schutz, Vogelschutz und Fledermäuse sowie ein Rundgang mit dem Ultraschall-Detektor. Plus großes Abschlusslagerfeuer.

Kosten: 5 Euro/Familie,
Mitglieder: frei

www.nabu-bremen.de

30.07., 27.08. & 24.09.2023 · 10:00–13:00 Uhr

BÜCHERFLOHMARKT

Leseratten aufgepasst: An jedem letzten Sonntag im Monat öffnet das Tierheim Hemmstraße (Buslinie 28, Haltestelle: Wetterungsweg) seine Türen für einen großen Bücherflohmarkt. Ob fesselnder Roman, packendes Sachbuch, Kinder- oder Jugendliteratur – während der Öffnungszeiten des Tierheims können Sie nach Lust und Laune durch gelesene Bücher und gehörte Hörbücher stöbern. Zur Stärkung für zwischendurch gibt es Kaffee und Kuchen.

www.bremer-tierschutzverein.de



UNSERE TERMIN-TIPPS

FÜR BREMEN & BREMERHAVEN

SOMMER
2023



18.–20.08.2023

HIDDEN TREASURE MUSIK & URBAN ART AUF DER ÜBERSEEINSEL

Unter dem Motto „Bring the Heat“ geht Bremens erstes „Schwarzlicht Urban Art Festival“ HIDDEN TREASURE in die zweite Runde. Auf einer 500 Quadratmeter großen Hallenfassade, aufgeteilt in sieben Einzelformate, entsteht während des dreitägigen Festivals ein gigantisches Schwarzlichtkunstwerk in den Farben des Feuers – von jeweils drei Artists im Team. Zu den musikalischen Liveacts auf der Überseeinsel gehören D-Flame (Hip-Hop), Fabie Music (Afrobeats) oder Monopohl (Deep House). **Der Eintritt ist frei!**

www.hidden-treasure-festival.de

04. & 05.08.2023

KINO IM HAFEN

Ein Muss für Kino-Fans und eines der größten Top-5-Freiluftkino-Events in Deutschland: das Kino im Hafen, das auch 2023 an zwei Sommerabenden ein Programm aus Filmklassikern unter freiem Himmel bietet. Treffpunkt: nach Sonnenuntergang (gegen 22 Uhr) im Schaufenster Fischereihafen, Bremerhaven. **Der Eintritt ist frei!**

www.bremerhaven.de/kino-im-hafen



14.–23.07.2023

MINIGOLF & THE CITY

Minigolfspielen mit Weserblick – das geht vom 14. bis 23. Juli direkt an der Bremer Schlachte an insgesamt 18 kniffligen Stationen. Eine Runde inklusive Spielkarte, Ball & Schläger kostet pro Person 4 Euro, für Kinder 3 Euro.

www.bremen-city-minigolf.de

13.08.2023 · 11:00–17:00 Uhr

SPORTLICHES FAMILY-EVENT IN SPECKENBÜTTEL

Ob BMX oder Bogenschießen, Nordic Walking, Pilates oder Yoga: In Bremerhaven-Speckenbüttel laden die Veranstaltenden des „1. Family-Event im Gesundheitspark“ zum Dabeisein und Mitmachen ein. Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.



23.09.2023 · 10:00–17:00 Uhr

SELBSTHILFE IST VIELFALT

Am „SelbsthilfeTag“ in der Bremer Glocke stellen sich über 40 Gruppen vor. Er soll auf die zahlreichen und verschiedenen Angebote von Selbsthilfegruppen in Bremen aufmerksam machen. Darunter: Mediensucht bei Jugendlichen, Auswirkungen von Long-Covid oder Umgang mit Depressionen. **Der Eintritt ist frei!**

07.09.2023 · 19:15–21:00 Uhr

SINGENDE BALKONE

Auch in diesem Jahr lädt die GEWOBA zu einem Freiluftkonzert der besonderen Art: Am Abend des 07. September 2023 lauschen Besucherinnen und Besucher den „Singenden Balkonen“ vom Innenhof des OTeBad (Haltestelle Linie 1, OTe-Zentrum). Die Anwohnenden stellen ihre Balkone Künstlerinnen und Künstlern aus dem Stadtteil zur Verfügung. Koordiniert und begleitet wird der einmalige Hörerlebnis von dem Bremer Musiker und Komponisten Mark Scheibe. **Der Eintritt ist frei!**

www.gewoba.de/kunden/veranstaltungen/singende-balkone

12.08., 09.09. & 14.10.2023

TOUR DE FISCH

Lust auf eine Zeitreise durch den Fischereihafen? Auf einer zweistündigen, live kommentierten Busfahrt plus Führung auf der FMS „Gera“, dem letzten deutschen Fischfang-Seitentrailer, erleben Sie die Fischtown Bremerhaven hautnah und probieren sich im Anschluss durch leckere Verkostungshäppchen.

