

TSV geht neue Wege

Gesundheitsport: „Bewegung gegen Krebs“ in Westerhausen

Heike Dierks

OLDENDORF Der TSV Westerhausen hat das Programm „Bewegung gegen Krebs“ neu entwickelt und beschreitet damit einen besonderen Weg. Nach einem Vortrag im März wird im April ein fester Kurs für Betroffene anlaufen.

Bewegung gegen Krebs: Kurs ab 5. April

Das Dauerangebot startet am 5. April. Der Reha-Kurs richtet sich an ehemals oder aktuell an Krebs Erkrankte. Er wird von qualifizierten Übungsleitern durchgeführt und durch Ärzte betreut. „Bewegung spielt nach und auch während einer Krebserkrankung eine große Rolle. Wir wollen mit dem Angebot ermöglichen, dass Betroffene ihren Alltag gut meistern und wieder Fitness aufbauen“, sagt Philin Schiermeyer.

Das neue Angebot im TSV Westerhausen ist eng mit ihr verbunden. Die stellvertretende Vereinsvorsitzende hat sich als Studentin an der Universität Bielefeld mit den Möglichkeiten von Sport als Therapie bei Krebserkrankungen beschäftigt und ist so auf das Projekt „Bewegung gegen Krebs“ von Deutscher Krebshilfe, Deut-

schem Olympischen Sportbund (DOSB) und Sporthochschule Köln gestoßen. Ihre Idee: Auch der TSV sollte in das Thema einsteigen. Und der Sportverein geht nun richtig in die Offensive.

Schiermeyer und Mitstreiter organisierten im Sommer 2022 unter dem Motto „Westerhausen feiert und hilft“ zunächst eine Open-Air-Veranstaltung mit einer Stammzellspender-Registrieraktion zugunsten von Blutkrebspatienten und dann im Oktober 2022 einen Aktionstag beim TSV.

In dem Zuge nahm der Verein an einem bundesweiten Wettbewerb des DOSB teil, bei dem die Grönegauer den vierten Platz belegten und einen Gutschein über 500 Euro für die Übungsleiterausbildung gewannen.

Bewegung und Ernährung: Vorträge am 20. März

Am Montag, 20. März, um 18.30 Uhr lädt der Verein zu den Vorträgen „Bewegung und Krebs“ sowie „Ernährung und Krebs“ ein. Onkologe Dr. Klaus-Peter Spies aus dem Christlichen Klinikum Melle spricht zum ersten Thema. Die ernährungswissenschaftliche Sicht beleuchtet TSV-Kampfsportler

und Sport-Lehramtsstudent Philipp Keil.

Der feste Reha-Kurs wird dann ab Mittwoch, 5. April, um 10.15 Uhr jede Woche im Spiegelsaal des TSV-Sportzentrums am Ochsenweg stattfinden. Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit: Jeweils für eine Stunde soll je nach Krankheitsbild sehr individuell mit den Teilnehmern gearbeitet werden. Ein Grund für das auch an Nichtvereinsmitglieder gerichtete Angebot: „Bewegung mindert viele Nebenwirkungen bei einer aktuellen Krebstherapie“, erklärt Schiermeyer.

Das Ziel: „Wir wollen das Thema mit unserem Projekt enttabuisieren und einen sicheren Raum schaffen für Krebsbetroffene. Viele empfinden es nämlich als schwierig, sich in einer regulären Sportgruppe zu öffnen“, meint die Engagierte. Mit dem Programm geht der TSV nach eigenen Angaben für den Raum Melle neue Wege. Das Angebot stoße bereits jetzt auf sehr positive Resonanz. Sie höre von vielen Betroffenen, die an dem Kurs teilnehmen wollten.

Weitere Informationen zum Angebot gibt es in der Geschäftsstelle des TSV Westerhausen unter 05422 928839.



Frühe Führung: Erik Grothaus (links) jubelt mit Nico Linnemann über dessen Treffer zum 1:0 für Viktoria Gesmold in der Fußball-Bezirksliga gegen Bad Laer.

Foto: Stefan Gelhot

Gesmold überzeugt

FUSSBALL Viktoria besiegt Bad Laer mit 3:1 / TVN gewinnt 5:2 in Dissen

Heike Dierks

Fußball-Bezirksligist Viktoria Gesmold hat zum Start in die Restrunde nach überzeugender Vorstellung Bad Laer mit 3:1 geschlagen. In der Kreisklasse gewann Neuenkirchen in Dissen mit 5:2. Alle Kreisliga-Partien mit Meller Beteiligung sind derweil ausgefallen.

