

**DER
OELMANN®**
Ölwechsel
ab € 39.⁹⁰
zzgl. Filter
ohne Termin
30855 Langenhagen
Hannoversche Str. 52
☎ (05 11) 5 19 34 81
www.deroelmann.de

LANGENHAGENER ECHO

76. Jahrgang / Sonnabend, 5. Juli 2025

für ein schönes
Wochenende

The coat of arms of the municipality of Langen, featuring a red shield with a yellow lion rampant.

HOPPE
HÖRGERÄTE GNBH

*...wieder hören
macht Spaß!*

Walsroder Str. 62
 frei über
Godshorner Str.
Tel. 0511/20 20 528

www.hoppe-hoergeraete.de

SILIKON FUGEN

vom Fachmann seit 35 Jahren

der fuger GmbH

Lohkamp 44a | 30855 Langenhagen
Tel.: 0511/7852460
Fax: 0511/7852461

www.derfuger.de *Wir erledigen
auch Kleinaufträge*

Wir erneuern auch gerissene
und schimmelige Silikonfugen

Mit coolen Requisiten und Sommeraccessoires

LANGENHAGEN (OK). Von Montag, 7., bis Sonnabend, 12. Juli, bietet das CCL vor dem Brunnen im Erdgeschoss allen Kindern eine fantastische Möglichkeit, ihre Sommerferien noch kreativer zu gestalten! Täglich (Montag- Sonnabend) von 12 bis 18 Uhr können die kleinen Gäste in der Fotobox mit coolen Requisiten und Sommeraccessoires unvergessliche Fotos schießen. Das Beste: Das Foto wird live ausgedruckt und kann direkt mitgenommen werden! Nach dem Fotoshooting können die Kids ihr Bild selbst in ein Passepartout einfügen und es mit sommerlichen Bastelmaterialeien nach Lust und Laune dekorieren.



Die Fotobox steht in der nächsten Woche für Schnappschüsse nach Wahl bereit. Foto: privat

„Wenn LKWs vorbeidonnern, klappert das Geschirr“

Tempo 30 für Walsrode Straße erwünscht, Beratung zeigt Kompromiss auf

KRÄHENWINKEL (JAR). Die Walsroder Straße ist stark beschädigt, der Lärmpegel hoch – und für viele Anwohner längst zur Belastung geworden. Die CDU im Ortsrat Krähenwinkel forderte deshalb Tempo 30 auf der gesamten Ortsdurchfahrt – zumindest so lange, bis die Fahrbahn vollständig saniert ist. Die CDU beruft sich in ihrem Antrag auf den aktuellen Lärmaktionsplan der Stadt Langenhagen.

Darin heißt es sinngemäß, dass sich kaum eine andere städtische Straße in einem so schlechten Zustand befinde wie die Walsroder Straße in Krähwinkel. Und dass es deshalb auch viel zu laut sei. „Wenn LKWs vorbeidonnern, klappert das Geschirr in den Küchenschränken“, berichtet CDU-Ratsherr Jan Hülsmann jüngst im Verkehrs- und Feuerschutzausschuss.

Zudem sieht die CDU im Ortsrat die Sicherheit von Schulkindern gefährdet. An der Strecke gibt es keine gesonderten Haltebuchten für Busse, die daher direkt auf der Fahrbahn halten müssen. Laut den Politikern würden diese Busse regelmäßig mit hoher Geschwindigkeit im Gegenverkehr überholt – eine Situation, die gefährlich für wartende oder einsteigende Kinder werden könnte. Der Ortsrat hatte die Initiative der CDU beschlossen.

Im Verkehrsausschuss gab es weitere Informationen. Die Stadt-



Vorübergehend: Wegen einer Baustelle auf der Walsroder Straße in Krähenwinkel ist aktuell nur Tempo 30 erlaubt. Foto: Katerina Jarolim-Vormeier

verwaltung sieht keine rechtliche Möglichkeit, flächendeckend Tempo 30 anzuordnen. „Es gibt dort keine Schule, Kindergarten oder sonstige Einrichtungen, was uns die rechtliche Handhabe geben würde, die Straße auf Tempo 30 zu reduzieren.“

Das ist nach aktueller Rechtslage der Straßenverkehrsordnung schlicht und ergreifend nicht möglich“, sagt Ordnungsamtsleiter Boris Ehrhardt. Er erläutert zudem, dass auf der Straße „sicherlich Lastverkehr, aber kein Schwerlastverkehr“ unterwegs sei.

Auch der Lärmaktionsplan, auf den sich die CDU in Krähenwinkel beruft, biete keine ausreichende Grundlage, ergänzt Anette Me-

cke, Leiterin der städtischen Abteilung Verkehr und Straßenbau. Die im Antrag genannte Begründung auf Basis des Lärmaktionsplans trage nicht. Die Bebauung sei zu locker und nicht zu hoch, weswegen Tempo 30 aus Lärmschutzgründen nicht ausgewiesen werden könnte.

Zudem sei die Fahrbahn nicht durchgängig in einem schlechten Zustand, was Tempo 30 rechtfertigen könnte. „Die meisten Straßenschäden haben wir im Abschnitt nördlich der Friedensallee bis zur Heinrich-Hagemann-Allee“, erläutert Mecke. Eine Ausweitung auf den gesamten Bereich bis zur Wagenzeller Straße sei hingegen nicht möglich. „Dort haben wir die Straße zwi-

schenzeitlich wieder verkehrssicher gemacht.“ Südlich der Friedensallee im Bereich der Eichstraße würde es ebenfalls keine rechtliche Grundlage für ein Tempolimit geben.

Nach intensiver Diskussion konnte sich der Ausschuss dennoch auf einen Kompromiss einigen: Der Änderungsantrag sieht nun vor, Tempo 30 auf dem besonders geschädigten Teilstück nördlich der Friedensallee bis zur Heinrich-Hagemann-Allee bis zur vollständigen Sanierung der Fahrbahn einzurichten. In dem Bereich ist durch eine Baustelle bereits heute eine Geschwindigkeitsbegrenzung eingerichtet. Der Änderungsantrag wurde einstimmig angenommen.



Die Malermeister Jan und Marco Kauroff freuen sich auf Ihren Anruf!

- ◆ Maler- und Tapezierarbeiten
- ◆ Senioren-Renovierservice
- ◆ Bodenbelagsarbeiten

Kauroff Malereibetrieb GmbH
Niedersachsenstr. 32 B
30853 Langenhagen
☎ 0511-77 12 22 · www.kauroff.de



LEINE
APOTHEKE

vor Ort:
Leine-Center Laatzen
Hauptbahnhof Hannover
Ernst-August-Galerie Hannover
Misburg · Waldstraße 1

Neu:
Kronsrode · Kattenbrookstrift 163

online: www.LeineApotheke.de
Code „**SOMMER**“.

Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen!

SOMMER-COUPON

20%

Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.

Gültig bis 31.08.25

Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Bücher, Rezepturen und unsere Sonderangebote. Nicht kombinierbar mit anderen Coupons oder Aktionen.

75 Jahre

2-Rad Krüger

Seit 1939 Spezialist seit über 75 Jahren

Sei nicht RADLOS, komm zu uns!

Jetzt für die Ferien!

kaufen o. mieten!

Fahrradträger von **uebler**

Walsroder Straße 141 • 30853 Langenhagen • Tel. 0511 - 738047
Di. – Sa. 9 – 13 Uhr • Di. – Fr. 14 – 18 Uhr • **Mo. geschlossen**

Partyservice Veranstaltungsservice Mittagstisch	30851 Langenhagen Hindenburgstraße 19 Tel. 73 44 52	Fleischerei 
www.fleischerei-riedel.com facebook.de/FleischereiRiedel		
<h2 style="margin: 0;">Angebote ab Donnerstag, 10.07.2025</h2>		
<p>„Superangebot“</p> <p>Schweineschnitzel aus der Oberschale 100 g - .77 €</p> <p>Schweinegeschnetzeltes „Gyros Art“ 100 g 1.18 €</p> <p>Kasselerbratenaufschnitt „mager und saftig“ 100 g 1.58 €</p> <p>Mortadella auch mit Pistazien 100 g 1.18 €</p> <p>Pfeffersäckchen fein und grob 100 g 1.08 €</p> <p>Bouillonwürstchen 100 g 1.08 €</p> <p>Fleischsalat auch mit Apfel-Zwiebel 100 g 1.08 €</p>		
<h2 style="margin: 0;">Angebote ab Montag, 14.07.2025</h2>		
<p>Aus der heißen Theke:</p> <p>grober Fleischkäse 100 g 1.28 €</p> <p>frische Schweinekoteletts 100 g 1.08 €</p>		




Die Nutzung der
Badewanne und
Dusche wird immer
 schwieriger?

Wir **können** helfen!





Ausstellung: Termine nach Absprache.
 Pechriede 4 - 30900 Wedemark
 E-Mail: info@duschenausglas.com
www.strausseduschen.de

☎ 05130-95 32 11

Strauß - Duschen aus Glas GmbH & Co. KG
 mit den Geschäftsbereichen und Tochterunternehmen

Notfall-Türöffnung
(24 Stunden erreichbar)
Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten
Sie 10 % Rabatt im Geschäft

Service-Hotline
0511 74 30 30 30
www.ernsthaeuser.de

NOTDIENSTE

NOTRUF

Polizei: Tel. 110
Feuerwehr/Rettungsdienst: Tel. 112
Krankentransporte Region Hannover: Tel. (0511) 1 92 22
Polizeikommissariat Mellendorf: Tel. (05130) 97 70
Ärzte-Notdienst: bundesweite Rufnummer 116 117
Giftinformationszentrum-Nord: Tel. (0551) 1 92 40
Zahnärztl. Notdienst: Tel. (0511) 31 10 31
Tierärztl. Notdienst: 5.7./6.7.: Dr. Corinna Kröly, Bahnhofstraße 12, Wedemark-Bissendorf, Tel.: (05130) 37 20 10

APOTHEKEN

► **Hinweis:** Die Apothekerkammer Niedersachsen informiert, dass ab dem 1. Januar 2025 keinen gedruckten Notdienstpläne mehr für Apotheken zur Verfügung gestellt werden. Online ist jeweils tagesaktuell abzurufen, welche Apotheke dienstbereit ist: www.apothekerkammer-nds.de oder www.aponet.de.

RAT UND HILFE

Kinderärztliche Notfallambulanz auf der Bult: Tel. (0511) 81 15-33 00
Gemeindeverwaltung Wedemark: Tel. (05130) 5 81-0
Bauhof nach Dienstschluss: Mo. bis Fr. bis 22 Uhr, Sa., So., Feiertag 7-22 Uhr, Tel. (0172) 4 39 79 21
Störung bei Abwasserbeseitigung: Tel. (01520) 9 38 68 70
Störungs-Nr. Avacon AG: Strom: Tel. (0800) 0 28 22 66 Gas: Tel. (0800) 4 28 22 66
Wasserverband Garbsen-Neustadt: Tel. (05137) 8 79 90
Wasserverband Nordhannover: Tel. (05139) 80 78-0
Kinder- und Jugendtelefon: (Freecall) Tel. (0800) 1 11 03 33
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Wedemark: Tel. (05130) 37 74 07
Weisser Ring: Hilfe für Kriminalitätsopter Tel. (05101) 5 82 42

GOTTESDIENSTE

► **Ev.-luth. Elisabethkirche Langenhagen,** So., 6.7., 10 Uhr: Gottesdienst, Vikar Til-Maarten Schlage
► **Ev.-luth. Elia-Kirche Langenhagen,** So., 6.7., 10 Uhr: Gottesdienst mit Kindergottesdienst und Hl. Abendmahl, P. M. Gommlich
► **Ev.-luth. Emmauskirche Langenhagen,** So., 6.7., kein Gottesdienst, 10 Uhr: Verabschiedung der KiTa-Schulis in der Martinskirche
► **Ev.-luth. Martinskirche Engelbostel,** So., 6.7., Verabschiedung der KiTa-Schulis, P. Klöcker, Pr. Kiese
► **Ev.-luth. Matthias-Claudius-Kirche,** So., 6.7., 10 Uhr: Gottesdienst
► **Ev.-luth. St.-Paulus-Kirche,** So., 6.7., 10 Uhr: Abendmahl, P. Dr. Foerster, L. Hartwig

Ophelia Beratungszentrum für Frauen und Mädchen mit Gewalterfahrung e.V.: Kastanienallee 10, 30851 Langenhagen, Tel. (0511) 7 24 05 05, Öffnungszeiten: Mo. bis Do. von 9-16 Uhr, Fr. 9-12 Uhr.

Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch von Kindern und Jugendlichen: Region Hannover Tel. (0511) 61 62-21 60

Elternschule: Beratung, Austausch und Schulung für Eltern, Kostenfreie Sprechstunde Mo. 10-12 Uhr, Tel. (05130) 5 86 44 41

Lebensberatungsstelle Burgwedel, Isernhagen und Wedemark: Tel. (05139) 89 28 28

Lebensberatungsstelle Langenhagen: Tel. (0511) 72 38 04

Hospizverein Langenhagen e.V.: Langenhagen, Walsroder Straße 65, Tel. (0511) 9 40 21 22, info@hospiz-langenhagen.de

Ambulanter Hospizdienst Burgwedel – Isernhagen – Wedemark: Burgwedel, Auf dem Amtshof 3, Tel. (05139) 9 70 34 31

Senioren- und Pflegestützpunkt Nord: Ostpassage 11, 30853 Langenhagen, SPN.Nord@region-hannover.de, Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8.15-12 Uhr, Mo. 13-16 Uhr, Do. 15-18 Uhr, Tel. (0511) 70 02 01 20

Suchtberatung: Freie Selbsthilfegruppe Bissendorf bei Alkohol- und Suchtkrankheiten, Mo. 19-21 Uhr, Nebenräume MZW Halle, Tel. (05130) 95 40 25

Anonyme Alkoholiker: Kontakttelefon (05130) 92 55 69

Psychosozialer/Psychiatrischer Krisendienst in der Region und der Landeshauptstadt: Podbielskistraße 168, Fr. 15-20 Uhr, Wochenende/Feiertage 12-20 Uhr, Tel. (0511) 30 03 34 70

Sozialpsychiatrische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und deren Familien der Region Hannover: Mo. bis Do. 9-15 Uhr, Fr. 9-12.30 Uhr, E-Mail: beratungsstelle.kjp@region-hannover.de, Tel. (0511) 61 62 65 35

Ärztlicher Notdienst für Soldaten: Sanitätszentrum Hannover, Tel. (0511) 67 83-35 12

Jobcenter f. d. Wedemark Großburgwedel, Rathausplatz 3, Tel. (05139) 99 42-0

► **Ev.-luth. Kirche Zum Guten Hirten Godshorn,** So., 6.7., kein Gottesdienst, 10 Uhr: Verabschiedung der KiTa-Schulis in der Martinskirche
► **Evangelisch-Freikirchliche Josua-Gemeinde Langenhagen,** So., 6.7., 10 Uhr: Gottesdienst
► **Freie evangelische Gemeinde Kaltenweide – international –**, So., 6.7., 11 Uhr: Gottesdienst mit Kindertreff
► **Familienkirche Langenhagen, Walsroder Straße 88,** So., 6.7., 10 Uhr: Gottesdienst
► **Katholische Liebfrauenkirchengemeinde Langenhagen,** Sa., 5.7., 18 Uhr: Hl. Messe, Liebfrauenkirche; So., 6.7., 11 Uhr: Hl. Messe, Zwölf-Apostel-Kirche

Öffentliche Bekanntgabe
der Energie-Projektgesellschaft Langenhagen mbH (EPL)
Walsroder Straße 125, 30853 Langenhagen, Tel.: (0511) 22 06 01 – 0

Anpassung der Nahwärmepreise im Weiherfeld zum 01. Juli 2025
gültig vom 01. Juli 2025 bis 30. September 2025

Die EPL passt gemäß der gültigen „Versorgungsbedingungen für die Versorgung mit Nahwärme im Weiherfeld-VVNW“ zum 01.07.2025 die Nahwärmepreise an:

	netto		brutto (19 %)
Jahresleistungspreis LP	62,98	€/kW	74,95 €/kW
Nachlass auf den Jahresleistungspreis LP	15,38	€/kW	18,30 €/kW
Jahresleistungspreis LP angewendet	47,60	€/kW	56,65 €/kW
Arbeitspreis AP	12,945	Ct./kWh	15,405 Ct./kWh
Nachlass auf den Arbeitspreis AP	1,088	Ct./kWh	1,295 Ct./kWh
Arbeitspreis AP angewendet	11,857	Ct./kWh	14,110 Ct./kWh

EPL gewährt einen Preisnachlass auf den Jahresleistungspreis in Höhe von 15,38 €/kW netto bzw. 18,30 €/kW brutto (19% USt.). Zusätzlich gewährt EPL einen Nachlass auf den Arbeitspreis in Höhe von 1,088 ct/kWh netto bzw. 1,295 ct/kWh brutto (derzeit 19% USt.). Der Nachlass auf den Jahresleistungspreis wie auch der Nachlass auf den Arbeitspreis ist eine außervertragliche Leistung der EPL. Ein Anspruch auf dauerhafte Gewährung besteht daher nicht.

Zusätzlich werden Verrechnungspreise gemäß der jeweils aktuellen Preisliste erhoben. Eine Erläuterung zur Preisanpassung, die aktuelle Preisliste sowie die Versorgungsbedingungen können in unserer Geschäftsstelle eingesehen oder auf unserer Website www.epl-energie.de entnommen werden.

