

Aus der Region

Frauengesundheitstage
Beschwingt
mit Yin Yoga
und Qigong

Wurster Nordseeküste. „Beschwingt in den Mai“ unter diesem Motto starten am 7. Mai die Gesundheitstage in der Wurster Nordseeküste im Gästezentrum in Wremen. Jeweils um 19 Uhr gibt es verschiedene Veranstaltungen.

Am Mittwoch, 7. Mai, wird um 18.30 Uhr die Veranstaltung mit einem kleinen Empfang und Imbiss eröffnet. Um 19 Uhr stellt Anne Ulbrich aus Cuxhaven „Yin Yoga und Mantra Meditation“ vor. An diesem Abend lernen die Teilnehmerinnen diese Form des Yoga kennen. Außerdem werden Übungen gezeigt, die auch in Alltag einbaubar sind, um zur Ruhe zu kommen und Entspannung zu finden.

Alle Angebote
sind kostenlos

Am Donnerstag, 8. Mai, folgt Susanne Puvogel aus Hagen mit einer Veranstaltung „Qigong zum Kennenlernen“. Qigong ist eine alte chinesische Kunst der Bewegung, der Gesundheitspflege und der Selbstregulierung. Das Besondere an Qigong ist, dass jeder Mensch Qigong erlernen kann unabhängig wie alt oder Beweglich er oder sie ist. Die Tage werden abgerundet mit einer kreativen Übung „Assoziationen im Wonnemonat Mai“, im Rahmen dieser Veranstaltung gestalten die Teilnehmerinnen ein Kleinstbuch (Zine) mit positiven Affirmationen zu Gesundheit, Wohlbefinden und Gedankenspielen zum Wonnemonat Mai. Begleitet wird dieser Abend von Christiane Würdemann-Pust aus Bremen.

Alle Angebote sind kostenlos. Allerdings sind die Plätze begrenzt, so dass man sich in der Gemeinde Wurster Nordseeküste anmelden muss unter Telefon (04742) 870. (red)

Keine Schäden durch Sturmfluten

Obligatorische Frühjahrsdeichschau auf der 13 Kilometer langen Schutzlinie in Cuxhavens

VON WIEBKE KRAMP

Cuxhaven. Der insgesamt 13 Kilometer lange Deich, für den der Deichverband Cuxhaven zuständig ist, wurde für schaufrei erklärt. Er befindet sich in einem guten Zustand, betont Schultheiß Jürgen Schubel. Es habe zwar Sturmfluten im Dezember gegeben, aber diese richteten keine Schäden an.

Der Deichverband Cuxhaven mit seinem Schultheiß sowie die Stadt Cuxhaven mit Torsten Köhne vom Fachbereich Bürgerservice, Ordnung und Katastrophenschutz begrüßten zur obligatorischen Frühjahrsdeichschau einen großen Trupp an Teilnehmenden aus dem Verband selbst, sowie Behörden und Verbänden. Von NPorts über Wasserschiffahrtsamt und Kurverwaltung bis zum Technischen Hilfswerk und DLRG reichte die Spanne – und auch der Nachbar-Schultheiß Armin Heitmann und Florian Heitsch, neuer Geschäftsführer des Hadelner Deich- und Gewässerverbands waren mit dabei.

Zur Deichschau teilte
sich die Gruppe auf

Zur Deichschau teilte sich die Gruppe auf, denn der Cuxhavener Deichverband ist zuständig für fünf Kilometer Elbdeich zwischen Groden und Kugelbake und für den acht Kilometer langen Nordseedeich zwischen Kugelbake und Duhner Heide. Und dieser Deich besteht übrigens nicht nur aus begrünten Erdwällen, sondern im Hafenbereich auch aus Beton- und Stahlspundwänden.

Und es wurde ausdrücklich gelobt, dass sich die Mannschaft um Vorarbeiter Lothar Braun während des Winters daran gemacht hatten, Betonplatten im touristischen Hafenbereich an



Deichschau in Cuxhaven: Am Alten Fischereihafen ging es an der eingerichteten Baustelle vorbei und bei NPorts über die Stegbrücke auf die andere Hafenseite. Fotos: Kramp

der Alten Liebe und dem Schleusenpriel zu säubern und von dem unschönen Algenbewuchs zu befreien. Das sei zwar keine originäre Aufgabe zwecks Deichsicherheit, und man möchte man doch seine Anlagen in bestem Licht zeigen und nicht zuletzt lebten viele Mitglieder des Verbandes vom Tourismus, so Schultheiß Schubel.

Der viele am Deich blühende
Löwenzahn war Thema

Ein Thema der Deichschau-Besprechung war der viele am Deich blühende Löwenzahn. Allerdings habe man gar nicht so schlechte Erfahrungen damit gesammelt, denn ihre tiefen Wurzeln halten die Grasnarbe im Boden fest. Damit aber der Löwen-

zahn das Gras nicht verdrängt, komme Spezialgerät zum Einsatz, das den Löwenzahn reduziert: „Aber ganz wegbekommen werden ihn nicht.“

Aus Deichsicht missfällt dem Schultheiß das frühe Aufstellen der Hütten in der Grimershörnbucht. Diesmal sei es mit dem Wetter zwar gut gelaufen, aber es hätte auch ganz anders aussehen können, konstatiert der Schultheiß. Auch im April könne es noch Schlechtwetter mit Sturmfluten geben.