• Bezirksliga
Viktoria Gesmold – SV Bad Laer 3:1: Gesmold legte am Sonntagmittag vor rund 120 Zuschauern auf eigenem Kunstrasen los wie die Feuerwehr: Spielertrainer Oliver Ioannou passte in den Lauf von Nico Linnemann, der den Ball in der dritten Minute zur Viktoria-Füh-

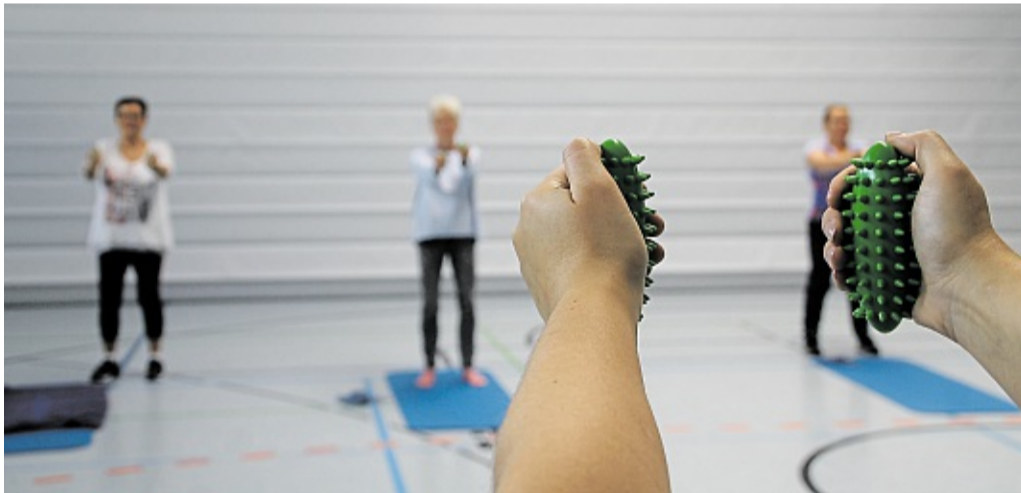
rung über den Torwart hob. „Den hat er cool reingemacht“, meint Ioannou später und kommentiert die Frühphase der Partie: „Wir sind sehr gut reingekommen und haben unsere Chancen direkt in Tore umgemünzt.“ Sein Team erhöhte nämlich wenig später auf 2:0 durch Erik Grothaus nach Querpass von Arne Schlüter (27.). Zur Pause hätte die Viktoria noch höher führen können – stattdessen verkürzte der Gast nach dem Seitenwechsel: Yannik Seete traf aus fast 25 Metern zum 1:2 (53.). Danach hatte wiederum der Gastgeber Möglichkeiten, seine Führung auszubauen. Doch es blieb lange spannend – zumal Schlüter einen Elfmeter verschoss (80.). Doch kurz vor Schluss traf er aus dem Spiel heraus

zum 3:1 und machte so alles klar (90. + 3). „Es ist immer schwierig, nach längerer Pause wieder in den Fußball-Alltag zu kommen. Man weiß nicht, wo man steht. Uns ist es gelungen, mit einem guten Ergebnis und einer guten Leistung zu starten. Und vor allem haben wir uns ein gutes Gefühl geholt für die kommenden Aufgaben“, bilanziert der Gesmold-Coach.

• 1. Kreisklasse
TSG Dissen – TV Neuenkirchen 2:5: Im einzigen Spiel des Wochenendes in der D-Staffel der 1. Kreisklasse hat Neuenkirchen absteiggefährdete Dissener 5:2 geschlagen. Der Gast legte am Samstagabend auf dem TSG-Kunstrasen einen Schnellstart hin und führte

nach vier Minuten durch den Treffer von Zakaria Mohammed. Der Gastgeber glich nach 28 Minuten durch einen kurios abgefälschten Freistoß von Dominik Pöpel aus. Erneut Mohammed (37.) und Rainer Bökkötter (45.) brachten den TVN noch vor der Pause mit dem 3:1 wieder in die Spur. Danach ließen es die Grönegauer etwas ruhiger angehen – plötzlich verkürzte Dissen durch Pöpel auf 2:3 (69.).

„Danach haben wir wieder einen Gang hochgeschaltet und zwei weitere Tore gemacht“, sagt TVN-Trainer Raed Yusuf. Fynn Bertelsmann (77.) und Marco Rieke (78.) stellten auf 5:2. Yusuf war ganz zufrieden mit dem Auftakt nach der Winterpause, ärgerte sich allerdings über die beiden Gegentore.



Alltag meistern und Fitness aufbauen: Im April 2023 läuft beim TSV Westerhausen ein neues Bewegungsangebot für Krebsbetroffene an.

Foto: TSV Westerhausen

noz Horizonte

Erleben Sie unsere Vorträge in einmaliger Kinoatmosphäre
–Im Cinema Arthouse–

WENIGE RESTKARTEN VERFÜGBAR
(für die 17-Uhr-Veranstaltung)

MULTIVISIONSSHOW

Sizilien - Das Land, wo die Zitronen blühen · Ralf Adler

Dienstag, 7. Februar 2023 · 17.00 Uhr und 20.00 Uhr

Cinema-Arthouse, Erich-Maria-Remarque-Ring 16, Osnabrück

Dem Reiz dieses Eilands und seinen im Meeresblau treibenden Äolischen und Aegadischen Trabanteninseln kann man sich kaum entziehen. Einzigartig erhaltene antike Tempelanlagen in mediterraner Landschaftsidylle, quirliges Stadtleben neben traditionellen Festen, herrliche Barockarchitektur neben normannischen Festungsbauten, malerische Sandstrände und felsige Buchten und sieben unter Naturschutz stehende Wanderparadiese. Fotojournalist Ralf Adler nimmt Sie mit auf seine persönliche „Sizilianische Reise“.