<https://www.epl-energie.de/service/downloads-weiherfeld/liste/preise-weiherfeld/>

Langenhagen, den 25.06.2025

Standortübungsplatz HANNOVER

Das Betreten des Standortübungsplatzes Hannover nördlich der Autobahn A2 ist nur mit Berechtigungsausweis sowie außerhalb von Übungszeiten gestattet. Jeder Übungsbetrieb wird durch rote Flaggen am Flaggenmast angezeigt. Der Standortübungsplatz ist ein „**Militärischer Sicherheitsbereich**“ und als solcher durch Schilder gekennzeichnet. Das Betreten außerhalb der Übungszeiten geschieht auf eigene Gefahr; für Personen- und Sachschäden übernimmt der Bund keine Haftung. Verboten ist das Berühren und Aneignen von Fundsachen (Lebensgefahr bei Munition und Munitionsteilen). Auf die zusätzliche Beschilderung der Nutzungseinschränkung an den Hauptzugängen wird hingewiesen. Zuwiderhandlungen werden verfolgt.

Der Standortälteste Hannover

Von Auto angefahren: 88-Jährige stirbt

LANGENHAGEN (PAH). Eine 88-jährige Radfahrerin ist am Mittwochabend, 25. Juni, nach einem Unfall in Langenhagen gestorben. Wie die Polizei mitteilte, stürzte die Frau auf der Kreuzung Bothfelder Straße/Schönfelder Straße, nachdem ein Autofahrer sie angefahren hatte. Die Ermittler suchen jetzt Zeugen, um den genauen Hergang zu rekonstruieren.

Der Unfall ereignete sich laut Polizeisprecher Patrick Kliesch gegen 19.30 Uhr. „Der 38 Jahre alte Passat-Fahrer aus Hameln war auf der Bothfelder Straße Richtung Langenhagens Innenstadt unterwegs“, sagte Kliesch. Zur selben Zeit wollte demnach die 88-Jährige die Fahrbahn aus der Schönfelder Straße kommend überqueren.

Als der 38-Jährige auf Höhe der Kreuzung zur Schönfelder Straße war, querte ein weißer SUV von der Schönfelder Straße bei Grün die Kreuzung. Nachdem der

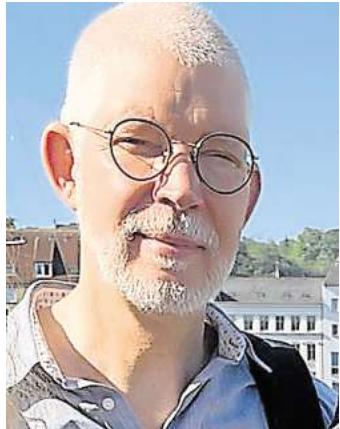
Wagen weg war, setzte der VW-Fahrer seine Fahrt laut Polizei fort. Dabei kam es zur Kollision mit der 88-jährigen Radfahrerin, die gerade die Bothfelder Straße auf der dortigen Fahrradfurt überquerte.

Nach Polizeiangaben besteht der Verdacht, dass der Mann im VW möglicherweise bei Rot fuhr. Der 38-Jährige traf die Seniorin, diese stürzte und wurde lebensbedrohlich verletzt. Der Rettungsdienst brachte die Frau laut Kliesch zwar noch in die Medizinische Hochschule Hannover (MHH), doch dort verstarb die Langenhagenerin schließlich.

Jetzt ermittelt die Polizei gegen den VW-Fahrer wegen fahrlässiger Tötung. Die Unfallkreuzung blieb zur Spurensicherung bis etwa 22.40 Uhr gesperrt. Gleichzeitig bittet der Verkehrsunfalldienst mögliche Zeugen um Hinweise – insbesondere den Fahrer oder die Fahrerin des SUV. Die Beamten sind erreichbar unter Telefon (0511) 1091888.

QUER GEDACHT

Was nehme ich mit...?



Michael Habel. Foto: privat

pel auf grün – schwupp sind sie weg. Ich mag's dagegen gerne ruhiger und so höre ich NDR Kultur. Für meine Tochter ein Grund, das Radioprogramm sofort zu ändern. Auf diesem beschriebenen Sender wurde ein Buch vorgelesen, welches ich auf der Bestsellerliste wiederfand (Halbinsel von Kristine Bilkau) und mich sehr faszinierte, weil es ein Buch der Generationen ist, ruhig geschrieben und

Das ECHO erhalten Sie jetzt aus Zeitungsboxen

LANGENHAGEN (OK). Die Langenhagenerinnen und Langenhagener haben ab sofort eine neue zentrale Anlaufstelle, an der das ECHO in gedruckter Form bereitsteht. Die traditionsreiche Wochenzeitung, die es schon seit 75 Jahren gibt, liegt jetzt in zwei Zeitungsboxen im markanten ECHO-Grün aus. Diese sind im Erdgeschoss des Einkaufszentrums neben dem Obststand und dem Presso-Kiosk zu finden. Zugreifen ist natürlich ausdrücklich erlaubt, aber es wird darum gebeten, den Platz aufgeräumt und ordentlich zu hinterlassen. Vor allem bittet der Verlag auch darum, ungewünschte Beilagen nicht zurück in die Zeitungsboxen zu werfen, sonst wird's in diesen schnell unübersichtlich.

Vielen Dank im Voraus! Im Laufe der nächsten Zeit werden vier weitere Zeitungsboxen im Langenhagener Stadtgebiet aufgestellt, weitere Informationen erhalten Sie in den kommenden Wochen.

ECHO-Redakteur Oliver Krebs zeigt, wo die traditionsreiche Wochenzeitung jetzt zu finden ist.

Foto: Christian Tipl

Verabschiedung der Vorschulkinder

ENGELBOSTEL. Die evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Engelbostel-Schulenburg lädt für Sonntag, 6. Juli, herzlich ein zum Familiengottesdienst in die Martinskirche. In diesem Gottesdienst werden die Kinder aus der evangelischen KiTa Engelbostel verabschiedet, die nach den Sommerferien in die Schule kommen. Für diesen großen Schritt und ihren weiteren Lebensweg wird ihnen im Gottesdienst der Segen zugesprochen. Der Gottesdienst beginnt um 10 Uhr.

IMPRESSUM
EXTRA Verlagsgesellschaft mbH

Erscheinungsweise: wöchentlich sonnabends

Verantwortlich für den Anzeigenteil: Patrick Bludau

Redaktion: Redaktionsleitung: Carsten Bergmann
Redaktion Langenhagen, Wedemark und Schwarmstedt: Oliver Krebs (ok)

E-Mail: redaktion@langenhagener-echo.de
redaktion@wedemark-echo.de

Weder wird für Satzfehler im Anzeigen- oder Textteil Haftung übernommen noch für eingesandte Artikel oder Fotos. Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor.

Zustellung: WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH, August-Madsack-Straße 1, 30559 Hannover

Unter www.extra-verlag.de können Sie uns ganz einfach mit zwei Klicks melden, wenn Sie die Zeitung nicht bekommen haben.

z.Zt. gültige Preisliste unter mediadaten.online

verteilte Auflage: 49.700 Exemplare

Redaktions- und Anzeigenschluss: jeweils Mittwoch 16 Uhr

Verlagsanschrift: 30853 Langenhagen, Marktplatz 5 im CCL
E-Mail: service@wedemark-echo.de
service@langenhagener-echo.de
Telefon: (0511) 973 66 35

BVDA

Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

Druck: Schweiger & Pick Verlag, Celle

Wir weisen darauf hin, dass die von uns gestalteten und gesetzten Anzeigen und Texte nur mit Genehmigung für andere Druckerzeugnisse (auch auszugsweise) nachgedruckt oder reproduziert werden dürfen.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis » bitte keine kostenlosen Zeitungen « an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

www.extra-verlag.de

485/7301_002625

Ein letztes Mal: die Jazz Matineen Langenhagen

Immer sonntags um 11 Uhr im Rathausinnenhof

LANGENHAGEN (GSS). Nicht nur die Langenhagener und Hannoveraner freuen sich jedes Jahr über die Jazz Matineen im Innenhof des Rathauses Langenhagen. Das Event besitzt absoluten Kultcharakter und zieht jährlich an acht oder neun aufeinanderfolgenden Sonntagen tausende von Besuchern an. Zu Recht, denn hier kann man nationale und internationale Topkünstler in familiärer Atmosphäre genießen und das umsonst und draußen. Zur diesjährigen 34. Ausgabe hat Horst-Dieter Soltau, der Vorsitzende des Vereins Cultour & Co., mit seinem Team wieder großartige Künstlerinnen und Künstler ins Boot geholt. Aber es werden auch die letzten Jazz Matineen sein. Der Verein wird sich im Anschluss an die Veranstaltungen auflösen, eventuelle Überschüsse werden karitativen Zwecken gespendet.

Aber schauen wir uns das Programm genauer an. Die Konzerte beginnen jeden Sonntag um 11 Uhr im Innenhof des Rathauses Langenhagen (Marktplatz 1). Am 6. Juli werden die Sundown Skiffles aus Bremerhaven für Stimmung vor der Bühne sorgen. Sie



Die Singin' Birds kommen am 27. Juli in den Rathausinnenhof. Foto: Maja Peryga

präsentieren neben traditionellen Skiffle-Stücken bekannte Oldies der 60er und 70er Jahre auch in plattdeutscher Sprache, musikalisch neu definiert, druckvoll mit Waschbrett, Piano, Gitarre, E-Bass und mehrstimmigem Gesang. Am 13. Juli wird es international mit der Metropolitan Jazzband & Eva Emingerová. Die Band aus Tschechien besticht durch perfekt arrangierte Bläser-

sätze; Vorbilder sind die schwarzen Jazzmusiker der 30er Jahre wie Louis Armstrong, Duke Ellington, Joe King Oliver oder Jonny Hodges. Aus den Niederlanden kommt am 20. Juli die Oriental Jazzband. Sie spielen die swingende Musik aus New Orleans mit einer persönlichen und einzigartigen Note. Gäste aus Polen werden am 27. Juli in Langenhagen erwartet. Die Singin'

Birds lassen den Gesangsstil der beliebtesten US-amerikanischen Girl-Group im Jazz- und Popbereich – den Andrews Sisters – wieder aufleben.

Am 3. August wird eine der angesagtesten Jazz- und Swing-Bands Europas auftreten. Joe Wulf and the Gentlemen of Swing werden das Publikum begeistern. Am 10. August lässt das Hot Jazz Orchestra den Jazz und Swing der goldenen 20er und 30er Jahre wieder auferstehen. Am 17. August kommt die Jazz Connection aus Breda. Das Ensemble gilt als Nummer 1 Jumpin' Jive Band der Niederlande. Das letzte Konzert der Jazz Matineen Langenhagen bestreitet am 24. August das Don Lázi Swingtett aus Ungarn. Trompeter, Entertainer und Sänger Don Lázi gilt als der ungarische Godfather des Swing und ist gemeinsam mit seiner Band ein Garant für erstklassige Unterhaltung und sicherlich ein krönender Abschluss.

AWO genießt Spargel

Ortsverein Engelbostel-Schulenburg unterwegs

ENGELBOSTEL/SCHULENBURG. Bei bestem Wetter fuhr die AWO Engelbostel-Schulenburg zum Spargelessen nach Kirchdorf. Los ging es um 10.30 Uhr an den bekannten Abfahrtsstellen, so dass die Gruppe pünktlich um 12 Uhr zum Spargelessen in Kirchdorf eingetroffen ist.

Auf dem Thiermann Hof war alles perfekt vorbereitet. Es gab am Büffet Spargelsuppe, verschiedene Spargelsalate, Spargel mit Schnitzel, Huhn, Schinken und Rührei und den entsprechenden Soßen, so viel wie jeder essen mochte. Und das Dessert, natürlich mit Erdbeeren, zum Abschluss war auch köstlich.

So gestärkt ging es mit dem Bus weiter nach Steinhude. Hier konnten alle nach ihren Bedürfnissen spazieren gehen, den Blick auf das Steinhuder Meer genießen, oder bei Kaffee und Eis eine Pause einlegen. Satt und zufrieden ging es dann zurück nach Engelbostel und Schulenburg.



Die AWO Engelbostel-Schulenburg genoss den Spargel auf dem Hof Thiermann. Foto: privat

1.500
GRATIS
Parkplätze

So lustig

MACH DEIN SOMMER-FERIEN-FOTO

7.-12.7., 12-18 Uhr
Fotos mit Requisiten
schießen und Foto-
rahmen basteln

CCL
CITY CENTER
LANGENHAGEN

Shoppem•Parken•So einfach

Jetzt
alzeit-
hoch

OHNE
Termin
verkauften

JUWELIER COHRS

Machen Sie Ihr Gold zu Geld! Bei
uns zum Höchstpreis verkaufen.

Gold | Silber | Platin | Zinn
Schmuck | Juwelen | Diamanten |
Silberbesteck | Zahngold (auch mit Zahn)
Bruchgold | Altgold | Münzen |
Barren | Erbschaften | Luxusuhren

2x in Hannover
Juwelier Cohrs Edelmetall GmbH
Bahnhofstr. 3 und Schillerstr. 33
Telefon & WhatsApp 0511/2157937
www.juwelier-cohrs.de

MIX
Markt

Angebote gültig ab Montag 07.07. bis Samstag 12.07.2025*

<div>Schweinenacken ohne Knochen 1 kg 7.29</div>	<div>Schweineschulter wie gewachsen 1 kg 4.29</div>	<div>Schweine-Bauch wie gewachsen 1 kg 4.99</div>	<div>Schweineoberschale 1 kg 7.99</div>
<div>Marinierte Schälrippen vom Schwein 1 kg 4.99</div>	<div>Marinierte Holzfallersteaks aus der Schweine-Schulter 1 kg 4.79</div>	<div>Marinierter Schaschlik vom Schweinenacken 1 kg 7.99</div>	<div>Schweinenacken mariniert ohne Knochen in Scheiben 1 kg 7.99</div>
<div>Frischer Lachs 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 11,-</div>	<div>Frischer Wels 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 6.99</div>	<div>Frische Garnelen 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 12,-</div>	<div>Frische Flunder 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 3.99</div>
<div>Einlegegurken 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.79</div>	<div>„Sweet Pink“ Tomaten 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.79</div>	<div>Akazienhonig mit Wabenstück 500 g Gl., 1 kg = 12,98 6.49</div>	<div>Blütenhonig 450 g Gl., 1 kg = 8,87 3.99</div>
<div>Wassermelonen 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 0.89</div>	<div>Osbekische Honigmelonen 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.79</div>		

*Alle Artikel solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Preise sind in Euro incl. MwSt. Abgabe in handelsüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Diese Angebote gelten nur in den nachfolgenden werbenden Märkten:

Mo-Fr 09:00 - 19:00
Sa 09:00 - 18:00

Mix Markt 18 OHG
Vahrenheider Markt 6
30179 Hannover-Vahrenheide

Mo-Fr 09:00 - 19:00
Sa 09:00 - 18:00

Mix Markt 122 OHG
Lange Weihe 65
30880 Laatzen

Mo-Fr 09:00 - 19:00
Sa 09:00 - 19:00

Mix Markt Hannover
Inhaber: Dmitri Kuschlyu
Schierholzstr. 128
30655 Hannover

Sonja
Vorwerk-Gerth

GmbH

Ambulanter Pflegedienst
Dementenwohngemeinschaften

Wir pflegen anders –
mit HERZ und
VERSTAND!

Kastanienallee 6 · 30851 Langenhagen
Tel. 05 11 - 768 46 75 · Mobil 0172 - 510 20 76
www.vorwerk-gerth.de

33 JAHRE
Ihr kompetenter
Schwerbesserer u.
Kontaktlinsenspezialist
auch bei Altersweitsichtigkeit.

oculi

аарun sop
Contact-Linsen & Brillen-Studio

Komfort-Gleitsichtbrille 279 €
Freeform-Gleitsichtgläser mit ausgewogenen Sehbereichen, Kunststoff gehärtet
& superentspiegelt
Tauschprämie 100 € Rabatt
für Ihre alte Brille beim Kauf einer Gleitsichtbrille mit Premiumgläsern

0 % Brillen- und Kontaktlinsenfinanzierung

30853 Langenhagen · Walsroder Straße 154 · (kostenlose Kundenparkplätze)
Tel. (0511) 9 73 45 35 · www.oculi-kontaktlinsen.de

TEAM
STUBENREIN

WIR
ENTRÜMPELN
RICHTIG!

STUBENREIN MACHT ´S BESENREIN

Ihr Dienstleister für Entrümpelungen,
Haus-, Wohnungs- und Büroauflösungen

■ kostenfreie Beratung und individuelle Angebotserstellung
■ faire Wertanrechnungen
■ schnell & diskret
■ bestes Preis- und Leistungsverhältnis

Kontaktieren Sie uns – wir lassen Sie
nicht allein!

www.team-stubenrein.de
N. Zittier · Tel. 0157 37 27 69 46
E-Mail: info@team-stubenrein.de

WIR PACKEN ES AN!

