

Selbsthilfegruppe für Adipositas-Betroffene

AKTION Fettleibige treffen sich einmal im Monat in Ihrhove



Für alle Betroffenen von Fettleibigkeit hat die Flachsmeererin Elsbeth Pastoor jetzt eine Adipositas-Selbsthilfegruppe gegründet.

SYMBOLBILD: GINA SANDERS/FOTOLIA

Initiatorin ist die Flachsmeererin Elsbeth Pastoor. Die 39-Jährige leidet selbst unter starkem Übergewicht.

VON HENRIK ZEIN

WESTOVERLEDINGEN - Schon als Kind war die Flachsmeererin Elsbeth Pastoor etwas pummelig. Im Erwachsenenalter hat das Übergewicht dann weiter zugenommen - bis die 39-Jährige im vergangenen Sommer die Reißleine zog. Sie wog damals 160 Kilogramm und entschied sich dazu, eine Magenbypass-Operation zu machen. Diese soll im Juni erfolgen. Um sich mit anderen über Fettleibigkeit auszutauschen, hat Pastoor nun eine Adipositas-Selbsthilfegruppe in Westoverledingen gegründet. Immer am dritten Freitag im Monat trifft sie sich ab 19 Uhr im Haus Wo(h)ltat in Ihrhove. Erster Termin ist am 16. März.



Elsbeth Pastoor. BILD: ZEIN

Pastoor sagt: „Ich arbeite bei den Treffen mit der Ernährungberaterin Jacqueline Weppler zusammen. Wir wollen zu Beginn immer ein bestimmtes Thema ansprechen - beispielsweise die Möglichkeit des Abnehmens durch Kraftsport. Anschließend soll dann offenes Reden sein.“ Die Flachsmeererin selbst hat bereits Erfahrungen mit Selbsthilfegruppen. Seit einem halben Jahr geht sie zu einem Treffen von Adipositas-Betroffenen nach Papenburg. „Dort wurde mir al-

erdings zu viel über die Magenbypass-OP geredet. Ich möchte aber auch viele andere Themen besprechen“, erklärt Pastoor den Grund, warum sie jetzt ihre eigene Gruppe ins Leben ruft.

Die 39-jährige Mutter von zwei Kindern hat seit dem Sommer 2017 bereits erste Erfolge erzielt. „Ich gehe seitdem regelmäßig schwimmen und habe meine Ernährung umgestellt, dadurch habe ich schon abgenommen.“ Zudem wurde ihr zur Operationsvorbereitung ein Magenballon eingesetzt, der ebenfalls zur Gewichtsreduzierung beigetragen hat. Mittlerweile wiegt sie noch etwas mehr als 140 Kilogramm.

„Viele trauen sich nicht, über ihre Gewichtsprobleme zu sprechen. Auch mir ging es lange so. Aber nun hoffe ich, dass ich auf dem richtigen Weg bin“, erklärt Pastoor. Wer Fragen hat, kann sie gerne unter der Telefonnummer 0174/7664554 anrufen oder ihr schreiben (shg-wol@t-online.de).

Weltgebetstag wurde gefeiert

GLAUBE Mehrere Gottesdienste im Kirchenkreis Rhaderfehn



In vielen Gemeinden des Kirchenkreises Rhaderfehn wurde der Weltgebetstag begangen.

BILD: KIRCHENKREIS

RHAUDERFEHN - Wie jedes Jahr am ersten Freitag im März feierten zahlreiche Gottesdienstbesucher in den Gemeinden des evangelisch-lu-

therischen Kirchenkreises Rhaderfehn den Weltgebetstag. Unter dem Titel „Gottes Schöpfung ist sehr gut!“ fanden in den Gemein-

den Flachsmeer, Amdorf, Dertern, Remels und Ostrhaderfehn Gottesdienste statt, die von Ehrenamtlichen der Frauenarbeit der evangelischen und katholischen Kirchengemeinden organisiert und geleitet wurden. „Das Motto sollte Anstoß zur Bewahrung der Natur geben und ein Bekenntnis zu kultureller Vielfalt in der Gesellschaft sein“, heißt es in einer Mitteilung.

Der Weltgebetstag wurde in diesem Jahr von Frauen aus dem südamerikanischen Staat Surinam konzipiert. In den Gottesdiensten blickten die Besucher gemeinsam auf die Kultur, Gesellschaft und Natur des Landes. Das ökumenische Ereignis wird jedes Jahr in rund 170 Ländern rund um den Globus gefeiert.