Eintrittskarten im Vorverkauf: 14,00 €

Abendkasse: 16,00 €

Eintrittskarten sind im Vorverkauf erhältlich in den Geschäftsstellen der Zeitungen in Osnabrück, Melle, Bramsche und Quakenbrück.



Mit der Vorteilskarte Ihrer Zeitung sparen Sie auf den **Abo-Preis 5,00 €** und auf den **Einzelkartenpreis 1,50 €**

NEUE OSNABRÜCKER ZEITUNG · MELLER KREISBLATT · WITTLAGER KREISBLATT
BRAMSCHER NACHRICHTEN · BERSENBRÜCKER KREISBLATT

die Knolle
06. März bis 10. März 2023
Mo. – Fr. von 11.30 – 14.30 Uhr

Mittagstisch 8,45 €

Montag
Ruhetag

Dienstag
Panieretes Hähnchenbrustfilet mit Kartoffel-Kroketten an Erbsen-Möhren-Gemüse

Mittwoch
Putensteak auf einem Tomaten-Zucchini-Ragout, dazu servieren wir Petersilienkartoffeln und eine kleine Salatbeilage

Freitag
Schweineschnitzel „Jäger Art“ mit Rahm-Speck-Sauce, dazu Pommes frites und eine kleine Salatbeilage

Freitag
Seelachsfilet in Eihülle gebacken, dazu Bratkartoffeln und eine Salatbeilage

Salat der Woche:
Frischer Blatt- und Rohkostsalat mit gebackenem Kibbeling, dazu Senf-Honig-Dressing und Kartoffelbrot

Vegetarisches Gericht der Woche:
Hausgemachte Reibekuchen mit Schnittlauchquark, dazu eine Salatbeilage

Melle · Markt 22 · ☎ 05422/484 88 · Fax 484 89
mail@knollengesellschaft.de
www.knollengesellschaft.de
Alle Gerichte auch außer Haus zum Mitnehmen!

Wissen Sie schon das Neueste?

Ein Blick in Ihre Tageszeitung genügt.

Fehlstart für den SCM

FUSSBALL Landesligist verliert in Bevern mit 1:2

MELLE Fußball-Landesligist SC Melle ist mit einer Niederlage ins neue Pflichtspieljahr gestartet: Die Grönegauer unterlagen am Sonntagmittag beim SV Bevern nach 90 intensiven Minuten mit 1:2. Der entscheidende Gegentreffer fiel spät – die Niederlage war aber verdient.

Der SCM kam nach eigenen Angaben schwer ins Spiel und stand gerade in den ersten 20 Minuten ordentlich unter Druck. Nur ein Schuss von Jan Lehmkühl brachte etwas Entlastung für die Gäste. Gerade als die Grönegauer sich berauerten und ins Spiel fanden, fiel das 1:0 für die Gastgeber durch Lennart Blömer, der in der 21. Minute mit einem Schuss aus elf Metern erfolgreich war.

Der SCM blieb aber nun im Spiel und versuchte zu antworten. Dies gelang dann in der 43. Minute: René Heitkamp schlug einen Freistoß in den Strafraum, den Dennis Greiff an den zweiten Pfosten verlängerte, wo Jonas Strehl aus kurzer Distanz per Kopf zum Ausgleich vollendete (43.).



Mika Winkel (in Rot) und der SC Melle verloren in der Fußball-Landesliga beim SV Bevern mit 1:2.

Foto: Archiv/Stefan Gelhot

In der zweiten Halbzeit geriet Melle aber gleich wieder unter Druck und hatte bei vielen Tormöglichkeiten der Gastgeber Glück, nicht deutlich in Rückstand zu geraten. Im Aufbau spielte der Gast zu ungenau, und vorne fehlte die Durchschlagskraft. Auch in Zweikämpfen war man zu oft nur der zweite Sieger.

Eine Rote Karte gegen den Beverner Sebastian Sander in der 80. Minute sollte dann eine interessante Schlussphase einläuten. Aber wer dachte, der SCM könnte von seiner Überzahl profitieren, sah sich getäuscht: Stattdessen gingen die Gastgeber nach einem Freistoß und

einer Kopfballverlängerung von Bernd Gerdes in Führung (83.). Auch im Anschluss gelang es den Gästen nicht, noch Druck auf das gegnerische Tor auszuüben. Somit gab es den Angaben zufolge einen hochverdienten Sieg für den SV Bevern, der durchaus noch höher hätte ausfallen können.

SPIELSTATISTIK

Aufstellung SC Melle: Munz – Winkel (57. De-Vries), Herbermann, von Rekowski, Richter (68. Maaske) – Lehmkühl, Poerschke (85. Seeburg) – König, Strehl, Heitkamp – Greiff.

Tore: 1:0 Blömer (21.), 1:1 Strehl (43.), 2:1 Gerdes (82.).

Besonderes Vorkommis: Rote Karte gegen Sander (Bevern/80.).