ECHO

www.extra-verlag.de

Gymnasium Langenhagen feiert seine 130 Abiturienten

Von wegen „Mehr gepokert als gepunktet“: Vier Absolventen schaffen die Bestnote

LANGENHAGEN (CAR). „Mehr gepokert als gepunktet“ lautete das Motto des Abiturjahrgangs 2025 am Gymnasium Langenhagen. Doch diesem Motto wurden die Abiturienten ganz und gar nicht gerecht: Denn wie die Abschlussfeier am Freitag zeigte, hatten sie in den Prüfungen durchaus viele Punkte eingesammelt.

Mit einer kurzweiligen und teils bewegenden Abschlussfeier verabschiedete das Gymnasium seine insgesamt 130 Absolventen – und andersherum. Das Ergebnis dürfte die Familien der Abiturienten ordentlich stolz gemacht haben: Vier Schülerinnen und Schüler sicherten sich die Bestnote 1,0 auf dem Abiturzeugnis, weitere 32 brachten einen Notendurchschnitt mit einer Eins vor dem Komma mit nach Hause. Dass es nicht unbedingt auf den Notenschnitt, sondern auf die individuelle Leistung ankomme, betonte Schulleiterin Silke Kaune in ihrer Rede.

„Wissen zu erlangen, ist mitunter eine ernste Sache“, sagte Kaune. „Es geht darum, über den eigenen Horizont hinauszuschauen.“ Sie ermutigte die Absolventen, ihr Wissen zu teilen und Verantwortung zu übernehmen, nicht nur für sich selbst, sondern auch für ihre Mitmenschen und die Gesellschaft. Dass dieser Jahrgang das kann, hatten

die Klausuren gezeigt. „Spätestens in den Abiturprüfungen haben die Schülerinnen und Schüler richtig gekämpft“, so die Schulleiterin.

Das Abi-Motto nahmen auch die Abiturienten Lena Brausen und Malte Kruppa in ihrer Abschiedsrede in den Blick, in der sie ihre Schulzeit Revue passieren ließen. Sie überreichten ein von Abiturientin Hanni Dao gestaltetes Kunstwerk zum Abi-Motto, das die Unterschriften aller Absolventen trug.

Aber auch die anderen Programmpunkte konnten sich sehen lassen: Unvergessen bleibt wohl der Auftritt von Langenhagens Bürgermeister Mirko Heuer (CDU), der sich beim Lied „Ein Hoch auf uns“ nicht scheute, die Strophen zu singen.

Für die Lehrkräfte spannten Ute Neuhaus und Julia Luge den Bogen über verschiedene Generationen von Abiturienten, während die Abi-Band mit „A million dreams“ sowie Kimija Jalili mit Liszts Liebestraum und Simon Widjaja mit seinem Chopin-Vortrag das Publikum rührten.

Ob der gelungene Abi-Streich vom Donnerstag, die feierliche Entlassungsfeier oder der Abi-Ball am Abend, den Xenia Schamne und Malte Kruppa organisiert hatten: Die 130 Absolventen hatten sich jeden Moment des Feierns verdient nach



Abitur 2025: Das Gymnasium Langenhagen verabschiedet seine 130 Absolventen. Foto: Michael Brausen

der Anspannung der vergangenen Wochen. Das nächste Abenteuer kann beginnen.

DIE ABSOLVENTEN:

Chiara Abbey, Hanna Achberger, Sami Adigüzel, Taha Al-Neama, Jenin Al-Rawi, Naemi Baier, Ole Baumgart, Kai Behrendt, Michelle Bod, Liza Braemer, Daria Brase, Lena Brausen,

Kira Marie Brökelmann, Henri Bröker, Sophie Burgmüller, Civan Can Rizgar, Stella Castineira Maestu, Joshua Clieves, David Czepiel, Hanni Dao, Pelinsu Deniz, Irati Deperrest Azcarate, Charlotte Dusche, Valerie Egorov, Sophie Eisold, Jolina Endewardt, Felix Ericke, Joris Euscher, Caroline Alicia Fiege, Natalie Celina Fiege, Rubel Garcia, Meranda Elena Gentile, Luisa Georgi,

Tobias Georgi, Zana Ghazi, Alina Giebelmann, Marlon Gleichmann, Tim Gollatz, Leonie Görnitz, Simon Hagemann, Alissa Hahn, Lillian Hartge, Leonie Alica Hein, Alexander Hunger, Aram Ibrahim, Hidir Idrissou, Kimija Jalili, Isabelle Jänchen, Andjela Jovic, Mateja Jovic, Moritz Judycki, Julian Kallini, Marit Kappler, Anton Keding, Elissa Keskin, Sude-naz Keskin, Schanaz Khayri,

Schawaz Khayri, Elias Klar, Luna Klostermann, Maria Koanda, Chantal Kobus, Dorothee Kohne, Mobina Koushkestani, Sofia Krug, Malte Kruppa, Gabriel Kutlu, Salih Lalic, Janik Lehmeier, Finn Lemmer, Andrea Lopandic, Deniza Loshi, Quirin Leonhart Löw, Kimiko Mahnke, Tamino Markwort, Timon Markwort, Magdalena Martinovic, Lina Melis, Irida Methasani, Frederik Meuer, Charlotte Meyer, Vincent Miemietz, Nikita Misonow, Anastasia Mogort Arjona, Adina Möhle, Filina Su Mouratis, Pola Mularczyk, Aaron Müller-Matheis, Bjarne Sydney Nordmann, Betty Quiala, Joshua Rackisch, Lorenz Rädisch, Emilia Roch, Joseph Rockendorf, Peter Rainer Benedict Rollow, Marlene Rosenbohm, Maria Salim, Paula Sandhoff, Enya Sauer, Xenia Schamne, Leonie Scherf, Luca-Elias Schnehage, Till Schulze, Leon Senn, Nicole Marie Shcherb, Alan Sidik, Louis Skrabania, Luise Bettina Stadler, Erwin Startsev, Simon Stein, Bastian Sternau, Anthony Töpfer, Lissy Venrath, Magdalena Villwock, Thure Voßschulte, Jeremy David Wall, Jan Wallukat, Johann Wegner, Paul Wegner, Simon Widjaja, Daniel Wierzba, Seraphia Wolke, Arystian Zipper.

Mit einem Notendurchschnitt von 1,0 haben Natalie Fiege, Tobias Georgi, Maria Salim, Daniel Wierzba abgeschlossen.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Renommierete Experten warnen:

Schlafmittel nicht verteufeln

5 von 10 Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 7 von 10 Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf. Schädlich: Denn die so wichtige Tiefschlafphase ist essenziell für unsere Gesundheit. Chronischer Schlafmangel kann sich rächen, denn es können mehr Symptome auftreten als einfach nur Müdigkeit.

Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, wird im Alltag häufig mit unangenehmen Folgen zu kämpfen haben. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung von Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern. Viele Gründe also, sich mit der eigenen Schlafdauer und -qualität auseinander zu setzen.

Warum gut Einschlafen allein nicht ausreicht

Maßgeblich für einen erholsamen gesunden Schlaf ist vor allem die Qualität des Tiefschlafs. Denn: Nur während der



Tiefschlafphasen entspannt der ganze Körper und der Blutdruck fällt ab. Währenddessen stimulieren Hormone das Immunsystem. Sie gelten als unerlässlich für alle anfallenden Reparaturarbeiten des Körpers. Schlaf reguliert außerdem die Freisetzung von Hormonen, die den Stress regulieren oder das Wachstum der Muskeln, den Appetit und den Stoffwechsel steuern. Seit einiger Zeit ist zum Beispiel bekannt, dass gerade beim Abnehmen ausreichend Schlaf wahre Wunder wirken kann.¹

Die Anwendung von chemischen Schlafmitteln

Viele Betroffene scheuen jedoch die Verwendung von chemisch-synthetischen Schlafmitteln. Denn zum einen können chemisch-

synthetische Schlafmittel den Tiefschlaf reduzieren, worunter die Schlafqualität enorm leidet. Zum anderen fürchten sie die Abhängigkeit. Experten bestätigen, dass ein plötzliches Verzicht nach langjähriger Einnahme von entsprechenden Präparaten in ho-

hen Dosen zu körperlichen und psychischen Entzugserscheinungen führen kann.

Mit gutem Gefühl erholsam ein- und durchschlafen

Doch es gibt eine natürliche Lösung, die nicht nur das Ein-

schlafen erleichtert, sondern auch das Durchschlafen fördern kann³: Baldriparan – Stark für die Nacht – das pflanzliche Schlafmittel Nr. 1* in deutschen Apotheken. Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich in Studien belegt.² Baldriparan verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.³ Somit verursacht es keine Müdigkeit am nächsten Morgen und ermöglicht einen erholteten Start in den Tag.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan

Stark für die Nacht

(PZN 00499175)

www.baldriparan.de



¹ORF.at: Abnehmen im Schlaf leicht möglich. Online: <https://science.orf.at/stories/3211569> (zuletzt abgerufen am 26.09.2023) • ²Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–94; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • ³bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Jahrmarkt der Logistik

Zehn interaktive Stationen

LANGENHAGEN. Gemeinsam mit dem Bildungswerk Verkehrsgewerbe Niedersachsen (BVN) und der Straßenverkehrs-Genossenschaft Niedersachsen/Sachsen-Anhalt (SVG) hat „Logistik macht Schule“ am 26. Juni den Jahrmarkt der Logistik auf die Beine gestellt – mit dabei: 105 begeisterte Teilnehmerinnen und Teilnehmer!

An zehn interaktiven Stationen

entdeckten die Teilnehmenden die spannende Welt der Logistik entdecken – vom Kommissionieren über LKW fahren bis hin zur Routenplanung war alles dabei. Jede Station bot neue Einblicke in die vielseitigen Berufe der Logistikbranche.

Zum Abschluss erhielten alle ein kleines Geschenk – nach einer persönlichen Berufsberatung durch Fachleute aus der Branche.



Die Veranstaltung fand großen Anklang.

Foto: privat

Rekord beim Regen-Triathlon

IGS Langenhagen: 45 Schülerinnen und Schüler am Start

LANGENHAGEN. Im Rahmen der Abiturprüfung fand jetzt der fünfte Waldsee-Triathlon der IGS Langenhagen statt. Trotz der schlechten Witterungsbedingungen gingen 45 Schülerinnen und Schüler der Sportkurse aus den Jahrgängen 11 bis 13 am Waldsee an den Start, und die zahlreichen Zuschauer verfolgten den neuen Streckenrekord von Alexander Marscholik live.

Wie auch schon in den vergangenen Jahren organisierte der Fachbereichsleiter Sport Alex Rohr in Zusammenarbeit mit dem Oberstufenkoordinator Sven Schickerling und den Lehrkräften der Sport-Leistungskurse den fünften Waldsee-Triathlon im Norden Langenhagens. Dank der Unterstützung der DLRG Krähenwinkel, der Freiwillige Feuerwehr Krähenwinkel, der Firma Eichels-Event, der Stadt Langenhagen und der zahlreichen Lehrkräfte, die als Streckenposten den Wettkampf absicherten, konzentrierten sich die Athletinnen und Athleten voll und ganz auf den Wettkampf.

Die Veranstalter entschieden sich den Wettkampf trotz Dauerregens stattfinden zu lassen, die Firma Eichels Event, die auch den Hannover-Marathon organisiert, baute die professionelle Zeitmessung auf und so ging es dann um 10 Uhr im Waldsee an den Start.



Startschuss zum Waldsee-Triathlon.

privat

Bürgermeister Mirko Heuer gab – wie auch schon in den vergangenen Jahren – den Startschuss und die Schüler:innen legten in zwei Wellen die 500 Meter lange Strecke begleitet von den Rettungskräften der DLRG erfolgreich zurück.

Anschließend ging es dann über mehrere Runden auf die 20 Kilometer langen Radstrecke über Maspe und Twenge. Hier entwickelte sich angefuert von den zahlreichen Zuschauern an

der Radstrecke bei den Schülern ein Dreikampf zwischen Alexander Marscholik, Mohammed Jilati und Falk Schott. Bei den Schülerinnen bildeten Marie Marscholik, Finja Dobrunz und Jamila Bouba das Führungstrio.

Nach der fünf Kilometer langen Laufstrecke kamen Marie Marscholik nach einer Stunde und elf Minuten und Alexander Marscholik nach 59 Minuten und 33 Sekunden ins Ziel. Damit wurden die alten Streckenrekorde

trotz der widrigen Umstände gebrochen.

Nachdem alle Athleten erfolgreich die Ziellinie erreicht hatten, wurden alle Schülerinnen und Schüler bei der abschließenden Siegerehrung durch Mirko Heuer und Jan Raphael, dem ehemaligen Triathlon-Europameister, geehrt und es gab für die Bestplatzierten einen Gutschein für einen Startplatz beim Maschsee-Triathlon im September in Hannover.

Freie Plätze bei den „Rehkids“

KALTENWEIDE. Zum neuen Kindergartenjahr ab August 2025 hat die christliche Wald-KiTa „Rehkids“ noch freie Plätze anzubieten. Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren werden hier Montag bis Freitag in der Zeit zwischen 8 Uhr und 14 Uhr (maximale gesetzlich erlaubte Betreuungszeit) betreut.

„Der Wald ist unser Gruppenraum!“ ist das Motto der KiTa. Vom Treffpunkt „Herrendamm“ geht es täglich gemeinsam zum Gruppenwagen im Kananoher Forst. Das Gelände um den Wagen ist die Heimat der Gruppe und bietet gleichzeitig Schutz bei schlechterem Wetter. Für kritische Wetterlagen steht ein Schutzraum zur Verfügung. Von hier aus starten die Kinder zu Erkundungen in Wald und Flur. Während sie Neues entdecken und Abenteuer erleben, werden

gleichzeitig Wahrnehmung, Motorik und Fitness geschult. Auch Freispiel und Kreativangebote kommen nicht zu kurz. Das Gelände rund um den Waldwagen bietet viele Möglichkeiten für Beschäftigung und die Erzieherinnen und Erzieher haben regelmäßige Angebote zum Basteln und Malen im Programm. Im Morgenkreis wird gesungen und es werden Geschichten erzählt, wir orientieren und an den christlichen Festen und feiern sie in kindgerechter Weise.

Unabhängig ihrer Religionszugehörigkeit sind alle Familien herzlich willkommen. Das Mittagessen wird in der Küche der KiTa „Die Arche“ frisch zubereitet und in den Wald geliefert.

Weitere Informationen erhalten Interessierte unter www.febel-ev.de oder direkt beim KiTa-Leiter unter (0171) 2 09 70 10.

Anzeigen / Beilagen ++ Online-Werbung ++ Sondermagazine ++ PR

Andrea Radloff
Mediaberaterin für Langenhagen
a.radloff@madsack.de
Tel. 0511 973 6612

Hier ist Ihre Werbung
in guten Händen.

ECHO
Hannoversche Allgemeine
Neue Presse

Italienischer Genuss trifft auf nostalgisches Flair: Genieße deinen Mittagstisch im Bella Vista!

Direkt im Historischen Bahnhof am Pferdemarkt in Langenhagen gelegen, lädt das **Bella Vista** mit seinem besonderen Charme und mediterraner Gastfreundschaft zum Genießen ein. Ob romantisches Abendessen, ein geselliges Treffen oder der kleine Hunger zwischendurch – bei uns findest Du das passende Ambiente und kulinarische Highlights aus der italienischen Küche.

Scanne einfach den QR-Code und folge uns auf Instagram.



Buon appetito
Wir freuen uns auf deinen Besuch!

Bahnhofsplatz 9
30853 Langenhagen
Tel. 0511 - 12359333
restaurantbellavista60@gmail.com

Entdecke unseren beliebten Mittagstisch!
Von **12:00 bis 14:30 Uhr** bieten wir täglich wechselnde Menüs mit einer Auswahl an feinen Vorspeisen und einer Hauptspeise – alles **unter 15 Euro!**

Perfekt für die Mittagspause mit Geschmack!

Im Sommer kannst du auf unserer Außenterrasse entspannen und die Sonne bei einem Glas Wein oder bald auch bei unseren hausgemachten Eisspezialitäten genießen. Noch mehr Lust auf italienische Lebensfreude?



Bella Vista Italienisches Restaurant

IM HISTORISCHEN BAHNHOF PFERDEMARKT

Wir suchen Dich!

Du liebst italienisches Essen, gute Stimmung und möchtest Teil eines herzlichen Teams werden?
Dann komm zu uns ins Bella Vista im Historischen Bahnhof Langenhagen!

Kellner:innen (Teilzeit/Vollzeit)
Köch:innen (Teilzeit/Vollzeit)
Aushilfen (Küche oder Service)

Was dich erwartet:
Ein aufgeschlossenes, familiäres Team • Abwechslungsreiche Arbeit in einem besonderen Ambiente • Gäste, die italienisches Essen genauso lieben wie wir • Im Sommer mit Service auf der Sonnenterrasse • Perfekt auch für Quereinsteiger & Azubis – wir zeigen dir, wie's geht!

Wo? Im Historischen Bahnhof am Pferdemarkt – also super erreichbar und mit einzigartigem Flair.
Neugierig geworden? Dann melde dich direkt bei uns per E-Mail: restaurantbellavista60@gmail.com

Dein Platz im Bella Vista-Team wartet schon auf dich!

