

RUND UM LUDGERI

Aktionen des Mehrgenerationenhauses Norden: Gedächtnistraining in der Kreisvolkshochschule (KVHS), 10 Uhr, Seniorengymnastik, (Haus Nordlicht, 10.30 Uhr), Boccia AG 60 Plus (Marktplatz, 15 Uhr), Lachyoga (KVHS, 16 Uhr).

Das Café „Tied för di“ und der christliche Buchladen in der Friedensgemeinde Tidofeld, Am Schlichtief 3, sind heute von 9.30 bis 11 Uhr geöffnet.

„Die Brücke“ (Weltladen und die Gemeindeführung) in der Ludgerikirche hat heute von 10 bis 12.30 Uhr geöffnet.

Die Stadtbibliothek im Vosenhuus ist heute von 10 bis 13 Uhr und von 15 bis 18 Uhr geöffnet.

Das Ostfriesische Teemuseum, Am Markt 36, bietet heute um 14 Uhr eine ostfriesische Teezeremonie an.

Die Dokumentationsstätte zur Integration der Flüchtlinge und Vertriebenen, Gnadenkirche Tidofeld, Donaustraße 12, ist jeweils Dienstag bis Sonntag von 14 bis 17 Uhr geöffnet.

Das Kunsthaus Norden, Große Neustraße 13, ist dienstags bis freitags von 15 bis 18 Uhr sowie sonntags, sonntags und feiertags von 11 bis 13 Uhr geöffnet. Informationen zur aktuellen Ausstellung unter: www.kunstverein-norden.de.

Die Selbsthilfegruppe „WolkenSchieber“ gegen Depressionen und Angst trifft sich heute von 16.30 bis 18.30 Uhr in der KVHS Norden. Info: 04931/9759817 oder 0160/8754236.

Die Gospelsänger der Andreas-Kirchengemeinde proben heute von 18.45 bis 19.30 Uhr im Gemeindezentrum, Gottfried-Keller-Straße/Warfenweg. Neue Sänger sind willkommen.

Der Andreas-Chor probt derzeit mit veränderten Zeiten. Am 19. Uhr treffen sich die Sänger im Gemeindezentrum, Gottfried-Keller-Straße/Warfenweg. Neue Sänger sind willkommen.

Die Anonymen Alkoholiker und deren Angehörige treffen sich heute von 20 bis 21.30 Uhr im Pfarrheim hinter der katholischen Kirche, Osterstraße.

KURZ NOTIERT

Hecke steht in Flammen

NORDEN – Ein Norder Hauseigentümer hat am Sonntagabend das spätsommerliche Wetter für Gartenarbeit genutzt. Als der Mann mit einem Gasbrenner Unkraut auf der Einfahrt abflämmte, geriet eine Thujahecke in Brand. Schnell standen mehrere mannshohe Büsche neben einem Carport in Flammen. Der Mann rief seine Frau sowie die beiden Söhne zur Hilfe. Zudem setzte die Familie einen Notruf ab und forderte die Feuerwehr an. Bis zu deren Eintreffen in der Straße Deepstück löschte die Familie mit Wasser aus Eimern und einem Gartenschlauch. Gemeinsam brachten sie das Feuer unter Kontrolle. Die Norder Wehr brauchte nur noch Nachlöscharbeiten durchzuführen. Der Schaden begrenzte sich durch das beherzte Eingreifen auf die Pflanzen.

KONTAKT

Magret Martens 925-246
Heidi Janssen 925-248
Aike Ruhr 925-243
Julia Theermann 925-245

Frauengesundheitswoche im November

AKTION Kreisvolkshochschule bietet Kurse von und für Frauen an – Männertage im Mai 2019

Seit 24 Jahren soll die Veranstaltungsreihe einen Ort bieten, wo Interessierte in verschiedenste Themen hineinschnuppern können.

NORDEN/THE – Mit Kursen wie „Mäuschen oder Alphawölfin“, „Klopfen Sie sich stark“ oder „Altwerden, wie es mir gefällt“ kommt die 24. Frauengesundheitswoche der Kreisvolkshochschule (KVHS) daher. „Wir haben in diesem Jahr das Motto ‚Selbstbestimmt stark‘ gewählt“, sagt die pädagogische Leiterin der KVHS, Irina Eifert. „Mit dem Programm wollen wir zeigen, dass Frauen stark sind, sie verändern sich und haben ganz verschiedene Gesichter.“

15 Veranstaltungen stehen in der Woche vom 5. bis 11. November auf dem Programm. „In einigen Kursen sind noch Plätze frei“, erklärt Beatrix Kleffmann, die organisatorische Leiterin der Veranstaltungsreihe. „Andererseits sind schon ausgebucht. Bei den Kursen ‚Altes Wissen neu entdecken – Kräuter und Heilpflanzen‘ sowie ‚Auf Entdeckungsreise mit Klangschalen‘ gebe es sogar schon eine lange Warteliste.“

Wie schon im vergangenen Jahr gibt es auch in diesjährigen Programm einen Film. Gezeigt wird „Die Anfängerin“, ein Film über eine Frau, die sich mit 58 Jahren endlich von ihrer Mutter abnabelt und anfängt, Eiskunstdaunen zu lernen. „Im Zusammenhang mit diesem Film bieten wir auch die Veranstaltung ‚Mütter und Töchter‘ an, bei der es darum geht, wie die Beziehung zueinander verbessert werden kann“, sagt Eifert.