Schubel erinnert an die Wahl des Verbandsausschusses aus 20 Deichgeschworenen. Verbandsmitglieder müssen ihre Briefwahlunterlagen spätestens bis 30. April um 12 Uhr dem Schultheiß zukommen lassen.



Schultheiß Schubel (l.) ist begeistert von der Arbeit, die Vorarbeiter Lothar Braun und die vier Beschäftigten des Deichverbands im Winter geleistet haben. Sie befreiten die Betonwände von unschönem Algenbewuchs.



Mandolinen-und Gitarrenvereinigung Kamen-Heeren wurde im Jahr 1924 gegründet. Das Jubiläumsprogramm des Orchester wird jetzt noch einmal in Duhnen gespielt. Foto: Mandolinen und Gitarrenvereinigung Kamen Heeren

„100 Jahre Filmmusik“

Mandolinen-und Gitarrenvereinigung Kamen-Heeren tritt in Duhnen auf

Cuxhaven. Die Mandolinen-und Gitarrenvereinigung Kamen-Heeren 1924 gibt am 31. Mai ein Konzert in Cuxhaven.

2024 das 100-jährige
Jubiläum gefeiert

Dieses Mandolinen- und Gitarrenorchester aus dem Ruhrgebiet krönt sein 100-jähriges Jubiläum aus dem Jahr 2024 jetzt noch nachträglich mit ein paar schönen Tagen und dem ganz besonderen Konzert in Cuxhaven. Hierzu wurde der Windjammer

Veranstaltungssaal in Duhnen reserviert.

Das Orchester ist bekannt durch viele Konzertreisen in Deutschland aber früher auch nach Schweden, Frankreich, Österreich und Holland. Auch Gastauftritte in Funk und Fernsehen gab es bereits.

Das Konzert steht unter dem Motto „100 Jahre Filmmusik“. Den Tonfilm gibt es mittlerweile auch schon seit 100 Jahren. Evergreens wie „Ein Freund, ein guter Freund“ oder später die Mu-

sik aus „Piraten der Karibik“ oder „Indiana Jones“ sind nur einige Beispiel aus dem Repertoire.

Veranstaltung im
Windjammer in Duhnen

Wie spannend und unterhaltsam eine Reise durch die Filmjahrzehnte sein kann, können die Zuhörer am Sonnabend, 31. Mai, ab 17 Uhr im Windjammer Veranstaltungssaal, Cuxhavener Straße 92 in Cuxhaven-Duhnen erleben. Der Eintritt ist zu diesem Konzert frei. (red)

Bleiben, wenn das Leben geht

Neue Sprechstunde der Hospizgruppe Cuxhaven in der Helios Klinik

Cuxhaven. Die Hospizgruppe Cuxhaven der Diakonie Cuxland bietet in Kooperation mit der Helios Klinik Cuxhaven eine regelmäßige Sprechstunde zur palliativen und hospizlichen Versorgung an.

Dieses Angebot richtet sich an schwerstkranke Menschen, ihre Angehörigen sowie Mitarbeiter der Klinik. Ziel ist es, Hilfesuchenden Beratung und Orientierung rund um das Thema Palliativversorgung zu geben. Die Sprechstunde findet jeden ersten Mittwoch im Monat von 10 Uhr bis 11 Uhr im Besprechungsraum „Kapelle“ in der Helios Klinik Cuxhaven statt.

Eine vorherige Terminvereinbarung ist nicht erforderlich. Interessierte erhalten Informationen zu Unterstützungsangeboten, zur Begleitung durch die Hospizgruppe sowie zu weiteren palliativen Versorgungsmöglichkeiten.

Diakon Jörg Peters leitet
die Hospizgruppe

Die Hospizgruppe Cuxhaven wird von Diakon Jörg Peters, Fachbereichsleiter und Koordinator der Hospizgruppe Cuxhaven für Erwachsene der Diakonie Cuxland, geleitet. Unterstützt wird er von den ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterinnen Monika Schade und Jutta Smith, die schwerstkranke Menschen in ihrer letzten Lebensphase begleiten – sei es zu Hause, im Krankenhaus, in Pflegeeinrichtungen oder in Einrichtungen der Behin-

dertenhilfe. Sie stehen den Betroffenen und ihren Familien einfühlsam zur Seite und bieten Unterstützung beim Abschiednehmen. Ihr Motto: „Wir bleiben, wenn das Leben geht.“

„Das Lebensende ist eine besonders wertvolle Zeit, die wir mit Respekt und Mitgefühl begleiten möchten. Wir möchten Ängste und Sorgen auffangen, Hoffnungen mittragen und sowohl Betroffenen als auch Angehörigen eine Stütze sein“, erklärt Jörg Peters. Alle Angebote der Hospizgruppe sind für die Be-

troffenen kostenfrei. Die enge Kooperation mit der Helios Klinik Cuxhaven und deren Palliativstützpunkt ermöglicht es, die Unterstützung noch gezielter anzubieten. „Die Zusammenarbeit mit der Hospizgruppe ist für uns ein wichtiger Baustein in der ganzheitlichen Betreuung unserer Patienten. Die Sprechstunde ermöglicht es, frühzeitig auf individuelle Bedürfnisse einzugehen und eine bestmögliche palliative Versorgung zu gewährleisten“, so Pflegedirektor Jörg Schulte abschließend. (red)



Diakon Jörg Peters (v.l.), die ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterinnen Jutta Smith und Monika Schade sowie Pflegedirektor Jörg Schulte informieren über die neue Sprechstunde zur palliativen Versorgung. Foto: Recht