

**Notdienste**

**Krankenhäuser**

**OsteMed-Klinik Bremervörde**  
Gnarrenburger Straße 117  
Tel. (0 47 61) 9 80-0

**Elbe-Klinikum Stade**  
Bremervörder Straße 111  
Tel. (0 41 41) 97-0

**Notruf**

**Polizei** 110  
**Feuerwehr/Rettungsdienst** 112  
**Giftnotruf** (05 51) 19 24 0

**Allgemeinärzte**

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst**  
**Bundesweite Rufnummer: 116 117**  
Fahrdienst der Bereitschaftsärzte: Mo., Di. und Do.: ab 19 Uhr. Mi. und Fr. ab 15 Uhr, sowie Sa., So. und an Feiertagen ab 8 Uhr jeweils bis zum Folgetag 7 Uhr.

Zudem Sprechzeiten in der OsteMed-Klinik mittwochs und freitags 16 bis 19 Uhr sowie am Wochenende von 9 bis 12 und 16 bis 19 Uhr.

**Ärztlicher Notdienst**

**im Bereich**  
**Tarmstedt/Zeven/Sittensen**

**HEUTE:**  
**MVZ Zeven**  
Am Mittelteich 5, Zeven

**MORGEN:**  
**Praxis Dr. Heinz-Christian Wilkens**  
Bahnhofstraße 20, Sittensen

**Augenärzte**

Zentrale Rufnummer des augenärztlichen Notdienstes (0 41 41) 98 17 87  
Sprechzeiten: Mo., Di., Do. von 20 bis 22 Uhr. Mi und Fr. 18 bis 22 Uhr und Sa., So. sowie feiertags 10 - 16 Uhr.

**Kinderarzt**

Notdienst im Elbe-Klinikum Stade  
**Telefon (0 41 41) 66 08 66**

**Zahnärzte**

Sprechstunde von 11 bis 12 Uhr  
**Nordkreis**  
Heute und morgen:  
**Dr. Claudia Dehlwes**  
Neue Str. 38, Bremervörde  
Tel. 0 47 61/20 60 oder 0 160/61 49 666

**Südkreis**

Heute und morgen:  
**Dr. A. Hassenstein**  
Bahnhofstr. 30, Sittensen  
Tel. 0 42 82/18 88

**Apotheken**

**HEUTE:**  
**Kloster-Apotheke, Zeven**  
Tel. 0 42 81/98 44 50

Zusätzlich bis 13 Uhr und von 17 bis 19 Uhr:  
**Bahnhof-Apotheke, Bremervörde**  
Tel. 0 47 61/9 77 60

**MORGEN:**  
**Neue Apotheke, Bremervörde**  
Telefon 0 47 61/9 85 80



**„Fridays for Future“: Klima-Demo in Bremervörde am nächsten Freitag**

Am kommenden Freitag finden wieder bundesweit Demonstrationen von „Fridays for Future“ statt, auch in Bremervörde. Nach der Kundgebung im September rufen das Bündnis „Fridays for Future Bremervörde“, das Aktionsbündnis Bremervörde, die BUND-Kreisgruppe Rotenburg, der NABU-Kreisverband Bremervörde-Zeven und die Schutzgemeinschaft ländlicher Raum Nord-West erneut zu einer Demonstration für den Klimaschutz auf. Beginn ist um 11 Uhr am Bremervörder Bahnhof. Von dort aus marschieren die Schüler und weitere Teilnehmer durch die Stadt, um gegen „die ignorante und unverantwortliche Klima- und Umweltpolitik der regierenden Parteien zu protestieren“, wie es in der Ankündigung heißt. Nach dem „unzureichenden Klimapakete“ sei ein Neustart der Klimaschutzbemühungen in Deutschland notwendig, meint der Schüler Joris Kau. Das Klimapakete müsse erneuert werden, weil die Bundesregierung damit auf lokaler Ebene konsequenten Klimaschutz blockiere. (Archivfoto: Buse)

**Homestory aus der „Klapse“**

Journalist Alexander Wendt liest aus seinem Buch „Du Miststück – Meine Depression und ich“