Freuen sich auf die Frauengesundheitswoche: Beatrix Kleffmann (von links), Irina Eifert, Aleksandra Weber, Ina Schwitters, Sabrina Fischer und Siemke Hanßen. FOTO: THEERMANN

Mit der Beziehung von Frauen zu sich selbst befasst sich dagegen die Fotoausstellung „Du bist schön!“, die ab sofort in der KVHS zu sehen ist. Sie ist ein Produkt der Frauengesundheitswoche 2017. „Ich habe in einem Seminar zwölf Frauen fotografiert, um zu zeigen, dass jedes Gesicht schön ist“, sagt Aleksandra Weber. Seit gestern stellt die Hagerin sechs

dieser Porträts im zweiten Stock des KVHS-Gebäudes aus. Auch andere Fotografien der Künstlerin – unter anderem zum Thema Mutter und Kind – sind in dem Flur zu sehen. Die Ausstellung läuft bis zum 7. November.

Die Idee für die Frauengesundheitswochen sei damals aus dem Gesundheitsamt des Landkreises Aurich gekommen, so Eifert. Die Verbindung zu der Einrichtung ist bis heute geblieben. „Wir bekommen Unterstützung von der Gleich-

stellungsbeauftragten, damit auch Frauen, die es sich sonst nicht leisten könnten, an den Kursen teilnehmen können“, so Kleffmann. „Es geht bei der Veranstaltungsreihe darum, Angebote zu schaffen, in denen es um Gesundheitsthemen geht, und in denen Frauen wirklich für sich sind. Darum sind Männer bei den Kursen auch nicht zugelassen“, so Kleffmann.

Um dennoch die Gleichberechtigung der Geschlechter zu wahren, wollen die Organisatoren im kommenden Jahr erst-

mals Männergesundheitstage anbieten. Sie werden zwischen dem 16. und 18. Mai stattfinden. „Zu viel wollen wir noch nicht verraten“, sagt Kleffmann. „Nur so viel: Es wird eine kleine ostfriesische Männerolympiade geben.“

Bis Montag, 22. Oktober, können sich Interessierte für die Kurse der Frauengesundheitswoche eintragen. Schriftliche Anmeldungen sind per E-Mail an anmeldung@kvhs-norden.de oder online unter anmeldung.kvhs-norden.de möglich.

PROGRAMM FRAUENGESUNDHEITSWOCHE

Montag, 5. November

„Mäuschen oder Alphawölfin“, Entdecken Sie sich selbst, 10 bis 17.30 Uhr, 32 Euro

„Es ist Zeit, sich gut zu fühlen“, 18 bis 19.30 Uhr, acht Euro

Dienstag, 6. November

„Veränderung – und dann?“, 15.15 bis 18.30 Uhr, zehn Euro
„Die Anfängerin“, Es ist nie zu spät, seinen Traum zu leben, Filmvorführung mit Diskussion, 19 bis 21.30 Uhr, sechs Euro

Mittwoch, 7. November

„Mütter und Töchter“, 10 bis 15 Uhr, 25 Euro
„Auf Entdeckungsreise mit Klangschalen“, 18.30 bis 20.45 Uhr, 14 Euro

Donnerstag, 8. November

„Wundervolle Bachblüten“, 10 bis 13 Uhr, zwölf Euro
„Altes Wissen neu entdecken – Kräuter und Heilpflanzen“, 15 bis 18 Uhr, 13 Euro

„Schlagfertig und stark“, Boxen für Frauen, 19.30 bis 21 Uhr, sieben Euro

Freitag, 9. November

„Klopfen Sie sich stark“, Behandeln Sie Ihre magischen Punkte mit Klopfakkuressur, 9.30 bis 13.15 Uhr, 15 Euro
„Die Kraft der Weiblichkeit“, Eine Reise zu sich selbst, 15 bis 18.30 Uhr, 14 Euro

„Altwerden, wie es mir gefällt“, Lesung, 16 bis 17.30 Uhr, neun Euro

Sonntag, 10. November

Verschoben von Dienstag: „Sakraler Tanz“, Meditation in Bewegung, 9.30 bis 12.30 Uhr, zwölf Euro
„Gleichklang durch Ayurveda“, 10 bis 15 Uhr, 18 Euro

Sonntag, 11. November

„Leichter durchs Leben“, Selbstbestimmt zum Wohlfühlgewicht, 10 bis 16 Uhr, 39 Euro

Am 27. Oktober 2018 erscheint unser RATGEBER FÜR IHRE HOCHZEIT

Wenn auch Sie Ihr Unternehmen in unserer Beilage bewerben wollen, senden Sie uns Ihren Anzeigenauftrag per Post, Fax, E-Mail oder rufen Sie uns einfach an.

Wir beraten Sie gerne.

Anzeigenschluss: 19. Oktober 2018



FLITTERWOCHEN · TISCHDEKORATION · HOCHZEITSLOCATION
HOCHZEITSFOTOS · MODE FÜR SIE UND IHN · TRAUINGE

Mit **GEWINNCOUPON** für Brautpaare

Ostfriesischer Kurier

Anzeigenabteilung · Stellmacherstraße 14 · 26506 Norden
Tel. (0 49 31) 925-0 · Fax (0 49 31) 925-126 · E-Mail: anzeigenannahme@skn.info

Kosaken-Chor singt Adventslieder

KONZERT Karten ab sofort erhältlich

NORDEN – Der Chor „Maxim Kowalew Don Kosaken“ tritt am Donnerstag, 13. Dezember, ab 19 Uhr in der evangelisch-reformierten Kirche, Alter Postweg, in Norden-Bargebur auf. Auf dem Programm stehen laut Ankündigung russisch-ortho-

doxe Kirchengesänge, ukrainische und deutsche Adventslieder sowie einige Volksweisen und Balladen.

Die Karten für das Adventskonzert kosten im Vorverkauf 21 Euro. An der Abendkasse sind sie für 24 Euro erhältlich.