Tickets gibt es (ab 17 Euro/Person) für noch drei verbleibende Termine in 2023.

www.bremerhaven.de/tourdefisch



27.08.2023

FINALE AUF ZWEI RÄDERN: DEUTSCHLAND TOUR 2023

Die Bremer Überseestadt wird erstmals zur Kulisse des großen Finales der Deutschland Tour 2023, einem Etappenrennen der Herren-Elite im internationalen Radsport. Insgesamt 724 Kilometer führte die Deutschland Tour durch fünf Bundesländer – von Süd nach Nord. Am Finaltag führt die Strecke über die Karl-Carstens-Brücke durch die Bremer Altstadt, vorbei an Weserstadion und Marktplatz, bis in die Überseestadt, bevor die schnellsten Fahrer mit einem Sprint Royal auf der langen Zielgerade den Tagessieg ausfahren.

www.deutschland-tour.com

04.–06.08.2023

INTERNATIONALES FESTIVAL MARITIM

Open-Air-Konzerte & Meer erwarten die Besuchenden auch in diesem Jahr beim dreitägigen Festival Maritim in Vegesack. Auf dem Line-up: Shanty- und Seamusicsbands, -Gruppen und -Chöre aus aller Welt, vom lauten Rock bis wilden Punk, von Klängen zum Schunkeln bis zu Texten zum Schmunzeln.

www.festival-maritim.de

26.08.2023

CHRISTOPHER STREET DAY (CSD)

Der bunte Umzug durch die Bremer City, organisiert vom CSD Bremen + Bremerhaven e. V., startet ab 12 Uhr – als politische Demonstration für die Rechte der LGBTQ+-Gemeinschaft. Und das in guter alter Tradition, denn bereits im Jahr 1979 war der Bremer CSD der erste in ganz Deutschland.

www.csd-bremen.org



23.07.2023 · ab 11:00 Uhr

FÜHRUNG DURCH „DEN KOLOSS“

Garantiert unvergesslich ist der 120-minütige Rundgang durch die gewaltige Getreideumschlagsanlage am Pier 2 in Gröpelingen (Gröpelinger Fährweg, Haltestelle Linie 3: Use Akschen). Die Führung durch das Industriedenkmal bietet spannende Einblicke in Anlagen, Silos und den gigantischen Verladebahnhof aus dem 19. Jahrhundert.

Tickets gibt es (ab 9 Euro) über

info@kultur-vor-ort.com

0471 98 99 700

Weitere Termine:

www.kultur-vor-ort.de





Ehrenamtlich nah am Wasser

> Text: Katharina Schwarz
> Fotos: Antje Schimanke



Um die Traditionen und das Erbe der Seefahrt zu bewahren, sucht die Schiffergilde Bremerhaven e. V. nach Nachwuchs mit Lust aufs Anpacken und lädt zum Mitsegeln an Bord eines der letzten „Finkenwerder Fischkutter“ ein – der ASTARTE.

Im Laufe der Jahrzehnte durchkreuzten die Finkenwerder Kutter die Nordsee, liefen zahlreiche Häfen an, überstanden schwere Stürme, fanden ihren Weg durch die raue See und kehrten immer wieder in ihren Hafen zurück. Bis heute steht die robuste Schönheit der ASTARTE, dem letzten Finkenwerder Kutter, für die Stärke und den Mut der Seeleute, die im Laufe der Gezeiten auf ihr gesegelt sind. Kurzum: Der Segler aus dem Jahr 1903 ist Teil der maritimen Geschichte, die es zu bewahren gilt. Dieser Aufgabe hat sich die Schiffergilde Bremerhaven e. V. verpflichtet – seit 45 Jahren Eigner und Betreiber des sturmerprobten Fischkutters mit dem traditionellen Finkenwerder Fischereizeichen „HF 244“.

DIE SCHIFFERGILDE BREMERHAVEN E. V. – KEINER FÄHRT TRADITIONELLER ZUR SEE

Gegründet im Jahr 1978 spielt die Schiffergilde bis heute eine wichtige Rolle in der Unterstützung der Küsten- und Hochseeschiffahrt. Die Mitglieder des Vereins sind allesamt leidenschaftliche Seeleute oder solche, die es werden wollen. Denn tatsächlich werden – ob zu Lande oder zu Wasser – zahlreiche Talente, in jedem Fall aber Hände zum Anpacken, gebraucht. Zwei dieser Hände gehören Marion

Rzondkowski (75), seit vier Jahren ein fester Teil der ASTARTE-Crew, ob an der Steganlage der Schiffergilde im Neuen Hafen (Bremerhaven) oder auf hoher See: „Nach einem 3-tägigen Helgoland-Törn an Bord der ASTARTE trat ich der Schiffergilde bei, kochte für die Mannschaft und half auch handwerklich, wo ich gebraucht wurde, denn die Instandhaltung ist eine nicht enden wollende Arbeit. Und für mich zugleich das Schönste, was ich jemals getan habe, denn an Bord dieses Schiffes fühle ich mich zu Hause.“

LUST AUFS SEELUFTSCHNUPPERN?

Bis heute lädt die Mannschaft der ASTARTE unter fachkundiger Anleitung zum Mitsegeln auf der Nord- und Ostsee ein. Während mehrstündiger bis mehrtägiger Segel-Trainingsreisen werden so auch unerfahrene segelbegeisterte Landratten im Handumdrehen zu einem Teil der Besatzung. Ob ein kurzer Törn von Bremerhaven nach Flensburg, als Begleitfahrt während der Kieler Woche, ein Wochenende an der Jade oder Teilnahmen an Kutterregatten oder dem Vegesacker Festival Maritim – bis Ende Oktober bietet der alljährliche Törnplan eine Vielzahl möglicher Begegnungen mit dem über 120 Jahre alten Zweimaster.

»Jede und jeder ist bei der Schiffergilde und an Bord des Flaggschiffs ASTARTE willkommen. Ob alt, ob jung, ob seetauglich oder nicht. Gemeinsam werden wir das Schiff schon schaukeln!«

Marion Rzondkowski

Steht gerade kein Törn auf dem Programm, kümmern sich die aktiven Vereinsmitglieder um die Arbeit in der Gläsernen Werft. Diese befindet sich gleich hinter den Liegeplätzen der Flotte der Schiffergilde mit ihren bis zu 20 historischen Schiffen im Südteil des Neuen Hafens. Spannend sind die gut ausgestattete Werkstatt und die Demonstration von traditionellem Schiffshandwerk für alle, die mehr über die maritime Kultur erfahren wollen, die ein wichtiger Teil der Geschichte unserer schönen Seestadt ist.