GUT UND GÜNSTIG IN GARBSEN: SPAREN SIE 25% BEIM OPEL CORSA

25% **DEUTSCHLANDS MEIST VERKAUFTER KLEINWAGEN**

Opel Corsa GS 1.2 MHeV
(74kw/100PS), automatisches DSG-Getriebe
diamantschwarz, Klimaautomatik, Allwetterreifen, Navigation-Multimedia Radio mit Apple Car Play und Android Auto, Parkpilot vorn und hinten, Sitz- und Lenkradheizung, Rückfahrkamera, IntelliLux LED® Matrix Licht, Tech-Paket, Komfort-Paket und Infotainment Paket und vieles mehr
UVP € 31.150,-
Ihr Preis € 24.110,-

Opel Corsa Edition 1.2
(74kw/100PS), manuelles 6-Gang Getriebe
voltaikblau, Klimaanlage, Multimedia Radio mit Apple Car Play und Android, Parkpilot hinten, LED-Scheinwerfer und vielem mehr
UVP € 22.600,-
Ihr Preis € 16.950,-

Sie sparen € 7.040,- Sie sparen € 5.650,-

Fracht und Auslieferungspaket in Höhe von € 990,- werden gesondert in Rechnung gestellt. Abbildungen enthalten Sonderausstattungen und Farbabweichungen. Kombinierte Werte gem. WLTP*: CO₂-Emission kombiniert (WLTP) 118 g/km Kraftstoffverbrauch kombiniert (WLTP) 5,2 l/100km

Opel

harry thiele GmbH

Auf der Horst 78-80
30823 Garbsen
05137 14090
opel-thiele-garbsen.de

Wenn zwei Schützenvereine miteinander verschmelzen

Krähenwinkel und Altenhorst gehen jetzt zusammen

KRÄHENWINKEL/ALTENHORST (OK). Als weißer Rauch aus beiden Lagern aufstieg, war alles klar: Der Schützenverein Altenhorst mit seiner mehr als 100-jährigen Tradition war Geschichte, die Verschmelzung mit dem Schützenverein Langenhagen kann über die Bühne gehen. Mehr als eineinhalb Jahre sind vergangen, seit die Altenhorster

die Idee aus der Taufe gehoben haben. Der Grund: Der Verein stand nach dem Verlust des Schützenhauses vor dem Aus, die Nachwuchsarbeit lag am Boden. Vertreter beider Vereine führten viele Gespräche und nahmen zahlreiche Notartermine wahr. „So eine Verschmelzung ist kein ganz einfaches Prozedere“, erzählt Manfred Pilg-

rim, der in Zukunft Vorsitzender des neuen größeren Vereins sein wird. Mehr über dieses in Langenhagen bislang einzigartige Projekt in unserer Beilage die zum Langenhagener Schützenfest erscheinen wird. Der erweiterte Schützenverein Krähenwinkel ist einer der vier Vereine, die zur ausrichtenden Schützen-Gemeinschaft gehören.



Die Altenhorster Schützen haben der Fusion mit einer Gegenstimme stattgegeben. Foto: Oliver Krebs



Beim Schützenverein Krähenwinkel ist das Votum einstimmig ausgefallen. Foto: Oliver Krebs

Schüler realisieren Musical

Kreative Spielfreude auf der IGS-Bühne



Szene des Musicals gespielt von Schülern der IGS. Foto: privat

LANGENHAGEN. Mit dem Musical „Unter dem Meer“ gab es am Schuljahresende einen kreativen Höhepunkt auf der Bühne – entwickelt, gestaltet und aufgeführt von Schülern der IGS. Spielfreude, Gesang und tänzerischem Können überzeugte, die Musik wurde live von einer Schülerband gespielt, so dass eine besondere Atmosphäre entstand. Auch das Bühnenbild wurde von den Schülern selbst gebaut und gestaltet. Für den perfekten Sound sorgten die Schüler der Tontechnik-AG, die das Geschehen auf der

Bühne professionell unterstützten. Musikalisch begleitet und fachkundig betreut wurde das Projekt von den Musiklehrerinnen Katharina Lewandowski, Nina Stader und Julia Störig, die in enger Zusammenarbeit das Arrangieren, Choreografieren und Proben organisierten. Ihr Ziel war es, einen kreativen Raum zu gestalten, in dem die Schüler ihre Talente entfalten und sich gemeinsam weiterentwickeln können. Die Aufführung wurde mit großem Applaus gefeiert – ein

Zeichen dafür, wie sehr das Publikum den Einsatz und die Leidenschaft der Beteiligten zu schätzen wusste. „Unter dem Meer“ sollte als Symbol für Zusammenhalt, Kreativität und gelebte Schulkultur wahrgenommen werden. Julia Störig, Organisationsteam Musical-AG, teilt zum Fazit mit: „Die IGS zeigt mit diesem Musical eindrucksvoll, wie wichtig künstlerische Projekte im Schulalltag sind – besonders in Zeiten, in denen Gemeinschaft und kreative Ausdrucksformen neue Bedeutung gewinnen.“

AnzeigenSpezial

KÖSTLICHE HEIDELBEERZEIT



FRISCHE HEIDELBEEREN VOM HOF HENKE

Wir sind für Euch da!

Unser Hofverkauf ist Mo.-So. von 9-18 Uhr geöffnet

Burgwedel · Brombeerkamp 15

WWW.HOF-HENKE.DE

Heidelbeerplantage Decker & Hahnel

Unsere Plantage ist während der Saison mittwochs von 08:00Uhr bis 20:00Uhr, samstags von 07:00Uhr bis 17:00Uhr, sowie sonntags von 09:00Uhr bis 13:00Uhr für Sie geöffnet.

An der Düpe 2A
30900 Wedemark
Tel.: 05130-9690821

info@heidelbeerplantage.de
www.heidelbeerplantage.de

Smoothie-Bowl mit Heidelbeeren und Kokos

Ein gesunder Genuss für das Frühstück oder als Dessert

Sonnengereifte Beeren, cremige Kokosmilch und aromatische Vanille vereinen sich in dieser fruchtig-frischen Smoothie-Bowl zu einem sommerlichen Genussmoment, der sowohl sättigt als auch belebt. Die tiefviolette Farbe der Heidelbeeren trifft hier auf exotische Kokosaromen und wird durch die milde Süße von Banane und die zart gelierende Textur von Chia-Samen abgerundet. Ideal für warme Tage, als erfrischendes Frühstück oder nährstoffreiche Zwischenmahlzeit.

Zubereitung:

Die gefrorene Banane, Heidelbeeren, Brombeeren, Kokosmilch, Vanille und die gequollenen Chia-Samen in einem leistungsstarken Mixer cremig pürieren, bis eine dickflüssige, glatte Konsistenz entsteht. Die Masse in eine Schale füllen und gleichmäßig verstreichen. Mit frischen Beeren, Kokosflocken und Chia-Samen dekorieren.

Diese Smoothie-Bowl kommt ganz ohne zugesetzten Zucker aus, da die Früchte und die Kokosmilch von Natur aus süßlich sind. Weres dennoch süßer mag, kann mit einem kleinen Löffel Ahornsirup oder Dattelsirup nachhelfen. Auch optisch sorgt die Kombination aus sattem Beerenton und weißen Kokosflocken für einen besonderen Akzent auf dem Frühstückstisch.

Zutaten für 1–2 Portionen:

- Für die Smoothie-Basis:
- 150 g Heidelbeeren
- 75 g frische Brombeeren
- 1 gefrorene Banane (in Scheiben)
- 150 ml Kokosmilch aus der Dose (gut geschüttelt)
- 1 EL Chia-Samen (mindestens 20 Minuten in etwas Kokosmilch vorgequollen)
- 1 Msp. gemahlene Vanille oder Vanilleextrakt

Für das Topping:

- einige frische Heidelbeeren
- einige frische Brombeeren
- 1 EL grobe getrocknete Kokosflocken
- ½ TL Chia-Samen



Heidelbeeren zählen zu den gesündesten Früchten überhaupt. Sie enthalten wenig Zucker, sind kalorienarm (46 Kilokalorien pro 100 Gramm) und voller wertvoller Vitamine und Mineralstoffe.

Fotos: Nicola Barts / Pexels

Autopartner vor Ort



Wenn es heißt „Papiere bitte“

Das müssen Autofahrer zu Grenzkontrollen wissen

Aktuell wird wieder verstärkt an Deutschlands Außen Grenzen kontrolliert. Dadurch kann die Reise schon mal länger dauern – und nicht nur Autofahrer sind betroffen. Was ist beim Grenzverkehr wichtig?

„Ihre Ausweise bitte“, könnte es an deutschen Grenzen künftig immer öfter heißen. Schon seit Mitte September 2024 gelten vorübergehende Kontrollen an allen deutschen Landesgrenzen.

Nun hat die neue Bundesregierung stärkere Kontrollen an den Außengrenzen angekündigt. Beispielsweise hat die Bundespolizei in Bayern schon ihre Kontrollen an den Grenzen zu Österreich und Tschechien verstärkt.

Zwar sind die Kontrollen stichprobenartig und nicht alle Fahrzeuge werden angehalten, dennoch kann es mancherorts schon einmal länger dauern.

Doch was müssen Autofahrer aus Deutschland generell wissen, die über Grenzen mit dem Auto oder mit der Bahn in den Urlaub oder zur Arbeit hin und zurück wollen?

Auf Verlangen vorzuweisen: Personalausweis oder Reisepass.

Zwar sind Deutschland und alle Nachbarländer Mitglieder im Schengener Abkommen über den freien Personenverkehr. Trotzdem ist an der Grenze ein gültiger Personalausweis oder ein Reisepass vorzuzeigen, wenn dazu bei Kontrollen aufgefordert wird.

„Der Personalausweis genügt in aller Regel“, sagt Robert Hotstegs, Fachanwalt für Verwaltungsrecht in Düsseldorf. Je nach Staatsbürgerschaft oder Aufenthaltsstatus muss es ein Reisepass oder ein anderes Reise- oder Aufenthaltssdokument sein. Anwalt



An der Grenze ist ein gültiger Personalausweis oder ein Reisepass vorzuzeigen, wenn dazu bei Kontrollen aufgefordert wird. Foto: Daniel Karmann/dpa

Hotstegs rät: „Da wir kaum noch geübt sind, dass diese beim Grenzübergang kontrolliert werden, lohnt also ein Blick in die eigene Brieftasche, ob die Ausweise noch gültig sind und ob zum Beispiel für Kinder auch ein aktueller Ausweis vorliegt.“ Denn Eltern müssen für ihre Kinder einen Ausweis mitführen, auch innerhalb der EU. Außerhalb der EU ist für sie in der Regel ein Reisepass nötig. Der ADAC hat dazu online weitere Informationen parat.

Reichen bei Ausweisen eigentlich Kopien?

Nein, so der ADAC. Die Bundespolizei akzeptiere nur Originaldokumente. Der ADAC rät jedoch, auch Kopien – getrennt von den Originalen – sicherheitshalber mitzuführen, um im Falle eines Verlusts oder Diebstahls schneller Ersatzdokumente beantragen zu können.

Was dürfen Polizei und Zoll bei Einreisen nach Deutschland kontrollieren?

„Die Aufgaben von Bundespolizei und Zoll unterscheiden sich“, so Robert Hotstegs. Während der Zoll grundsätzlich für die Warenkontrollen (Lkw-Verkehr ebenso

wie Privateinkäufe) zuständig sei, umfasse die Zuständigkeit der Bundespolizei alle Personeneinreisen (Pkw, Lkw, Bahn, Flugzeug).

Dennoch kontrollieren Hotstegs zufolge in der Regel beide Behörden ähnlich. Die Identität aller Personen dürfe anhand von Ausweisen und Aufenthaltspapieren überprüft werden, ebenso das Fahrzeug nebst Fahrzeugpapieren und natürlich das Gepäck. „Daher müssen grundsätzlich Kofferraum und Taschen oder Koffer geöffnet werden.“

Was bei der Einreise aus EU- und Nicht-EU-Ländern etwa in Bezug auf Waren zu beachten ist, hat der Zoll im Internet detailliert aufgeführt. Dort gibt es auch einen Abgabenrechner.

Fahrzeugpapiere und Führerschein zur Hand haben Neben einem Ausweis müssen Autofahrer bei Kontrollen an der Grenze in der Regel auch ihren Führerschein sowie die Zulassungsbescheinigung Teil I („Fahrzeugschein“) vorzeigen können. Ein gesonderter Nachweis über die Kfz-Versicherung betrifft in Deutschland zugelassene Fahrzeuge in aller Regel nicht, so Fachanwalt Hotstegs.

Generell sollten sich Autofahrer an der Grenze, wie auch bei allgemeinen Verkehrskontrollen, ruhig und kooperativ verhalten. Dazu gehört, die verlangten Dokumente vorzeigen, so der ADAC.

Weitergehende Kontrollen sind nicht so einfach möglich!

Aber: „Über eine erste Kontrolle von Papieren und Gepäck hinausgehen soll eine Grenzkontrolle nicht“, so Hotstegs. Für eine intensive körperliche Durchsuchung von Personen, die Durchsuchung von Handys oder ähnlichem müssten daher ganz besondere Voraussetzungen vorliegen.

Hier bedürfe es neben einem konkreten Verdacht beziehungsweise einem Anhaltspunkt etwa für eine Gefahr oder eine Straftat gegebenenfalls sogar einer richterlichen Anordnung. Eine Kontrolle oder Untersuchung könne entsprechend demnach auch nicht vor Ort durchgeführt werden.

Kontrollen sind auch noch im Landesinnern möglich!

Zoll und Bundespolizei dürfen bis zu 30 Kilometer ins Landesinnere Kontrollen durchführen. Über diese Zone hinaus sind dann die Polizeien der Bundesländer für allgemeine Verkehrs- und Personenkontrollen zuständig, so Hotstegs.

Gut zu wissen: Die Regelungen finden auch auf Bahn- oder Busreisende Anwendung. „Die Personenkontrollen können dabei auch während der Fahrt stattfinden“, so Hotstegs.

„Kann die Identität aber nicht während der Fahrt festgestellt werden, kann es auch notwendig werden, an einem grenznahen Bahnhof auszusteigen und dort die Kontrolle zu absolvieren.“

(DPA)

TOP-CAR Autoservice

Ihr Kfz-Meisterbetrieb in Langenhagen! Inh. H.-H. Bod

Kfz-Technik • Unfallreparatur • Inspektion
TÜV/Dekra-Abnahme • Klimaanlage-Service

Tel. 0511 – 73 73 40

Gaußstraße 27 • 30853 Langenhagen

Montag – Donnerstag: 7.30 – 16.30 Uhr • Freitag: 7.30 – 15.00 Uhr



Autolackiererei Wedemark

Meisterbetrieb

Unfall-Reparatur • Smart Repair
Restaurationen aller Art • Oldtimer • Autoglas
uvm...

Langer Acker 1b • 30900 Wedemark

Tel. 05130 - 95 88 160 • 0173 - 21 76 167

www.autolackiererei-wedemark.de

AutoServiceKämpfner

Inh. M.Kämpfner



Langer Acker 1a
30900 Wedemark
Fon: 05130 58 55 929
e-mail: ask2000@arcor.de
www.autoservicekaempfner.de

Die freie Kfz- Meisterwerkstatt FAIR – KOMPETENT - ZUVERLÄSSIG



autorisierter
Servicepartner



- seit 1958
- in 3. Generation

- Vertrauen durch Nähe
- Wohnmobil-Service

Tageszulassungen
und Vorführwagen

Hackethalstraße 57 • 30851 Langenhagen
Telefon 0511 63 40 41 • Fax 0511 37 15 67

autohaus GEHRKE

Qualität im Service - für jede Automarke

1a - autoservice
Bosch - Kraftfahrzeugausrüstung
Ford - Erfahrung seit 1977

- Wartung / Inspektion
- Unfallreparaturen
- Räder und Reifen
- HU / AU
- Elektrik / Elektronik
und vieles mehr

Bissendorf
Schlager Chaussee 11

Tel.: 05130 / 6359
www.autohaus-gehrke.de



Sekundenschlaf: Die stille Gefahr am Steuer

2023 ereigneten sich in Deutschland über 1.900 Verkehrsunfälle mit Personenschaden, die auf Müdigkeit zurückzuführen waren. Besonders gefährlich ist der sogenannte Sekundenschlaf, da er eine häufige Ursache für besonders schwere Unfälle ist. Umso wichtiger ist es, die Warnsignale zu erkennen, die auf einen bevorstehenden Sekundenschlaf hindeuten.

Beim Sekundenschlaf – auch Mikroschlaf genannt – handelt es sich um eine Müdigkeitsattacke, die ein ungewolltes Einschlafen zur Folge hat. „Ein Sekundenschlaf dauert bei Autofahrern etwa 0,2 bis 5 Sekunden, kann aber fatale Folgen haben“, warnt Peter Schnitzler, Kfz-Experte von ERGO. Die Attacken treten meist nachts sowie frühmorgens auf, da bei vielen Autofahrern dann die innere Uhr noch auf Schlafen eingestellt ist.

„Auch wenn sie sehr lange am Steuersitzen oder nach einem langen Arbeitstag nach Hause fahren, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass die Augen zufallen“, so Schnitzler. „Darüber hinaus können eine monotone Streckenführung, etwa auf Autobahnen, Hitze und Sauerstoffmangel, aber auch Erkrankungen wie Narkolepsie Sekundenschlaf fördern.“

Sekundenschlaf kündigt sich häufig in Form von Müdigkeitserscheinungen wie übermäßigem Gähnen, brennenden Augen oder Konzentrationsschwierigkeiten an. „Auch ein Frösteln, die Unfähigkeit, die Augen offen zu halten, und eine Verschlechterung der Stimmung sind erste Anzeichen für Müdigkeit“, so Peter Schnitzler. „Diese Warnsignale sollten Autofahrer unbedingt ernst nehmen, da bereits jetzt die Aufmerksamkeit beträchtlich sinkt und die Unfallgefahr steigt.“

Spätestens wenn ein Tunnelblick, unbewusste Tempoänderungen oder Probleme, die Spur zu halten, hinzukommen, ist eine Pause zwingend nötig.

