

## Bürgerverein Kostümball in Wittstedt mit Siegerehrung

**Wittstedt.** Der Bürgerverein Wittstedt lädt am Sonnabend, 18. Februar, ab 19 Uhr zum Kostümball ins Dorfgemeinschaftshaus in Wittstedt ein. Die Veranstaltung knüpft somit an den Lumpenball an, den es vor vielen Jahren im Ort gab. Die Organisatoren und Organisatorinnen haben sich einiges einfallen lassen. Ein Beispiel: Es wird das schönste Kostüm an diesem Abend prämiert. Es ist für die Musik mit einem DJ gesorgt - und auch für das leibliche Wohl. Es gibt Getränke und Speisen.

Die Karten kosten im Vorverkauf 15 Euro und 18 Euro an der Abendkasse. Tickets gibt es bei der Vorsitzenden Ulrike Tönjes während der Öffnungszeiten in ihrem Laden „Kreative Deerns“ in Dorfhagen (Montag, Donnerstag und Freitag 9 bis 13 Uhr und 15 bis 18 Uhr, Sonnabend: 9 bis 13 Uhr). (rk/axt)

## Chorkonzert Besondere Klänge in Sandstedt

**Sandstedt.** Ein hochkarätig besetztes Chorkonzert wird den Besuchern in der Sandstedter St.-Johannis-Kirche Ende Februar geboten.

Ein Konzert mit „mehrchöriger Passionsmusik von Gabrieli und Schütz“ findet am Sonnabend, 25. Februar, ab 19 Uhr in der Sandstedter St.-Johannis-Kirche statt. Der junge Posaunist Juan González Martínez und „Bremer Glocke“-Organistin Lea Suter haben im Jahr 2021 das Weckmann Concert a 6 ins Leben gerufen. Historische Barockposaune, Violinen und eine fundierte Bassgruppe prägen den besonderen Klang des Ensembles. Die Künstler streben nach einer lebendigen Musizierpraxis, geschmückt mit Ornamenten und Glossen in Anlehnung an die Improvisationspraxis der damaligen Zeit. Im Dialog mit dem Bremerhavener Kammerchor musizieren sie doppelchörige Motetten von und um Gabrieli und Schütz.

Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten. (mas)

## Hinweise erbeten Vermisste wird weiter gesucht

**Cuxhaven.** Auch am Dienstag hielt die Suche nach der vermissten Heide Edith Howind aus Cuxhaven an. Mittlerweile arbeitet die Polizei mit Suchhunden und Hub-schraubern.

Das teilte die Polizei Cuxhaven mit. Heide Howind leidet unter Demenz und ist vermutlich zu Fuß unterwegs. Zuletzt wurde sie im Bereich der Neufelder Straße in Cuxhaven gesehen. Sie ist etwa 1,70 Meter groß, ist schlank und hat schulterlange, hellblonde Haare. Zuletzt war sie wie folgt bekleidet: hellbeige, knielanger Mantel, schwarze Stiefel, randlose Brille. Hinweise zum Aufenthaltsort von Heide Howind nehmen die Polizei Cuxhaven sowie jede andere Polizeidienststelle entgegen. (pm/ffk)



Mit meditativen Tanz Trauer begegnen: Jeder Teilnehmer stellt zu Beginn des Abends eine Kerze für diejenigen in die Mitte, die er oder sie gerade in Gedanken und im Herzen mit dabei hat. Fotos: Gallas

# Raus aus der Starre

Wie Menschen aus dem Cuxland tanzend Bewegung in ihre Trauer bringen und Kraft schöpfen

VON KATJA GALLAS

**Kreis Cuxhaven.** Trauer fährt in die Knochen, Gedanken fahren sich fest. Manche Menschen spüren den Stein im Magen, andere bekommen die Zähne wortwörtlich kaum mehr auseinander. Ein Angebot in Cuxhaven will Bewegung in die Starre bringen: Was Trauertanz leisten kann.

Trauer und Tanzen - was auf den ersten Blick gegensätzlich klingt, geht hervorragend Hand in Hand, meinen Ulia Heuberger und Agnes Linnartz. Gemeinsam leiten sie ein Mal im Monat „Trauertanz“ für Trauernde und pflegende Angehörige, ein kostenloses Angebot der Hospizgruppe Cuxland. Hier sollen Menschen in Bewegung Kraft schöpfen und entspannen.

Die beiden bauen das Angebot gerade wieder neu auf, erzählen sie, während Heuberger Stühle in einen Kreis stellt. Auf dem Boden ist bereits die Mitte hergerichtet, die später auch

das Zentrum der Tänze sein wird.

Es ist das dritte Treffen seit Ende der Corona-Pandemie. Mit Abstand sei das Tanzen nicht möglich, sagt Linnartz. „Die Gemeinschaft trägt dich. Wir tanzen im Kreis, halten uns an den Händen. Von rechts empfangen wir, mit der Herzseite geben wir weiter“, erklärt Linnartz.