**Von Frauke Siems**

**BREMERVÖRDE.** „Die meisten Depressiven müssen lebenslanglich mit ihrer Krankheit zurechtkommen. Sie verschwindet ab und zu unter einer Oberfläche, manchmal von allein, meist mit medikamentöser Hilfe. Aber immer mit der Abschiedsformel des rosaroten Panthers: Ich komm wieder, keine Frage.“ So beschreibt Alexander Wendt das Leben mit seiner Depression. Über den Umgang mit der Erkrankung und „die Verteidigung der Autonomie trotz ungünstiger Bedingungen“, hat der preisgekrönte Journalist ein Buch geschrieben. Am Donnerstag las Wendt im „MöbelMarkt“ der Bremervörder Beschäftigungsgesellschaft (BBG) aus dem autobiografischen Werk „Du Miststück – Meine Depression und ich“.

Das Bündnis gegen Depression im Landkreis Rotenburg hat mit der Lesung auf der Bremervörder „Kulturtribüne“ die Veranstaltungsreihe „Herbsttour“ beschlossen. Ganz unterschiedliche Künstler und Experten in eigener Sache haben in den vergangenen Wochen in Rotenburg, Zeven und Bremervörde über die Volkskrankheit Depression informiert und Möglichkeiten aufgezeigt, sie in Schach zu halten. Eigentlich sollte Wendt mit Schauspieler Simon Licht nach Bremervörde kommen, aber der hatte wegen Dreharbeiten abgesagt, und so wurde aus dem Duett ein Solo.

Wendt brach am Beispiel seiner eigenen Erfahrungen in der Uniklinik in der Münchener Nussbaumstraße eine Lanze für die Psychiatrie. Dorthin hatte er sich 2014, im Tal seiner vierten de-

pressiven Episode, selbst eingewiesen. „Es gibt gute Gründe hinzugehen, wenn man schwer erkrankt ist.“ Doch weil jeder „so seine Vorstellung von der Klapsmühle hat“, falle der Schritt vielen Menschen schwer. „Einer flog übers Kuckucksnest“ sei keine Werbung für die Psychiatrie, meinte der Autor lakonisch.

Wendts leiser Humor findet sich auch in seinem Buch wieder. Sprachgewandt und geistreich schildert er, wie es sich anfühlt, wenn das „Gehirn umgebaut“ wird, „wenn die Gitterstruktur der Welt verrutscht“. Depression sei keine Traurigkeit und kein Gram, eher eine völlige Gefühlsleere. Vor gut 40 interessierten Zuhörern las Wendt das „Einlieferungskapitel“. Darin beschreibt er den „Eintritt in die Anstalt“, die Aufnahme auf „Station III“,



Alexander Wendt hat im „MöbelMarkt“ aus seinem autobiografischen Buch „Du Miststück – Meine Depression und ich“ gelesen. Foto: Siems

Gespräche und Begegnungen mit Ärzten und Mitpatienten und die Erkenntnis: „Hier will ich so schnell nicht weg.“ Im Anschluss beantwortete der Referent die Fragen der Zuhörer.

Drei Wochen sei er in der Klinik gewesen, zu kurz, wie er einräumt. Normalerweise dauere ein stationärer Aufenthalt zwischen vier und sechs Wochen, aber weil das ihm verabreichte Medika-

ment so gut angeschlagen habe, habe er nach drei Wochen gemeint: „Mir geht's wieder gut“. Heute sei er in der Lage, Faktoren und Verhaltensmuster, die ein Abrutschen in die Depression begünstigen, eher zu erkennen. Zu wissen, wie die Erkrankung abläuft, erleichtere den Umgang mit ihr. „Ich weiß aus Erfahrung, dass ich aus diesem Loch auch wieder herauskomme.“

**Infoveranstaltung**

**Tageshospiz wird vorgestellt**

**BREMERVÖRDE.** Das Hospiz zwischen Elbe und Weser in Bremervörde lädt Interessierte für den kommenden Dienstag, 26. November, um 18 Uhr zu einer Informationsveranstaltung über das neue Angebot der tageweisen Betreuung ein. Derzeit wird ein Anbau errichtet, aber seit Oktober werden bereits im Haupthaus zusätzliche Plätze für Tagesgäste vorgehalten. Hospizleiterin Sabine Eckstein, Geschäftsführer Volker Rosenfeld und zwei in die Betreuung der Tagesgäste eingebundene Pflegekräfte stellen die neuen Räumlichkeiten im Engener Wäldchen 2 und das teilstationäre Angebot vor. Um Anmeldung wird unter der Telefonnummer 04761/926 11 24 gebeten. (bz)

