

Angebot für Alleinstehende

# Sonntagsfrauen müssen sich nicht allein fühlen

Von KATHARINA WERNEKE

**Langenberg (gl).** Ganz unbeschwert können sie diesem Wochenende entgegensehen, die Sonntagsfrauen und all jene, die zu ihnen stoßen möchten. Von wegen allein sein – jene, die ohne festen Partner durchs Leben gehen, sind beim offenen Treff am Sonntag, 2. Juli, ab 14.30 Uhr im Café „Zur Linde“ in Langenberg willkommen.

Sie kommen zusammen, um gemeinsam mit anderen zu lachen oder auch nachdenklich zu sein, in-

teressante Gespräche zu führen und Pläne für gemeinsame Aktivitäten zu schmieden.

„Ich war allein und fand die Sonntage ganz schrecklich“, weiß Karin Schwale noch genau, wie es sich anfühlte, als ihr Mann verstarb. Zwei Jahre später entschloss sie sich, angeregt durch das Beispiel einer Gruppe in der Umgebung, ein Angebot für alleinstehende Frauen – egal, ob verwitwet, geschieden oder einfach single – zu initiieren. Gemeinsam mit Karin Hauser, die sich als Witwe in einer ähnlichen Situation befand, rief die heute 68-Jährige die Sonntags-

frauen als eine Untergruppe der Katholischen Frauengemeinschaft (KFD) St. Lambertus Langenberg ins Leben.

Am ersten Sonntag im Monat Januar 2019 feierte das offene Treffen im Café „Zur Linde“ Premiere, und schnell merkten die beiden Langenbergerinnen, dass sie in ihrer Lebenssituation keineswegs allein waren. „Es herrschte ein großer Ansturm“, erinnert sich die 61-jährige Karin Hauser. „Rund 25 Frauen waren gekommen, unter anderem auch aus Rheda-Wiedenbrück“, berichtet Karin Schwale im Gespräch mit der „Glocke“, von

einer Resonanz, die beide nicht erwartet hätten.

Regelmäßig sind heute rund ein Dutzend Frauen mit von der Partie, wenn die Sonntagsfrauen mal wieder aktiv sind. Die Altersspanne liegt derzeit zwischen Mitte 50 und 75 Jahren. Die beiden Initiatorinnen betonen, dass jederzeit neue Interessentinnen willkommen sind und einfach mal bei den Sonntagsfrauen reinschnuppern können. Der Treff an jedem ersten Sonntag im Monat bietet insbesondere ihnen eine gute Gelegenheit, unverbindlich vorbeizuschauen.

Dann besteht in der Regel bei

Kaffee und Kuchen im Café oder bei gutem Wetter im Biergarten die Möglichkeit zum Austausch, und es werden Pläne für gemeinsame Unternehmungen geschmiedet. „Wir wollten mehr als Kaffeetrinken, sondern auch Aktivitäten anbieten“, betont Karin Schwale, die früher zum Beispiel gerne Tennis und Handball gespielt hat. „Jede kann sich mit ihren Ideen und Vorschlägen einbringen“, unterstreicht Karin Hauser. Die Vorlieben der 61-Jährigen sind zum Beispiel liegen im gärtnerischen und floristischen Bereich. Außerdem schmökert sie gerne.

## Kein fünftes Rad am Wagen sein

**Langenberg (kaw).** Die Gefahr, sich insbesondere sonntags allein und traurig zu fühlen, kennen die beiden Witwen nur zu gut, und das, obwohl sie beide eine Familie haben und sogar schon Großmutterfreuden genießen. „Auf einmal sieht man nur Paare und glückliche Familien“, schildert Karin Hauser, wie sich plötzlich ohne Partner ihre Wahrnehmung und Sichtweise veränderte. Zwar habe es liebe Menschen und Freunde gegeben, die sagten „Komm doch mit“, doch trotz aller ehrlich gemeinten Offerten habe sie die Sorge gehabt, sich als fünftes Rad am Wagen zu fühlen, blickt die 61-Jährige zurück. Anders als unter der Woche sei man weniger unterwegs und arbeite nicht, führt sie aus, warum speziell der Sonntag eine schwierige Zeit für Alleinstehende sein kann.

„Man will auch nicht immer den Kindern zur Last fallen“, berichtet Karin Schwale, warum ihr die Sonntagsfrauen inzwischen so wichtig sind. Nach dem Verlust ihres Mannes allerdings habe sie anfangs nirgendwohin gehen wollen, hat sie noch lebhaft die schwere Zeit vor Augen. Ein besonderer Reiz, sich mit Frauen in ähnlichen Lebenssituationen zu treffen, liege darin, dass man ganz andere Themen teile, die Paare oder Familien nicht so beschäftigten.

Gut habe es ihnen getan zu spüren, dass es anderen Alleinstehenden ähnlich wie ihnen selbst gehe, schildern die Initiatorinnen ihre persönlichen Erfahrungen.