KONTAKT

- ✉ info@schiffergilde.de
- ☎ 0471 14 29 726
- 🌐 www.schiffergilde.de
- 📍 **Spendenkonto:**
IBAN: DE32 2925 0000 1020 8203 90

WILLKOMMEN AN BORD DER HF 244 ASTARTE

- Schiffsgattung:** Finkenwerder Hochseekutter
- Eigner:** Schiffergilde Bremerhaven e. V., Bremerhaven
- Heimathafen:** Bremerhaven
- Länge:** 25 m
- Breite:** 6,1 m
- Tiefgang:** 2,5 m
- Segelfläche:** 267 m²
- Höhe Großmast:** 21,5 m

Auf Tagestörns beträgt das Mindestalter 8 Jahre, auf Mehrtagestörns 14 Jahre. Kinder im Alter von 8 bis 13 Jahren zahlen 15 Euro für einen Tagestörn. Jugendliche von 15 bis 17 Jahren zahlen den ermäßigten Preis (ab 20 Euro) und Erwachsene ab 18 Jahren den vollen Preis (ab 60 Euro). Hinzu kommt der Mitgliedsbeitrag im Verein Schiffergilde e. V.



GAZPACHO

(sprich: Gaspatscho)

Erfrischende
Gemüsesuppe
aus Spanien

Perfekt für heiße Tage

Diese spanische kalte Gemüsesuppe punktet mit so vielen guten Eigenschaften: Sie erfrischt und ist gesund, verbraucht wenig Energie in der Zubereitung, lässt sich gut ein paar Tage im Kühlschrank aufbewahren, sie hat wenig Kalorien und – es lassen sich gut Reste verwerten. Sie brauchen nur frisches Gemüse, Baguette vom Vortag und einen Mixer.



Schritt 1

Gurke, Paprika und Tomaten waschen, die Paprika entkernen und alles zerkleinern oder blanchieren.

Schritt 2

Beim Baguette oder Toastbrot die Rinde entfernen, in etwas Tomatensaft einweichen und kleinzupfen.



Schritt 3

Alle Zutaten bis auf das Öl etappenweise mit dem Stabmixer pürieren und durchmischen.

Schritt 4

Das Öl am Ende kurz unterrühren. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken, auf Wunsch mit Kräutern wie Oregano dekorieren.



Zutaten

(für 3-4 Portionen)

- 1 Gurke
- 1 rote oder gelbe Paprika
- 6 Tomaten
- 1 Dose (400g) passierte Tomaten oder Tomatensaft
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- ein paar Scheiben Baguette oder Toastbrot
- Ein Schuss Olivenöl

Nicos Garten

Wenn ein einzelner Nachbar Gutes tut, profitiert die gesamte Umgebung. In diesem Fall ist es Nico Lichtenberg aus der Vahr, der seinen Hinterhof in ein Bienen- und Vogelparadies verwandelte.

> Text: Natalie Simon
> Fotos: Gaby Ahnert

WIE ALLES BEGANN

„Ich hab einfach mal angefangen, hier ein paar Blumen zu pflanzen“, deutet er auf ein gut 15 Quadratmeter großes Beet vor einem Baum, auf den er von seinem Balkon aus immer gerne schaut. „Hier ist alles so wunderbar grün“, preist er die Vahr rund um den Vahrer See, wo

er seit gut drei Jahren lebt. „Doch wenn der Frühling vorbei ist, blüht nicht mehr viel. Das wollte ich ändern.“

Das Beet wuchs, nach anfänglicher Verhaltenseinheit unterstützten die Nachbar:innen ihn sogar, brachten Ableger und gerettete Staudenpflanzen mit. „Auch Hauswart Kay

Papenhausen unterstützt mich. So habe ich dann auch eine weitere Fläche bepflanzt.“ Überall summt es: Bienen, Schwebfliegen, und Schmetterlinge haben hier ein Zuhause gefunden. „Da ist eine Libelle“, deutet Nachbar Kay Schätzchen auf den in der Stadt eher seltenen Gast mit metallisch glänzendem Körper.

Unkrautvernichter und andere Chemiekeulen rühre ich nicht an. Es gibt immer eine gute Alternative. Man muss sie nur kennen und anwenden.

Nico Lichtenberg

Schätzchen wohnt schon seit Mitte der 90er hier. Der passionierte Entenfan (das Kultauto) gehört zu den Förderern und Freunden von Nicos Garten.

VOM HOBBY ZUR PROFESSION

Der gelernte Koch hat seinen Beruf inzwischen aufgegeben. Während Corona, als Hotel- und Gastronomiegewerbe zum Erliegen kamen, fragte er sich, was er denn wohl alternativ tun könnte. Und folgte seinem großen Interesse für die Natur und der Arbeit mit Holz und Erde. Inzwischen arbeitet der 37-Jährige bei einem Betrieb für Gartenpflege- und Landschaftsbedarf. Und legt dabei größten Wert auf behutsame und ökologische Maßnahmen. „Unkrautvernichter und andere Chemiekeulen rühre ich nicht an. Es gibt immer eine gute Alternative. Man muss sie nur kennen und anwenden.“

RIESENPROBLEM: MÜLL UND KIPPEN

Auch bei einigen Bewohner:innen der Anlage nahe der Berliner Freiheit hat er Überzeugungsarbeit leisten müssen. „Viele denken gar nicht über die Folgen ihres Handelns nach“, bemerkt er besorgt. „Wenn ich sehe, wie Autofahrer ihre Aschenbecher auf die Straße ausleeren oder Leute Müll oder gefährliche Substanzen auf die Straße kippen, werde ich echt wütend. Wissen die, was sie damit für Schäden anrichten? Eine Zigarette verseucht 1000 Liter Grundwasser.“ Er schüttelt den Kopf über seine Mitmenschen, während er im selbstgebaute Futterplatz ein paar Kirschen bereitlegt. „In der direkten Nachbarschaft hat sich aber vieles toll entwickelt. Am meisten freue ich mich, dass inzwischen so viele ihre Balkone bepflanzen haben.“ Ist eben ansteckend, die Liebe zur Natur.

