



Lions Club Celle

, 07.11.2023

## Lions Rundschreiben 05 - 2023/2024

### Protokoll des Clubabends vom 06.11.2023

#### Teil I Termine:

15.11.2023 19.00 Uhr	Christoph Heubner Ausschwitz
27.11.2023 18.00 Uhr	Keksebacken
08.12.2023 17.45 Uhr	Weihnachtsfeier Kloster Wienhausen
<b>Anmeldeschluss 01.23.2023</b>	
06.01.2024 10.30 Uhr	Neujahrsempfang Distrikt Schloss Celle
08.01.2024 19.30 Uhr	Clubabend, Thema Häusliche Pflege, L Lars Wagenknecht

#### Teil II Regularien:

##### 1. Begrüßung

Liebe Lionessen und liebe Lions,

Der Präsident konnte zum Novemberclubabend ein 40-köpfiges „Löwenrudel“ in der Congress Union begrüßen, was dazu führte, dass „nachbestuhlt“ werden musste.<sup>1</sup>

P Maecker gratulierte den Jubilaren des Oktober und November und begrüßte die Referentin des Abends, Frau Wilhelm, die zu Zwangsstörungen vortragen sollte.

##### 2. Mitgliederentwicklung

Von den vorgestellten Kandidaten, die möglicherweise in den Club aufgenommen werden könnten, liegt der Lebenslauf von R. Tintemann vor (wird aus Gründen des Datenschutzes nicht angehängt), der sich darauf freut, Mitglied des Clubs werden zu dürfen. Eine Rückmeldung von Dr. Frisch steht noch aus und der Vorschlag von L Pennington, Herr Iseken aus Bergen, wird aus nachvollziehbaren privaten Gründen von einer Mitgliedschaft im Club abgesehen.

##### 3. RTL-Spendenmarathon

Der Club wird sich auch in diesem Jahr am RTL-Spendenmarathon beteiligen und hat einstimmig beschlossen, dafür 500€ zu spenden.

---

<sup>1</sup> Zum An-/Abmeldeverfahren habe ich mich noch einmal geäußert und bitte, das künftig zu beachten.

#### **4. Vortrag Herr Heubner am 15.11.2023 zum Thema Auschwitz**

Wo dieser Vortrag letztlich stattfinden wird, steht noch nicht fest, weil die Congress Union bei Nichtverzehrveranstaltungen 450€ Raummiete in Rechnung stellt.

Herr Heubner nimmt kein Vortragshonorar, sammelt aber Spenden für ein Projekt, dass an den Auschwitzüberlebenden, Justin Sonder, im Raum Chemnitz mit einer Skulptur erinnern soll. Hier hat der Club einstimmig beschlossen, sich an dem Projekt mit 500 € zu beteiligen.

#### **5. Adventskalender 2023**

Beim ersten öffentlichen Verkauf sind 614 Kalender verkauft worden! Ob der zweite Verkaufstag gänzlich benötigt wird, wird sich erweisen. Die 1. Schicht für den 11. November wird aber wahrscheinlich noch benötigt. Der Präsident lobt die „Motoren“ des Projekts Adventskalender für ihr Engagement.

#### **6. Weihnachtsfeier 2023 - Ablauf**

Das Aufbauteam für den 04.12. ist benannt.

Eintreffen der Teilnehmer ab 17.45 – 18.15 h im Kloster

Abgeben der mitgebrachten Speisen in der Küche  
(Bitte die Platten auf der Unterseite mit Namen versehen)

Zusammenfinden im Kreuzgang vor dem Refektorium, gemeinsamer Gang in den Nonnenchor

Beginn 18.30 h:

- Orgelspiel
- Adventsandacht / Äbtissin Frau Dannenfeld
- Gemeinsames Singen
- Orgelspiel

ca. 19.00 h Hinabgehen zur Garderobe

- Sektempfang im Kreuzgang
- Plätze im Refektorium einnehmen, (s. Tischordnung)
- Begrüßung durch den Präsidenten
- Weihnachtsgeschichte
- Gemeinsames Essen – Buffet \*
- Musikalische Einlage
- Gemütliches Beisammensein

**Anmeldeschluss: 01.12.2023 [hier anmelden](#)**

\*Anmerkungen:

Buffet:

Wir gestalten in bewährter Weise ein „Zufalls-Buffer“, d.h., jede/r bringt eine Speise seiner Wahl (Vor- Haupt- Nachspeise) mit. Bitte bedenkt bei der Menge, dass auch der / die Letzte am Buffet auch noch etwas abbekommt!