**Trauer wirkt sich auch auf die Körperhaltung aus**

Wer hier herkommt, muss nicht fürchten, seiner Trauer in einer Choreografie Ausdruck verleihen zu müssen oder komplizierte Schrittfolgen zu pauken. Die Teilnehmenden tanzen im Kreis. Die Tänze selbst kommen aus dem Bereich des meditativen Tanzes. Das kann jeder, betont Heuberger.

Was kann der Trauertanz, was andere Angebote für Trauernde nicht können? „Trauer wirkt auch auf den Körper. Trauernde haben oft eine bestimmte Körperhaltung. Manche sind wie erstarrt. Viele können ihre Trauer mit Worten auch nicht gut ausdrücken“, sagt Lin-

nartz. In der gemeinsamen Bewegung, der Wiederholung, den Klängen und kraftgebenden Texten erwachten viele Menschen aus dieser Starre, auch Emotionen können in den Fluss kommen. Jedes Gefühl habe dort seinen Platz, sagt Heuberger, die den Abend mit Fantasie-reisen ergänzt.

„Die Gemeinschaft trägt dich. Wir tanzen im Kreis, halten uns an den Händen. Von rechts empfangen wir, mit der Herzseite geben wir weiter.“

Agnes Linnartz, eine der beiden Leiterinnen des „Trauertanz“-Angebots

Die ersten Teilnehmer kommen durch die Tür. Heute sind es zum ersten Mal wieder so viele Teilnehmerinnen, dass sich der Kreis schließt. Linnartz Augen funkeln vor Freude. Dann fallen die letzten Worte für eine Weile. Jede Teilnehmerin stellt sich kurz vor, entzündet eine Kerze und erzählt, wenn sie mag, wer im Herzen und in den Gedanken heute besonders dabei ist. An diesem Abend wird Freud und Leid geteilt. Der verstorbene Mann, das neugeborene Enkelkind, die krebserkrankte Freundin. Am Ende brennen neun Kerzen in der Mitte. Dann geht es los.

Die Frauen fassen sich an den Händen, Musik erklingt, ein Schritt vor - nachwippen, ein Schritt zurück - nachwippen, ein Schritt zur Seite - nachwippen. Minutenlang bewegen sich die

Frauen im Takt der Musik. Bald schon muss niemand mehr über die Schrittfolge nachdenken. Die Körper bewegen sich wie von allein. Wie eine Meditation versetzt sie den einen Menschen in tiefe Ruhe, bei anderen bricht Unruhe aus.

**Gedanken im Fluss der Bewegung loslassen**

Sylvia Kellner kommt her, um Ruhe zu finden. Das Angebot bringe sie runter - und aus dem Haus. Wenn sie die Tänze zu Hause tanze, sei das nicht das Gleiche, sagt die 68-Jährige. Das Erleben in der Gemeinschaft, das Gleichbleibende der Bewegung, mache es für sie besonders wertvoll. Gier Gedanken werden lauter, wenn sie in Bewegung kommt. „Manchmal denke ich beim Tanzen, jetzt könnte es auch gut sein. Aber das ist der Moment, nach dem man erst so richtig reinkommt“, erzählt sie. Trotzdem tue ihr das Angebot gut. „Es ist wohltuend, im Fluss der Bewegung die Gedanken loslassen zu können“, ergänzt Hanna.

Die Teilnehmer spüren hier oft zum ersten Mal wieder Vertrauen und Wahrheit, sagt Linnartz. Hier sollen sich alle auf- und angenommen fühlen.

## Trauertanz

► Kraft schöpfen und Entspannen mit meditativen Tänzen und Fantasie-reisen: Das nächste Mal am Mittwoch, **1. März**, 17 bis 18.30 Uhr im Gemeindehaus der Emmaus-Kirchengemeinde (Adresse: Regerstraße 39-41, 27474 Cuxhaven)

► **Anmeldung** unter der Telefonnummer 04721/5109255 (Hospiz-Geschäftsstelle)



Ulia Heuberger (65, links) und Agnes Linnartz (78) leiten seit dem Neustart nach der Corona-Pandemie das „Trauertanz“-Angebot der Hospizgruppe Cuxland gemeinsam.

# Große Pläne fürs Jubiläumsjahr

Schützenverein Finna und Umgebung feiert dieses Jahr 125. Geburtstag

**Finna.** Der Schützenverein Finna und Umgebung feiert in diesem Jahr seinen 125. Geburtstag. Grund genug, dies im August mit einem Kaiserschützen auf einen Volksadler für die Bewohner aus Harrendorf, Finna und umzu sowie mit einem Jubiläumsschießen für die auswärtigen Vereine im September zu begehen. Das kündigte der Vorsitzende Tobias Ahrens

während der Jahreshauptversammlung an.