UND WAS SAGT EIGENTLICH DIE NACHBARSCHAFT DAZU?

Auch der Nachbar genießt den Anblick aus seiner Wohnung in der zweiten Etage auf die blühende Pracht und das Gezwitscher der Vögel. „Herrlich ist das, ich kann hier stundenlang den Vögeln und Eichhörnchen zuschauen und auch, wenn ich Nico beim Werkeln unten sehe, ist das ein schönes Gefühl. Kay



1 /



2 /



3 /



4 /

- 1 / Sämtliche Begrenzungen, Insektenhotels und Totholzbereiche wurden von Nico Lichtenberg selbst gestaltet.
- 2 / Igel, Vögel, Insekten. Sie alle haben in den kleinen Oasen in der Bürgermeister-Reuter-Straße ein artgerechtes Zuhause.
- 3 / Nico und Nachbar Kay beobachten das wilde Tierleben.
- 4 / Der Fingerhut ist Nicos Lieblingspflanze.

FEIERLAUNE

Am 1. Juli wurde das 75-jährige Jubiläum des Findorffmarktes gefeiert – mit den Markthändler:innen und ihren Kund:innen im Mittelpunkt des Festprogramms.



DIE GROSSE FRISCHE

75 JAHRE FINDORFFMARKT



Sven Gessler, „Medea Mittelmeer Spezialitäten“

> Text: Roger Harders
> Fotos: Gaby Ahnert

Einkaufen, Schnacken & Genießen: Der Findorffmarkt ist ein Freiluft-Erlebnis, das Menschen aus allen Stadtteilen anzieht. Jetzt feierte Bremens größter Wochenmarkt sein 75-jähriges Jubiläum.

PRÄCHTIG GEWACHSEN

Es war der 10. August 1948, als der Findorffmarkt erstmals seine Pforten öffnete – mit einer Handvoll tatkräftiger Markttreibende, die damals nicht viel mehr anbieten konnten als Kartoffeln, Eier, ein bisschen Gemüse und vielleicht noch Sommerblumen. Aber in den Hungerjahren nach dem Weltkrieg mutete das schon paradiesisch an. Mit dem Wirtschaftswunder der 50er-Jahre zog dann schnell mehr Vielfalt ein.

hat aufgehört, oft weil keine Nachfolge gefunden wurde. Dafür rücken neue Händler:innen nach, die ihre Chance ergreifen und dem vielfältigen Angebot eine weitere Facette hinzufügen. Das Ergebnis ist ein spannender Mix aus bekannten und neuen Gesichtern, die den Findorffmarkt im Jubiläumsjahr prägen. Stellvertretend für alle stellen wir sechs von ihnen vor.“

Heute ist der Findorffmarkt Bremens größter und für viele auch schönster Wochenmarkt, auf dem es von frischen regionalen Produkten bis zu internationalen Spezialitäten nahezu alles gibt. „Fast 100 Marktstände haben wir hier“, erzählt Marktmeisterin Nicole Köhler, die bis vor kurzem selbst Verkäuferin an einem Käsestand war. „Im Sommer ist es besonders schön. Uns besuchen viele Familien mit Kindern, nicht nur aus Findorff. Es ist was ganz anderes, als im Supermarkt einzukaufen. Man trifft Nachbarn und Freunde, trinkt einen Kaffee zusammen. Auch die Händler:innen und Händler nehmen sich Zeit für einen Schnack. Dieses Miteinander ist wertvoller als alles andere.“

BEKANNTE & NEUE GESICHTER

Wie alle Wochenmärkte ist auch der Findorffmarkt im Wandel. Einige „Urgesteine“ existieren noch, aber manch ein Traditionsbetrieb



Hans Meinders, „KäseWillie“

VON KÄSE BIS CANNOLIS

Hans Meinders gehört zu den bekanntesten Gesichtern des Marktes. Seit über 20 Jahren steht er im Verkaufswagen von „KäseWillie“. Dieser Mann liebt Käse und versteht es, auch seine Kund:innen dafür zu begeistern. Nach dem Motto „Handarbeit ohne Chemie“ verkauft er wechselnde Käse-Spezialitäten, die es, so Meinders, „in keinem Supermarkt gibt“. Besonders beliebt ist ein Camembert aus der Normandie, der – wie kann es anders sein – KäseWillie heißt. „Oma und Opa haben früher auch schon bei euch eingekauft!“ – Meinders hört das öfter und findet, dass es eigentlich kein größeres Kompliment gibt.

Mit seinem Mandelgebäck aus Artur's Schlemmerparadies verspricht Artur Jonczyk „Gaumenexplosion in Perfektion“. Seine Spezialität sind z. B. Cannolis aus gebranntem und karamellisiertem Mandelkrokant – eine typisch sizilianische Köstlichkeit. Wer das Gebäck noch nicht kennt, wird von Jonczyk gerne „auf ein Probegäßchen“ eingeladen.