**Unternehmungslustig:** Karin Hauser (l.) und Karin Schwale aus Langenberg haben die Sonntagsfrauen ins Leben gerufen. Das Gruppenangebot richtet sich an Alleinstehende, egal, ob verwitwet, geschieden oder single. Jede kann ihre Ideen für Unternehmungen einbringen. Schon manche Radtour wurde so unternommen. Foto: Werneke

## „Wer kommt mit?“

**Langenberg (kaw).** Unterschiedlichste Dinge haben die Sonntagsfrauen schon miteinander unternommen, und das Angebot für Alleinstehende ist selbst über die lange Zeit der Coronaeinschränkungen hinaus, als man sich nicht treffen konnte, nicht eingeschlafen. Die Bandbreite der Freizeitaktivitäten reicht vom Swingolfen unter Anleitung eines Trainers bis hin zu Kinobesuchen. Zweimal schon haben sich die Sonntagsfrauen unter anderem auf den Weg nach Bad Lippspringe zu der Veranstaltung Waldleuchten auf den Weg gemacht und sind oft gemeinsam in die Pedale getreten. Radausflüge führten so zum Beispiel zum Rittergut Haus Heerfeld in Liesborn sowie zum Steinhorster Becken oder auch zum Lippstädter Altstadtfest. Und diejenige, die keine Lust oder Möglichkeit hat, mitzuradeln, die kommt abends einfach zum gemeinsamen Essen hinzu.

„Wir haben auch eine Whatsapp-Gruppe, in die man einfach etwas hineinschreiben kann, wenn man etwas unternehmen

möchte“, berichtet Karin Hauser, dass so auch spontane Unternehmungen möglich sind. „Ich möchte heute zum Alberssee radeln, wer kommt mit?“, heißt es dann, und wer Lust hat, schließt sich an.

Auch in der dunklen Jahreszeit lassen sich die Sonntagsfrauen Unterhaltungs- und Geselliges einfällen. Gerne erinnern sich Karin Schwale und Karin Hauser so zum Beispiel an die beiden Weihnachtsfeiern, die bislang jeweils bei einer der Sonntagsfrauen zuhause stattgefunden haben. Jede Teilnehmerin hat eine Köstlichkeit beigetragen. „Die Vielfältigkeit war einfach toll“, schwärmt Karin Schwale noch heute von den diversen Leckereien, angefangen von Fingerfood bis hin zur süßen Creme. Selbstverständlich wurden da Rezepte ausgetauscht, und sogar ein Tänzchen haben die Frauen in ausgelassener Runde aufs Parkett gelegt.

Inzwischen seien sogar schon einzelne Freundschaften geknüpft worden, erklären die Initiatorinnen mehr als vier Jahre nach dem Start der offenen Gruppe.



**Zauberhaft:** Ausflüge haben die Sonntagsfrauen zum Beispiel nach Bad Lippspringe zum Waldleuchten unternommen.

## Interessenten sind willkommen

**Langenberg (kaw).** Der Name Sonntagsfrauen kam Karin Schwale übrigens in Anlehnung an den verfilmten Roman „Die Sonntagsfrauen“ in den Sinn. Fünf Freundinnen treffen sich an jedem Dienstag im Monat. Einmal im Jahr unternehmen diese sehr unterschiedlichen Frauen etwas gemeinsam.

All den unterschiedlichen Charakteren, die Lust auf die Sonntagsfrauen haben, sei schon geraten, dass bereits einige Unternehmungen fest ins Auge gefasst sind. Da wären zum Beispiel eine Alpaka-Tour und ein Besuch des Kinofilms „Bookclub II“ zu nennen. Auf jeden Fall soll es zudem einen Ausflug zur Landesgartenschau in Höxter geben.

„Es ist ein Lichtblick“, bringt Karin Hauser auf den Punkt, was ihr die Sonntagsfrauen bedeuten. Am Sonntag, 2. Juli, 14.30 Uhr, sind alle Interessentinnen im Café „Zur Linde“ willkommen. Weitere Infos können unter 0171/7821430 (Schwale) und 0160/4861302 (Hauser) erfragt werden.



**Köstlich:** Bei den Weihnachtsfeiern haben die Sonntagsfrauen reichlich aufgetischt. Eine jede hat etwas mitgebracht. Fotos: privat

Unterhaltung

## Mittwochs Tanz im Kurpark

**Lippstadt (gl).** Noch bis Oktober findet jeden Mittwoch in Lippstadt die Veranstaltungsreihe „Tanz im Kurpark“ statt. Interessenten sind eingeladen, zwischen 14.30 und 16.30 Uhr zu tanzen. Die Alleinunterhalter Siggie Raskop und Manfred Händelmann spielen eine Mischung aus Oldies, Pop und Schlager, so dass für jeden Geschmack etwas dabei ist. Auch Zuhörer sind willkommen und können an der Milchbar bei einer Tasse Kaffee und frischen Waffeln das besondere Ambiente genießen. Bei schlechtem Wetter findet die Veranstaltung im Haus des Gastes statt.