Werft kooperiert mit Schulen

BILDUNG Vereinbarung mit Papenburger Schiffbauer

OBERLEDINGERLAND/PAPENBURG - Die Papenburger Meyer-Werft unterzeichnete eine Kooperationsvereinbarung mit vier Schulen aus dem Oberledingerland. Ziel der Vereinbarung ist die Förderung der beruflichen Orientierung der Schüler, heißt es in einer Pressemitteilung.

Die Vereinbarung soll die bisherige Zusammenarbeit zwischen der Werft und den regionalen Schulen vertiefen. Hier existiert bereits seit Jahrzehnten eine enge Zusammenarbeit. Die neue Kooperation beinhaltet, dass die Meyer-Werft Schülern beispielsweise mit Betriebsbesichtigungen und Praktika einen noch tieferen Einblick in den Arbeitsalltag ermöglichen soll. Die Schulen ihrerseits gestalten den Unterricht praxisorientierter.

Darüber hinaus führt die Werft gemeinsam mit den Schulen Projekte durch, um das Interesse der Schüler an der Berufswelt zu wecken. Die Vereinbarung trägt dazu bei, Fachkräfte auszubilden



Sie unterzeichneten die Vereinbarung: (stehend, von links) Ludger Husmann (Betriebsratsvorsitzender Meyer-Werft), Günter Geerdes (Ausbildungskordinator Meyer-Werft), Erwin Siemens (Ausbildungsleiter Meyer-Werft); (sitzend, von links) Holger Klempin (Kreisrealschule Overledingerland), Friedhelm Buchholz (Hauptschule Rhaderfehn), Ludger Mählmann (Haupt- und Realschule Ostrhaderfehn), Rainer Bruns (Schulzentrum Collhusen) sowie Anna Blumenberg (Meyer-Werft).

BILD: PRIVAT

und in der Region zu halten. Folgende Schulen unterzeichneten auf der Werft die neue Kooperationsvereinbarung: Schulzentrum Collhu-

sen, Erich-Kästner-Hauptschule Rhaderfehn, Kreisrealschule Overledingerland sowie Haupt- und Realschule Ostrhaderfehn.

— Anzeige —

heel wat Besünners...

HAKA

HAKA-eBay-Shop
stores.ebay.de/HAKA-GmbH

Jede Woche Powerpreise in Halle 1

Jede Menge Küchenhelfer zum kleinen Preis!
versch. Ausführungen

z. B. Schneebesen, Ananasschneider, Zitronenpresse, Apfelteller, Stampfer
aus Edelstahl, rostfrei **3,49** je Set

Küchenmaschine 129,-

kochen, Dampfgaren bis 120°C, Mixen, Rühren und Kneten, Zerkleinern, Pürieren, 2 l Behälter, inkl. Küchenwaage und Kochbuch

Pressluft-Rohrreiniger 12,95

die umweltfreundliche Hilfe bei verstopften Waschbecken, Badewannen- und WC-Abflüssen, rein mechanisch

Kindersessel „Fußball“ 25,50 Stück

Foliengewächshaus 49,95

Größe: 300x200x190 cm

Unser Januar Textilverkauf startet wieder neu!

Marken-Textilien

Hosen, Pullover, Blusen

u.v.m. ab **5,-**

Am Fleischstand in Halle 1 Fleischerei Kösters

Frische grobe Bratwurst 3,98 1 kg

Dicke Rippe 2,98 1 kg

Preiskracher in Halle 2

Marken-Unterbaugeschirrspüler 199,-

H: 81,5 cm, B: 44,8 cm, T: 57 cm, Energieeffizienzklasse A+, Edelstahl-Optik, AquaSensor

LED Switchmo Deckenlampe 32,95

4 Stufen dimmbar, 12 Watt, ø 30 cm

Fernsehessel 99,- ab

versch. Ausführungen, creme/schwarz

Oberbett mit Kopfkissen 12,95

140/200 cm, 70/80 cm

Wir sind für Sie da: Montag, Donnerstag und Freitag von 9.00 - 19.00 Uhr - Dienstag und Mittwoch geschlossen - Samstag von 9.00 - 18.00 Uhr
Sägemühlenstr. 11-13 · 26789 Leer · Tel.: 0491/92801-0 · Internet: www.haka-leer.de