Mandelgebäck bei Artur Jonczyk

MITTELMEER UND ORIENT

Urlaubsgefühle kommen auf dem Findorffmarkt leicht auf. Dafür sorgt u. a. Sven Gessler aus Ritterhude, der seine Kund:innen am Stand von „Medea Mittelmeer Spezialitäten“ geschmacklich in mediterrane Gefilde entführt. „80 Prozent unserer Antipasti sind selbst gemacht“, betont Gessler. „Wir legen die Rohware selber ein und verfeinern sie nach unseren eigenen Rezepturen.“ Inzwischen ist er seit 17 Jahren auf dem Findorffmarkt und das „heute noch genauso gerne wie am ersten Tag“. Sein marktbekanntes Lachen ist die schönste Bestätigung dafür.



Antipasti bei „Medea“

Wer orientalische Spezialitäten entdecken möchte, ist bei „Tamir“ goldrichtig. Tamir Gorodeiski ist gebürtiger Israeli und hat die arabischen Küche schon als Kind lieben gelernt. Falafel, Samosa oder Rollo: „Alles ist selbst gemacht. Die Rezepte sind aus Israel, Syrien oder Iran inspiriert, aber wir geben dem Ganzen noch einen eigenen Touch.“ Man kann die Kreationen direkt am Stand genießen oder zu Hause fertig backen. „Einfach mit Butter und Olivenöl bestreichen, dann rein in den Ofen“, gibt Gorodeiski mit auf den Weg.



Tamir Gorodeiski

FRISCH VOM ACKER UND AUS DER SEE

Nach frischen Produkten aus der Region muss man auf dem Findorffmarkt nicht lange suchen. Zu den Ständen mit Geschichte gehört „Gerken Obst & Gemüse“. Schon seit 1954 ist der Familienbetrieb aus Grasberg mit einem Stand auf dem Markt. Kartoffeln aus eigenem Anbau bekommt man hier, Spargel und Erdbeeren aus Martfeld, selbst gezoogene Salate und vieles mehr.

Zur großen Frische gehört natürlich auch Fisch. Wir sind ja schließlich in Bremen. „Fischland Pabst“ aus Bexhövede ist seit sechs Jahren auf dem Findorffmarkt und hat in dieser Zeit ein treues Publikum für sich gewonnen. Das hat viel mit Qualität zu tun, z. B. mit den selbst geräucherten Spezialitäten oder den Salaten und Marinaden, die von einem kleinen Lieferanten bezogen werden. Es liegt aber auch daran, dass das Verkaufsteam viel über die Produkte erzählen kann. Wo kommt der Fisch her? Wie wurde er gefangen? So etwas interessiert die Menschen heute.



Fischer Fisch von „Fischland Pabst“



Nicole Köhler, Marktmeisterin

»Der Findorffmarkt hat Herz und Seele, das Miteinander ist großartig.«

Nicole Köhler, Marktmeisterin



FINDORFFMARKT
Neukirchstraße 45
28215 Bremen
Dienstag & Donnerstag 08:00 bis 13:00 Uhr
Samstag 08:00 bis 14:00 Uhr

www.findorffmarkt-bremen.de
www.meine-wochenmaerkte.de



> WARUM TAGESPFLEGE VIEL MEHR IST, ALS DER BEGRIFF ANDEUTET

» BIS NÄCHSTEN MITTWOCH ... «

> Text: Natalie Simon
> Fotos: Jörg Sarbach



1 / Die Tagespflege bietet vielseitige Aktivitäten sowie den Austausch mit Gleichgesinnten.
2 / Christa Bruns und vacanes-Geschäftsführer Jürgen Weemeyer.

Endlich mehr Zeit ... zum Essen gehen, Kartenspielen, Tanzgehen. Und doch fehlt es Seniorinnen und Senioren dann leider viel zu oft an der passenden Gelegenheit und – Gleichgesinnten. Um diese Lücke zu schließen, gibt es (auch) für die aktive Großeltern-Generation immer mehr Angebote im Bereich der Tagespflege.

Zugegeben, der Begriff Tagespflege ist missverständlich, denn er klingt erst einmal nach Krankheit oder Handicap. Schließlich muss ein Pflegegrad vorliegen, damit die Kosten bezuschusst oder übernommen werden. Dabei ist das Konzept – auch dank entsprechend engagierter Träger – inzwischen so viel mehr als ein reines Hilfs- und Betreuungsangebot. Ein Besuch in den Räumen von vacanes soll Klarheit bringen: Was ist dran am Klischee des „Seniorenheims für Tagesgäste“? Und was hat die Tagespflege mittlerweile konkret zu bieten?

WAS IST TAGESPFLEGE EIGENTLICH ALLES?

Vacanes-Geschäftsführer Jürgen Weemeyer klärt uns auf: „Wir bieten unseren Gästen an fünf Tagen in der Woche ein umfangreiches Aktivierungs-, Betreuungs- und Therapiean-

gebot. Die Teilnehmenden entscheiden jedoch selbst, wie sie ihren Tag bei uns gestalten möchten: ruhig und entspannt, aktiv und mit viel Bewegung, kreativ, individuell, in kleiner Runde oder in der großen, bunten Gemeinschaft. Wichtig ist uns, dass Spaß, Freude und Zufriedenheit den Tagesablauf unserer Gäste bestimmen.“

Gerade kommt Christa Bruns aus Huchting herein. „Hallo und guten Morgen“, begrüßt sie die bereits Anwesenden. Mit ihr kommen weitere Gäste. Ein Shuttleservice sorgt für die sichere und verlässliche An- und Abreise in die Bremer Überseestadt. Auf ihrem Smartphone zeigt der Kalender, was heute geplant ist: ein Interview mit dem GEWOBA Magazin. Wie der Tag für sie bislang aussah? „Wir haben zusammen gekocht und Mittag gegessen. Ach, und einen Kuchen haben wir gebacken“,

erzählt Christa Bruns und deutet auf ein Blech mit duftendem Kirschkuchen. An einem Tisch im „Wohnzimmer“ relaxen derzeit drei Damen im lockeren Gespräch. Weiter hinten in dem großzügigen Raum hält ein Herr entspannt Mittagsruhe.