Die Jugend wird ein neues Outfit bekommen. Zehn neue Mitglieder traten in den Verein ein.

Neu in den Festausschuss wurden Jan-Dirk Schmonsees und Dörthe Geils sowie Maik Schnibbe als Kassenwart gewählt. Alle anderen zur Wahl stehenden Positionen wurden

wiedergewählt. Horst Hese-mann wurde für 60-jährige Vereinszugehörigkeit und für 50 Jahre Martin Ahrens, Henry Thalmann und Hinrich Otten geehrt. Seit 40 Jahren Mitglied sind Frank Stelljes und Rainer Pahnke und 25 Jahre Merle Schmonsees, Dörthe Geils, Jan-Dirk Schmonsees und Maik Schnibbe. Außerdem wurde Herry Thalmann, der die Fahne

31 Jahre trug und 50 Jahre dem Schützenverein angehört, zum Ehrenmitglied ernannt.

Während der Versammlung gaben die Mitglieder dem Vorstand grünes Licht für die Neubeschaffung einer Maschine für den „laufenden Keiler“. Das Schützenfest Pfingsten wird zum ersten Mal vom Musikzug Music & Drumcorps Wesergarde begleitet. (rk/skw)

## Gästezentrum Piccolo Teatro führt Stück in Wremen auf

**Wremen.** Das Piccolo Teatro Haventheater Bremerhaven gastiert mit seinem Stück „Hallo, wie kann ich Ihnen helfen?“ von Friedo Stucke am Mittwoch, 8. Februar, im Gästezentrum in Wremen, Rolf-Dirksen-Weg 33. Beginn ist um 19.30 Uhr, Einlass ab 19 Uhr.

In diesem Zwei-Personen-Stück um Sucht und Gier wechseln die Rollen hin und her. Wer sucht Hilfe? Wer kann helfen? Oder ist es ratsamer, die Probleme der Welt auf die leichte Schulter zu nehmen? Die Schauspieler Britta Werksnis als Ratsuchende und Friedo Stucke als Berater lösen jede Komplikation. Die Aufführung im Gästezentrum wird vom Verkehrsverein Nordseebad Wremen organisiert. Karten gibt es im Vorverkauf für 15 Euro in der Geschenke-Ecke Wremen, per Mail (dirksen@deichhof.de) oder unter 04705/242. An der Abendkasse kosten die Tickets 18 Euro. (pm/axt)

## Kompakt

### Feuerwehr wählt und ehrt

**Wulsbüttel.** Die ordentliche Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Wulsbüttel beginnt am Freitag, 24. Februar, um 19.30 Uhr in der Alten Schule in Wulsbüttel. Auf der Tagesordnung der Versammlung stehen unter anderem Wahlen, Ehrungen und Beförderungen. Für Essen und Getränke sei gesorgt, verspricht Ortsbrandmeister Torsten Butt. (pm/ffg)

### Blut spenden in der Grundschule

**Lunestedt.** Am Freitag, 10. Februar, kann in Lunestedt wieder Blut gespendet werden - von 16 bis 20 Uhr in der Grundschule. Ein gültiger Personalausweis muss als Identitätsnachweis vorgelegt werden. Nach drei Jahren müssen nun keine Corona-Maßnahmen mehr eingehalten werden, teilt der DRK-Ortsverein mit. Bedeutet auch: Es wird ein Buffet angeboten. (pm/axt)

### ASC Nordholz hält Versammlung

**Spieka.** Der Angelsport-Club (ASC) Nordholz lädt seine Mitglieder herzlich für Freitag, 17. Februar, zu seiner Jahreshauptversammlung ein. Veranstaltungsort ist der Gasthof „Wurst-Krug“ in Spieka. Los geht es um 20 Uhr. Auf der Tagesordnung stehen die Jahresberichte aus den Sparten und Ehrungen von Mitgliedern. (pm/mcw)

### Skat- und Knobelabend beim Schützenverein

**Cappel.** Der Schützenverein Cappel veranstaltet am Freitag, 10. Februar, seinen Skat- und Knobelabend im vereinseigenen Schützenhaus. Mitmachen kann jeder, der bis 19 Uhr im Vereinsheim in Cappel erscheint. Die Startgebühr beträgt pro Teilnehmer 10 Euro. Unter den Teilnehmern werden Fleischpreise ausgespielt. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. (pm/leo)

### SV Nordholz lädt ein zur Hauptversammlung

**Nordholz.** Die Jahreshauptversammlung des SV Nordholz und Umgebung von 1852 findet am Freitag, 10. Februar, 20 Uhr, im Vereinsheim statt. Neben Ehrungen sowie Neuwahlen liegt der Schwerpunkt diesmal bei der Planung der Veranstaltungen für die örtliche Gemeinschaft. Der Vorsitzenden hofft auf rege Beteiligung. (pm/skw)