Wichtig!

Um die Wartezeiten zu verkürzen hat es sich bewährt, das Buffet auf zwei Tischreihen aufzubauen. Deshalb bitte die mitgebrachten Speisen auf zwei Platten anrichten

**Kleidung: Der Club feiert in festlichem Rahmen und möchte das auch in der Wahl der Kleidung an diesem Abend zum Ausdruck bringen.**

## 7. Sonstiges

### Lions Quest

- **Zitat aus LION (Mai 2023, S. 44)** „Hätte ich Lions-Quest schon als Referendarin kennengelernt, wäre ich zu einer anderen, besseren Lehrerin geworden“, berichtet eine langjährige Lehrkraft begeistert nach ihrem Lions-Quest-Seminar.
- **Zertifizierung der OBS an der Welfenallee** (Club vertreten durch Dirk Wunn, Holger Koch, Kai Mechler, Astrid Peters und Helga Habekost) und die Grüße unseres Präsidenten, der Club Celle Residenzstadt durch Präsident Heiko Gewers, Jasmin Kunz (damals Präsidentin, als die OBS mit Lions-Quest begann) und L Habekost. Der Distrikt war durch Mathias Heinrich vertreten, der mit L Habekost zusammen die Urkunden überreichte.
- Es waren **zwei Ereignisse** zu feiern: Die Zertifizierung, so wie sie die OBS Westercelle schon vor einigen Jahren erlangte und die Ernennung zur Lions-Quest-Leuchtturm-Schule. Damit ist diese Schule die erste in Deutschland, die diese Auszeichnung erhielt. Das war aber bis zum Beginn der Veranstaltung am 09.10. noch nicht bekannt.
- **Pressearbeit dazu:** In der Celleschen Zeitung am 03.11.23, auch im Kurier soll ein Artikel erschienen sein, „wir in nh“ und der LION wollen wohl ausführlich darüber berichten.
- L Habekost hatte vor kurzem berichtet, dass der **erste Ansturm** auf die LQ-Kurse zuende sei und man sich also nun kümmern müsse.
- Ergebnis: vom **Studienseminar für die Gymnasien** in Celle konnten nach langem, mühsamen Vorlauf 12 Referendarinnen und Referendare für einen Lions-Quest-Kurs „Erwachsen werden“ Ende Januar 2024 akquiriert werden. An der Stelle recht herzlichen Dank an Kai Mechler, der durch aktives Mittun bei diesem Prozess der Werbung mitgewirkt hat. Durch andere Schulen konnte die Teilnehmerzahl inzwischen schon auf 24 erhöht werden.
- Für die beiden **anderen Kursarten** stehen im Moment 52 Interessenten auf der Liste. Problem: Viele kommen von einzelnen Schulen, die aber verständlicher Weise nicht unbedingt alle gleichzeitig auf einen Kurs geschickt werden sollen. Ein Kurs muss aber mit rund 25 Teilnehmern voll werden. Nun ist also weiter Werbung angesagt.
- Besuche bei den Gymnasien: Hölty, KAV und HBG hat L Habekost hinter sich, die anderen (Ernestinum, Lachendorf und Hermannsburg sollen folgen)

Auch hier spart P Maecker nicht mit Lob und hebt den Einsatz von L Habekost für das Lions Projekt „Lions Quest“ hervor.

### 8. Waffelbacken und Keksebacken

Die Waffelbackliste wird gesondert versandt. Ich bitte darum, die offenen Stellen schnell zu schließen und mir das auf den bekannten Wegen mitzuteilen, damit ich die Liste vervollständigen kann.

Das Keksebacken findet am 27.11. in der OS Westercelle um 18.00 Uhr statt. Wer an diesem Abend nicht kann, darf auch zu Hause backen, weil die Keksmenge des ersten Backens erfahrungsgemäß nicht ausreicht.