FREIZEITCLUB MIT SHUTTLESERVICE

Christa Bruns erzählt weiter: „Für mich ist der Besuch hier vergleichbar mit einem Freizeitclub, hier treffe ich immer wieder neue Menschen und inzwischen auch viele gute Bekannte, hier fühle ich mich wohl.“ Weiter berichtet sie, dass die Tagespflege anfangs für sie eher kein Thema war. Als langjährige Aktive bringt sie die Leute in ihrer Huchtinger Nachbarschaft bis heute zusammen. Seit 1989 organisiert Christa Bruns Bürgerinitiativen,



Christa Bruns

»Für mich ist der Besuch hier vergleichbar mit einem Freizeitclub, hier treffe ich immer wieder neue Menschen und inzwischen auch viele gute Bekannte, hier fühle ich mich wohl.«

leistet aktive Stadtteilarbeit und macht sich für Frauenrechte stark.

„Wenn man plötzlich nicht mehr laufen kann, in seiner Mobilität und seinen Wegen stark eingeschränkt ist, wirft einen das dann umso mehr aus der Bahn“, erinnert sich Christa Bruns. „So bin ich zur Tagespflege gekommen. Hier gehen wir zusammen spazieren, üben das Umgehen mit dem Rollator und weiteren Herausforderungen, die das Alter mit sich bringt. Gemeinsam ist das so viel einfacher als allein.“ Sie erklärt, dass man sich als normal mobiler Mensch kaum vorstellen konnte, was selbst das Einsteigen in den Bus für eine Barriere darstellen kann: „Dazu kommt die Angst, dass der geplante Weg möglicherweise nicht zu schaffen ist. Und – was dann? Da bleiben dann viele lieber zu Hause und bewegen sich gar nicht mehr. Ein Teufelskreis im Hinblick auf den Erhalt der eigenen Bewegungsfreiheit.“

GEMEINSAM STATT EINSAM

„Was sind die besonderen Dinge, die Ihnen hier wichtig sind?“, fragen wir die 81-Jährige. „Die Gemeinschaft. Wir machen schöne Dinge, verschiedene Ausflüge zum Beispiel oder wir spielen Gesellschaftsspiele. Und – wir haben oft ähnliche Lebensläufe. Das verbindet und wir haben uns entsprechend viel zu erzählen. Für mich ist der Besuch der Tagespflege hier in der Überseestadt darum einfach eine Gelegenheit zum Treffen mit Freunden und Gleichgesinnten.“ Jürgen Weemeyer ergänzt: „Das Gefühl von Einsamkeit ist für viele Menschen gerade im Alter ein Dauerzustand, aus dem es gar nicht so leicht ist, wieder herauszufinden. Die Tagespflege bietet die Möglichkeit zur aktiven Teilhabe an einem ausgefüllten Sozialleben. Viele Lebenslinien sind parallel verlaufen oder Erfahrungen ähneln sich, da kann man herrlich in Erinnerungen schwelgen. Haben die heute Anwesenden bei James Last oder Boney M. in der Stadthalle getanzt, werden künftige Generationen sich im Alter an Wochenenden bei Rock-Festivals oder Tanznächten im Modernen erinnern“, schmunzelt Weemeyer.

JEDE UND JEDER IST WILLKOMMEN!

Alle, die möchten, sind Teil der vielseitigen Aktivitäten, unabhängig von eventuellen Einschränkungen, nach diesem Prinzip werden das Programm und eventuelle benötigte Utensilien geplant und vorbereitet. Nur so kann – dank Bingokarten in XXXL – auch eine Dame mit starker Sehschwäche problemlos mitspielen.

Neben beliebten Aktionen, die regelmäßig auf dem Programm stehen, lässt sich das engagierte Tagespflege-Team immer wieder etwas Neues einfallen und geht natürlich auch auf die Wünsche der Gäste ein, erzählt Jürgen Weemeyer begeistert. „Das Ergebnis ist die gut gelaunte, vertrauensvolle Atmosphäre, die man, wie ich finde, schon beim Hereinkommen spürt. Eine Tatsache, die in erster Linie den Mitarbeitenden zu verdanken ist.“

„Was empfehlen Sie Interessierten, um das richtige Angebot für sich oder betroffene Angehörige zu finden?“, möchten wir wissen. „Einfach mal hingehen und kennenlernen“, antwortet Christa Bruns direkt. Jürgen Weemeyer pflichtet bei: „Ja, fast überall gibt es offene Schnuppertage, an denen sich Interessierte so ein Tagesprogramm einmal anschauen können.“

„Wobei ist das ‚System Tagespflege‘ die größte Hilfe?“, fragen wir. „Gerade bei persönlichen Einschnitten wie Krankheit, Rehabilitation

oder Verlust kann die Tagespflege Hilfe, Stütze und Wegbegleiterin sein“, erklärt Weemeyer. „Darüber hinaus ist das soziale Leben in Gemeinschaft eines der besten Mittel, um möglichst lange geistig und körperlich aktiv zu bleiben.“

Nach einem gemeinsamen Nachmittag bei Kaffee und Kirschkuchen verabschiedet sich die erste Gruppe Gäste. Zufrieden geht es ganz entspannt Richtung Shuttlebus. Und nett wird sich verabschiedet, wie in einem Freizeitclub eben: „Bis nächsten Mittwoch dann.“

INFO

In allen Stadtteilen gibt es Angebote für Tagespflege-Programme verschiedener Träger. Der Besuch wird von der Pflegekasse übernommen oder bezuschusst.

