

Folk, Jazz und mehr

Neritz. Auf dem Hof von Lilli Vollmer in Neritz ist am Donnerstag, dem 16. November, ab 20 Uhr wieder das Namoli Brennet Duo (Foto) zu Gast. Die US-amerikanische Singer-Songwriterin Namoli Brennet (Gesang, Gitarre, Percussion) verkörpert mit ihrer Musik das moderne amerikanische Songwriting, das geprägt ist von Folk, Jazz und Rhythm & Blues. Die ausdrucksstarke Bassistin Amy Zapf, die neben dem Fretless-Bass eine Vielzahl von Instrumenten spielt und keine Unbekannte in der europäischen Musikszene ist, begleitet Brennet. Deren Album „Ditch Lilies“ war 2015 für den Preis der deutschen Schallplattenkritik nominiert. Einlass ist ab 19 Uhr. Kartenvorbestellungen unter Telefon (05841) 9761787. *ejz*



Ulrike Grund wechselt vom Lüchower Frauenhaus ins Partnerprojekt „LeMuSiCa“

VON CHRISTIANE BEYER

Lüchow. Bei Ulrike Grund aus Ganse steigt die Nervosität. Am Mittwoch fliegt sie nach Mosambik: aus dem kalten Deutschland ins 45 Grad warme Mosambik. Für zwei Jahre wird sie – entsandt von Horizont 3000, der österreichischen Organisation für Entwicklungszusammenarbeit – in dem Frauenprojekt „LeMuSiCa“ im mosambikanischen Chimoio arbeiten. „LeMuSiCa“ bietet Frauen und Mädchen, die von häuslicher/sexueller Gewalt oder von Aids direkt betroffen sind, eine Anlaufstelle, umfassende Beratung und Begleitung sowie gegebenenfalls Unterbringung. Der Name „LeMuSiCa“ ist eine Abkürzung des portugiesischen Satzes „Frau steh auf und geh deinen Weg“.

Ulrike Grund, die in den ver-

gangenen zwei Jahren im Lüchower Frauenhaus gearbeitet hat, kennt das Projekt, sie war auch schon mehrmals, wenn auch eher als Urlauberin, bei „LeMuSiCa“ in Chimoio. Denn das Frauenhaus und dessen Trägerverein Frauen für Frauen, verbindet mit der mosambikanischen Initiative seit vielen Jahren eine Partnerschaft, die auch von hier aus mit Spenden unterstützt wurde. Mitgründerin des Projektes ist Judith Christner aus Priebeck, die 1999 ihren Mann zu einem Einsatz für den Weltfriedensdienst nach Mosambik begleitete. Später war sie bei „LeMuSiCa“ hauptberuflich tätig, beauftragt vom Evangelischen Entwicklungsdienst.

Als nun aus Chimoio die Anfrage kam, Grund möge das „LeMuSiCa“-Team für zwei Jahre unterstützen, sagte die 63-Jährige sofort zu. Für sie ist es „eine große Chance“, einen anderen Blick auf die Menschheit und vor allem auf Frauen und Kinder zu bekommen. Was nun auf sie zukommen mag, erwartet sie mit Spannung. Sie ist dabei auf Dialog gepolt, will auch schauen, was man in Deutschland von

Mosambik lernen kann.

Ulrike Grund, die sich in den vergangenen Jahren beruflich in Projekten in verschiedenen Bundesländern mit Themen wie Nationalsozialismus, Menschenrechte, Rassismus und Demokratie-Entwicklung beschäftigte, hatte „LeMuSiCa“ alle die Jahre beobachtet – durchaus staunend. Dass die Frauen dort schon sehr früh mit Bannern wie „Ohne Frauenrechte keine Menschenrechte“ auf sich aufmerksam machten, imponierte ihr ebenso wie das sehr viel offensivere Eintreten für Frauen- und Kinderrechte. Bei ihren früheren Besuchen sei ihr schnell klar geworden, dass Deutschland im Vergleich zu Mosambik bei diesem Thema gar nicht so viel fortschrittlicher ist, wie manch einer glauben mag.

Hinter Ulrike Grund liegt ein sechswöchiger Vorbereitungskurs in Wien, in dem es unter anderem um interkulturelle Kompetenz, Landeskunde und Tropenmedizin ging. Vor ihr liegt in Mosambik zunächst ein Intensivkurs Portugiesisch, bevor es dann nach Chimoio geht. An die Arbeit und ans Lernen.