### 9. Vortrag, Thema Zwangsstörungen

Frau Wilhelm, die ihre Praxis im Haus unseres Präsidenten hat, traf zu Beginn ihres Vortrages die Unterscheidung, dass Eigenarten keine Zwänge sind. Zwänge entstehen aus Ängsten und Befürchtungen.

Es besteht für erkrankte Personen ein innerer Zwang oder Drang, bestimmte Dinge zu denken oder zu tun. Die Betroffenen wehren sich zwar meist gegen diesen auftretenden Drang und

erleben ihn als übertrieben und sinnlos, können ihm willentlich jedoch meist nichts entgegensetzen. Die Störung bringt deutliche Belastungen und Beeinträchtigungen des Alltagslebens mit sich.

Wodurch können Zwänge entstehen? Risikofaktoren können z.B. sein:

- ein strenges Elternhaus
- strenge Erziehung
- hoher Leistungsdruck und Leistungserwartungen

Zwangshandlungen sind Stereotypen, die ständig wiederholt werden müssen. Die meisten Betroffenen wissen, dass ihr Verhalten übertrieben und unvernünftig ist, und versuchen anfangs, Widerstand zu leisten, geben jedoch auf, wenn die Angst sie überfällt. Danach fühlen sie sich für gewöhnlich für eine kurze Zeitspanne weniger ängstlich. Abgesehen von dieser Spannungsreduktion empfinden die Betroffenen keine Freude am Ausführen der Handlung selbst.

Manche Menschen bauen die zwanghafte Handlung zu einem Zwangsritual aus: Die Zwangshandlung wird in einer bis ins Detail ausgearbeiteten Art und Weise ausgeführt. Die Betroffenen müssen das Ritual jedes Mal in exakt derselben Weise, nach bestimmten, sorgfältig zu beachtenden Regeln durchlaufen. Wenn es nicht gelingt, die Handlung abzuschließen, entsteht weitere Angst, und das Ritual muss häufig von Anfang an wiederholt werden.

Beispiele:

- **Reinlichkeitszwang:** der Zwang, sich z.B. dauernd die Hände zu waschen, zu desinfizieren,
- **Kontrollzwang:** ständige Überprüfung von Herdplatten, Türschlössern, Gashähnen, Aschenbechern, wichtigen Papieren etc.,
- **Ordnungszwang:** der Zwang, immer eine Symmetrie, perfekte Ordnung oder ein Gleichgewicht herzustellen, indem Dinge wie Bücher, Kleidung oder Nahrungsmittel nach genauen Regeln präzise angeordnet werden, oder der perfekt aufgeräumte Schreibtisch,
- **Berührzwang:** der Zwang, bestimmte Dinge anzufassen oder gerade nicht anzufassen, etwa jede Straßenlaterne zu berühren
- **verbale Zwänge:** Ausdrücke, Sätze oder Melodien werden ständig wiederholt

Zwangshandlungen beeinträchtigen die Lebensqualität der Betroffenen in erheblichem Maß und machen nicht selten 5-7 Stunden des täglichen Lebens aus.

Frau Wilhelm unterlegte ihren Vortrag mit dem Film „Besser geht's nicht“ mit Jack Nicholson und Helen Hunt in den Hauptrollen, und das Anschauen desselben kann eine gute Beschäftigung sein, um dem Herbstblues bei trüben Novembertagen zu entgehen.

### III. Ausblick

#### Geburtstage November/Dezember/Januar

27. November L Dr. Robert Berger (66)

#### Dezember

05. Dezember Frau Hes von Harling

10. Dezember L Stefan Marks

11. Dezember Frau Friederike Pfingsten (Gattin Werner Heyer)

23. Dezember Frau Caroline Wanke

25. Dezember Frau Silke Kollster

### Januar

01. Januar L Arved Maecker (50)

02. Januar L Dr. Holger Radschat (71)

02. Januar L Dr. Joachim Scholz (59)

23. Januar L Dr. Volker Witte (59)

26. Januar L Hans von Harling (81)

26. Januar L Dr. Jürgen Maiß (77)

31. Januar Frau Marina Starossom

### Februar

07. Februar Frau Andrea Christmann

Es grüßt Sie/Euch herzlich

Ihr /Euer

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Peter Müller', written in a cursive style.

LIONS CLUB CELLE  
SEKRETÄR UND WEBMASTER