Alter, Krankheit oder körperliche bzw. geistige Einschränkungen können dazu führen, dass Menschen in ihrem Alltag auf Hilfe angewiesen sind. Die Pflegegrade von 1 bis 5 regeln mit Abstufungen, welche Leistungen Menschen von der Pflegeversicherung erhalten.

» Gerade bei persönlichen Einschnitten wie Krankheit, Rehabilitation oder Verlust kann die Tagespflege Hilfe, Stütze & Wegbegleiterin sein.«

Jürgen Weemeyer



**INSEKTEN-
SCHUTZ
& ENERGIE-
SPAREN**

**MIT VIELEN
KLEINEN
MAßNAHMEN
ZUM ERFOLG:
LICHT- UND
ENERGIEEINSPARUNG
VORANBRINGEN**

Für weniger Lichtverschmutzung und besseren Insektenschutz tauscht GEWOBA großflächig die Eingangsbeleuchtung in der Neustadt aus.

Bereits ein Großteil der GEWOBA-Eingänge und -Hausflure in Bremen und Bremerhaven sind mit LED-Leuchten ausgestattet. Die sparen Energie und Nebenkosten – zudem sind die Leuchtmittel langlebig und damit weniger wartungsintensiv. Doch die richtige Beleuchtung ist nicht nur auf eine Weise klimaschonend: Für Insekten, die eine entscheidende Rolle in unserem Ökosystem spielen, können nächtlich leuchtende Außenlampen leicht zur Todesfalle werden. Ihr Tag-Nacht-Rhythmus wird gestört, sie umkreisen die Lichtquellen, bis sie vor Erschöpfung sterben.

65 PROZENT WENIGER ENERGIE

An der Friedrich-Ebert-Straße wurde nun auch in einem Rutsch die gesamte Leuchtstoff-Eingangsbeleuchtung ausgetauscht. Der Soforteffekt: Statt 13 Watt werden die 53 Türeingänge nun mit nur 4,5 Watt beleuchtet. Das entspricht einer Energieeinsparung von 65 Prozent oder 1.850 Kilowattstunden pro Jahr. Und die Lichtfarbe unter 3000 Kelvin lockt weniger Sechsheiner an, sodass hier aktiv Insektenschutz betrieben wird.

Gut auch für die Menschen: Von weniger Lichtverschmutzung profitieren neben Vögeln und Insekten auch die Menschen. Rechnerisch spart die neue Beleuchtung für diese 53 bestückten Hauseingangsleuchten jährlich rund 600 Euro ein. Das ist für jeden Haushalt zumindest eine kleine Reduktion.

MAßNAHMEN SINNVOLL PLANEN

Und warum wurde die Beleuchtung hier nicht auch schon früher ausgewechselt? Nachhaltiges Wirtschaften bedeutet auch, Maßnahmen optimal zu planen. LED-Lampen als Ersatz für Kompakt-Leuchtstofflampen waren vor ein paar Jahren noch deutlich teurer. Zudem handelt es sich um Speziallampen, die nicht ganz einfach zu bekommen sind. Und die alten Leuchtstoffröhren haben eine gewisse Lebensdauer, die nun erreicht war. Sie werden übrigens als Sonderabfall im Wertstoffzentrum entsorgt.



1/ Hauswarte Kai-Uwe Heuss und Mike Tesch ersetzen an der Friedrich-Ebert-Straße alte Energiesparleuchten durch moderne, energiesparende und insektenfreundliche LED-Leuchtmittel.



»Beleuchtung ist Sicherheit und sollte keine Gefahr für andere Lebewesen darstellen.«



**WARUM WERDEN
INSEKTEN VON LICHT
ANGEZOGEN?**

Insekten werden von Licht angezogen, das weiß jeder, der sich schon einmal nachts im Freien aufgehalten hat. Aber warum ist das eigentlich so?

Viele Insektenarten navigieren mithilfe von Himmelslichtern, speziell dem Mond und den Sternen. Künstliches Licht ist jedoch oft viel heller als natürliche Lichtquellen und beeinträchtigt dadurch die Orientierung der Insekten.

Darüber hinaus verwenden viele Insekten das Licht nicht nur als Anhaltspunkt für ihre Navigation, sondern auch zur Kommunikation und Paarung. Wenn das künstliche Licht stärker ist als das natürliche Licht, stört es die biologischen Prozesse und gefährdet die Fortpflanzung und das Überleben von Insekten. Besonders problematisch ist dieser Effekt in der Nähe von Naturschutzgebieten oder Landwirtschaftsgebieten, wo es naturgemäß viele Insekten gibt. Bereits jetzt sind zahlreiche Insektenarten vom Aussterben bedroht – das kann dramatische Folgen für unser Ökosystem haben.

Bei der Planung von Beleuchtungssystemen geht es deshalb nicht nur darum, den Raum ins rechte Licht zu rücken. Auch die Auswirkungen auf die Umwelt und speziell auf Insekten sollte man berücksichtigen. *Quelle: MDR Wissen*



