

über 25 Jahre
Bergert
 MALERMEISTER

Maler-Senienservice! Komplett Renovierungen!
Haus-Fassaden: Putzrisse/Schäden sanieren mit eigenem Gerüst
 ✓ **Möbel:** ab- und aufbauen, Wohn-Gesunde Farben + Materialien!
 ✓ **Facharbeiter:** für Lackieren, Tapezieren, Bodenverlegen
 ✓ **Alles** wird komplett und vollständig abgedeckt: Müll mit entsorgen!

Kattenturmer Heerstr. 69 · 28277 Bremen · ☎ 5 28 88 68

Frei.Wild-Frontmann

PHILIPP BURGER
GRENZLAND RELEASE SHOWS
 DAS NEUE ALBUM
 RELEASE 04.08.23

NEUER TERMIN SAMSTAG 20.01.24
 BEGINN: 19.30 UHR

OSTERHOLZ-SCHARMBECK
STADTHALLE
 VVK: AN ALLEN BEK. VVK-STELLEN.
 WWW.PHILIPPBURGER-OFFICIAL.COM

Immer gut informiert ...
DAS BLV
 WOCHENZEITUNG

www.tischler-bremen.com
heibe
 Montagen GmbH
 TELEFON: 0421 - 63 71 28

CSW Catering Service
 Zum Krempel 4
 28779 Bremen
 Telefon 04 21. 69 89 168

Paul Weiser

DER GÄNSEBOTE
 Ihr Weihnachts-Festmenü für vier Personen
 Schmackhaft vorbereitet und sicher verpackt.
 Mit Zubereitungsanleitung – servierfertig in nur einer Stunde.

Knusprig braune, gefüllte Weihnachtsgans mit Preiselbeersauce
 gefülltem Bratapfel, Rotkohl, Rosenkohl und Kartoffelklößen

Auslieferung
 Für Heiligabend am 23. 12. 2023 in der Zeit von 10 bis 18 Uhr.
 Für den 1. und 2. Feiertag am 24. 12. 2023 in der Zeit von 8 bis 14 Uhr.

EUR 121,50
 NUR AUF VORBESTELLUNG!

Für Ihre Bestellung bis zum 30. November 2023 bedanken wir uns mit einer Flasche Rotwein – passend zum Menü!

Liebesbriefe im GalerieCafé am Hafen

Kammerspiel „Love Letters“ von Albert R. Gurney mit Helle Rothe und Martin Mader

BREMEN-NORD – Das emotionale Kammerspiel mit Helle Rothe und Martin Mader unter der Regie von Matthias Sabelhaus begeistert seit 2017 die Zuschauer.

In der szenischen Lesung geht es um Melissa und Andy, die schon in der Grundschule gemeinsam das Schreiben lernen. Hier beginnt eine über 50 Jahre lang dauernde Freundschaft und Liebschaft. Hauptsächlich durch Briefe bleiben sie in Kontakt, obwohl Melissa eigentlich das Schreiben hasst.

Melissa, rebellisches Scheidungskind aus einer reichen Familie, entdeckt früh ihre Leidenschaft zur Kunst, während Andy, aus einer gutbürgerlichen, konservativen und intakten Familie, die Sprache fasziniert.

Herzerfrischende Gegensätze, die sich anziehen. Ihre



Helle Rothe und Martin Mader

FOTO: M. SABELHAUS

jeweiligen Leben nehmen überraschende, schöne, dramatische, aber auch tragische Wendungen.

Mit „Love Letters“ gelang dem amerikanischen Autor Albert R. Gurney der internationale Durchbruch als Theaterschriftsteller. 1990 wurde sein ungewöhnlicher Briefwechsel für den Pulitzer Preis nominiert. Das „Time Magazine“ wählte „Love Letters“ unter die fünf besten Theaterstücke der 1980er Jahre.

Die Aufführungen finden im Veegesacker Geschichtenhaus statt am 3. und 4. November um 19 Uhr, am 5. November um 16 Uhr und dann noch einmal am 25. November um 15 Uhr.

Der Eintrittspreis beträgt 16 Euro (ermäßigt neun Euro). Karten gibt es bei der Buchhandlung Otto & Sohn sowie an der Abendkasse. FR

Kochen für Umwelt, Leib und Seele

GROHN – Ab sofort bietet das Arbeit und Lernzentrum (alz) in seinem Bereich alz Klimaschutz auch Kochkurse zu unterschiedlichen Schwerpunktthemen an. Gekocht wird gesund, nachhaltig und saisonal lecker.

