

März bis Mai 2022

Weserpost



Bewegung am Deich

Die Wüste und das dürre Land
werden fröhlich sein.

Die Steppe wird jubeln
und blühen wie eine Lilie.

Sie steht in voller Blüte und jubelt,
sie jubelt und jauchzt vor Freude.

Sie wird so herrlich sein wie der Libanon,
so prächtig
wie der Karmel und die Scharon-Ebene.

Alle werden die Herrlichkeit Gottes sehen,
die Pracht unseres Gottes erblicken.

Macht die müden Hände wieder stark
und die weichen Knie wieder fest.

Sagt denen, die den Mut verloren haben:

Seid, stark und habt keine Angst!
Seht, das ist euer Gott!



ES SIEHT SO LEICHT

AUS... ein bisschen wie Fliegen:

Ein Kind nach dem Anderen fliegt.

Zwar nur für zehn Sekunden auf der Seilbahn auf dem Spielplatz - und doch sind es zehn wunderbare Sekunden! So leicht sieht das aus, wie sie da runtersausen.

Und dann stehe ich davor und stelle fest: Es ist viel schwerer als gedacht. Natürlich habe ich gewartet, bis grad kein Kind mehr da war. Zum einen, um niemandem einen Platz wegzunehmen und zum anderen um bloß nicht dabei beobachtet zu werden, dass ich nur mit Mühe überhaupt auf den Hocker komme.

Federleicht hüpfen die Kinder darauf und ich erwachsener Mensch muss mich ganz schön anstrengen. Habe Angst um meine Klamotten und Sorge davor auf meinen Popo zu fallen, den keine Windel mehr schützt.

Und überhaupt, werde ich am Ende nicht wie ein nasser Sack runterplumpsen? Ich schaue mich lieber noch einmal um, ob auch wirklich keiner zusieht.

Und dann: springe ich, setze meinen Körper in Bewegung und damit mein ganzes Ich.

Denn, auch wenn ich meine Zweifel hatte: Ich schaffe es und fliege für zehn Sekunden. Rase auf den Himmel und die Weser zu. Die Beine in der Luft, die Nase im Wind. Ein Stückchen näher am Himmel, mit Rückenwind und Wolkenduft.

Alles ist in Bewegung in diesen zehn Sekunden auf der Seilbahn und das fühlt sich so gut an! Und ich bin so froh mich aufgerafft zu haben!

Alles ist in Bewegung, nicht nur die Pastorin auf dem Spielplatz: Die Knospen der Blumen, die Menschen, die nach dem Winter ihre Nasen wieder vor die Tür strecken, unser Stadtteil, unsere Gemeinden.

Der Frühling kommt so richtig und grad fühlt es sich wirklich so an, als könnte die Wüste endlich blühen. Die letzten Monate waren so hart, die Sehnsucht nach Veränderung ist so groß!

Die Hoffnung sich endlich wieder mehr bewegen zu können und allgemein wieder mehr bewegen zu können.

Darum schreiben wir Ihnen diese bewegte Weserpost. Eine Ausgabe voller Bewegung am Deich für Körper und Geist! Vom Joggen, über Disc Golf bis zu den bewegenden Wochen der Passionszeit, in denen uns ein digitaler Fastenkalender begleiten wird.

Wir wollen Sie und Euch in Bewegung bringen, wollen den Frühling zusammen in unseren Gemeinden erleben und die Wüste zum Blühen bringen.

Wir hoffen, Sie lassen sich anstecken, gehen mit uns spazieren, radeln mit uns an Himmelfahrt oder feiern Ostern beim Sonnenaufgang am Strand.

Oder hüpfen einfach mal auf die Seilbahn, atmen den Wolkenduft ein und lassen den Wind in in Ohr flüstern:

Sagt denen, die den Mut verloren haben:
Seid, stark und habt keine Angst!
Seht, das ist euer Gott!

H. Detken

Ihre Pastorin Hannah Detken

MUSIK AM DEICH

Jetzt sollen sie endlich losgehen, die Konzerte in unseren Gemeinden. Im Januar wollten wir loslegen und wurden von Corona gebremst. Die ausgefallenen Konzerte werden wir bestimmt noch nachholen dieses Jahr. Nun starten wir im April mit unserer tollen Reihe: 12 Konzerte für Pusdorf und Umzu!

Am 2. April wird uns das Konzert musikalisch mit in die Passionsgeschichte in der Rablinghauser Kirche nehmen.

Und am 28. Mai werden wir geistlichen und weltlichen Liebesliedern aus dem 15. Jahrhundert, die zum Teil aus dem Wienhäuser Liederbuch und auf Platt sind, lauschen.

Genauere Informationen finden Sie dann auch auf unserer Website und auf Plakaten im Stadtteil und unseren Schaukästen.

Unser Projekt für die Musik am Deich - 12 Konzerte für Pusdorf und Umzu wird unterstützt von der Sparkasse Bremen und der Waldemar-Koch-Stiftung, worüber wir uns sehr freuen.

Noch mehr freuen wir uns auf die Konzerte und die wunderbaren Klänge, die dann am Deich erschallen werden! Tickets bekommen Sie im Gemeindebüro und an der Abendkasse.





*Neues
vom Deich*

BEWEGUNG AM DEICH: FAHRDIENST VON KIRCHE ZU KIRCHE

Wir drei Gemeinden am Weserdeich: Woltmershausen, Rablinghausen und Seehausen sind in Bewegung. Zusammen wollen wir für Sie und Euch Gemeinde leben mit allem was dazugehört: Mit Gottesdiensten, Kreisen und Gruppen und Festen.

Dabei werden in Zukunft die Gottesdienste und Veranstaltungen immer mal in der einen Kirche oder Gemeinde und dann in der anderen stattfinden. So wird zum Beispiel in der Karwoche und an Ostern jeweils in einer unserer Gemeinden Gottesdienst sein.

Wir wissen, dass das neu ist und wir alle Zeit brauchen werden, um uns daran zu gewöhnen. Und wir wissen, dass nicht alle ein Auto haben und die Busse nicht besonders häufig fahren.

Darum rufen wir Sie auf: **Melden Sie sich bei uns in den Gemeinden, wenn Sie einen Fahrdienst brauchen. Wir wollen gerne ein „Gemeindetaxi“ möglich machen. Dafür müssen wir wissen, wer da gerne mitfahren würde.**

Scheuen Sie sich nicht, wir freuen uns darauf zusammen in Bewegung am Deich zu sein und Sie zu den Gottesdiensten und Veranstaltungen zu fahren.

NEU: SPRECHSTUNDE IN SEEHAUSEN

Für mehr als ein Jahr habe ich in Seehausen auch den Friedhofsschnack angeboten, doch oft blieb der Platz neben mir auf der Bank leer. Und ich höre oft, dass im Gemeindebüro gefragt wird, wann die Pastorin denn da ist.

Darum werde ich ab März den Friedhofsschnack gegen eine Sprechstunde tauschen.

An ein oder zwei Donnerstagen im Monat bin ich von 15.30-17.00 Uhr im Gemeindebüro und bin ansprechbar für kleine Nachfragen und große Geschichten, Sorgen oder einfach für einen kurzen Schnack.