Ausreichend zu schlafen, um erst gar keine Übermüdung aufkommen zu lassen, ist der beste Weg, Sekundenschlaf vorzubeugen. Besonders längere Strecken sollten Autofahrer nur ausgeruht und fit antreten. „Bei den ersten Müdigkeitserscheinungen ist es

empfehlenswert, die Fahrt für mindestens 20 Minuten zu unterbrechen und an der frischen Luft spazieren zu gehen oder einen Powernap einzulegen“, rät Schnitzler.

„Angebliche Wachmacher wie Kaffee, Energy Drinks oder laute Musik sind hingegen ungeeignet, da sie nur kurzfristig wirken und die Müdigkeit lediglich aufschieben.“ Der Kfz-Experte empfiehlt außerdem, den Wagen vor der Weiterfahrt gut durchzulüften.

MEISTERBETRIEB SEIT 1952

bendix

KAROSSERIE + LACKIERUNG GMBH

- KLIMA-SERVICE
- LACKIERUNGEN
- Kfz-TECHNIK
- UNFALLREPARATUR
- BESCHRIFTUNGEN
- ACHSVERMESSUNG
- HOL- & BRINGSERVICE
- ERSATZFAHRZEUGE

Bei uns ist Ihr Auto in guten Händen

Telefon 0511 - 78 94 03
Berliner Allee 33 • 30855 Langenhagen-Schulenburg
www.bendix-gmbh.de

GTÜ

Plakette fällig?
DEIN EXPORTE FÜR DIE HU.

Amtliche Dienstleistungen

- Hauptuntersuchungen
- Änderungsmaßnahmen
- Oldtimerbegutachtungen

3K Fahrzeugtechnik GmbH

GTÜ-Prüfstelle Mellendorf
Bissendorfer Str. 34
30900 Wedemark/Mellendorf
FON 05130-925092
MAIL info@gtue-3k.de

Prüfungsworkshop beim VfB

Kyushin laido Ken-Jetsu praktiziert

LANGENHAGEN. Zum jährlichen Prüfungsworkshop haben sich jetzt zahlreiche Schüler aus verschiedenen Dojo in der Friedrich-Ebert-Schule in Langenhagen eingefunden. Ausrichter war in diesem Jahr der VfB Langenhagen. Auf dem Programm standen Techniken und philosophische Hintergründe in den alten japanischen Prüfungsstufen Shiren I (entspricht den Gürtelfarben weiß/gelb), Shiren II (orange/grün) und Shinsuru (blau/braun). In dem zweistündigen Workshop zeigten alle Prüflinge das bisher Erlernte, den Prüfungsstufen entsprechend, zur vollen Zufriedenheit von Sensei Ralf Gumpfer (Headmaster) und seinem Prüferteam. Der Schwerpunkt lag in der Grundschule, die die Basis bildet für die weitere Entwicklung der laidoka. Auch Grundbegriffe über die philosophischen Hintergründe der Schwertkampfkunst wurden ab-



Teilnehmer des VfB-Prüfungslehrgangs.

Foto: Privat

gefragt. Gumpfer machte einmal mehr klar, wie wichtig diese in den Kampfkünsten ist. Sie be-

inhalten eine Geisteshaltung, die geprägt ist von Toleranz, gegenseitigem Respekt und Verant-

wortung. Am Ende des Prüfungsworkshop nahmen alle Teilnehmer ihre Urkunde in Empfang.



**Dienstag, 15.07.2025
10:00 - 20:00 Uhr**

Flughafen Hannover - Tagungsraum Cockpit
Flughafenstraße 4, 30855 Langenhagen

Mit kostenlosem Eintritt auf die Aussichtsplattform und
einem tollen Imbiss im Restaurant Skylight



Jetzt Termin reservieren!
Einfach den QR-Code scannen oder
www.blutspende-leben.de/termine



Buntes Sommerfest

LANGENHAGEN. Für Sonnabend, 5. Juli, lädt die Abteilung Kinder, Jugend und Kultur der Stadt Langenhagen von 15 bis 18 Uhr zum großen Sommerfest im Haus der Jugend ein. Im Innenhof am Langenforther Platz 1 erwartet Kinder, Jugendliche und Familien ein fröhlicher Nachmittag mit Mitmachaktionen, Kreativangeboten, Live-Programm und kulinarischen Kleinigkeiten. Der Eintritt ist kostenfrei.

Das Sommerfest bietet ein buntes Programm, das kleine und große Herzen höherschlagen lässt: Clownin Barbalotta sorgt mit lustigen Einlagen und Streichen für viel Spaß, während Zauberer Tobini mit magischen Tricks Kinder und Erwachsene zum Staunen bringt. Wer lieber aktiv ist, kann voller Energie auf der Hüpfburg springen oder den Aufstieg an der Kletterwand wagen.

Am Kreativtisch, an der Graffiti-Station und bei den Glitzer-Tattoos können alle ihrer Kreativität freien Lauf lassen und bunte Kunstwerke gestalten. Für den kleinen Hunger zwischendurch gibt es frisch gebackene Brezeln, Saftschorlen und Eisspezialitäten vom Eiscafé Monte Pelmo – natürlich alles zu familienfreundlichen Preisen.

Organisiert wird das Fest von der Abteilung Kinder, Jugend und Kultur der Stadt Langenhagen in Kooperation mit zahlreichen Partnern aus der Jugendarbeit vor Ort: Dabei sind unter anderem der Kunstverein Langenhagen, das Johanniter Jugendzentrum, das Kreisjugendwerk der AWO sowie die Mobile aufsuchende Jugendarbeit (MA-JA) der Lebenshilfe. Sie alle tragen mit eigenen Angeboten und Aktionen zu einem bunten Nachmittag bei.

Die Stadt Langenhagen freut sich auf viele Besucherinnen und Besucher, bekannte und neue Gesichter und einen abwechslungsreichen und lebendigen Sommernachmittag im Herzen Langenhagens.

Stipendiat reist für ein Schuljahr in die USA



Als PPP-Stipendiat wird Felix Burgmüller vom Bundestagsabgeordneten Matthias Miersch verabschiedet.

Foto: SPD-Wahlkreisbüro

LANGENHAGEN. Kurz vor dem Antritt seiner Reise in die USA hat der SPD-Bundestagsabgeordnete Matthias Miersch sein „Patenkind“ Felix Burgmüller aus Langenhagen getroffen, der das kommende Schuljahr als Stipendiat des Parlamentarischen Patenschafts-Programms bei einer Gastfamilie in den USA verbringen wird.

„Wer es schafft, sich im anspruchsvollen Auswahlverfahren mit vielen beeindruckenden jungen Bewerberinnen und Bewerbern zu behaupten, beweist nicht nur herausragende Charakterstärke, sondern auch die Fähigkeit, Deutschland als Juniorbotschafter in den USA würdig zu vertreten. Dieser Austausch verändert Perspektiven und schärft den Blick für andere Kulturen – ein unschätzbarer Wert in einer Zeit, in der viele nur noch in ihrer eigenen Bubble leben“, so Matthias Miersch. „Meine Patinnen und Paten der vergangenen Jahre berichten mir regelmäßig darüber, wie sehr sie ihre Zeit in den USA positiv verändert hat.“

Felix berichtet, dass er kurz vor der Verschärfung bei der Visums-Erteilung durch die Trump-Regierung seinen Termin in der amerikanischen Botschaft in Berlin hatte. Hier ging alles glatt vonstatten, so dass er jetzt noch einmal Kraft tanken kann, bevor es dann in Kürze in die USA geht, wo alle Stipendiaten zunächst ein Orientierungsseminar erhalten, bevor es zu den Gastfamilien geht. Wo Felix seine Zeit in den Vereinigten Staaten verbringen wird, weiß er allerdings noch nicht.

Deutsche Schüler oder junge Berufstätige, die Interesse an einem Austauschjahr in den USA in den Jahren 2026/2027 haben, können sich bis zum 12. September 2025 online bewerben. Informationen hierzu gibt unter <https://www.bundestag.de/ppp>.

SV Godshorn feiert sein Schützenfest

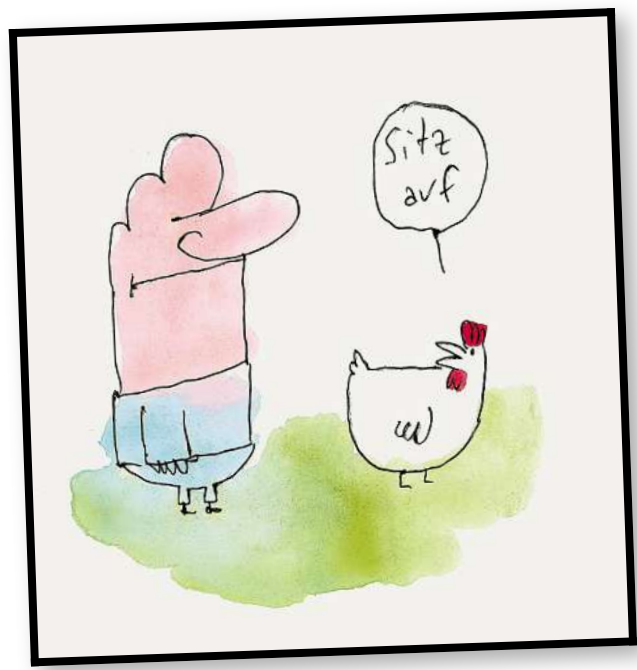
GODSHORN. Die Godshorner Schützen haben jetzt ihr Schützenfest im Schützenhaus Godshorn gefeiert. Vor dem Essen erhielt die Königin Anneli Boy die Königsscheibe und die Königskette. Die Feuerwehrette trägt in diesem Jahr Ilse-Marie Müller und die Gemeindeglocke Heinz Hermann Rathmann.

Danach folgte ein schmackhaftes Essen von Sven Engelhardt (Treffpunkt).

Besonders freute sich der erste Vorsitzende, Thomas Kühn, Vereinsmitglieder für ihre langjährige Treue auszeichnen und ehren zu dürfen. Gitta Ohde, Gisela Seidensticker und Eugenie Teuber für 40 Jahre. Für 50 Jahre Vereinszugehörigkeit Ilse-Marie Brockmann, Dieter Klingemann und Reiner Teuber.

Alle Geehrten erhielten eine Urkunde und eine Ehrennadel. Vom Kreisverband übernahmen die Ehrungen Kreisschützenmeister Michael Freiberg und Ehefrau Claudia. Sie überreichten ebenfalls Urkunden und Ehrennadeln. Reiner Teuber erhielt eine Urkunde und die Ehrennadel in Gold für 70-jährige Mitgliedschaft im Deutschen Schützenbund.

Nach dieser feierlichen Handlung folgte ein geselliger, harmonischer und fröhlicher Nachmittag. Für die musikalische Unterhaltung sorgte „Walli“, so dass viel gesungen und geschunkelt wurde.



Wortwitz mit Nadelstichen

TEX RUBINOWITZ im Museum Wilhelm Busch

HANNOVER. Tex Rubinowitz, gebürtiger Hannoveraner, ist Cartoonist, Schriftsteller und Theaterautor – ein Meister des absurden Humors. Das Museum Wilhelm Busch widmet dem Bachmann-Preisträger von 2014 aktuell eine große Ausstellung: „Kartoffeln machen Druck von unten. Tex Rubinowitz – Cartoons und Stickstoff“ ist noch bis zum 14. September zu sehen.

Absurd und skurril muten die nicht zuletzt aus dem Satiremagazin Titanic bekannten Cartoons von Tex Rubinowitz auf den ersten Blick an – doch hinter dem scheinbar flüchtigen Strich lauert subversiver Tiefsinn. Zerzauste Gestalten prallen auf scheinbar harmlose Tiere; alltägliche Szenen entpuppen sich als seltsame Paralleluniversen mit doppelbödigen Pointen. Der seit



Meister des Wortes, des Strichs und des Sticks: Tex Rubinowitz neben einem seiner „Stickstoffe“. Foto: Archiv HAZ/NP

1984 in Wien lebende Rubinowitz dekonstruiert mit lakonischem Humor den banalen Alltag und jongliert mit Sprache – beim Publikum bleibt am Ende ein schmunzelndes Staunen, gepaart mit angenehmer Ratlosigkeit. Und spätestens seit dem Gewinn des Ingeborg-Bachmann-Preises 2014 für seinen lakonisch-witzigen Prosatext „Wir waren niemals hier“ kennt man ihn auch als scharfzüngigen Literaten. Als kreativer Querkopf liebt er es, Traditionen auf den Kopf zu stellen und dem Vertrauten die Unschuld zu rauben. Aus diesem Antrieb heraus ist auch eine weitere seiner Spezialitäten entstanden: skurrile Listen, sogenannte „Katalogisierungen“, mit denen er vermeintlich Ordnung ins Chaos bringt. So fragt

er augenzwinkernd: „Was sich Psychiater während der Therapie so notieren?“ und gibt gleich selbst die Antwort: „Das hat er mir doch letzte Woche schon erzählt...“ Diese spielerischen Sammlungen enthüllen eine surreale Lakonie und einen Wortwitz, der virtuos zwischen Nonsens und tieferem Sinn balanciert. Weitere Listen sind „Die sexuellen Phantasien der Kohlmeisen“ oder „Die sieben Plurale von Rhabarber“. Eine weitere, besonders ungewöhnliche Facette von Rubinowitz' Schaffen sind seine „Stickstoffe“. Mit der Nähmaschine stickt er Wörter und Sinnsprüche auf Stoff und treibt damit ein ebenso subversives Spiel wie mit Stift und Papier. Was einst als frommer Spruch im Wohnzimmer hing, wird bei ihm zur

schräg-poetischen Provokation. Texte wie „Kartoffeln machen Druck von unten“ oder „Deine Luft will ich auch nicht mehr atmen!“ parodieren biedere Lebensweisheiten früherer Generationen und erschüttern liebgelebte Gewissheiten. All seinen Werken ist dieses Wechselspiel „zwischen sinnloser Sinnhaftigkeit und sinnhafter Sinnlosigkeit“ eigen. Mit spitzer Feder und bis aufs Äußerste strapazierter Nadel hält Rubinowitz uns einen schrägen Zerrspiegel vor. Er lädt dazu ein, das Absurde im Alltäglichen zu entdecken und mit einem Lächeln die eigenen Sehgewohnheiten zu hinterfragen.

■ Museum Wilhelm Busch
Georgengarten
www.karikatur-museum.de



Stadtmagazin für Hannover
magaScene

Viele weitere, spannende Neuigkeiten aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an über 500 Auslegestellen in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.

Wasserfest & pflegeleicht:

Vinyl-Bestseller

jetzt **stark** reduziert!

bis zu

30%!

15 JAHRE

*Nur auf ausgewählte Böden bis zum 08.07.2025. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Eine Rabattierung bereits getätigter Aufträge ist nicht möglich. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen bei sofortiger Mitnahme. Nur solange der Vorrat reicht.

Für alle Räume. Fürs echte Leben.

Unser Verkaufspreis, €/m²: **29,99**

Fußleiste passend, unser Preis €/lfm.: **5,41**

Alles zusammen: **35,40**

Unser Preis: **29,99**

bodomoRIGID-VINYL (100026864)

Dekor Colmar braun

- 5 mm Stärke | Nutzschiene: 0,4 mm | NK 32
- Integrierte Korkdämmung
- Dunkler Eichenton mit lebhaftem Farbspiel
- Sehr strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Aktionspreis jetzt nur €/m²

23,99

Unser Verkaufspreis, €/m²: **29,99**

Fußleiste passend, unser Preis €/lfm.: **5,41**

Alles zusammen: **35,40**

Unser Preis: **29,99**

bodomoRIGID-VINYL (5220)

Dekor Saverne

- 5 mm Stärke | Nutzschiene: 0,4 mm | NK 32
- Integrierte Korkdämmung
- Dynamische Struktur für lebendiges Design
- Sehr strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Sie zahlen nur €/m²

19,99

Unser Verkaufspreis, €/m²: **27,99**

Fußleiste passend, unser Preis €/lfm.: **5,41**

Alles zusammen: **33,40**

Unser Preis: **27,99**

Brantford butter (5238)

bodomoRIGID-VINYL (5237)

Dekor Brantford caramel

- 5 mm Stärke | Nutzschiene: 0,4 mm | NK 32
- Integrierte Dämmung
- Lebhaftes Farbspiel
- Strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Sie zahlen nur €/m²

22,99

15 JAHRE

Wasser schlachten

Wasserfestes Vinyl – bereit fürs echte Leben.

„Wir hören genau hin, was unsere Kundinnen und Kunden wirklich brauchen. Und wir spüren, wohin sich die Trends bewegen. Wenn es um robuste, alltagstaugliche und wasserfeste Böden geht, ist Vinyl oft die Antwort – und macht aus vier Wänden einen Lieblingsort.“

David Dortland

Vertriebsleitung
Seit 17 Jahren beim LaminatDEPOT

Laminat DEPOT

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10 - 19 Uhr · Sa 9 - 18 Uhr

Laminat-Lager Mitte GmbH · Herforder Str. 158 · 33609 Bielefeld

Hannover
am A2 Center · Varrelheide 204

TEST Bild TOP

SERVICE-QUALITÄT

AUSGABE 3/2021
Konsumentenbefragung

★★★★★ 2021/22

LaminatDEPOT

IN DER KATEGORIE
LIFESTYLE & SHOPPING

SONNTAG IST SCHAUTAG!