Teilnehmer erfahren, wie sie Lebensmittelverschwendung vermeiden oder lernen, wie sie ihrer Gesundheit etwas Gutes tun können. Dabei richten sich die Kurse an alle, die Spaß am Kochen und Genießen haben. Die Teilnahme ist kostenlos.

„Omega 3 – Fisch auf den Tisch“ heißt es am 10. November. Der Hering steht stellvertretend für das Lebensmittel Fisch. Ob nach Hausfrauenart oder gebacken: Lecker wird es auf jeden Fall. Außerdem erfahren die Teilnehmer Wissenswertes über Fisch und Omega-3-Fettsäuren.

„Kochen mit Gemüse und Kräutern“ steht am 17. November auf dem Programm. Der Fokus in diesem Kurs liegt auf saisonalen Sorten wie Kürbis, Kohl, Rote Beete und Co. Die zweite Hauptrolle spielen Kräuter.

„Nichts wegwerfen, aus Resten kochen“ lautet der Titel der Veranstaltung am 24. November.

Gemeinsam zaubern die Teilnehmer aus ihren mitgebrachten Resten leckere Gerichte

und entdecken dabei, dass Pfannkuchen, Suppen und Aufläufe in Sachen Resteverwertung echte Multitalente sind. Um „Lokales Kochen – Rezepte aus Bremen“ geht es am 1. Dezember. Von

Quarkstollen bis Bremer Kinderkekse: Es wird lokal und weihnachtlich gebacken.

Informationen und Anmeldeöglichkeiten finden Interessierte unter www.moebellagernord.de/workshop RED



Im Kurs „Kochen mit Gemüse und Kräutern“ liegt der Fokus auf Saisonalem.

SYMBOLFOTO: FR

Damerow Spezial

Bremen-Aumund
 Meinert-Löffler-Straße 6-12
 Tel.: (0421) 8981 77 30

Markt-Öffnungszeiten:
 Mo. - Sa. 7-21 Uhr

Angebote gültig bis Samstag, 04.11.2023

Aus unserer heißen Theke am Bremer Brotladen:

frisch in unserer Fleischabteilung gekocht, Verkauf von 11.00 - 15.00 Uhr

Serviervorschlag

Hähnchenschenkel 2⁵⁰

Serviervorschlag

Schweinehaxen 5⁰⁰

Montag: Frikadellen 1⁰⁰

Aus unserer heißen Theke am Bremer Brotladen:

frisch in unserer Fleischabteilung gekocht, Verkauf von 11.00 - 15.00 Uhr

Serviervorschlag

Mittwoch: Lachsfilet 9⁹⁰

mit einer Honig-Senf-Sauce und mediterranen Reis und kleiner Salatbeilage Portion

Serviervorschlag

Freitag: Grünkohl 8⁹⁰

mit Kartoffeln, Pinkel, Kochwurst und Kasselerlachs Portion

Serviervorschlag

Samstag: selbst gemachte Hühnersuppe 3⁹⁰

Portion (0,5l)

AKTION

DIE TAFELN
 Essen, wo es hingehört

Freitag, 03. November von 10 - 13 Uhr und 16.00 - 19.00 Uhr
 und Samstag, 04. November von 9.00 - 15.00 Uhr

BREMER SCHWEIZ

Sehr verehrte Kunden,
 mit dem Kauf und der Spende eines Produktes während dieser Aktion unterstützen Sie die TAFELN und damit die Bedürftigen aus Schwanewede und HB-Nord.

Benötigt werden vor allem Zucker, Salz, Reis, Kaffee, Tee, Kakao, Konserven, Süßigkeiten, H-Milch, Konfitüre, Cerealien (z. B. Corn Flakes oder Müli) sowie alkoholfreie Getränke und lange haltbare und problemlos lagerfähige Lebensmittel.

„Regional und direkt - Abholung der Spenden durch die Schwaneweder Tafel“ und die „Nordbremer Lebenshilfe“

DAMEROW

DANKE
 für Ihre Spende!

Damerow

Kleines Genuss-Festival

am 03.11.2023 von 10:00 - 17:00 Uhr
 und am 04.11.2023 von 10:00 - 17:00 Uhr
 unterm Kuppelzelt auf unserem Parkplatz

Damerow's Genussstrawurst

Bremer Knipp Crätzwurst regionale Spezialität

Cyros mit Zaziki

Cyros Pita mit Krautsalat und Sauce im Brötchen