3. März und 31. März

21. April

5. Mai und 26. Mai

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Pastorin Hannah Detken

Termine

Montag

POSAUNENCHOR

18.30 Uhr

Kaemna-Saal Seehausen

FRAUENCHOR

20 Uhr

Mit Wiltrud de Vries

Kaemna-Saal Seehausen

Dienstag

KONFIZEIT

17-18 Uhr

Rablinghausen

KONFITREFF

18-19.30 Uhr

Rablinghausen

TANZEN

20-21.30 Uhr

Informationen im Gemeindebüro

Rablinghausen

Mittwoch

FRIEDHOFSSCHNACK

9.3/23.3/13.4/27.4/11.5/25.5

Friedhof Rablinghausen 9.30 Uhr

FRÜHSTÜCKSRUNDE

6.4 und 4.5

9.30 Uhr

5,00 Euro Essensbeitrag

Rablinghausen

BITTE ANMELDEN!

KLAVIERUNTERRICHT

Informationen bei

Victoria Kuriloff 0175 900 88 68

www.klanghof-bremen.de

Rablinghausen

LESECLUB

für Kinder ab 7 Jahre

15-16.30 Uhr

Rablinghausen

JUGENDTREFF

für Jugendliche ab 13 Jahre

18-21 Uhr

Woltmershausen

CHOR SKYBIRDS

18.15-20.15 Uhr

Marlene Karl 0179/4914466

Rablinghausen

YOUTREFF

19 - 21 Uhr

Jugendräume Seehausen

TANZEN

Informationen im Gemeindebüro

20.30 - 22.00 Uhr

Rablinghausen

Donnerstag

GEBURTSTAGSFRÜHSTÜCK

21. April

von 9.30 -11.00

Kaemna-Saal Seehausen

BITTE ANMELDEN

GESPRÄCHSFRÜHSTÜCK

9.30-11.00 Uhr

Derzeit zwei Mal im Monat,

Termine bitte im Büro anfragen

Kaemna-Saal Seehausen

GITARRENUNTERRICHT

Informationen bei

Violetta Soemer

0176/50446329

Rablinghausen

FRAUENKREIS

17.3/14.4/12.5

15-17 Uhr

Rablinghausen

DEICHMONSTER

Kindertreff mit Projekten

ab 6 Jahre

15-16.30 Uhr

Rablinghausen

TANZEN

Informationen im Gemeindebüro

16-18 Uhr

SPRECHSTUNDE

SEEHAUSEN

3.3/31.3/21.4/5.5/26.5

FRAUENGRUPPE

Alle 14 Tage

19 - 21 Uhr

Informationen im Gemeindebüro

Rablinghausen

Freitag

KINO AM DEICH

18.3/22.4

19.30 Uhr

14.5

15 Uhr

Rablinghausen

Samstag

KINDERKIRCHE

10-12 Uhr

26.3 Woltmershausen

23.4 Rablinghausen

21.5 Woltmershausen

MUSIK AM DEICH

2.4 18 Uhr

„Passion am Deich“

Kirche Rablinghausen

28.5 18 Uhr

„Platt am Deich“

Kirche Rablinghausen

**Alle Veranstaltungen
und alle Gottesdienste
sind weiterhin unter
Corona-Vorbehalt!**

**Bitte beachten Sie die
Aushänge im Schaukas-
ten und auf unserer
Website.**

**Bitte den jeweiligen
Veranstaltungsort
beachten!**

Sonntag

GOTTESDIENST

siehe Gottesdiensttabelle in
der Mitte des Heftes

FAMILIENGOTTESDIENST

13.3 Rablinghausen

10.4 Seehausen

8.5 Woltmershausen

KIRCHENKAFFEE

im Anschluss an den
Gottesdienst sofern die Corona
Maßnahmen es erlauben

SPAZIERGANG VON ST. LUKAS NACH SEEHAUSEN

15. Mai ab 10 Uhr

TRAUERCAFE

13.3/10.4/29.5

15-17 Uhr

Rablinghausen

KINDERTHEATER

Präsentiert vom Kulturhaus
Pusdorf:

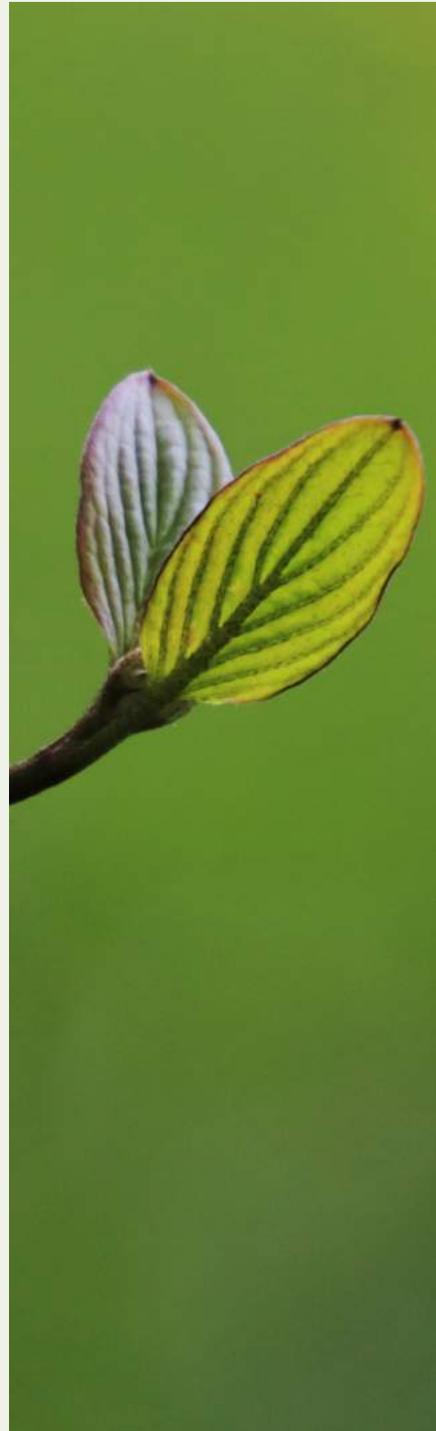
20.3/24.4/15.5

16 Uhr

BITTE ANMELDEN IM

KULTURHAUS PUSDORF!

Rablinghausen



Termine

FRIEDHOFSSCHNACK

Mein rechter, rechter Platz ist frei und wir wünschen uns...
Sie herbei! Sie, die vielleicht etwas auf dem Herzen haben. Sie, die vielleicht einfach nur zum Gießen kommen.
Sie ich zu uns auf die Bank setzen und die großen und kleinen Geschichten erzählen, mit Lachen oder Weinen.
Oder auch beides!
Ihre Pastorin Hannah Detken und ihr Pastor Friedhelm Blüthner

**Friedhof Rablinghausen
von 9.30 - 10.30 Uhr**

Wir freuen uns auf Sie am Mittwoch den:

**9.3/23.3
13.4/27.4
11.5/25.5**



TRAUERCAFÉ

Ein Ort zum Lachen und Weinen.
Ein Ort für Trauer und Erinnerung.
Mit Kuchen und Kaffee und
offenen Ohren.

**Sonntag 15-17 Uhr
13. März
10. April
29. Mai**

Gemeindesaal Rablinghausen

GEBURTSTAGSFRÜHSTÜCK IN SEEHAUSEN AM 21. APRIL

Am **Donnerstag den 21. April** ist es hoffentlich endlich wieder soweit. Wir laden Sie in Seehausen herzlich zum Geburtstagsfrühstück ein. Von 09.30 bis 11.00 darf gegessen, geklönt und gratuliert werden.

Bitte melden Sie sich unbedingt vorher im Gemeindebüro an und beachten Sie die dann geltenden Corona-Regeln!

FRÜHSTÜCKSRUNDE IN RABLINGHAUSEN

Wir starten einen neuen Versuch und laden Sie am **6. April und 4. Mai um 9.30 Uhr** herzlich zu einem Frühstück in netter Runde in Rablinghausen ein. Zum Klönen und Brötchen genießen. **Bitte melden Sie sich unbedingt vorher im Gemeindebüro oder bei Jutta von Seggern an und beachten Sie die dann geltenden Corona-Regeln! Der Beitrag zur Frühstücksrunde beträgt 5€.**

GOLDENE UND DIAMANTENE KONFIRMATION

Vieles wurde in den letzten zwei Jahren abgesagt und konnte nicht stattfinden. So auch die Goldenen und Diamantenen Konfirmationen. Nun wollen wir es wieder wagen!

Wir können leider nicht alle persönlich einladen, die in den letzten Jahren ihr Jubiläum gehabt hätten. Doch wenn Sie zwischen

**1970-1972 oder
1960-1962**

konfirmiert wurden, dann sind Sie herzlich eingeladen! Wir werden am

Samstag, 11. Juni um 10 Uhr in Seehausen

Sonntag, 12. Juni um 10 Uhr in Rablinghausen mit Ihnen Gottesdienst feiern und hoffentlich danach zu einem Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee einladen können.

Wenn Sie kommen möchten, dann melden Sie sich bitte in den Gemeindebüros an!

Wir hoffen Sie und Ihr Leben dann im Juni gebührend feiern zu können!



7 WOCHEN MIT BLICK ÜBERN DEICH

Ein Fastenkalender über WhatsApp

Manche fasten Fleisch, andere Schokolade und wieder andere verzichten die sieben Wochen vor Ostern auf Fernsehen. Und Sie? Haben Sie schon einmal gefastet?

Für alle Fastenprofis und Fastenanfänger haben wir dieses Jahr einen ganz besonderen Fastenkalender. Jeden Tag bekommen Sie eine kleine Nachricht, ein Foto, ein Video oder eine Aufgabe auf Ihr Handy per Whatsapp (Wer lieber bei Threema oder bei Signal ist, darf auch gerne mitmachen!).

Jeden Tag ein kleiner Impuls mal den Blick über den Deich schweifen zu lassen. Raus aus dem Alltag für ein paar Minuten und Herz und Kopf für die Weite öffnen.

Wenn Sie mitmachen wollen, dann schicken Sie einfach den Text „Ich schaue über den Deich“ per Whatsapp (oder Threema, oder Signal) an die Nummer 01525/7225056.

Und dann bekommen Sie ab dem 2. März bis Ostern täglich eine Nachricht von uns!

OSTERN AM WESERDEICH

GRÜNDONNERSTAG 14. APRIL 18 UHR:
FEIERABENDMAHL IN SEEHAUSEN

KARFREITAG 15. APRIL 10 UHR:
GOTTESDIENST IN WOLTMERSHAUSEN

KARSAMSTAG 16. APRIL 18 UHR:
ANDACHT UND OSTERFEUER IN RABLINGHAUSEN

OSTERSONNTAG 17. APRIL 5.30 UHR:
SPAZIERGANG VON DER KIRCHE RABLINGHAUSEN ZUM STRAND
UND ANDACHT ZUM SONNENAUFANG DORT

OSTERSONNTAG 17. APRIL 11 UHR:
GOTTESDIENST IN WOLTMERSHAUSEN FÜR GROSS UND KLEIN
MIT OSTEREIER SUCHEN

ES GELTEN DIE AKTUELLEN CORONA-AUFLAGEN!



TAUFFEST AM DEICH



Sonntag 29. Mai 11 Uhr

Strand am Weseruferpark Rablinghausen

Im Sommer 2020 sollte es stattfinden und nun holen wir es hoffentlich nach:
Unser Tauffest am Weserstrand!

Unter freiem Himmel wollen wir den Segen spüren und ihn mit Weserwasser weitergeben. Im Anschluss machen wir zusammen ein schönes Picknick.

Alle großen und kleinen Menschen, die gerne an diesem Tag getauft werden möchten, melden sich bitte in den Gemeindebüros Woltmershausen, Rablinghausen oder Seehausen an! Wir laden alle ein, ob in der Kirche oder nicht als Eltern oder Paten, wir finden eine Lösung!

Und auch alle anderen getauften und nicht-getauften sind herzlich zu diesem besonderen Gottesdienst eingeladen. Und wer mag kann auch gerne einen Segen mit Weserwasser an diesem Tag bekommen.

RAD-PILGERGOTTESDIENST AN HIMMELFAHRT

Himmelfahrt: Ökumenischer Gottesdienst auf dem Bauernhof

Eine gute Tradition, die weit ausstrahlt: Wie in jedem Jahr laden evangelische und katholische Kirchengemeinden aus der ganzen Region am Himmelfahrtstag, 26. Mai, um 15 Uhr zu einem großen ökumenischen Gottesdienst auf einen Bauernhof ein. Nachdem wir corona-bedingt schon zwei Mal verschieben mussten, sind wir nun endlich in der Gemeinde Bremen-Rablinghausen zu Gast, und zwar im Ortsteil Strom. Gastgeber ist Familie Osmer an der Stromer Landstraße 19 gegenüber der Feuerwehr. Geparkt werden kann auf den umliegenden Weiden. Musikalisch wird der Gottesdienst wie immer von zahlreichen Bläsern und Bläserinnen gestaltet. Und sofern Corona es zulässt, gibt es Kuchen, Kaffee und andere Getränke für alle, die sich auf den Weg machen!

Wir freuen uns auf einen himmlischen Gottesdienst!



BEWEGUNG AM DEICH – EINFACH MAL LAUFEN

Laufen, dass bedeutet ja sich schneller zu bewegen als zu gehen. Ich laufe schon seit vielen Jahren regelmäßig. Eine berufliche Veränderung führte damals dazu mich für das Laufen zu begeistern. Beim Laufen kann ich sprichwörtlich einiges hinter mir lassen, und manches mal Probleme lösen. Denn eines ist sicher habe ich mich erst einmal überwunden loszulaufen, fühle ich mich hinter her immer glücklich und zufrieden, selbst dann wenn einmal nicht die Sonne scheint. Um einmal richtig schön ins Schwitzen zu kommen bietet unser Stadtteil wunderbare Laufstrecken entlang der Weser bis zum Lankenauer Höft, oder noch ein bisschen weiter auf dem Deich parallel zum Neustädter Hafen um die Runde perfekt zu machen. Wenn Sie sich entscheiden mit dem Laufen zu beginnen, fangen Sie mit dreißig Minuten an, in denen fünfminütige Wechsel stattfinden zwischen Gehen und unanstrengendem Laufen. Nach diesem Einstieg sollte es möglich sein die eigenen Laufeinheiten zu steigern. Ganz wichtig: Finden Sie ihren eigenen Rhythmus, um die frische Luft und alle anderen positiven Begleitumstände zu genießen. Vielleicht sehen wir uns!? Viele Gründe sprechen dafür regelmäßig zu laufen, einige sind hier aufgeführt:

1. Du kannst immer und überall laufen
Spring einfach in deine Laufschuhe und starte durch!

2. Laufen ist ein Ventil für deine Psyche
Wenn du richtig Dampf ablassen oder deine Gedanken sortieren willst, gehst du am besten eine Runde laufen.

3. Laufen gibt dir Energie
Bewegung hilft dir dabei, deinen Stress abzubauen und gleichzeitig deine Akkus wieder aufzuladen.

4. Laufen ist ein günstiges Hobby
Das kostspieligste am Laufen sind geeignete Laufschuhe – alle weiteren Kosten sind überschaubar.

5. Laufen ist ein Kalorienkiller
Knapp 700 Kalorien verbrennst du bei einer Stunde Joggen.

6. Laufen macht glücklich
Beim Laufen produzierst du Endorphine: Diese körpereigenen Glückshormone verbessern deine Laune.

7. Laufen bedeutet Freiheit
Du entscheidest wann, wo und vor allem, wie schnell du laufen willst.

8. Laufen baut Stress ab
Laufen ist der perfekte Stresskiller – denn dabei produzierst du Hormone, die jegliche Stresshormone neutralisieren.

9. Laufen gehört zum Leben dazu
Warum solltest du dich also deinem Ur-Instinkt widersetzen?

10. Laufen hält jung
Regelmäßiger Ausdauersport bremst den Alterungsprozess von Zellen im Gefäßsystem und schützt vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen, anderen altersbedingten Leiden.

Matthias Scholl

Quelle: <https://runnersfinest.de/58-gruende-warum-du-laufen-solltest/>



Laufandacht

Hier bin ich
Und ganz bei Dir
Mein Fuß setz auf
Mein Körper bewegt sich
Mein Herz schlägt schneller
Ich spüre die
An-, und Entspannung
Wind und Wolken ziehen
über mir dahin
Herr, ich danke Dir.

*Bewegung
am Deich*

WELTGETETSTAG AM 4. MÄRZ UM 18 UHR IN SEEHAUSEN



Weltgebetstag
England, Wales
und Nordirland
4. März 2022
Zukunftsplan: Hoffnung

Weltweit blicken Menschen mit Verunsicherung und Angst in die Zukunft. Die Corona-Pandemie verschärfte Armut und Ungleichheit. Zugleich erschütterte sie das Gefühl vermeintlicher Sicherheit in den reichen Industriestaaten. Als Christ*innen jedoch glauben wir an die Rettung dieser Welt, nicht an ihren Untergang! Der Bibeltext Jeremia 29,14 des Weltgebetstags 2022 ist ganz klar: „Ich werde euer Schicksal zum Guten wenden...“ Am Freitag, den 4. März, feiern Menschen in über 150 Ländern der Erde den Weltgebetstag der Frauen aus England, Wales und Nordirland. Unter dem Motto „Zukunftsplan: Hoffnung“ laden sie ein, den Spuren der Hoffnung nachzugehen. Sie erzählen uns von ihrem stolzen Land mit seiner bewegten Geschichte und der multiethnischen, -kulturellen und -religiösen Gesellschaft. Über Länder- und Konfessionsgrenzen hinweg engagieren sich Frauen für den Weltgebetstag. Seit über 100 Jahren macht die Bewegung sich stark für die Rechte von Frauen und Mädchen in Kirche und Gesellschaft. Rund um den 4. März 2022 werden allein in Deutschland hundertausende Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder die Gottesdienste und Veranstaltungen zum Weltgebetstag besuchen.

Gemeinsam wollen wir Samen der Hoffnung aussäen in unserem Leben, in unseren Gemeinschaften, in unserem Land und in dieser Welt.

Seien Sie mit dabei und werden Sie Teil der weltweiten Gebetskette!

BEWEGUNG

Wer rastet, der rostet.
Bewegung ist der Motor unseres
Lebens für Gehirn und Herz
Für Gefühle, Liebe, Schmerz
Wir sollten also immer etwas tun
Damit wir beweglich bleiben
Aber bitte nicht übertreiben!

Von Renate Radtke aus Strom



VON ST. LUKAS ÜBER DIE WESERGEMEINDEN AM DEICH STADTTEIL-WANDERUNG AM 15. MAI

St. Lukas und die drei Gemeinden am Weserdeich

Eine Stadtteil-Wanderung von Grolland über Woltmershausen nach Rablinghausen bis nach Seehausen.

Kommen Sie gerne zum Gottesdienst (10.00 Uhr) oder machen Sie sich ab ca. 11.00 Uhr von der St. Lukas Kirche in Grolland Am Vorfeld 37) aus auf den Weg!

Wir werden über Niedervieland nach Woltmershausen wandern und dann weiter nach Rablinghausen und Seehausen. Bei jeder Kirche machen wir einen kleinen Stop. Für einen Rücktransport wird gesorgt!

Anmeldung im Bildungswerk (0421 - 346 15 35) ist hilfreich;

spontane Teilnahme nach dem Gottesdienst ist möglich.

Ein wenig Proviant sollte mitgenommen werden!

„Die Stadt ist der Ort der Vielfalt. Gleiche Menschen bringen keine Stadt zustande!“ – schreibt Aristoteles in seiner „Politik“. Stadt und Kirche sind „bunt“ in Bremen! Und so wie die Kirche das Stadtbild prägen, so prägen auch die Stadtviertel, die Menschen und die Kirchen. In loser Folge bietet das Evangelische Bildungswerk diese Stadtpaziergänge an, die in den Blick nehmen, was Stadt und Kirche(ngemeinden) aneinander haben.

HEUTE: BEWEGUNG IM ALTER

„Wie geht es“ werden wir häufig gefragt.

„Gut geht es“.

Dann sagen wir „Ich kann nicht klagen“.

Wir bewegen uns jede Woche eine Stunde
in einer kleinen gemütlichen Gruppe.

Wir machen Stuhlgymnastik, Gedächtnistraining usw.

Wir machen was wir können, die Hauptsache – Bewegung!

Denn uns ist bewusst:

Bewegung im Alter ist sehr wichtig.

Es macht auch Spaß miteinander, sich in der Gruppe auszutauschen.

Je älter wir werden desto mehr konzentrieren wir uns
auf unseren Körper und dessen Wohlbefinden.

„Also Bewegung!“

Von Christa Weber aus dem Stiftungsdorf





■ MÄRZ

Freitag 4. März 18 Uhr

SEEHAUSEN

Gottesdienst zum Weltgebetstag

Sonntag 6. März, 10 Uhr

SEEHAUSEN

Mit Pastor Blüthner

Sonntag 6. März, 11 Uhr

WOLTMERSHAUSEN

Gottesdienst gestaltet von den
Konfirmand*innen aus Konfihäusern

PASSIONSPREDIGTEN: STEINE SAMMELN

Sonntag 13. März, 11 Uhr

RABLINGHAUSEN

Mit Pastorin Detken

Gottesdienst für Groß und Klein
“TROSTSTEIN”

Sonntag 20. März, 10 Uhr

RABLINGHAUSEN

Mit Pastorin Detken

“GRUNDSTEIN”

Sonntag 27. März, 10 Uhr

RABLINGHAUSEN

Mit Pastor Hamelmann

Gesprächsgottesdienst

■ APRIL

Sonntag 3. April, 10 Uhr

WOLTMERSHAUSEN

Mit Pastorin Detken
“ECKSTEIN”

Sonntag 10. April, 11 Uhr

SEEHAUSEN

Mit Pastorin Detken

Gottesdienst für Groß und Klein
“KIESELSTEIN”

KARWOCHE

Donnerstag 14. April, 18 Uhr

SEEHAUSEN

Feierabendmahl an Gründonnerstag
mit Pastorin Detken
“BAUSTEIN”

Freitag 15. April 10 Uhr

WOLTMERSHAUSEN

Karfreitag
mit Pastor Hamelmann

Samstag 16. April 18 Uhr

RABLINGHAUSEN

Andacht am Osterfeuer
mit Pastorin Hannah Detken
“GRABSTEIN”

Gottesdienste

Herzlich willkommen!

OSTERN

Sonntag 17. April 5.30 Uhr

RABLINGHAUSEN

Osterspaziergang und Andacht am Strand

Treffpunkt: Kirche Rablinghausen

Mit Pastorin Hannah Detken

“...DER STEIN IST WEG!”

Sonntag, 17. April, 11 Uhr

WOLTMERSHAUSEN

Ostersonntag

Mit Pastor Hamelmann und Cordula

Rodewald

Gottesdienst für Groß und Klein

Sonntag 24. April 10 Uhr

RABLINGHAUSEN

Gottesdienst mit Pastor Blüthner

■ MAI

Sonntag 1. Mai, 10 Uhr

RABLINGHAUSEN

mit Pastor Blüthner

Sonntag 8. Mai, 11 Uhr

WOLTMERSHAUSEN

Mit Pastor Hamelmann und Cordula

Rodewald

Gottesdienst für Groß und Klein

Sonntag 15. Mai, 10 Uhr

ST. LUKAS IN GROLLAND!

Anschließend Stadtteilwanderung

Sonntag 22. Mai, 10 Uhr

SEEHAUSEN

mit Pastorin Hannah Detken

“KANNST DU BETEN?”

Donnerstag 26. Mai, 10 Uhr

Himmelfahrt

FAHRRADPILGER-GOTTESDIENST

Hof Osmers in Strom

Sonntag 29. Mai, 11 Uhr

TAUFFEST AN DER WESER

Strand am Weseruferpark

Mit Pastor Hamelmann und Pastorin

Detken

WAS MACHT EIGENTLICH...? Der YouTreff in Seehausen

Bewegung am Deich: wen könnte man zu diesem Thema besser portraituren als den seit 16 Jahren bestehenden Jugendtreff aus Seehausen; es bewegt sich was - gerade für die junge Generation ist hier wirklich viel geboten. Einmal in der Woche, Mittwochs, von 19 – 21.30Uhr bietet das Team um Christian Holst ein abwechslungsreiches Programm (der übrigens seit Anbeginn dabei ist, erst als Teilnehmer und seit 12 Jahren als Leiter der Gruppe): Es startet mit einem Zusammenkommen, gefolgt von gemeinsamem Essen, das in der eigenen Küche immer frisch zubereitet wird. Anschließend bieten die gemütlichen Jugendräume eine Menge: Air- Hockey, Billiard, Kicker oder die Couch-Ecke. Hier wird nicht nur geredet, sondern auch eine kleine Andacht abgehalten; diese wird abwechselnd von Christian oder David vorbereitet. Obwohl niemand zur Anwesenheit bei den Gesprächen über Gott genötigt wird, freut es das Leitungsteam immer sehr, wieviel Interesse doch bei der Jugend hierfür vorhanden ist. Bevor die Gruppe sich dann um 21.30 Uhr trennt, gibt es noch



Zeit zum Zusammensein, gemeinsamen Filmschauen oder anderem. Angesprochen auf seine Wünsche spricht uns allen Christian Holst wohl aus der Seele: ein Ende der Corona-Maßnahmen wäre echt erleichternd; auch ist die Teilnehmerzahl unter den derzeit geltenden 2G+ - Bedingungen leider stark dezimiert (alle Teilnehmer machen zur Zeit übrigens im Freien, bevor sie den Gruppenraum betreten, einen Antigen-Schnelltest). Der YouTreff würde sich sehr über Neuzugänge freuen, die gerne jederzeit vorbeikommen können. Zur Zeit kommen zwischen 10 und 15 Jugendliche im Alter von 13-20 Jahren. Von Rablinghausen könnte man auch bequem mit der Linie 62 um 18.34Uhr ab Stromer Straße direkt hingelangen; für den Rückweg bieten sich eher Fahrgemeinschaften an. Es freuen sich auf Euer Kommen: Christian Holst, David Helfen, Kai Kruppa, Jette Lehmensiek, Janek Bockholt und Lukas Vorndamme. Im Rahmen des Kooperationsprozesses konnten ein paar Rablinghauser und ich sich ein eigenes Bild von den wirklich toll ausgestatteten Räumlichkeiten machen und hatten Kontakt mit dem einen oder anderen Verantwortlichen. Wir sind sehr beeindruckt von der Energie und der Begeisterung, die das YouTreff-Team an den Tag legt. Vielen Dank!

Monika Linke

TANZEN WIRKT WIE MEDIZIN IM KÖRPER

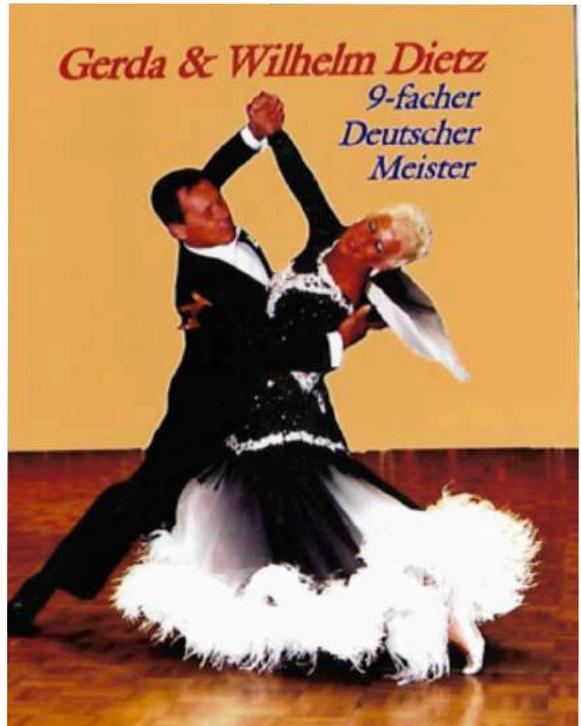
Tanzen ist Lebenslust pur! Sich mit dem Partner in der Musik zu bewegen kann man in jedem Alter. Ob Jung, ob Alt, ob „Frau“, ob „Mann“, als Paar oder in einer Gruppe. Da macht es doppelt so viel Spaß. Wir lernen Walzer, Tango, Foxtrot, Cha Cha, Rumba, Samba sowie auch Party Tänze usw. mit Spaß und Freude. Schon mit einfachen Grundschritten freut sich unser Körper; denn Tanzen hält den ganzen Körper fit und den Geist. Trainiert wird Ausdauer, Geschicklichkeit, Gleichgewicht, Gedächtnis und Konzentration. Der Körper ist ganzheitlich gefordert, denn von den Füßen bis hin zum Kopf muss er sich Bewegungsabläufe merken. Das hält jung und fit. Jeder Muskel wird in Bewegung gesetzt. Dadurch wird unser Herz-Kreislaufsystem angeregt, aber auch unsere Sauerstoffversorgung, die Durchblutung wird verbessert. Die Tanz Bewegung ist eine natürliche Heilkraft für unseren Körper. Die koordinierte Bewegung hilft dem Gehirn umfassend zu denken. Es ist wissenschaftlich bewiesen, dass Tanzen das Demenzrisiko um ganze 76 Prozent vermindert. Auch hat man an chronisch kranken Menschen eine Studie gemacht und festgestellt, dass durch das Tanzen eine deutliche Verbesserung der Gelenkigkeit zustande kam.

Tanzen bringt Spaß. Der Körper bewegt sich in der Musik und wer dieses einmal

mit uns im Gemeindesaal Rablinghausen ausprobieren möchte, ist dazu herzlich eingeladen an jedem Donnerstag.

Nach vorheriger Absprache in der Zeit von 18.30 bis 19.30 Uhr.

Ansprechpartner sind Gerda und Wilhelm Dietz, Handy 0176/72272961 oder melden Sie sich im Gemeindebüro. Wir würden uns über eine rege Beteiligung von Paaren freuen.





FLIEGENDE SCHEIBEN AM DEICH

Warum werfen da so viele Menschen Plastikdeckel durch die Luft? Erfahrenen Spaziergänger:innen ist das Bild fliegender Scheiben im Weseruferpark schon seit langem geläufig. Seit Beginn der Pandemie allerdings, scheint sich die Schar derjenigen, die dort Sommer wie Winter Frisbee-ähnliche Scheiben werfen, deutlich vermehrt zu haben. Dieser Eindruck täuscht tatsächlich nicht, aber dazu später mehr.

Manch ein Gemeindemitglied mag sich schon mal gefragt haben, was tun diese Leute da eigentlich und was hat es mit diesen Metallkörben auf sich, in denen die Scheiben klirrend landen.

Die Antwort ist einfach und die Sache an sich kann sehr schnell süchtig machen. Discgolf heißt das Spiel, welches man mittlerweile seit ca. 8 Jahren auf einem wunderschönen Kurs direkt in unserem „Wohnzimmer“ Weseruferpark spielen kann. Der Name ist dabei Programm. Die Regeln sind denen beim traditionellen Golf sehr ähnlich. Auf 18+2 unterschiedlich langen Bahnen versucht man, mit möglichst wenigen Würfen die Scheibe vom Abwurf aus im Korb zu versenken. Es gibt viele unterschiedliche Scheiben, mit ganz verschiedenen Flugeigenschaften. Aus diesem Grund sieht man viele Spieler:innen und Spieler mit ganzen Rucksäcken voller Plastik durch den Park ziehen. Man kann aber als Neuling auch schon mit zwei oder drei Scheiben seinen Spaß haben. Neuling ist sowieso ein gutes

Stichwort. Die Grundzüge des Spiels sind schnell erlernt und einmal ausprobiert, packt einen dieses Spiel in den meisten Fällen direkt in der ersten Runde. Jeder kann mitmachen, egal ob Mann oder Frau, 5 oder 80 Jahre. Geübte Spieler:innen werfen teilweise deutlich über 100 Meter weit aber viermal 25 Meter sind eben auch 100. Discgolf ist eine der ganz wenigen Sportarten, die man quasi die ganze Corona-Zeit über ausüben konnte. So hat der Bremer Discgolf-Verein „Drehmoment“ – ja, es gibt sogar einen Verein – auch während der letzten zwei Jahre einen wahren Boom erlebt. Die Mitgliederzahl hat sich von 2019 bis heute, von 80 auf 145 fast verdoppelt. Bei allem stehen Spaß, Bewegung in der Natur und das gesellige Miteinander im Vordergrund. Discgolfer:innen sind ein entspanntes Völkchen und die erste Regel ist immer die Sicherheit aller Parkbenutzer:innen. Passanten haben immer und überall „Vorfahrt“ und Rücksicht wird in der Regel ganz groß geschrieben.

Also, wenn Sie es immer schon mal selbst probieren wollten, dieses seltsame Spiel mit den segelnden Scheiben im Weseruferpark, trauen Sie sich. Es gibt kein zu jung und kein zu alt, kein zu groß und kein zu klein, jeder kann und darf sofort Spaß haben. Man benötigt lediglich ein oder zwei geeignete Scheiben (günstige Startersets gibt es im Internet) und den Mut es einmal zu probieren. Wer sich allein nicht traut, darf mich gerne ansprechen. Ich bin dem Sport komplett verfallen und habe immer Lust auf eine Runde in unserem wunderschönen „grünen Wohnzimmer“.

BEWEGTES FRÜHLINGSMOBILE

Material:

2 Holzstäbe oder 2 Zweige
farbigen Tonkarton, Perlen,
Schere
Nadel und Faden (Nähgarn)



Zuerst aus dem farbigen Tonkarton einige Anhänger ausschneiden. Zum Beispiel verschiedene Blumen, Osterhäschen, Wolken etc. Als Vorlagen eignen sich hierfür auch Plätzchenausstechförmchen. Nun wird durch jeden Anhänger mit der Nadel ein Faden durchgezogen. Perlen werden ebenfalls aufgefädelt und an den Faden angeknüpft.

Die Stäbe oder Zweige in der Mitte stramm zusammenbinden. Man kann auch etwas Heißkleber zum Fixieren darauf verteilen. An den Enden der Stäbe werden nun die Bänder mit den Anhänger in verschiedenen Höhen angebunden. Um das Ganze aufzuhängen noch ein hübsches Band an dem oberen Stab oder Zweig befestigen und dann im Garten oder im Zimmer aufhängen.

Statt der Holzstäbe oder den Zweigen kann man auch dicken Draht, einen Holzbügel oder einen Holzreifen verwenden.

Viel Spaß!
Schickt uns gerne ein Bild von einem Mobile!



ELTERNCAFE UND STREIFZÜGE IN SEEHAUSEN

Wir vom Kinder- und Jugendhilfe-Verbund Bremen erforschen den Stadtteil, entdecken die Natur, spielen coole Spiele an der frischen Luft und denken uns gemeinsam spannende Aktionen aus. **Einmal im Monat Freitags von 16-18 Uhr:**

18. März, 29. April, 13. Mai, 24. Juni

Treffpunkt Kaemna-Haus, bitte bring wasserfeste Kleidung, eine Trinkflasche, eine Maske und einen kleinen Snack mit.

Anmeldung bei Yavus Yentar: y.yentar@kjhv-bremen.de 0176/82231974 mit Name, Alter und Kontakt des Erziehungsberechtig*en

Und du bist auch herzlich eingeladen **Dienstags von 10-12 zum Elterncafé im Kaemna-Haus**. Hier kannst Du dich in entspannter Runde mit anderen Eltern übers Elternsein und den Alltag mit Kind/ern austauschen. Begleitet wird das Elterncafé durch zwei Sozialarbeiter*innen. Nach Wunsch können sie auch Einzelgespräche und Beratungen zum Thema Erziehung anbieten. Dein/e Kind/er ist/sind ebenfalls herzlich willkommen, es gibt in der Gemeinde Seehausen ausreichend Platz zum Spielen.

Ansprechpartnerinnen sind Bianca Vorndamme (0172-9870274 b.vorndamme@kjhv-bremen.de) und Nadine Gill (0163-9136899 n.gill@kjhv-bremen.de)

KOMM MIT NACH KONFIHAUSEN ANMELDUNGEN FÜR DEN NEUEN KONFI-JAHRGANG

Du bist zwischen 12-14 Jahren alt? Du hast Lust auf ein Jahr voller Entdeckungen, Fragen und Spaß mit anderen Jugendlichen? Und du willst eine Party, die dich und dein Leben und alles, was noch kommt, so richtig feiert?

Dann komm mit uns nach Konfihausen: Die Konfizeit der Gemeinden Rablinghausen, Woltmershausen und Seehausen.

Einmal die Woche treffen wir uns Dienstags um 17 Uhr zur Konfizeit und im Anschluss könnt ihr im Konfitreff essen, spielen und quatschen.

Gemeinsam werden wir über unser Leben und die Welt reden, Fragen stellen und uns auf Spurensuche nach Gott machen.

Und natürlich feiern wir nach einem guten Jahr deine Konfirmation!

Dann bekommst du den Segen Gottes, der so bunt ist wie Konfetti und dich immer begleitet!

Los geht der neue Jahrgang dieses Jahr nach den Sommerferien!

Anmelden könnt ihr euch bei uns in den **Gemeindebüros zu den Öffnungszeiten** (die stehen hier auch in der Weserpost auf Seite 29).

Wir freuen uns auf euch!





Heimspiel

Die ev. Jugend PUSDORF lädt ein!

Miteinander Zeit zu verbringen, gemeinsam etwas erleben und bewegen, neue Erfahrungen machen, Neues ausprobieren.

Wir wollen Golfen, Bouldern, Paddeln, Eislaufen, Bowling, Boule, Badminton, Tischtennis spielen, Radeln, Skaten, Hula hooping und vieles mehr.
Herzliche Einladung zu unseren Heimspielen!

IMMER MITTWOCHS AB 18 UHR IN DEN
JUGENDRÄUMEN DER CHRISTUSKIRCHE





**26. März 2022, 10 bis 12 Uhr,
Kinderkirche in Woltmershausen
„Freu dich“**

**Samstag, 23. April 2022, 10 bis 12 Uhr,
Kinderkirche in Rablinghausen
"Mut mit Hut"**

**Samstag, 21. Mai 2022, 10 bis 14 Uhr,
Kinderkirche in Woltmershausen**

mit anschließender **"Nudeltour"** durch Pusdorf.
Es erwartet euch ein lustiger Spaziergang durch den
Weseruferpark mit Bollerwagen, Spielen und Musik.
Um die Mittagszeit gibt es leckere Nudeln im Saal,
zudem auch die Familien herzlich eingeladen sind.
Anmeldungen ab sofort bei Cordula

Applaus und Trommelwirbel



Manege frei

für Spaß, Geschicklichkeit,
Bewegung und Fantasie

Das Deichmonster- Projekt
von März bis Mai!

Immer donnerstags von 15 bis 16.30 Uhr!

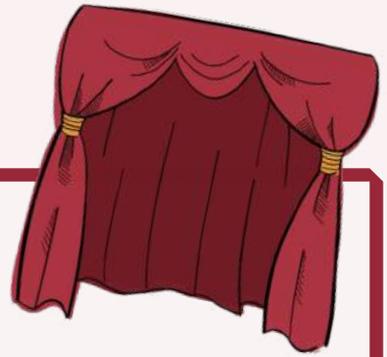
Sag kurz Bescheid, ob du kommst

Bogensport am Deich

In den Osterferien laden wir Jugendliche ab 13 Jahre zum traditionellen Bogenschießen ein. Sei pfeilschnell und melde dich bei Cordula an!

**11. bis 14.
April 2022**





KINDERTHEATER AM DEICH

Das Kulturhaus Pusdorf präsentiert im Gemeindegemeinschaftssaal Rablinghausen:

So 20. März, 16 Uhr: "Kurt und Wilma gehen an Bord" - Clownstheater ab 4 Jahre mit Julia Wiegmann und Christian Braun

So 24. April, 16 Uhr: "Das tapfere Schneiderlein Nach" - den Gebrüder Grimm für Kinder ab 5 Jahre, gespielt vom Figurentheater Die Drahtzieher und Puppentheater GRIMMBIM.

So 15. Mai, 16 Uhr: "Der Maulwurf Gabrowski" - Mobiles Figurentheater Bremen mit Birgit Neemann

Eintritt: 3 Euro.

KINO AM DEICH "BEWEGENDE TRÄUME"



Freitag, 18. März 19.30 Uhr "Billy Elliot"

Freitag, 22. April 19.30 Uhr "Der ganz große Traum"

(Familienkino) Samstag, 14. Mai 15.00 Uhr "Coco"

Wir machen Kino im Gemeindegemeinschaftssaal in Rablinghausen! Jeden Monat zeigen wir einen Film mit Bewegung. Wir starten im März mit dem tanzenden Billy Elliot. Machen mit dem ganz großen Traum im April weiter und feiern im Mai mit Coco das Leben.

Neugierig und Hunger auf Popcorn? Dann kommt vorbei!
Eine Anmeldung ist nicht notwendig, es gelten die aktuellen Corona-Auflagen!



Kinder- und Jugendgruppen

Wir bitten um Beachtung des Veranstaltungsortes!

Kinder

Dienstags 17 bis 18 Uhr
Konfizeit für die Gemeinden
Rablinghausen, Seehausen und Woltmershausen

Dienstags 18 bis 19.30 Uhr
Treff für KonfirmandenInnen und Freunde
in Rablinghausen

Mittwochs 15 bis 16.30 Uhr
Leseclub für Kinder ab 7 Jahre
in Rablinghausen

Mittwochs 18 bis 21 Uhr
Jugendtreff für Jugendliche ab 13 Jahre
in Woltmershausen

Donnerstags 15 bis 16.30 Uhr
Das „Deichmonster- Projekt“
für Kinder ab 6 Jahre
in Rablinghausen

Aufgrund der aktuellen Situation bitten wir um vorherige Anmeldungen zu unseren Angeboten. Vielen Dank für das Verständnis.



Foto: Stephanie Mesjida

Passionszeit 2022 – Spenden für Hungernde in Ostafrika

Evangelische Bank IBAN: DE68 5206 0410 0000 5025 02
diakonie-katastrophenhilfe.de/passionszeit2022

Mitglied der
actalliance

Diakonie
Katastrophenhilfe



Ihre
Spende
hilft!

Darf nicht auf Abstand gehen: die Nächstenliebe.

Die Corona-Pandemie kann nur in einer weltweiten Solidarität bewältigt werden. Wir setzen uns dafür ein, dass alle Menschen Zugang zu Medikamenten und Impfstoffen erhalten.

brot-fuer-die-welt.de/spenden

IBAN: DE10 1006 1006 0500 5005 00

Mitglied der **actalliance**



Würde für den Menschen.

WINTER 
Ans Leben erinnern
**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
& STEINBILDHAUEREI**

- Grabmale
- Grabpflege
- Grabneuanlagen
- Gedenkfloristik
- Online Shop

Für alle Bremer Friedhöfe und umzu

Walle: 0421 61 33 35

Huchting/Stuhr: 0421 56 10 25

Buntentor/Huckelriede: 0421 56 10 25

Woltmershausen/Rablinghausen: 0151-11 30 33 42

Waller Friedhofsstraße 5 • 28219 Bremen • Fax 0421 61 67 677
info@anslebenerinnern.de • www.anslebenerinnern.de

In den letzten Monaten mussten wir uns verabschieden von:

In Seehausen:

Hannelore Oekermann, geb. . Menkens
Peter Diekmann
Andreas Braunreiter
Helga Meldner, geb. Gebhard
Helga Bremermann, geb. Stange
Matthias Müller
Ursula Röstel, geb. Mester

In Rablinghausen:

Ilse Engelbart, geb. Weber
Irene Ellendt, geb. Bartels
Heinrich Bode
Fritz Ewen
Elfriede Peukert, geb. Eckert

Marie Luise Hesse, geb. Wohlers
Waldemar Becker
Herta Ilenborg, geb. Himmelskamp
Hannelore Hebky, geb. Müller
Marlene Klatte, geb. Wassermann
Anna-Margarete Rosilius, geb. Lönnecke
Robert Goldbeck
Wolfgang Niemeyer
Roswitha Pauli
Bernd Handrischek
Eduard Buchholz
Karl Rohlf's
Christian Lange
Marie-Luise Kuhl
Ruth Schütte, geb. Brandt



Getauft wurde:

Leonidas Tautkus



seit 64 Jahren
WALDEMAR SEIDLER
Fachbetrieb für gute - preiswerte Umzüge
Mit Tischler und Elektriker, Küchenauf- und -umbauten
UMZÜGE

- Stadt-, Nah-, Fern-
- Außenauzug
- günstige Festpreise
- Seniorenzüge
- Ein- und Auspackservice
- Lagerungen, Verpackung
- Büro-, Betriebszüge
- Klavier- & Flügeltransporte
- Haushaltsauflösungen
- Möbelbeiladungen

Woltmershauser Str. 333
28197 BREMEN

 **54 05 71**
(04 21)

Bremen Nord*
(04 21) 66 28 24
Delmenhorst*
(0 42 21) 12 01 40


*Anrufweiterleitung zum Firmensitz Bremen

unverb. Angebotserstellung vor Ort www.seidler-umzuege.de

Sprechzeiten Gemeindebüro Rablinghausen:

Montag, Dienstag und Freitag von 9 – 12 Uhr
und am Donnerstag von 10 – 12 Uhr und 16 -18 Uhr!

Sprechzeiten Gemeindebüro Seehausen:

Montag von 10-12 Uhr
Donnerstag von 16-18 Uhr

Wir bitten die Besucher*innen den Sicherheitsabstand von 1,5 m einzuhalten, die Hände zu desinfizieren und beim Betreten des Gemeindehauses eine Maske aufzusetzen. Bitte beachten Sie, dass nur eine Person zurzeit das Büro betreten darf. Gerne können auch Einzeltermine vereinbart werden.

Bankverbindungen:

Gemeinde Rablinghausen:

Bankverbindung: Sparkasse Bremen

IBAN DE 54 2905 0101 0001 0092 24 BIC SBREDE22XXX

Gemeinde Seehausen:

Sparkasse Bremen

IBAN DE86290501010001086636 BICSBREDE22XXX

Impressum:

Der Gemeindebrief wird von den Kirchenvorstände der Kirchengemeinden Rablinghausen und Seehausen herausgegeben:

Ev. Gemeinde Rablinghausen, Rablinghauser Deich 4, 28197 Bremen

Ev. Gemeinde Seehausen, Seehauser Landstr. 168, 28197 Bremen

Auflage: 2530 Stück

Bildnachweise: Detken (Titel, 2,7,30); Scholl (1,12); Hünecke (15,16); Holst (17); Dietz (18); Bouwer (19).





SPORT IST MORD!

„Ich kann nicht mehr!“ Lotta keucht aus vollem Hals, ihre roten Wuschelhaare sind ganz durcheinander, ihre Wangen noch röter als sonst. Schwer atmend setzt sie sich einfach dahin, wo sie gerade steht: mitten auf den Deich. „Hey, pass doch auf!“, schimpft ein Radfahrer, der Lotta beinahe umgefahren hätte, da mitten auf dem Weg.

Lotta seufzt und ruft ihm hinterher: „Ich kann einfach nicht mehr, tut mir Leid!“ Nun kommt auch Herbert das Schaf, dazu und schaut Lotta amüsiert an. „Jaja, lach du nur. Ich weiß, du läufst hier jeden Morgen deine 5 Kilometer. Du bist das supersportliche Schaf, und ich...“ Lotta seufzt tief und legt sich jetzt ganz auf den Gehweg und schaut in den Himmel. „Ich bin die unsportliche Lotta!“ Deprimiert streicht sie über ihren Bauch, in dem sich nach Weihnachten und nach dem langen Winter mit Corona noch mehr Kekse als sonst sehr wohlfühlt haben. Darum hat Herbert ja auch beschlossen, dass Lotta mal mit ihm mitlaufen sollte. Um mal wieder ein bisschen in Bewegung zu kommen und den

Wind durch die roten Wuschelhaare wehen zu lassen. Herbert war ganz schön genervt in letzter Zeit von der nöligen Lotta auf dem Sofa.

Ein neuer Seufzer steigt jetzt zu den Wolken am Deich auf. „Ach Herbert, ich bin einfach nicht für den Sport gemacht! Mir tut alles weh, ich fühle mich so unfähig. Ich will nach Hause und Kekse essen!“

Herbert seufzt nun auch und legt sich neben Lotta. Er schaut sie an und versucht ihr noch einmal klarzumachen, wie motivierend Sport ist. Wie viel Kraft er jeden Morgen sammelt, wenn er über die grünen Wiesen läuft. „Du bist ja auch ein Schaf! Du musst über grüne Wiesen laufen. Ich bin eine Lotta, ich muss Kekse essen und in die Wolken gucken.“

Also liegen sie da. Und schauen in die Wolken. Da jauchzt Lotta auf einmal auf: „Guck mal Herbert, die eine Wolke da ist viel langsamer als die anderen! Die da ziehen so schnell und die eine bleibt einfach stehen. So entspannt und ruhig. Das bin ich! Sogar der Himmel findet es total in Ordnung, wenn ich einfach mal liegen bleibe!“

Herbert verdreht die Augen, dass Lotta aber auch immer das letzte Wort und Recht haben muss. Er steht auf und reicht Lotta die Hand.

Und gerade als sie aufstehen wollen kommt eine Radfahrerin und alle fallen zu Boden. Niemand ist verletzt, aber Lotta lacht triumphierend: „Siehst du Herbert, Sport ist Mord! Sei lieber die entspannte Wolke, so wie ich!“



WIR SIND FÜR SIE UND EUCH DA:

Pastorin Hannah Detken	51 70 50 97 hannah.detken@kirche-bremen.de
Pastor Friedhelm Blüthner	42 72 157 friedhelm.bluethner@kirche-bremen.de
Gemeinde-, Friedhofsbüro Rablinghausen Monika Niederbockstruck	54 02 00 FAX 52 99 80 rablinghausen@kirche-bremen.de
Gemeindebüro Seehausen Martina Klusmann	54 47 92 FAX 52 89 496 buero.seehausen@kirche-bremen.de
Ralf Claus 1. Vorsitzender KV Rablinghausen	0176/20903356
Diakonin Cordula Rodewald	540750/529982
Gitarrenunterricht Violetta Soemer	0176/50446329
Friedhofswartin Tatjana Claus	0176/88402950
Kita-Leitung Seehausen Gabriele Wulff	52 85 642 kita.st-jacobi-seehausen@kirche-bremen.de
YouTreff Seehausen Christian Holst	0172/1022060