Jeden Sonntag 12.00 Uhr – 16.00 Uhr
ohne Verkauf und Beratung

laminatdepot.de

Jetzt 20x - auch in: Bielefeld, Bietigheim, Bochum, Dortmund, Duisburg, Erkrath, Essen, Gelsenkirchen, Hamburg, Hamm, Iserlohn, Lippstadt, Mönchengladbach, Mülheim/Ruhr, Paderborn, Porta Westfalica, Solingen, Velbert und Wuppertal

Gelbe Tonnen versperren Fußweg

Anwohner des Anemonenwegs müssen Pappelstraße nutzen

GODSHORN (JAR). Am Anemonenweg gibt es Ärger bei der Abholung der Gelben Tonnen. Anwohner müssen sich immer wieder bei Remondis melden, damit die Behälter mit Leichtverpackungen rückwirkend abgeholt werden. Bewohnerin Sonja Jakob und ihr Mann Nils Michely kritisieren den Aufwand, obwohl sie für die Entsorgung zahlen.

Nun kommt ein weiteres Problem hinzu. An den Gelben Tonnen der Anwohner des Anemonenwegs brachte der Abfallentsorger jetzt einen Zettel an: „Ihre Straße ist durch die Fahrbahnbreite nach Vorschriften der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) nicht mehr per Müllwagen befahrbar. Um eine ordentliche Entsorgung sicherzustellen, möchten wir Sie bitten, die Tonnen im Mündungsbereich der Pappelstraße bereitzustellen.“

Jakob und Michely verstehen das Problem nicht, weil bislang die Fahrzeuge von Remondis immer durch den Anemonenweg durchfahren und am Ende der Straße im Wendehammer wendeten. Zudem monieren sie, dass

in ihrer Straße auch über 90-jährige Menschen wohnen, für die es schwer und mit Umstand verbunden sei, die Gelbe Tonne an die Straßenecke der Pappelstraße zu schieben.

Wenn alle zwei Wochen mittwochs Remondis den Verpackungsmüll abholt, stehen jetzt an der Kreuzung Anemonenweg und Pappelstraße mindestens zehn schwarze Behälter mit dem gelben Deckel. Was Jakob und Michely besonders ärgert: Der Fußweg wird dabei mit den Tonnen voll gestellt. Dadurch kämen Menschen mit Rollatoren, Kinderwagen sowie Kinder mit ihren Rädern und auch Fußgängerinnen und Fußgänger nicht mehr gut an den Tonnen vorbei. Die 54-jährige Sonja Jakob fragt sich auch, warum Fahrzeuge von Aha den Weg befahren können – aber die von Remondis plötzlich nicht mehr.

Ihr Mann Nils Michely geht noch weiter. Wenn Remondis eine Platzierung der Gelben Tonnen im Mündungsbereich der Pappelstraße wünsche, so soll das Unternehmen eine „schriftliche Genehmigung des Grund-



Remondis ändert die Entsorgung: Sonja Jakob zeigt die vielen gelben Tonnen, die jetzt an der Ecke Anemonenweg und Pappelstraße stehen.
Foto: Katerina Jarolim-Vormeier

stückseigentümers – in dem Fall wohl von der Stadt Langenhagen – vorlegen“. Zudem fordert er „einen Nachweis, dass der Verkehrssicherungspflicht Genüge getan wird.“ Ohne die Genehmigung des Grundstückseigentümers will Michely auf keinen Fall

die Tonne verkehrswidrig im Mündungsbereich abstellen.

Die gleichen Bedenken äußert auch Corinna Buschmann, die postalisch zwar eine Straße weiter, nämlich am Nelkenweg, wohnt. „Hier kann keiner mehr den Fußweg passieren“, sagt die

58-Jährige erbost. Ihr Garten grenzt an den Anemonenweg, wo die Nachbarn ihre Gelben Tonnen abstellen.

Mit der Tonnensammlung ist die Einfahrt in die Straße schwierig geworden: Anwohner haben Probleme. „Wer einen etwas breiteren Wagen hat, kommt hier nicht durch“, moniert Jakob. Und ihrer Meinung nach auch kein Rettungswagen oder die Feuerwehr.

Nachbar Kurt Schmidt zeigt unterdessen in seinem Vorgarten Stellen, wo er bereits Steine ausgetauscht hat, weil die Entsorgungsfahrzeuge sie kaputt gefahren haben. „Das sei schon ärgerlich“, sagt der 89-Jährige. Schmidt räumt allerdings ein, dass es für die Fahrer der Müllfahrzeuge in dem Bereich nicht einfach sei. Der 89-Jährige meint aber: „Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg.“

Nach Angaben von Remondis-Sprecher Michael Schneider ist der Anemonenweg in Godshorn mit den Fahrzeugen seines Unternehmens rückwärts und vorwärts nicht gefahrlos befahrbar, wie eine Gefahrenanalyse

vor Ort ergeben habe. Konkret betrage die lichte Breite der Straße – also ab Treppende der Häuser bis zum Gartenzaun der Nachbarn – maximal 3,05 Meter.

„Die Vorschriften der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) sind hier eindeutig und verbieten uns eine Befahrung mit unseren Fahrzeugen“, sagt der Unternehmenssprecher. Hinzu komme, dass, sollte am schlecht einsehbaren Wendehammer ein Auto oder Motorrad oder Anhänger abgestellt sein, die Fahrzeugbesatzung gemäß DGUV nicht wieder herausfahren dürfte, so Schneider.

Zu der Befahrung des Anemonenwegs habe es bereits ein Ortstermin mit der Aha und einem Vertreter der Stadt Langenhagen gegeben, in dem der Sachverhalt ebenfalls festgestellt worden sei. Aha hat laut dem Remondis-Sprecher kleinere Fahrzeuge und befährt den Weg weiter.

„Aha ist aber informiert, dass Remondis die Straße mit seinen Spezialfahrzeugen nicht mehr befahren darf.“

AnzeigenSpezial



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com



Der Mensch im Mittelpunkt

Praxis für Ergotherapie Mark Bussmann
Godshorner Straße 2 • 30851 Langenhagen

☎ 0511- 76 19 05 34 Termine nach Vereinbarung

- Alle Fachbereiche
- Gruppentherapien für Kinder
- Hausbesuche
- kurze Wartezeiten

Du isst die Reste!*

**Du bist die Beste!*

Wieder nicht alles richtig verstanden?

Dann machen Sie bei uns einen **KOSTENLOSEN Hörtest!**

JETZT TERMIN VEREINBAREN:
0511 - 20 20 528

Langenforther Platz 30853 Langenhagen

HOPPE HÖRGERÄTE
Parkplätze auf dem Hof (Zufahrt über Godshorner Str. frei)

www.hoppe-hoergeraete.de

Hilfe beim Aufhören

Wie funktioniert ein Nichtraucherkurs?

Rauchen ist ungesund, und wie viele Genussgifte kann es süchtig machen. Aufhören ist daher oft schwierig. Ganz allein gelingt es wenigen. Eine Möglichkeit sind Rauchentwöhnungskurse in einer Gruppe. Als sogenannter Präventionskurs werden die Kosten von vielen Krankenkassen mindestens mitgetragen. Für wen ist das was? Wie geht das?

FÜR WEN IST SO EIN KURS?

In ihre Kurse kommen Menschen, „die einfach ein tiefgreifendes Unbehagen verspüren durch die Abhängigkeit von der Zigarette, die den Tagesablauf gestaltet, die Zeiteinteilung mit beeinflusst“, berichtet Susanne Lüderitz. Die Diplompsychologin bietet in ihrer Berliner Praxis von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifizierte Rauchentwöhnungskurse an.

„Ich habe auch teilweise Raucherinnen und Raucher, die bereits kurz vor dem Kurs aufgehört haben und den Kurs nutzen, um diese Veränderung zu stabilisieren.“ Manche suchen auch Unterstützung, um vor einer Operation einen Rauchstopp einlegen zu können. Eine gemeinsame innere Motivation seien



Gerade wer schon lange raucht, braucht Wissen und Instrumente, um das Suchtverhalten zu stoppen. Foto: Franziska Gabbert / dpa

Sorgen um die Gesundheit und der innere Impuls, etwas im eigenen Leben verändern zu wollen.

WAS PASSIERT IM RAUCH-ENTWÖHNUNGSKURS? WAS BRINGT ER?

Wer glaubt, mit „einfach aufhören“ sei es getan, unterschätzt oft die Tabakabhängigkeit und tief sitzende Gewohnheiten. „Gerade langjährige Raucher und die, die früh angefangen haben, müssten sich eigentlich betrachten wie trockene Nikotiner, analog zu den trockenen Alkoholikern“, so Lüderitz. Die Kurse setzen deshalb dort an, wo die Sucht im Denken, Fühlen und Verhalten verankert ist.

Die Teilnehmenden bauen Wissen auf zur Nikotinabhängigkeit, analysieren ihr Rauchverhalten, reflektieren Gewohnheiten und Funktionen des Konsums („Ist das eine Pausenzigarette? Eine Stresszigarette?“) und lernen alternative Strategien kennen.

„Neben den verschiedensten Informationen, dem Untersuchen von Für und Wider geht es auch darum, die innere Zerrissenheit zu verstehen, erklärt die Therapeutin. Wertvoll sei dabei auch die Dynamik in der Gruppe: „Viele Teilnehmende bringen dann ihre Erfahrungen mit und erzählen – das wird dann ein fruchtbarer Austausch.“ „Wir versuchen, das Bewältigungsspektrum wieder zu verbreitern – diese Abhängigkeit von der Zigarette aufzulösen“, sagt Susanne Lüderitz. Dabei kommen verhaltenensorientierten Übungen in Kombination mit Entspannungstechniken zum Einsatz. „Probehandeln spielt eine große Rolle“ – denn schließlich geht es darum, dass das neue, gesündere Verhalten in den Alltag übertragen werden kann.

So wäre es idealerweise: nach Abschluss des Kurses garantiert rauchfrei. Aber so einfach ist es wieder nicht. „Die Zigarette er-

scheint etwa als Allheilmittel gegen Stress – das muss man wieder verlernen“, sagt Lüderitz und aktiv „dranbleiben“, auch wenn man wieder den Drang verspürt.

Auch das ist Thema im Kurs: „Wir bereiten mögliche Rückfälle vor, wir gucken: Was sind typische Rückfallmuster, typische Rückfallrisiken – zum Beispiel die dunkle Triade: andere Raucher, Stress und Alkohol.“

WIE FINDE ICH EINEN ERSTATTUNGSFÄHIGEN KURS?

Laut dem Verband der Ersatzkassen (vdek) können gesetzlich Versicherte eine anteilige Kostenersatzung erhalten, wenn der Rauchentwöhnungskurs als kognitiv-verhaltenstherapeutisch orientierte Gruppenberatung von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert ist. Grundlage dafür ist der Leitfaden Prävention des GKV-Spitzenverbands.

Ein zertifizierter Kurs umfasst in der Regel acht bis zwölf Einheiten à 45 bis 90 Minuten mit sechs bis 15 Teilnehmenden, so der vdek. Im Fokus stehen wie bei Lüderitz kognitiv-verhaltenstherapeutische Methoden, die Analyse des Rauchverhaltens, Motivationstechniken und Strategien zur Rückfallprophylaxe.

Viele Krankenkassen bieten auf ihren Webseiten eine Gesundheits- oder Präventionskursesuche an und informieren auch zur Vorgehensweise und Bedingungen, um eine Erstattung – oft anteilig oder bis zu einer bestimmten Höhe – erhalten zu können, auch vor Ort und per Telefon können sich Interessierte bei der Krankenkasse informieren, was für sie gilt. (DPA)



Petra Schmidtke
Ihre Ambulante Pflege
PROFESSIONELL • KOMPETENT • INDIVIDUELL

Ambulanter Pflegedienst

Voigtweise 8 30851 Langenhagen
Tel. 0511 / 47574727
Fax 0511 / 47574725



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com

Wie Pflegebedürftige besser schlafen

Ein geregelter Tagesrhythmus kann das Einschlafen erleichtern

Einschlafen dauert ewig? Nachts vier-, fünfmal mit drückender Blase oder fiesem Schmerzen wach? Viele pflegebedürftige Menschen kennen Schlafprobleme wie diese. Bleierne Müdigkeit am Tag ist längst nicht die einzige mögliche Folge: So steigt etwa das Risiko für Stürze, wie das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) schreibt.

Klar ist: Schläft die pflegebedürftige Person über längere Zeit schlecht, ist das ein Anlass, mit einem Arzt oder einer Ärztin darüber zu sprechen. Womöglich lässt sich an der Ursache des Problems ansetzen – etwa, wenn Schmerzen, nächtlicher Harndrang oder Atemaussetzer das Ein- oder Durchschlafen schwer machen.

Pflegende Angehörige fragen sich zudem: Was können wir tun, um bei einer erholsamen Nachtruhe zu unterstützen? Hier kommen drei Strategien:

1. Schlafrituale aufbauen

Eine Abendroutine signalisiert dem Körper: Jetzt ist der Tag vorbei, nun ist Ruhe angesagt. Entsprechende Rituale können ganz unterschiedlich aussehen: Dem einen tut es gut, ein paar Seiten im Buch lesen, die andere lauscht lieber ruhiger Musik.

Weil es sich mit kalten Füßen schlecht schläft, kann zudem ein warmes Fußbad vor dem Zubettgehen ein wohltuendes Ritual sein, das auf die Nacht einstimmt. Alternativ kann man am Abend auch Strümpfe auf die Heizung legen und sie überziehen, wenn es ins Bett geht. Teil eines Schlafrituals kann dem ZQP zufolge auch ein beruhigender Tee sein, etwa mit Melisse, Lavendel, Passionsblume oder Hopfen. Es sollte aber lieber die kleine Tasse als der XXL-Becher sein: Vermehrtes Trinken vor dem Schlafengehen kann schließlich lästigen Harndrang in der Nacht zur Folge haben.

2. Eine angenehme Schlafumgebung schaffen

Wenn die Straße lärmt oder das Stand-by-Lämpchen des Fernsehers grell leuchtet, schläft es sich schlechter. Daher sollten Angehörige zusammen mit der pflegebedürftigen Person prüfen, was sich an der Schlafumgebung verbessern lässt. Schon kleine Veränderungen können einen Unterschied machen: Etwa Ohrstöpsel, die für mehr Stille sorgen, oder eine Schlafbrille, die störendes Licht aussperrt. Ebenfalls wichtig ist das abendliche Lüften, damit die Luft im Raum nicht zu stickig ist: Die



Struktur gibt Sicherheit: Ein geregelter Tagesrhythmus hilft besonders bei Demenz und kann das Einschlafen erleichtern. Foto: Arno Burgi / dpa

Temperatur im Schlafzimmer sollte bei 16 bis 18 Grad liegen.

Zu einer angenehmen Schlafumgebung zählen auch Dinge, an die Angehörige womöglich nicht direkt denken. Zum Beispiel, wenn die pflegebedürftige Person von Inkontinenz betroffen ist: Dann sorgen Materialien, die viel Flüssigkeit aufnehmen können, sogenannte Superabsorber, für mehr Komfort. **3. Insbesondere bei Demenz: Tagesrhythmus gezielt gestalten** Schläfrig am Tag, unruhig in der Nacht: Bei Demenz kann der Tag-Nacht-Rhythmus durcheinandergeraten – daher haben Erkrankte ein besonders hohes Risiko für Schlafprobleme.

Nicht selten passiert es dann, dass betroffene Personen dann zum Beispiel nachts essen möchten. Das ZQP rät, diese veränderten Bedürfnisse so weit wie möglich zu akzeptieren.

Wichtig ist aber dennoch, den natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus zu fördern. Heißt: Morgens sollte möglichst viel Tageslicht in den Raum gelangen, leichte Morgen-gymnastik im Bett hilft beim Wachwerden.

Und: Den Schlafanzug sollten Angehörige erst herauslegen, wenn Abend ist.

Gut zu wissen: Komplette Dunkelheit kann Menschen mit Demenz verunsichern, so das ZQP. Daher sollten Räumen, in denen sie schlafen, lieber nicht komplett abgedunkelt sein. Zudem kann ihnen ein Nachtlicht bei der Orientierung helfen. (DPA)

Zahnprothese putzen

4 Fehler und wie man sie vermeidet

Essensreste und Bakterien sammeln sich im Laufe des Tages auf herausnehmbaren Zahnersatz ebenso an wie auf einem echten Zahn. Klar ist: Der Belag muss wieder runter. Schließlich möchte niemand einen fiesem Mundgeruch – oder eine Prothese, die von Zahnstein befallen ist und nicht mehr richtig sitzt. Bei der Reinigung von Zahnprothesen lauern allerdings Fallstricke. Diese vier sollte man kennen und umschiffen.

Fehler 1: Zu achtlos mit der Prothese umgehen

So eine Prothese ist durchaus empfindlich: Knallt sie mit Wucht ins Waschbecken oder auf Fliesen, verformt sie sich – oder bricht im schlimmsten Fall sogar. Mit einem einfachen Handgriff vor der Reinigung lässt sich das Risiko senken. Einfach das Becken mit einem weichen Handtuch auslegen, rät Zahnärztin Julia Thome vom Kölner Zahnmedizinzentrum Carree Dental. Und sie hat einen weiteren Tipp, um Schäden vorzubeugen: Beim Herausnehmen sollte man die Prothese immer an den robusten Kunststoff- und Metallteilen greifen, nie an den Befestigungsteilen oder Klammern. Sie können verbiegen.

Fehler 2: Nur morgens und abends reinigen

Einmal morgens, einmal abends den Zahnersatz säubern: Das ist eine gute Grundlage. Am besten säubert man den Zahnersatz aber nach jedem Essen, lautet der Rat von Zahnärztin Thome. Dabei sollte man nicht nur den Außenflächen Aufmerksamkeit schenken, sondern auch den Flächen, die auf Zahnfleisch oder Gaumen aufliegen.

Fehler 3: Zahnersatz mit Zahnpasta putzen

Was für Zähne entwickelt wurde, kann doch für den Zahnersatz nicht verkehrt sein? Doch! „Zahnpasta sollte man wegen der darin enthaltenen Putzkörper nicht zum Reinigen von Prothesen verwenden“, so Julia Thome.

Diese kleinen Schleifpartikel können die Oberfläche der Prothese zerkratzen.

Die bessere Wahl: Seife oder eine Reinigungspaste, die für Zahnprothesen gemacht ist. Unter fließend warmen Wasser lässt sich damit der Zahnersatz mit Hilfe einer Prothesenbürste schrubben.

Übrigens: Gebissreiniger-Tabletten allein reichen Thome zufolge für die Reinigung nicht aus.

Fehler 4: Prothese in Desinfektionslösung aufbewahren

Nachts sollte die Prothese raus aus dem Mund, sofern die Zahnärztin oder der Zahnarzt nicht ausdrücklich etwas anderes empfiehlt. Bleibt der Zahnersatz über Nacht im Mund, kann das nämlich die Schleimhäute reizen.

Doch wohin mit dem herausnehmbaren Zahnersatz? So nahelegend das nächtliche Bad in einer Desinfektionslösung auch scheint – Zahnärztin Julia Thome rät davon ab.

Die aggressiven Substanzen können das Material auf Dauer spröde machen. Ihr Rat: den herausnehmbaren Zahnersatz in einem Glas mit Leitungswasser aufbewahren.

WEIL ES ZU HAUSE AM SCHÖNSTEN IST

... sorgen wir dafür, dass Sie dort so lange wie möglich bleiben können.

Diakoniestation Burgwedel/Langenhagen

Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen einfühlsam und zuverlässig in allen Bereichen der ambulanten Alten- und Krankenpflege. Wir sind für Sie da. Jederzeit.

DIAKONIESTATIONEN HANNOVER
Häusliche Alten- und Krankenpflege

Lust auf einen tollen Job? Einfach & schnell bei uns bewerben: <https://kontakt.dsth.de>

Ehlbeek 2 | 30938 Burgwedel
Tel. 05139 27002 | www.dsth.de
@diakoniestationenHannover

Kostenloser Beratungstermin

AN NUR EINEM TAG! FESTSITZENDE ZÄHNE

FÜR IHR ZUFRIEDENES LÄCHELN

Das Leben ist ein unaufhörlicher Prozess von Veränderungen, auch das Älterwerden und die Notwendigkeit von Zahnersatz gehören dazu. Ästhetik und Funktionalität haben in unserer Gesellschaft einen hohen Stellenwert - wer verzichtet schon gern auf schöne und feste Zähne?

Schlecht sitzende Prothesen und Angst vor dem Zahnarztbesuch müssen nicht sein!

Wir bieten Ihnen ein wissenschaftlich bewährtes Behandlungskonzept mit einer Erfolgsrate von 98% aus fast 20 Jahren.

Persönliche Beratungsgespräche nach Vereinbarung.

Die Teilnahme ist kostenfrei, bitte melden Sie sich telefonisch oder per E-Mail an.

Unsere Implantatlösung mit vielen Vorteilen für Sie:

- Sofortversorgung eines ganzen Kiefers auf vier Implantaten
- Kein langwieriger Knochenaufbau nötig
- Kurze Behandlungsdauer
- Festsitzende Zähne am Tag der OP
- Kostengünstiger als Standard-Implantate mit Knochenaufbaumaßnahmen
- Behandlung im Dämmer Schlaf
- Sehr hohe Patientenzufriedenheit

ZAHNARZTZENTRUM Hannover

Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde | Implantologie | Orale Chirurgie

Walsroder Straße 11 | 30851 Langenhagen | Tel. 0511 73 12 94
info@zahnarzt-zentrum-hannover.de | www.zahnarzt-zentrum-hannover.de

2-Rad Krüger

Dein Bike-Spezialist seit über 75 Jahren

Ihr Boxenstop in Langenhagen

E-Mobile mit Service

„Lolland“
20 Km/h,
45 Km
Reichweite

„Thrifty“
25 o. 45 Km/h,
68 Km Reichweite,
2-Personen Zulassung

Werkstattservice • Liefer- und Abholservice • Probefahrten möglich
Walsroder Straße 141 • 30853 Langenhagen • Tel. 0511 - 738047
Di. – Sa. 9 – 13 Uhr • Di. – Fr. 14 – 18 Uhr • **Montags geschlossen**

21546401_002625

Ihr freundlicher City Flitzer

und Ihr Partner für Fahrten zu Dialyse-, Chemo- und Bestrahlungsbehandlungen

Fandt fährt Sie gern zu Arztbesuchen und anderen medizinischen Terminen.

Überzeugen Sie sich selbst und rufen Sie uns an unter
Tel. 0511 984 23773
www.fandt-transfer.de

4293601_002625

Job oder Pflegeplatz gesucht?

Jetzt QR Code scannen und über WhatsApp bewerben.

10779701_002625

BACHSTRASSE
SENIORENHEIM

www.bachstrasse.de
Telefon: 0511 / 64 64 17-0

Mobile med. Fußpflege
Mzkin Asman

Unser Angebot: inkl. Fußmassage!
Auch als Geschenkgutschein erhältlich.

0176-471 963 82

12237201_002625

Alzheimer

Forschung braucht Ihre Hilfe!

www.breuerstiftung.de

Zwölf Regionsmeister in Twenge

Großes Reitsport-Event auf dem Hof Münk



Nicht nur die Reiter, auch die Veranstalter waren hochzufrieden.

Foto: privat

TWENGE. Jetzt fanden in Twenge die Regionsmeisterschaften in den Disziplinen Dressur und Springen sowie der Regionsstandarte (kombinierte Wettbewerb Dressur- und Springprüfung) statt. Zusätzlich fanden zudem zwei Vielseitigkeitsprüfungen statt. Ausrichter war erstmals der Verein für Vielseitigkeitsreiterei (VfV), der auf dem Hof Münk unter besten Bedingungen und bei bestem Wetter hochkarätigen Reitsport präsentierte. Mehr als 1000 Starter zeigten in 40 Prüfungen ihr Können und mit den Zweit- und Drittplazierten gab es abschließend 34 Ehrungen, die am Sonntagnachmittag auf dem Hof Münk von der Pferdesport-Region Hannover

(PSR) liefen. Dabei wurden Gold-, Silber- und Bronzemedallien in den Klassen E, A, L, M, M/S, Pony und der Regionsstandarte überreicht. Letztlich waren nicht nur die Reiter, sondern auch die Veranstalter höchstzufrieden. „Ein großer Dank gebührt den Sponsoren und Unterstützern unseres Vereins, ohne die eine Veranstaltung in dieser Größenordnung nicht möglich wäre. Aber auch den vielen ehrenamtlichen Helfern möchte ich ausdrücklich danken, dass sie so viel Mühe und Einsatzbereitschaft gezeigt haben, so dass wir ein tolles Turnier veranstalten konnten“, betont der erste Vorsitzende Marc Dennis Münk.



1000 Starter waren bei 40 Prüfungen am Start.

Foto: privat

www.madsack-seesalon.de
0511 - 5182107

DIE EXKLUSIVE LOCATION ZUM MASCHSEEFEST

LETZTER FREIER TERMIN
Montag, 11.08.2025

JETZT RESERVIEREN!

5 Std. | Buffet Getränke | Service
€ netto 119 p.P.

Ganz viel Freude geschenkt

Die Langenhagener Tafel sowie der InnerWheel Club und Rotary Club Langenhagen-Wedemark sagen Danke an alle Spendenden

WEDEMARK/LANGENHAGEN. 38 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer aus dem InnerWheel Club und dem Rotary Club Langenhagen-Wedemark haben sich am 21. Juni für die Belange von bedürftigen Menschen eingesetzt. So wurden die Kunden von den EDEKA Lüdres Märkten in Wennebostel und Elze aktiv um einen Mehreinkauf gebeten. Insbesondere haltbare Lebensmittel wie Konserven, Nudeln, Öl aber auch Duschgel, Flüssigseife und Zahnpasta sind gefragte Artikel, die in der Langenhagener Tafel benötigt werden. Die Kunden haben gut eingekauft, so dass insgesamt 125 Kartons von den Helfenden gepackt und an die Tafel übergeben werden konnten. Zusätzlich hat der Innerwheel Club mit einer Spende in Höhe von 1000 Euro für besondere Freude bei den Kunden der Tafel gesorgt. Hierfür wurden in erster Linie Kaffee und Öl eingekauft, berichtet Beate Kuszewski, die für die umfassende



Einige der Helferinnen und Helfer in Aktion.

Foto: privat

Organisation dieser Aktion zuständig ist. Ein besonderer Dank geht an allen Spenderinnen und Spendern sowie an den Flughafen Hannover und die Firma Delkeskamp in Hannover für die seit

Jahren zuverlässige Unterstützung dieser Aktion. Der Erfolg ist eine große Motivation die Aktion Freude schenken im nächsten Jahr – dann zum 14. Mal – zu wiederholen!

Die tollkühnen Fahrer in ihren bunten Seifenkisten

Am Sonnabend, 23. August, heißt es wieder „Start frei“ in Scherenbostel

SCHERENBOSTEL. Es kommt einem so vor, als wäre es erst gestern gewesen, dass die bunten Seifenkisten den Fahrenkamp in Scherenbostel heruntergebraust sind, um am Schützenhaus vorbei ins Ziel zu rasen. Dabei sind es jetzt nicht einmal mehr zwei Monate, bis es wieder los geht. Am Sonnabend, 23. August, heißt es in Scherenbostel wieder Start frei für die mutigen Piloten. Auch die „Großen“ dürfen in dieses Jahr wieder mit dabei sein. Für das leibliche Wohl wird wie immer gesorgt. Ab 9 Uhr geht es für die Kleinen los. Um 17.30 Uhr dürfen dann die großen Rennfahrer auf die Strecke. Alle Informationen rund um das Rennen, sowie das Anmeldeformular sind auf der Homepage des Vereins www.srs-ev.de zu finden.



Die mutigen Piloten sind am 23. August wieder gefordert.

Foto: privat

Plätze frei für Kinder ab zwei Jahren

LANGENHAGEN. Ab August gibt es im FEBEL-Spielkreis, der von Dienstag bis Donnerstag (vormittags) in den Räumen der Evangelisch-lutherischen Elia-Kirchengemeinde in der Konrad-Adenauer-Straße 33 in Langenhagen-Mitte stattfindet, noch freie Plätze für Kinder ab zwei Jahren. Im Spielkreis lernen die Kinder behutsam erste Schritte aus der Familie heraus zu gehen. Geprägt vom christlichen Glauben werden schon früh Werte vermittelt und ein rücksichtsvoller Umgang miteinander gefördert, so dass sich die

Kinder angenommen und geborgen fühlen können. Unabhängig von der eigenen Religionszugehörigkeit sind alle Familien willkommen. In kindgerechter Weise wird das Kirchenjahr (Ostern, Pfingsten, Weihnachten usw.) gefeiert. Die Spielkreiszeit ermöglicht eine optimale Vorbereitung auf den Kindergarten. Die Kinder sammeln erste Erfahrungen im Umgang mit Gleichaltrigen in einer Gruppe, sie lernen Regeln kennen und einhalten und werden zunehmend selbstständiger. Die Erzieherinnen begleiten die Kin-

der durch den Vormittag, der wie folgt aussieht: tägliche Freispielzeit auf dem großen Außengelände, gemeinsames Frühstück, Freispiel im Gruppenraum mit kreativen Angeboten, gemeinsamer Stuhlkreis mit Liedern und Geschichten. Außerdem finden Spaziergänge in den Stadtpark und Ausflüge mit den Eltern statt. Zurzeit werden noch Anmeldungen entgegengenommen. Nähere Informationen erhalten Sie unter www.febel-ev.de oder bei der Leitung unter der Telefonnummer (0171) 2 09 70 04.

Die Schule beginnt

LANGENHAGEN. Jetzt sind in der Kita Eeentje-Rummert die Kinder verabschiedet worden, die nach den Sommerferien in die Schule kommen. Neben einem gemeinsamen Frühstück und anderen Aktivitäten hat der DRK-Ortsverein Langenhagen ein kleines Geschenk vorbeigebracht. Dabei war unter anderem eine Frühstücksdose, damit die Erstschüler sich auch in der Schule stärken können.

Der DRK-Ortsverein Langenhagen hat ein Geschenk vorbeigebracht.

Foto: privat



► Handwerker

SO SPART MAN ENERGIE!

Fenster • Türen • Rollläden
Fassaden • Überdachungen • Markisen
Reparaturen • Insektenschutz
Tel. 0511 / 2156092
E-Mail: info@albert-dämmtechnik.de

Sofas, Sessel, Stühle
modern oder antik, aufarbeiten und neu beziehen.
Stuhlsitze beziehen ab 30,- €
Michael Eggers
Mellendorf, Wedemarkstr. 74
Telefon (05130) 46 42
www.polsterei-eggers.de

HOFFMANN UMZÜGE
Wir bringen Sie nach Hause
Umzüge
Haushaltsauflösung
Enträmpelung
(0 5139) 9 53 10 40

Für Senioren bequemes Renovieren.
Wir gestalten Ihre Wohnung, räumen aus u. ein, hinterlassen ein saub. Heim.
Malerbetrieb Gebr. Maikowski GbR,
www.seniorenmaler.de (0511)-314441

Fa. Bad & Wärme Badsanierung kompl.
Sanitär/Heizung und mit unseren Partnern: Elektro, Fliesen, Innenausbau. Wir renovieren und sanieren nahezu staubfrei. (05 11) 6 47 90 83

www.allesweg24.de
Der Fachbetrieb für Enträmpelung und Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung. (05 11) 49 94 95

Dachtechnik Nord. Ihr Dachdecker-Meisterbetrieb für Dacharbeiten aller Art. Termine frei. (05 11) 87 59 24 46

Dachdeckerarbeiten aller Art, Dachrinnenarbeiten, 30% Rabattaktion
Firma M. Schneider (0152)10733246

Zieh Aus und Ein mit Walterstein
(0511) 630971

aktasderpacktdas.de (0511)5347369
Haushaltsauflösung mit Wertanrechng.

Gartenarbeiten und Entsorgung aller Art. 30% Rabatt (01 73) 21 29 770

► Handwerker

Steintec Service
Holz - Bautenschutz
Ihr zuverlässiger Handwerker aus der Umgebung bietet:
• Arbeiten an Dach und Fassade
• Holzarbeiten
• professionelle Reinigung und Versiegelung rund ums Haus
• Kellertrockenlegung
• Schimmelbeseitigung
0511/87945371 0162/6916325
info@steintec-service.de
www.steintec-service.de

Gartenpfl./Pflasterarb., 0172/1593860

Umzüge mit Tischler (05 11) 74 10 47

Umzüge, Entr., Transp. 0511/71657401

Treppen- Balkone- Terrassenfliesenverlegung (0160)977 396 54

Hecken/Baumschnitt, Gartenpflege zum FP. -10% Rabatt (0176 23608987

► Garten

Garten- und Landschaftsbau
Platten- und Natursteinarbeiten, Zaunbau, Terrassenbau, Baum- und Heckenschnitt, Objektpflege, Rollrasen. Kleine Arbeiten rund ums Haus. (01 52) 52 01 70 89 oder (0 51 32) 85 60 765, F. Kezer

► Garten

Detlef Märtens
Garten- und Landschaftsbau
Pflasterarbeiten, Terrassenanlagen – Naturstein u. Keramik, Rollrasen, Zaunbau, Baumfällungen
Tel. (05130) 43 64
www.galabau-maertens.de

Gartenpflege
Fehim Özdemir
24-Std.-Service-Sturmschäden
Baumfällung + Fräsen, Sträucher, Hecken, Rollrasen + Einsäen, Vertikutieren, Dachrinnenreinigung, Pflaster- u. Plattenarb./-Reinigung, Winterdienst, kleine Arbeiten rund ums Haus
Schnell u. preiswert
Telefon 05139/89 55 06 oder 0170/3 52 56 79

Gartenbaufachbetrieb
AGIRMAN
Seit über 26 Jahren alles rund ums Haus von A-Z. Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11

Unsere Servicenummern

Private Kleinanzeigen
Tel.: 0800 - 154 42 33
kleinanzeigen@wochenblaetter.de

Familienanzeigen
Tel.: 0800 - 154 42 33
familienanzeigen@madsack.de

Vertrieb/Zeitungszustellung
Bitte über den Button „Zeitung nicht erhalten“ auf der Webseite
www.extra-verlag.de.



ECHO
IHRE VERTRAUTE WOCHENZEITUNG
www.extra-verlag.de

► Automarkt

1. Kfz-Entsorgung
kostenlos, zertifizierter Betrieb, Abholung nach Absprache möglich
2. Kfz-Ankauf aller Art
AT Autorecycling GmbH
Alte Ricklinger Str. 63 · 30823 Garbsen
Tel.: 05137 - 12 18 40
0174 - 7 20 16 01

Autoankauf
schnell – fair – bar
auch Mängel, Unfall, Export
05136/920 24 35 od.
0172/5 11 76 91

Kaufe Motorräder (0 51 21) 5 14 58 3
Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
0 39 44-3 61 60, www.wm-aw.de Fa.

► Bekanntschaften Ehwünsche

Regine, 71 J., hervorrag. Köchin, bin genauso nett wie ich aussehe u. nicht so anspruchsvoll wie andere Frauen. Seit ich verwitwet bin, macht mir die Einsamkeit zu schaffen. Mein größter Wunsch: Ein netter Mann zum Träumen, Leben u. Glückchsein. Freu mich auf Ihren Anruf üb. PV u. unser Kennenlernen. Tel. 0176-45891454

Dagmar, 66 J., äußerlich u. auch im Herzen jung gebl., mag Ausflüge, Garten u. die Natur. Die Zukunft als Witwe allein macht mir irgendwie Angst. Suche e. lieben Mann zum Reden, für schöne Unternehmungen u. füreinander da sein. Bin eine gute Köchin, sichere Autofahrerin u. gerne können wir auch zus. wohnen. PV Tel. 0152-24910120

Elfriede, 76 J., fraulich, hübsch, gute Autofahrerin. Bin eine ordentl. Hausfrau, die mit viel Liebe u. Freude kocht, backt u. verwöhnt. Die schwere Zeit der Trauer habe ich nicht vergessen, doch jetzt möchte ich nicht länger alleine sein. Freue mich auf unser schönes Beisammensein. Kostenl. Anruf, Pd- Seniorenglück Tel. 0800-7774050

Gertraude, 80 J., kultiviert, seit 3 J. verwitwet, habe ich meinen Mann bis zuletzt liebevoll gepflegt. Nach Jahren der Fürsorge darf nun auch mein Herz wieder Platz finden. Ich spiele Golf, liebe Reisen, Kultur u. gutes Essen, ob selbst gekocht oder im Restaurant. Wünsche mir üb. PV e. ehrl. Partner für schöne gemeinsamen Momente. Tel. 0162-7939564

► Dies & Das

Verkaufe
LP SAMMLER SUCHT VINYL 60er-90er email : ebeleg@web.de KEINE SCHLAGER & KLASSIK
05521/9988520

FERNSEH-EVERS
■ Verkauf
■ Reparaturen
■ Antennenbau
Walsroder Str. 172 A
(0511) 77 64 95

Fassadenanstriche
m. Silikonharzfarbe o. Acrylputz, qm ab 18,00 € Klinkerversiegelung, Gewebeputz, kostenl. Angebote
Fa. Kreh (05131) 56237

Luftgewehr Ankauf-Kaufe Luftgewehre und Luftpistolen -auch defekt sowie Wiederladezubehör- 0151-70130953

Modellbahner suchen Eisenbahn, Zubehör. Anlage oder Sammlung. Auch Modellfahrzeuge usw. 0175/7774499

Modelleisenbahn, Ankauf alle Spuren/ganze Anlagen. (0151)17957706

Swarovski Kristallfiguren gesucht auch Sammlungen (01749092434

► Pflege & Betreuung

Wir versorgen Sie liebevoll!
Pflegedienst Schmetterling GmbH
Lgh. 0511 / 54 61 52 66
Anmeldung zw. 12 u.15 Uhr
Wenige freie Plätze für Pflegebedürftige, die Mo. bis Fr. oder So. Hilfe benötigen. Ohne Pflege keine Entl.-Leistung n. \$45b

► Verkäufe

Verkaufe EBK mit Elektrogeräten, VB 1000€, (0151)75093522

► Kaufgesuche

GOLDANKAUF
Langenhagen • Walsroder Str. 11
Mo. – Do. 10 – 17, Fr. 10 – 14 Uhr
SOFORT BARGELD für Schmuck, Bruchgold, Zahngold, Münzen, Nobeluhren etc.
Tel. 0157 50105671

Achtung großer Ankauf!!!!
Abendgarderobe, Pelze, Leder, Trachten, Kristall, Porzellan, Silber, Zinn, Bernstein, Möbel, Kunst u. Krempel, zum fairen Preis. (0152) 15 23 78 11

Kaufe Bundeswehrmachlässe von 1955 bis heute (05130) 5472

Stop! Nichts wegwerfen, zahle fair für Trödel & Krempel (0 16 38 30 97 83

Kaufe Bücher aus allen Bereichen (0 51 49) 86 08 T. Ehbrecht

!Suche Uhren aller Art 01605319258!

Zukunft für Lakota-Kinder: jetzt GRATIS Vermächtnis-Magazin!

Rufen Sie 069 / 8383 8742 an oder besuchen Sie stjosefs.de/nachlass

► Familienanzeigen

„Gedanken – Augenblicke, sie werden uns immer an Dich erinnern und uns glücklich und traurig machen und Dich nie vergessen lassen.“
Wolfgang Ristau
* 04.07.1951 † 22.06.2025
Für immer in unseren Herzen.
Diana und Andreas
Mario und Ramona
Nadine und Enkelkinder
Die Trauerfeier findet am Freitag, den 11.07.2025, um 12.00 Uhr in der Trauerhalle des Bestattungshauses Naethe, Walsroder Str. 89, 30851 Langenhagen statt.

Es wird Stille sein und Leere. Es wird Trauer sein und Schmerz. Es wird dankbare Erinnerung sein, die wie ein heller Stern die Nacht erleuchtet, bis weit hinein in den Morgen.
Wir nehmen Abschied von meine geliebten Mann, unserem Vater, Opa und Schwager
Georg Schicker
*22.11.1938 † 13.06.2025
In Liebe
Uta
Heike mit Hanna und Rieka
Freya und Tanja mit Ingalisa, Linnéa und Constantin
Tina und Michael
Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Montag, dem 07.07.2025, um 12 Uhr auf dem Friedhof Langenhagen Grenzheide statt. Anstelle freundlich zugedachter Blumenspenden bitten wir um eine Spende an die ClemiFreunde, Förderverein DRK-Krankenhaus Clementinenhaus e.V., IBAN DE57 2505 0180 0000 7404 46, Stichwort Georg Schicker
Bestattungsinstitut Richard Eggers, Niedersachsenstraße 2, 30853 Langenhagen

Walter Koch
† 29.05.2025
Ihr habt mit ihm gelacht, euch mit ihm gefreut, als er noch lebte.
Auf vielfältige Weise habt ihr eure Anteilnahme zum Ausdruck gebracht und uns damit gezeigt, wie sehr er geschätzt wurde.
Zu seinen Lebzeiten lag ihm das Wohl von Kindern sehr am Herzen und seinem letzten Wunsch, anstelle von Blumen, das Kinderhospiz Löwenherz zu unterstützen, seid ihr in liebevoller Verbundenheit nachgekommen.
Dafür danken wir von Herzen.
Unser besonderer Dank gilt Herrn Pastor Klöcker, der mit seinen einfühlsamen Worten ein zutiefst stimmiges Bild gezeichnet hat, sowie dem Team des Bestattungshauses Naethe für die fürsorgliche Begleitung und Gestaltung des Abschieds.
Im Namen der Familie
Heike Hoster, Thomas Koch

Norbert Hertrampf
† 19.05.2025
Herzlichen Dank
sagen wir allen lieben Menschen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten, mit uns Abschied nahmen und ihre Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck brachten.
Im Namen aller Angehörigen
Tanja Hertrampf-Tonat
Hellendorf, im Juli 2025

DER MEISTERBETRIEB
Gut zu wissen, dass es uns gibt.
Alles aus einer Meisterhand an der Walsroder Straße
NAETHE 100 Der Bestatter

Ist es nicht beruhigend, zu wissen, einen Partner an seiner Seite zu haben in Zeiten der tiefsten Trauer? Der einen Sicherheit, Orientierung und Trost gibt, wenn es wirklich nötig ist im Leben.

0511.72 59 55 55
Walsroder Straße 89



Danke sagen

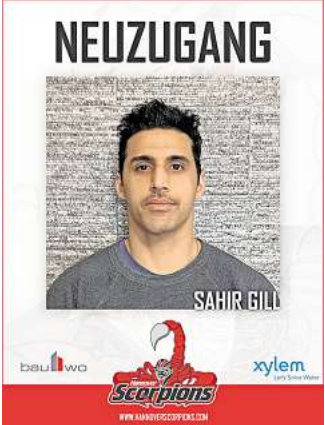
► kann man auch mit einer Anzeige in dieser Zeitung



Die Scorpions rüsten weiter auf

Eishockey-Oberligist verpflichtet Rosenheims Norman Hauner und Sahir Gill aus der Slowakei

MELLENDORF (HG). Zuletzt vergingen nur wenige Tage, an denen die Hannover Scorpions keinen neuen Spieler oder eine Vertragsverlängerung vermeldet haben – Nägel mit Köpfen also beim Eishockey-Oberligisten. Ein echter Hammer ist aber die nun aktuellste Personalie in Mellendorf, die man fraglos als den „Königstransfer“ bezeichnen kann. Norman Hauner wechselt aus der DEL 2 von den Starbulls Rosenheim, was Scorpions-Sportchef Eric Haselbacher gegenüber dieser Redaktion bestätigt. In der zweithöchsten Spielklasse hat Hauner in den vergangenen zwei Saisons in 71 Spielen 36 Tore erzielt. „Er ist ein super Spieler mit einem sehr starken Charakter. Wenn es bei ihm mal schlecht läuft, dann findet er trotzdem einen Weg, seiner Mannschaft zu helfen und ein Tor zu erzielen“, sagt Haselbacher. Dieser Meinung wird auch Scorpions-Trainer Kevin Gaudet sein, der Hauner bei den Bietigheim Steelers als Spieler unter seinen Fittichen als Chefcoach hatte. Und auch die Scorpions selbst kennen Hauner gut. Im Play-off-Halbfinale 2023 war er der entscheidende Faktor, dass die Starbulls die Wedemärker aus dem Rennen warfen. „In den Play-offs kann er sein Niveau nochmals steigern und ist ein Unterschiedsspieler“, sagt



Top-Spielmacher Sahir Gill kommt. Foto: privat

Haselbacher über den 31-Jährigen, der in seinen vier vergangenen Play-off-Saisons in 35 Spielen 49 Scorerpunkte verbuchte. „Der Kontakt zu Norman ist in den vergangenen Jahren nie abgerissen“, berichtet Haselbacher. Kurios: Mit dem ehemaligen Junioren-Nationalspieler Hauner haben die Scorpions nun einen Spieler in den eigenen Reihen, der ihnen in den vergangenen Jahren auf dem Weg in die DEL 2 einen Strich durch die Rechnung machte. Und er ist nicht einzige aus dieser Kategorie. Torhüter Marco Wölfl wechselt von den Blue Devils Weiden in die Mannschaft von Gaudet. Wölfl gewann 2024 das Play-off-Finale



Norman Hauner wechselt aus der DEL 2. Foto: Ludwig Schirmer

mit den Oberpfälzern gegen die Scorpions. In den Play-offs selbst agierte er mit einer Traumquote von nur 1,85 Gegentoren pro Spiel überragend. Im Jahr 2021 scheiterten die Wedemärker im letzten Finalspiel gegen die Selber Wölfe und verpassten den Aufstieg – ein wichtiger Akteur im Kader von Selb war damals Nick Miglio. Auch der kann den Scorpions nicht mehr weh tun – sondern beim erneuten Aufstiegsversuch behilflich sein. Der deutsch-amerikanische Stürmer hat seit dem 2021er-Coup mit dem Sieg in Mellendorf vier Jahre durchgehend DEL 2 bei den Wölfen gespielt. Neu ins Team in den vergangenen Tagen hinzugesto-

ßen sind zudem Yannick Drews (Dresdner Eislöwen), Marc-Olivier Vallerand (Sheffield Steelers) und Rückkehrer Dennis Schütt (Saale Bulls Halle). Ein weiterer Neuzugang ist Sahir Gill. Der Kanadier spielte früher in der DEL für Augsburg, zuletzt aber in der Slowakei für HK Nitra. „Sahir ist genau der Spielertyp, den wir gesucht haben“, sagt Gaudet. „Ein erfahrener Center mit kreativer Spielübersicht und der Fähigkeit, unsere Offensive auf ein neues Level zu heben.“ Verlängerungen von Verträgen vermeldeten die Scorpions in den vergangenen Tagen von Arturs Kruminsch, Michael Knaub und Fabian Gensicke. Die weitere Zusammenarbeit mit Gensicke ist eine Besonderheit. Der bisherige Keeper Nummer drei rückt eine Position nach vorn, ist nun der erste Ersatz hinter Wölfl. „Es macht aus sportlicher Sicht Sinn, wenn Fabian mehr Eiszeit erhält. Das hat er sich nach den vergangenen Play-offs verdient“, sagt Haselbacher. Damit ist zugleich das Torhüter-Duo komplett. „Für einen dritten Keeper gucken wir irgendwann nochmal in Ruhe, haben dafür jetzt keinen Druck.“ Der bisherige Stammtorhüter Kevin Reich ist in die DEL 2 nach Crimmitschau gewechselt, Ersatzmann Kevin Hufsky nach Nordamerika.

Fahrt in den Heilpflanzengarten

LANGENHAGEN. Wie jedes Jahr hat das Mehrgenerationenhaus wieder eine Fahrt in den Heilpflanzengarten Celle organisiert. Mit zwölf Teilnehmerinnen unter der Führung von Heilpraktikerin Christine Pfeuffer konn-

ten viele der Kräuter bestaunt werden. Pfeuffer hat auf Besonderheiten der vielen Pflanzen hingewiesen und die Wirkungsweisen der Kräuter erklärt. Der Rundgang im Garten wurde mit Kaffee und Kuchen im Kräuter-Café gemütlich abgerundet.



Die Gruppe verlebte einen interessanten Tag im Mehrgenerationenhaus Celle. Foto: privat

Essen und Getränke gestohlen

LANGENHAGEN (OK). Es war alles dabei: Honig, Marmelade, Süßigkeiten und Alkohol. Diebe haben nach Auskunft der Polizei zwischen Sonnabend und Montag einen Verkaufsstand auf dem FAMILIA-Parkplatz an der Hans-

Böckler-Straße aufgebrochen und Essen und Getränke mitgehen lassen. Der Schaden wird auf rund 600 Euro geschätzt. Zeugenhinweise bitte unter der Telefonnummer (0511) 109-42 15.

Schwimmwoche ging in die zweite Runde

90 Grundschüler legten mit der DLRG über 130 Abzeichen ab

MELLENDORF. Vom 16. bis 20. Juni brachte die S-Bahn täglich 90 Bissendorfer Grundschüler mit ihren Lehrkräften nach Mellendorf mit dem Ziel, ihre Schulsport-Schwimmprojektwoche im Spaßbad Mellendorf zu verbringen. Die Kinder nutzten ihre Zeit unter Aufsicht und Anleitung der DLRG Ortsgruppe Wedemark und ihren Lehrern, um zu zeigen, wie viel Freude ihnen das Element Wasser bereitet. Fast nebenbei erwarben sie mehr als 130 Abzeichen - bis hin zum Juniorretter. Peggy Mülde, Lehrkraft der Bissendorfer Grundschule, ist stolz auf ihre Schüler: „Immer

weniger Kinder können schwimmen. Die Grundschule Bissendorf mit 90 Kindern beweist das Gegenteil. Mit über 130 Abzeichen waren wir mit einer großartigen Schwimmwoche dabei.“ DLRG Ausbilderin Astrid Wassermann ergänzt: „Einige haben in diesen Tagen sogar mehrere Abzeichen abgelegt. Wir alle waren begeistert vom Engagement der Kinder, ihre Fertigkeiten im Wasser unter Beweis zu stellen oder sich am Beckenrand für die theoretischen Prüfungen vorzubereiten. Sie haben viel über Gefahren und sicherheitsbewusstes Verhalten im und am

Wasser gelernt.“ Zudem wurden auch in dieser Woche Inhalte des DLRG-Konzeptes Herzensretter vermittelt. Die Idee von Herzensretter ist es, bereits Kinder niedrigschwellig an die Herz-Lungen-Wiederbelebung heranzuführen. Zum Ende der Woche betont Wassermann: „Ausdrücklich bedanken möchte ich mich im Namen der Ortsgruppe Wedemark auch bei allen ehrenamtlichen Helfern und Sponsoren, die es uns überhaupt ermöglichen haben im Juni sowohl zwei Schwimmwochen als auch den Schwimmabzeichentag durchzuführen.“



90 Bissendorfer Grundschüler legten mit der DLRG Ortsgruppe Wedemark über 130 Abzeichen im Spaßbad Mellendorf ab. Foto: privat



Mein Sterne-Hotel ist hier.
**Mein Job
gleich nebenan.**

**Jobs für
NIEDERSACHSEN**

Jetzt Job finden unter:
www.jobsfuerniedersachsen.de