**Noch Anmeldungen möglich**

**Bingo-Nachmittag für Senioren**

**OEREL.** Am Dienstag, 26. November, findet im Gemeindehaus in Oerel ein Bingo-Nachmittag für Senioren statt. Die Veranstaltung beginnt um 15 Uhr. Bis einschließlich Montag werden noch Anmeldungen entgegengenommen. Teilnehmer aus Alstedt und Ebersdorf melden sich bei Marga Swinke (Telefon 0 47 65/17 22), Teilnehmer aus Oerel, Barchel und Glinde wenden sich an Anita Reichard (Telefon 0 47 65/14 29) oder Elfriede Monsees (Telefon 0 47 65/10 42). (bz)

**Kompakt**

Kinozeit im MGH in Oerel

**Schüler zeigen Zeichentrickfilm**

**OEREL.** Die Kinowerkstatt der Schülerfirma TEAM-Schule Oerel zeigt am Freitag, 29. November, um 16.15 Uhr im Mehrgenerationenhaus in Oerel einen Zeichentrickfilm für die ganze Familie. Darin geht es um die Königstochter Anna, die auf der Suche nach ihrer älteren Schwester Elsa, der Eiskönigin, ist. Der Film ist freigegeben ab null Jahren, die Organisatoren empfehlen ihn für Kinder ab fünf Jahren. Besucher werden um eine Spende von zwei Euro gebeten. (bz)

**„Hilfe auf Gegenseitigkeit“**

**Klönssnack und Geschichten**

**KUHSTEDT.** Am Mittwoch, 27. November, veranstaltet die Gruppe „Hilfe auf Gegenseitigkeit“ in Kuhstedt ihr drittes Treffen nach der Sommerpause. Die Veranstaltung beginnt um 15.30 Uhr mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken. Danach sind Klönssnack und Geschichten geplant. (bay)

**WOCHENENDE IN STADT UND LAND**

**SONNABEND**

**Bäder**

**BREMERVÖRDE:**  
**Delphino**, Am Lagerberg 36,  
☎ 04761/809090, 7.30 bis 19 Uhr.

**Konzerte**

**OESE:**  
**Stiftungskonzert mit Horizont**, der St. Christophorus-Kirchengemeinde. Der Eintritt ist frei, Spenden werden am Ausgang gerne entgegengenommen. St. Christopherus-Kirche, Neu Oese 9, 18 Uhr.

**Querbeet**

**KUHSTEDTERMOOR:**  
**Rosinen aus Bagdad**, ein orientalisches Erzählabend mit Musik. Anmeldungen für das Konzert und das Essen werden unter Telefon 04763/9376071, per Mail (events@cultimo-kuhstedtermoor.de) oder über die Webseite des Cultimos bis zum 23. November um 13 Uhr entgegengenommen.

Spontangäste sind willkommen. Die Küche öffnet bereits ab 19 Uhr., Cultimo, Kuhstedtermoor 24, ☎ 04763/7132, 20 Uhr.  
**ANDERLINGEN:**  
**„Zauberhafter Advent“**, Weihnachtsbasar bei, Kerstin Müller-Brandt, Selsinger Straße 12, 11 bis 17 Uhr.  
**Weihnachtsbasar**, veranstaltet vom Schützenverein Anderlingen, Schützenhalle, Hembecker Weg, 11 bis 17 Uhr.

**Schauspiel & Klassik**

**GNARRENBURG:**  
**„Alles bloß Theoter“**, plattdeutsche Komödie von Erich Koch, aufgeführt von der Heimatbühne Karlshöfen, „Meyn House“ ehem. Schützenhof, Hindenburgstraße, 15.30 Uhr.

**KINO**

**Cinestar Stade**  
☎ 01805/11881, www.cinestar.de  
**Last Christmas**, Komödie, 103 Min., 13.50 Uhr, 16.40 Uhr, 19.25 Uhr, 23 Uhr.