Gut zu wissen

**UV-LAMPEN SIND ALS
MÜCKENSCHUTZ UNWIRKSAM**

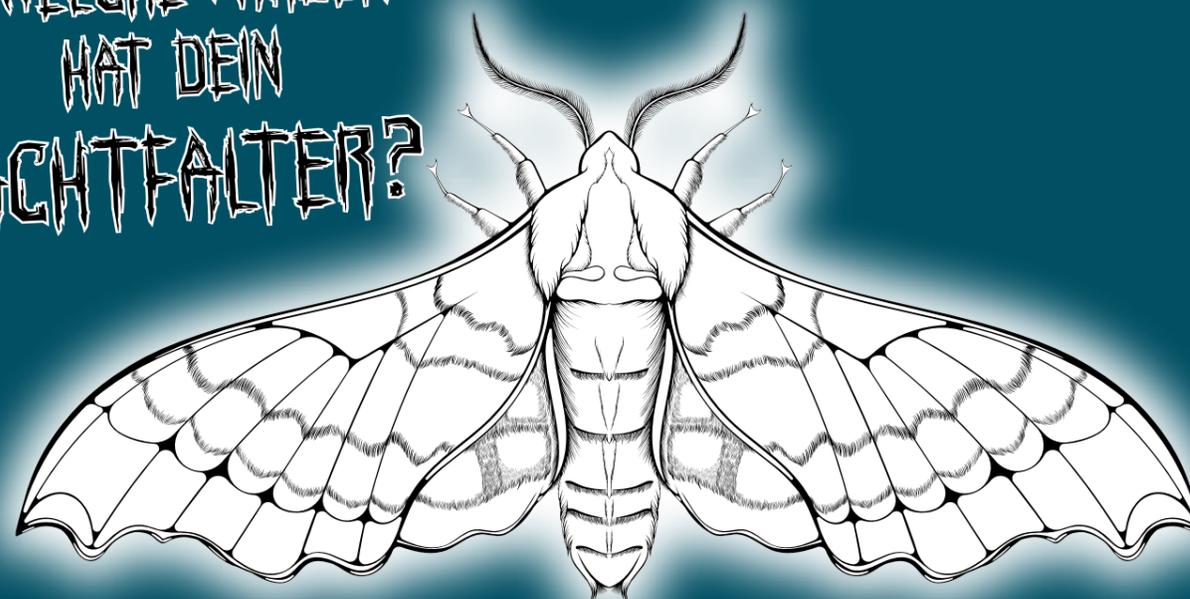
Stechmücken sind nicht phototaktisch positiv, das heißt, sie reagieren überhaupt nicht auf Licht.

Sie orientieren sich ausschließlich mit ihrem Geruchssinn. Dabei werden sie besonders von Schweiß und dem CO₂ in unserer Atemluft angezogen.

Deshalb nützen elektronische Insektenfallen, die mit UV-Licht arbeiten, nichts gegen Mücken. Sie schaden viel mehr anderen Insekten, die tatsächlich von Licht angezogen werden. Das Licht generell auszuschalten, hält zwar Motten fern, Mücken allerdings nicht.

Übrigens: Nur die Mückenweibchen stechen uns, weil sie die Proteine aus unserem Blut benötigen, damit ihre Eier reifen.

**WELCHE FARBEN
HAT DEIN
NACHTFALTER?**



ZU HAUSE IN GRÜNHÖFE

					3			4
1			4	8	6			
6		7					2	8
			1	3				
	5	1		4		2	9	
	7					5		
			2	6	8	1		
7	8	5						
							4	3

Die Siedlung Grünhöfe gilt als exemplarisches Beispiel für den Siedlungsbau der 1950er-Jahre. Sie wurde 1954 vom Architekten und Stadtplaner Ernst May entworfen. Zur Zeit des wirtschaftlichen Aufschwungs war der „soziale Wohnungsbau“ Sache der Wohnungsbau-Gesellschaften. Etablierte Architekten hielten sich von derartigen Bauprojekten eher fern. Ernst May bildete eine Ausnahme.

Im Rahmen des Abends „Zuhause in Grünhöfe“ widmet sich die Arbeitnehmerkammer am 13. September um 19 Uhr in der Petruskirche dem Thema Wohnen. Was waren die Ideen und Visionen, die Ernst May in den 50er-Jahren antrieben? Wie blicken wir aus heutiger Sicht auf die Siedlung und den damaligen Ansatz, Wohnraum zu schaffen? Und was braucht es in der Gegenwart und Zukunft, damit sich Menschen in ihrem Quartier zu Hause fühlen? Darüber wollen wir mit unseren Gästen und dem Publikum ins Gespräch kommen. Begleitet wird die Veranstaltung von einer Fotoausstellung in der Petruskirche der Emmausgemeinde, die sich selbst als „Zuhausekirche“ bezeichnet. Die Fotografen Kay Michalak und Nikolai Wolff werfen einen Blick in Wohnungen in der Siedlung Grünhöfe und porträtieren ihre Mieter:innen. Die Ausstellung ist voraussichtlich bis Ende September zu sehen.



Sie wollen mehr?
Jetzt online weiterlesen:
www.gewoba-magazin.de

Lösung

2	1	6	5	7	9	8	8	4	3
7	8	5	3	1	4	9	6	2	2
4	3	9	6	2	6	8	1	7	5
8	7	4	6	9	2	5	3	1	1
3	5	1	8	4	7	2	2	9	6
9	6	2	1	3	5	4	8	7	7
6	4	7	9	5	1	3	2	8	8
1	2	3	4	8	6	7	5	9	9
5	9	8	7	2	3	6	1	4	4

Emmaus-Kirchengemeinde
Haberstraße 18, 27574 Bremerhaven



**Draußen
und im
Team**

Foto: 58827511 © Jeanette Dietl (Fotolia)

Ausbildung im Garten- und Landschaftsbau

Jetzt bewerben und noch in diesem Jahr starten.

Wie bieten mehr als 30 Tage Urlaub, Team-Events, kostenlose Gesundheitsangebote und vieles mehr.

Die GEWOBA ist ein Unternehmen, das Vielfalt wertschätzt: Egal woher Sie kommen, was Sie denken, was Sie glauben, welches Handicap Sie haben, welchem Geschlecht Sie angehören oder welches Sie mehr anzieht, wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

mehr Infos:

