

Geschenke aus der Küche

Kochkurse beim Hausfrauenbund

VON ULRIKE TROUE

Alte Neustadt. Für neue Rezeptideen ist das DHB-Bildungswerk eine gute Adresse. In einigen Kursen sind sogar noch Plätze frei. Sie werden alle in den Räumen Am Neuen Markt gegeben. Außerdem ist eine Anmeldung vorab unter der Telefonnummer 506564 oder per E-Mail an info@dhb-bremen.de erforderlich.

Süßes auf die Schnelle werden am Sonnabend, 4. November, von 16.30 bis 19.30 Uhr zubereitet. Suppen, Salate, Hauptgerichte und Snacks sollen nach jeweils 30 Minuten Zubereitungszeit auf dem Tisch stehen. Die Teilnahme kostet 21 Euro, zuzüglich Lebensmittelkosten. Anmeldungen bis zum 2. November.

Vegetarische Gerichte-Snacks, Frischkost und Fingerfood stehen am Mittwoch, 8. November, von 10 bis 13 Uhr auf dem Plan. Bei der Zubereitung der Speisen ist oft auch Kreativität gefragt, auch eigene Ideen können umgesetzt werden. Die Zutatenliste richtet sich möglichst nach den Angeboten auf dem Markt, wobei „Frische“ bei saisonalem und regionalem Obst und Gemüse oberste Priorität haben. Die Teilnahme kostet 21 Euro zuzüglich Lebensmittelkosten. Anmeldungen sind bis zum 2. November erforderlich.

Die spanische Küche wird in dem Kurs „Eviva España“ am Mittwoch, 8. November, von 18 bis 21 Uhr vorgestellt: Dátiles con jamón (Datteln im Speckmantel), Aioli (Knoblauch-Majonaise), Pinchos morunos (Maurische Fleischspieße), Tortillas de patatas (Kartoffel-Omelett) und Arroz con leche (Milchreis). Die Gebühr zur Teilnahme beträgt 21 Euro zuzüglich Lebensmittelkosten. Anmeldefrist: 2. November.

Ein indisches Buffet soll in dem Kurs am Sonnabend, 11. November, von 17 bis 20 Uhr aufgebaut werden. Es werden Fleisch, Snacks und vegetarische Gerichte zubereitet und in geselliger Runde verspeist. Die Teilnahme kostet 21 Euro zuzüglich Lebensmittelkosten. Anmeldungen sind bis zum 7. November nötig.

In der Reihe „Kochen mit jungen Leuten“ wird am Donnerstag, 23. November, Pizza-süß und salzig-gebacken. Von 18 bis 21 Uhr werden kleine, einfache Gerichte mit Pepp gekocht. Die Gebühr beträgt 21 Euro zuzüglich der Kosten für Lebensmittel. Anmeldungen sind bis zum 9. November erforderlich.

Geschenke aus der Küche werden am Mittwoch, 15. November, von 17 bis 20 Uhr hergestellt. Zu den netten Kleinigkeiten, die begehrte Mitbringsel sind, gehören zum Beispiel Weihnachtsmarmelade, ein paar Trüffel, Kuchen im Glas oder ein leckerer Likör. Das wird alles nett verpackt in selbst mitgebrachten Gläsern, Flaschen und Schachteln. Wer mitmachen möchte, zahlt 21 Euro zuzüglich Lebensmittel. Die Anmeldefrist endet am Dienstag, 14. November.

Zu Halloween Schule kennenlernen

Barkhof. An Halloween Schule schnuppern, das ist am Hermann-Böse-Gymnasium, Hermann-Böse-Straße 9, am Donnerstag, 2. November, von 16 bis 18.30 Uhr möglich. Kombiniert mit Halloween-Kostümen und Gruselspaß können Viertklässler und deren Eltern das Unterrichtsangebot und das Profil der Schule kennenlernen. Schüler und Schülerinnen sowie Lehrer und Lehrerinnen zeigen Ausschnitte aus dem Unterricht und sind offen für alle Fragen. XIK

Huchting. Über dem Sodenmattsee lag noch dichter Nebel, als kürzlich 27 Kinder um das Gewässer zogen und den herumliegenden Müll einsammelten. Aufgerufen dazu hatte der Verein „Arbeit & Ökologie“, der mit dem Projekt „Huchtinger räumen gemeinsam auf!“ besonders die Heranwachsenden zu Müllvermeidung und Umweltschutz anregen will.

Birgit Wendelken von dem Verein erklärte vorher, dass Restmüll, Kunststoff und Papier getrennt in Tüten einsortiert werden sollten. „Wisst ihr, warum wir den Müll sammeln?“ fragte sie die Zehn- bis Elfjährigen. „Damit Bremen schöner wird“ meinte eine Teilnehmerin. „Und weil Tiere sich darin verfangen können“, ergänzte ein Klassenkamerad. Wendelken erläuterte noch aus eigener Erfahrung, dass ein kleiner Müllhaufen schnell dazu führe, dass andere Menschen ebenfalls ihren Unrat dort ablegten, so dass am Ende ein großer Müllberg entstehe.

Dass es sehr lange dauern kann, bevor die Natur Weggeworfenes verarbeitet hat, das wussten die Kinder der Klasse 5b des Alexander-von-Humboldt-Gymnasiums ganz genau. Lehrer Frank Galetzka hatte das zuvor in seinem Naturwissenschaftsunterricht besprochen, und auch Wendelken gab vor dem Arbeitseinsatz ein paar Hinweise über die Müllproblematik.

Reiche Ausbeute

Mit Schätzfragen wurden den Kindern beigebracht, dass eine Bananenschale drei Monate zum Vergammeln braucht und eine Zigarette fünf Jahre für ihren Abbau benötigt. Eine weggeworfene Plastikflasche lebe hingegen mehrere hundert Jahre und damit länger als ein Mensch, erklärte die Diplom-Biologin. Um die Umwelt zu schützen, appellierte sie an Recycling und Müllvermeidung.

Mit Handschuhen, Zangen und Müllsäcken zog die Gruppe schließlich in Dreier-Teams und in Sichtweite voneinander um den Sodenmattsee und durch die anliegenden Grünzonen. Auf ihrem Weg fanden sie Chipstüten, Zigarettenschachteln, Wodkaflaschen, einen Seifenspender, ein Schutzblech für das Fahrrad, und in einer Bierflasche hatte es sich eine Schnecke gemütlich gemacht. Sogar eine ganze Tafel Schokolade landete im Müllsack der kleinen Müllsammler. Für deren nötige Motivation sorgte vor allem der „Jagdtrieb“ und der „Wett-

Kinder werden zu Umweltpartnern

Müllsammlung am Sodenmattsee / Plastikflasche hält länger als ein Menschenleben

VON JÖRG TEICHFISCHER



Mit Säcken und Zangen ausgerüstet gingen die Schüler auf ihre erfolgreiche Müllsuche.

FOTO: JÖRG TEICHFISCHER

bewerb darum, wer am Ende am meisten zusammen hat“, beschreibt Wendelken das Verhalten. Lehrer Galetzka musste auch gelegentlich seine Schüler bremsen, wenn sie zu eilig die Strecke ablaufen wollten und dabei Müllanhäufungen übersahen.

Nach gut zwei Stunden trafen sich alle Teilnehmer im nahe liegenden Obstgarten des Vereins, der für die Sammlung eine Spende der Interessengemeinschaft Huchtinger Unternehmer (IHU) und Geld vom

Beirat organisiert hatte. Bei Keksen und Saft gab es eine Nachbesprechung der Aktion, und das Ergebnis wurde präsentiert: Auf über 20 Säcke mit rund 60 Kilo Müll schätzte Wendelken die gesammelte Müllmenge. Die Kinder spendeten sich selbst Applaus für ihre Leistung.

Dass es nicht noch mehr Unrat wurde, liegt unter anderem daran, dass das „Green-Team“ des Vereins, das die Sammlung der Schüler mit einem mobilen Müllwagen be-

gleitete, täglich durch das Gebiet geht und für Sauberkeit sorgt. „Das Aufheben mit der Zange ist etwas umständlich, aber die Kinder haben das schnell gelernt“, lobt Mitarbeiter Hendrik Szank die Schüler.

Für Wendelken sind bei den Themen Mülltrennung und -vermeidung besonders die Kinder wichtig. „Sie wirken als Multiplikatoren in ihre Familien hinein“ erklärt die Biologin.

Neubau für Suchtkranke

Christliches Reha-Haus richtet 16 neue Betreuungsplätze ein

VON KARIN MÖRTEL

Obervieland. Die Lücke ist geschlossen: die Baulücke an der Kattenturmer Heerstraße und somit auch die Versorgungslücke für suchtkranke ältere Menschen. Das haben Bewohner und Beschäftigte des Christlichen Reha-Hauses am Donnerstag bei der Einweihung des jüngsten Neubaus gefeiert.

In der Einrichtung leben ältere Menschen, die wegen ihrer teils mehrfachen Suchterkrankung pflege- oder betreuungsbedürftig geworden sind. Die 16 neuen Betreuungsplätze sind für Bewohner vorgesehen, die die Chance ergreifen wollen, sich mit fachkundiger Unterstützung wieder auf ein eigenständiges Leben vorzubereiten. Eine Bewohnerküche gehört deshalb ebenso zur Ausstattung wie ein regelmäßiges Ausgungstraining.

„Mit diesem Bau werden die letzte Lücke unserer Eckbebauung Kattenturmer Heerstraße/Theodor-Billroth-Straße geschlossen und unsere Großbauprojekte auf diesem Gelände damit vorerst beendet“, freut sich Einrichtungsleiter Wolfgang Schmitt. Die Kosten für den jüngsten Neubau belaufen sich auf 1,9 Millionen Euro, 300.000 Euro davon spendete die Deutsche Fernsehlotterie. Insgesamt flossen etwa zehn Millionen Euro in den vergangenen zehn Jahren in die Neuausbauarbeiten am Christlichen Reha-Haus, teilte der Hausleiter während der Einweihung mit.

Am Standort leben nun 126 ehemals suchtkranke Menschen mit einem Durchschnittsalter von 60 Jahren im Pflege- und Wohnheim sowie im neuen Trainingsbereich für ein eigenständiges Leben ohne Alkohol und Drogen. XKN



Der Neubau von der Kattenturmer Heerstraße aus betrachtet. FOTO: WALTER GERBRACHT

„Jugend musiziert“ startet bald wieder

Bremen. Kinder und Jugendliche, die ihre musikalischen Leistungen mit anderen vergleichen und von einer Fachjury beurteilen lassen wollen, können sich bis zum 15. November zum Wettbewerb „Jugend musiziert“ bei der Musikschule Bremen anmelden. Wer mitmachen möchte, muss ein Vorspielprogramm mit Musik aus verschiedenen Epochen vorbereiten. In der Pop-Kategorie sind selbst komponierte Stücke gefragt. Die Kategorie Musical verlangt auch Sprechmonologe und eine Tanzperformance. Als Preise gibt es Urkunden, Stipendien, Konzertauftritte oder Geldpreise. Der Wettbewerb startet im Januar 2018. Das Formular für die Anmeldung gibt es unter www.jugend-musiziert.org. Anmeldung online über www.jugend-musiziert.org. Ausgefüllte Formulare gehen an Regionalwettbewerb Bremen Mitte c/o Musikschule Bremen, Schleswiger Str. 4, 28219 Bremen. XKN

WESER
KURIER

Exklusiv

Hier sparen Sie mit Ihrer AboCard!

Apotheken

sk-Apotheke im Einkaufspark Duckwitz
Duckwitzstr. 55
28199 Bremen
Tel. 0421/ 5975680
Alle Artikel **3%**
bei Barzahlung und Ersatzteile aus Werkstattleistungen.

Hohentor-Apotheke

Inh. Andreas Galperin
Langemackstr. 183
28199 Bremen
Tel. 0421/ 8093212
Auf alle nicht apothekenpflichtigen Produkte **4%**

Vielseitiges Vergnügen!

Als Abonnent exklusive Angebote sichern.

Autohäuser

Autohaus Schmidtke GmbH
Autorisierter Seat Servicepartner
Fritz-Thiele-Str. 23
28279 Bremen
www.seat-autohaus-schmidtke.de
bei Barzahlung und Ersatzteile aus Werkstattleistungen. **5%**
Löhne, Karosserie- bzw. Versicherungsschäden und Reifen ausgenommen.

Autowerkstatt

Keyssler Behindertentechnik
Neuenländer Str. 91
28199 Bremen
Tel. 0421/ 53694-16
Behindertengerechte Fahrzeugumbauten für Selbstfahrer u. Beförderungsfahrzeuge, orthopädische Sitz u. Schwenksitze - auf Teile **4%**

Elektroinstallationen

Tangemann Elektrotechnik GmbH
Buntentorsteinweg 113
28201 Bremen
Tel. 0421/ 555500
Auf Elektroinstallationsmaterialien, Warmwassergeräte, elektr. Groß-u. Kleingeräte **10%**
Gewerbliche Kunden und Aktionspreise ausgenommen.

Fitness & Gesundheit

Regina Berghold Kosmetik & med. Fußpflege
Langemackstr. 119/121
28199 Bremen
Tel. 0421/593540
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9-18 Uhr, nach Absprache Sa. u. Di./Do. bis 20 Uhr
Diabetikerbehandlung **3%**

Fitness/Tennis/Squash/Golf

Tao Wing Tsun
Kampfkunst & Selbstverteidigung
Kornstr. 283
28201 Bremen
Tel. 0421/ 553643
www.tao-wing-tsun.de
Rabatt auf Monatsbeitrag **5%**

Fitness-Studio-Walden

Die Profis für Prävention-
Alfred-Faust-Str. 11
28277 Bremen
Tel. 0421/ 826118
Rückenschule-/ Pilates-Kurse **5%**

Jetzt exklusive Angebote sichern!

Abonnieren Sie bequem unter
Telefon 0421/36716677.

Uhren/Schmuck

Uhren Jakes
Pappelstr. 96
28199 Bremen
Tel. 0421/ 3330230
Uhren und Schmuck **4%**

Alle AboCard-Partner auf einen Blick!

www.weser-kurier.de/abocard



AboCard-Service

... für unsere Abonnenten:

0421/3671-6677

... für unsere Partner-Unternehmen und Inserenten:

Annegret Zeidler

Tel. 04 21 / 36 71 - 48 60 • Fax 04 21 / 36 71 - 48 61
E-Mail: annegret.zeidler@weser-kurier.de