Ulrike Grund (rechts) wird künftig zwei Jahre lang in dem Frauenprojekt „LeMuSiCa“ in Mosambik arbeiten. Mitgegründet wurde es einst von Judith Christner. *Aufn.: Ch. Beyer*

„Wenn Land, dann Wendland“

Zweite Vernetzungsveranstaltung zu alternativen Wohnprojekten am 17. November im Lüchower Gildehaus

Lüchow. Das Gespenst des demographischen Wandels bedrückt die ländlichen Regionen. Egal wo: Junge Leute zieht es in die Stadt. Lüchow-Dannenberg sei das Altenheim Deutschlands, orakelt die Bertelsmann-Stiftung und übersieht dabei einen zumindest zarten Trend: Das Wendland ist auch Sehnsuchtsland von zumindest einigen stadtfüchtigen Familien, die sich ernsthaft fragen, wo ihre Kinder groß werden sollen.

Um den Zuzugstrend ins Wendland zu stärken, haben sich die Willkommensagentur Wendlandleben, der Seniorenstützpunkt des Landkreises, die Gesundheitsregion Lüchow-Dannenberg, das Klimaschutzmanagement und die Grüne Werkstatt Wendland zusammengetan, um unter dem Motto „Wenn Land, dann Wendland“ Informationen zu beispielhaften Wohnkonzepten zu geben und Ideen für ein Leben auf dem Lande publik zu machen.

Die Vernetzungsveranstaltung findet am Freitag, dem 17. November, von 17 bis 21 Uhr im Lüchower Gildehaus statt. Dort

wird es vier Kurzreferate sowohl von Menschen aus Wohnprojekten in der Region als auch von Manfred Haacke, dem Leiter des Bauamtes beim Landkreis Lüchow-Dannenberg, geben. Denn viele Wohnprojekte im Wendland und den angrenzenden Regionen gedeihen im Verborgenen. Der Freundeskreis, der sich eine große Hofstelle teilt und individuell ausbaut, die junge Familie, die einen großen Hof kaufen kann und nun Mitbewohner sucht, der Alt-Linke, der seinen Hof in eine Genossenschaft verwandelt oder die Architekten, die ihre denkmalgeschützte Hofstelle zu Mietwohnungen umbauen. Es gibt viele Ideen und Möglichkeiten, die passenden Organisationsformen für ein Landleben zu entwickeln. Im Anschluss stehen im Foyer des Gildehauses regionale Projekte – von verbindlicher Nachbarschaft bis zu gemeinschaftlichem Wohnen – sowie Experten und Berater rund um das Thema für Fragen bereit. Es wird auch wieder eine Börse mit Steckbriefen für Wohnprojektangebote und -gesuche geben. *ejz*



„Alte Höfe, neu beleben“ haben Annett Melzer und Dana Zimmerling ihre Illustration betitelt, mit der zu der Veranstaltung über Wohnprojekte eingeladen wird: am 17. November im Lüchower Gildehaus.

Tatsächlich fallen die Haare vermehrt im Herbst aus

Gerade wenn die dunkle Jahreszeit beginnt, haben viele Frauen das Gefühl, dass vermehrt Haare in ihrer Bürste bleiben. In Drogerien und Apotheken werden zurzeit Produkte zur Kräftigung der Haare stärker nachgefragt.

Wissenschaftler bestätigen die Erfahrung vieler Frauen: Unsere Haare wachsen im Herbst tatsächlich weniger und fallen vermehrt aus. Dies weisen Forscher in der renommierten Zeitschrift „British Journal of Dermatology“ nach. Die Forscher vermuten, dass Haarausfall im Herbst eine Spätfolge der intensiven Sonneneinstrahlung im Sommer ist. Im Frühjahr läuft die Haarproduktion wieder an, sie erreicht im März ihren Höhepunkt.

Jahreszeitlich bedingter Haarausfall ist also kein Grund zur Panik. Haarexperten weisen jedoch darauf hin, dass Haarwurzeln einen wahren Kraftakt leisten. In der Wachstumsphase

verbrauchen sie bis zu achtmal mehr Energie als in der Ruhephase. Die ganzjährige Versor-



gung (vor allem im Herbst) mit Nährstoffen ist daher von besonderer Bedeutung.

Präparate wie Plantur 39 Haar-Aktiv-Kapseln sorgen mit ihren Inhaltsstoffen wie Biotin und Selen für den Erhalt gesunder Haare. Das zusätzlich enthaltene Zink ist ein wichtiges Spurenelement. Zwei Kapseln täglich unterstützen mit wichtigen Vitalstoffen die Versorgung der Haare.

Tipp: Die Plantur 39 Haar-Aktiv-Kapseln erhalten Sie in Ihrem Drogeriemarkt wie z.B. dm-drogerie markt, ROSSMANN und Budnikowsky oder in Apotheken (PZN 07117372)

* Quelle: British Journal of Dermatology, 1991 Feb;124(2):146-151.

- Anzeige -