**Angry Birds 2 – Der Film**, Animation, 96 Min., o. FSK, 14 Uhr.  
**Die Eiskönigin 2 (3D)**, Animation, 103 Min., 14.15 Uhr, 17 Uhr, 20 Uhr, 22.40 Uhr.  
**Das perfekte Geheimnis**, Komödie, ab 12 J., 111 Min., 14.25 Uhr, 16.30 Uhr, 20.15 Uhr, 22.50 Uhr.  
**Die Eiskönigin 2 (2D)**, Animation, 14.50 Uhr, 17.35 Uhr.  
**Joker**, Action, 122 Min., ab 16 J., 19.35 Uhr.  
**Le Mans 66 – Gegen jede Chance**, Drama, 153 Min., ab 12 J., 22.20 Uhr.  
**Recep Ivedik 6 (OmU)**, Türkische Komödie, 23.10 Uhr.

**Harsefelder Lichtspiele**

Marktstraße 19, ☎ 041 64/81 460, www.kino-hotel.de

**Das perfekte Geheimnis**, Komödie, 11 Uhr, 15 Uhr, 20.30 Uhr.

**Central-Theater Zeven**

Lindenstraße 9, ☎ 04281/2623  
www.kinozeven.de  
**Gut gegen Nordwind**, Komödie, 122

Min., ab 12 J., 20 Uhr.

**SONNTAG**

**Ausstellungen**

**ZEVEN:**  
**Ausstellung „Inneres Universum“**, Keramikskulpturen von Su Min, Königin-Christinen-Haus, Lindenstraße 11, 14.30 bis 17.30 Uhr.

**Bäder**

**BREMERVÖRDE:**  
**Delphino**, Am Lagerberg 36,  
☎ 04761/809090, 7.30 bis 19 Uhr.

**Querbeet**

**BREMERVÖRDE:**  
**„Bremervörde und umzu – geologisch betrachtet“**, Vortrag – Geologe Dr. Hanes Grobe gibt Einblick in 400 Millionen Jahre Erdgeschichte, Bachmann-Museum, Amtsallee 8, ☎ 04761/983-4603, 14 Uhr.

**Schauspiel & Klassik**

**GNARRENBURG:**  
**„Alles bloß Theoter“**, plattdeutsche Komödie von Erich Koch, aufgeführt von der Heimatbühne Karlshöfen, „Meyn House“ ehem. Schützenhof, Hindenburgstraße, 19.30 Uhr.

**KINO**

**Cinestar Stade**  
☎ 01805/11881, www.cinestar.de

**Maleficent: Mächte der Finsternis**, Drama/Fantasy, 119 Min., 11.15 Uhr.  
**Bayala – Das magische Elfenabenteuer**, Animationsfilm, 85 Min., 11.40 Uhr.

**Die Eiskönigin 2 (2D)**, Animation, 12 Uhr, 14.50 Uhr, 17.35 Uhr.

**Shaun das Schaf - Der Film: Ufo-Alarm**, Animation/Familienfilm, 87 Min., 12.15 Uhr.

**Die Adams Family**, Trickfilm, 88 Min., ab 6 J., 13.50 Uhr.

**Last Christmas**, Komödie, 103 Min., 14 Uhr, 17.15 Uhr, 19.40 Uhr.

**Die Eiskönigin 2 (3D)**, Animation, 103 Min., 14.15 Uhr, 17 Uhr, 20 Uhr.  
**Das perfekte Geheimnis**, Komödie, ab 12 J., 111 Min., 14.25 Uhr, 16.35 Uhr, 20.15 Uhr.

**Recep Ivedik 6 (OmU)**, Türkische Komödie, 16.25 Uhr.

**Le Mans 66 – Gegen jede Chance**, Drama, 153 Min., ab 12 J., 19.15 Uhr.  
**Joker**, Action, 122 Min., ab 16 J., 19.30 Uhr.

**Harsefelder Lichtspiele**

Marktstraße 19, ☎ 04164/4051, www.kino-hotel.de

**Das perfekte Geheimnis**, Komödie, 11 Uhr, 14 Uhr, 16.30 Uhr, 19.30 Uhr.

**Central-Theater Zeven**

Lindenstraße 9, ☎ 04281/2623  
www.kinozeven.de

**Angry Bird 2**, Kinderfilm, 97 Min., o. FSK, 14 Uhr.