Grundschulverbund Langenberg



**Ein mitreißendes Programm** präsentierten die Mädchen und Jungen im Grundschulverbund Langenberg im Rahmen der „Offenen Bühne“.

## Vorhang auf für junge Talente

**Langenberg (gl).** Viel Mühe haben die Mädchen und Jungen in die Vorbereitung ihrer Darbietungen gesteckt – und es hat sich gelohnt. Im Rahmen des Projekts „Offene Bühne“ haben die Kinder der Offenen Ganztagschule und der Randstundenbetreuung der Arbeiterwohlfahrt (Awo) Gütersloh am Grundschulverbund Langenberg in Eigeninitiative ein Bühnenprogramm für ihre Mitschüler, Eltern, Familien und Lehrer aufgeführt.

In Eigenverantwortung haben sich die Grundschüler über Wochen abgesprochen und geprobt. Pädagogische Mitarbeiter haben

sie unterstützt, beraten und gemeinsam mit ihnen die Musikauswahl getroffen.

Die Aufgaben reichten von der Gestaltung von Plakaten, Willkommensschildern und Wegweiskarten, über die Moderation bis hin zu Tanz- und Playbackdarbietungen sowie Kampfkunst-Akrobatik. Nach dem erfolgreichen Auftritt und reichlich Applaus wurde in geselliger Runde mit allen Kindern und Besuchern zum Buffet mit mitgebrachten Köstlichkeiten der Familien eingeladen. Alle genossen die Erfahrung eines gelungenen Miteinanders.



Langenberg

Busfahrt

## Brauereibesuch in Lippstadt

**Langenberg-Benteler (gl).** Zu einer Besichtigung der Brauerei Thombansen in Lippstadt laden die Frauengemeinschaften Benteler für Freitag, 14. Juli, alle Mitglieder und Interessenten ein. Die Teilnehmerinnen fahren mit dem Bus nach Lippstadt. Treffpunkt ist um 16.40 Uhr die Bushaltestelle am Stukendamm. Der Bus fährt um 16.48 Uhr ab. Die Führung durch die Brauerei beginnt um 17.30 Uhr und dauert zirka 90 Minuten. Im Anschluss an die Besichtigung ist ein Abendessen in der Brauerei vorgesehen. Zurück nach Benteler geht es gegen 21.30 Uhr wieder mit dem Bus. Die Anmeldungen für die Besichtigung nimmt Nikola Albert unter 05248/609930 bis Sonntag, 9. Juli, entgegen.

SOVD

## Anmeldung zum Sommerfest

**Langenberg-Benteler (gl).** Der Ortsverein Langenberg-Benteler im Sozialverband Deutschland (SOVD) weist auf sein Sommerfest am Samstag, 8. Juli, ab 17 Uhr hin. Nähere Infos geben bei telefonischer Anmeldung Ludger Moorfeld unter 0171-8154744 und Anne Schleppehorst unter 0157-52223229.

## Termine & Service

### ► Langenberg

Freitag,  
30. Juni 2023

#### Apotheken & Gesundheit

**Apothekennotdienst:** Sonnen-Apotheke, Kirchplatz 2, Wadersloh, 02523/92050, Krönig'sche Apotheke, Berliner Straße 17, Gütersloh, 05241/26013, Brücken-Apotheke, Bunte Straße 3, Lippetal-Lippborg, 02527/8680  
**Ärztlicher Bereitschaftsdienst:** erreichbar unter 116117 (auch Hausbesuche)

#### Gemeindeverwaltung

**Rathaus:** 8 bis 12 Uhr geöffnet (Anmeldung möglich unter 05248/5080 oder online unter [www.langenberg.de](http://www.langenberg.de)), Klutenbrinkstraße, Langenberg  
**Bürgerbüro im Rathaus:** 7.30 bis 12.30 Uhr geöffnet (Anmeldung möglich unter 05248/5080 oder online unter [www.langenberg.de](http://www.langenberg.de)), Klutenbrinkstraße

#### Soziales & Beratung

**Familienzentrum Langenberg:** 14 bis 16.30 Uhr offene Sprechstunde (Infos und Terminvereinbarung unter 05248/823982), 15 bis 16.30 Uhr Eltern-Kind-Treff für Eltern mit Kindern von null bis drei Jahren, Bentelerstraße

#### Vereine

**Männerchor Langenberg:** 20 Uhr Chorprobe, Evangelisches Gemeindehaus, Brinkstraße  
**Schützenbruderschaft St. Antonius Benteler:** 15 Uhr Boule-Spiel für jedermann, Boulevard am Schützenheim, Bentelerstraße

**Jugendchor „Voices of Spirit“:** 17.30 Uhr Probe, Lambertushaus, Kirchplatz, Langenberg

## Kurz & knapp

□ **Die Unabhängige Wählergemeinschaft (UWG)** Langenberg weist auf ihrer gegenwärtigen Sommerpause hin. Der UWG-Treffpunkt startet wieder am Donnerstag, 10. August.