

KINDERGEBURTSTAG
(all inclusive)

Leihschlittschuhe,
Getränke beim
Eislaufen, gedeckter
Geburtstagstisch,
Pommes,
Chicken Nuggets,
Bunte Tüte

19,50 €

ARS ARENA
Eisstadion Mellendorf

5104301_002625

W E D E M A R K ECHO

für ein schönes
Wochenende

61. Jahrgang / Sonnabend, 15. Februar 2025

Holen Sie sich
den Frühling
ins Haus!

nur €
1,50

Borgas-Primel
Qualität
aus Meisterhand

Erlebnisdüngerei
BORGAS

Berlinger Str. 11 • Mellendorf

5417501_002625

LEGA WEIL WIR ES KÖNNEN!!!
Grün ist Leben

GARTEN-ABO
WIR PFLEGEN
IHREN GARTEN
ZUM FESTPREIS

LEGA Gartenservice GmbH
Wennebosteler Kirchweg 30
30900 Wedemark
Tel. 05130-5851414
www.lega-garten.de

5912701_002625

Mord, Verrat und Lügen

BRELINGEN. Der Seniorenbeirat der Gemeinde Wedemark und die Kirchengemeinde St. Martini Brelingen laden für Freitag, 21. Februar, um 19 Uhr zu einer Lesung des True-Crime-Buches „Schuld ... Verrat & Lügen – Mord in 7 Stücken“ ein. Die Autoren Christian Oehlschläger und Ulrich Hilgefort entführen die Zuhörer auf eine spannende Spurensuche rund um einen Mordfall, der vor 25 Jahren für Aufsehen sorgte. Ein Junggeselle und Millionär wurde Opfer eines Überfalls – doch was steckte wirklich hinter diesem Verbrechen? Oehlschläger und Hilgefort nehmen uns mit auf eine Reise, um den wahren Hintergrund des Falls zu entdecken. Was fanden sie heraus und welche Geheimnisse wurden ans Licht gebracht? Die Lesung verspricht nicht nur spannende Einblicke, sondern auch eine tiefere Auseinandersetzung mit einem wahren Kriminalfall. Der Eintritt zur Veranstaltung ist kostenfrei, jedoch bitten die Veranstalter um Spenden für das Infinitas-Palliativzentrum / Hospiz Burgwedel, in dem trotz seines recht kurzen Bestehens auch Wedemärker und Wedemärkerinnen schon Hilfe gefunden haben.

Oehlschläger und Hilgefort lesen aus wahrem Kriminalfall

Freitag, 21. Februar, um 19 Uhr in der Brelinger Kirche

BRELINGEN (FB). Zu einer Autorenlesung laden der Seniorenbeirat der Gemeinde Wedemark und die Kirchengemeinde St. Martini Brelingen ein. Am Freitag, 21. Februar, kommt das Autorenduo Christian Oehlschläger und Ulrich Hilgefort um 19 Uhr in die Brelinger Kirche. Auch diesmal wird es spannend. Die beiden Autoren lesen aus ihrem aktuellen Krimi „Mord in sieben Stücken“.

Es handelt sich um einen „True Crime“, einen echten Kriminalfall aus dem Jahr 1997, der sich in Hannover abspielte. 25 Jahre nach dem Mord stellten Oehlschläger und Hilgefort fest, dass sie beide, auf völlig unterschiedlichen Ebenen, viele Jahre zuvor das Opfer kannten. Krimiförster



Christian Oehlschläger, der aus dem Pfarrhaus in Brelingen stammt, und sein Lektor Ulrich Hilgefort machten sich auf Spurensuche, eine Reise in die Vergangenheit. Das Ergebnis sind

240 Seiten spannende Unterhaltung. Der Eintritt ist kostenfrei. Es wird um eine Spende nach der Lesung für das Palliativzentrum Infinitas in Fuhrberg gebeten. Anmeldungen sind nicht erfor-

derlich, erleichtern aber die Organisation. Bitte per Telefon bei Irmtraud Bernstorf unter 05130/2288 oder per Mail bei Marion Bernstorf unter fmbernstorf@htp-tel.de.

Christian Oehlschläger (rechts) und Ulrich Hilgefort lesen in der Brelinger Kirche aus „Mord in sieben Stücken“.
Foto: Friedrich Bernstorf

bauSpezi E.MARKS

HEIZÖL?

Dann **E.MARKS** – wir bringen Wärme ins Haus!
Johannisgraben 2
30900 Wedemark-Bissendorf
(05130) 9 78 30

3623201_002625

Wedemärker LAND MARKT
Qualität und Frische direkt vom Land

Jeden Donnerstag
von 14:00 bis 18:00 Uhr
auf dem Amtshof in Bissendorf

wedemaerker-landmarkt.de

32250401_002623

SSG lädt ein

SCHERENBOSTEL. Die Spiel- und Sportgemeinschaft Scherenbostel (SSG) lädt alle Mitglieder am Freitag, 28. Februar, zur Jahreshauptversammlung ein. Die Versammlung beginnt um 19.30 Uhr in der Turnhalle in Scherenbostel, Fuhrenkamp. Außer den Rechenschaftsberichten des Vorstandes, der Spartenleiter/innen sowie der Kassenprüfer stehen turnusmäßig die Wahlen des gesamten Vorstandes auf der Tagesordnung.

Außerdem werden langjährige Mitglieder geehrt und die Termine für die Veranstaltungen 2025 bekannt gegeben. Die Tagesordnung kann auf www.ssg-scherenbostel.de sowie im Schaukasten des Vereins eingesehen werden.

Betrunkener zerlegt Polizeizelle

Auch ein alkoholisierte Ladendieb macht Ärger

BISSENDORF. Betrunkene sorgten am Wochenende für Ärger in Rewe-Märkten: Ein polizeibekannter 48-Jähriger belästigte am Freitag, 7. Februar, die Kundschaft in Bissendorf – der Randalierer landete in Polizeigewahrsam. Ein alkoholisierte Ladendieb erhielt am Sonnabend, 8. Februar, Hausverbot in Mellendorf. Die Leiterin des Rewe-Marktes in Bissendorf habe am

Freitag gegen 18 Uhr einen Betrunkenen vergeblich aufgefordert, den Supermarkt zu verlassen, teilt Polizeioberrat Ken-Gordon Wernicke mit. Der Bissendorfer habe zuvor die Kundschaft belästigt.

Die herbeigerufenen Beamten sprachen einen Platzverweis aus. Doch auch dieser Aufforderung sei er nicht nachgekommen. Daraufhin habe die zu-

ständige Richterin Gewahrsam angeordnet. „In der Mellendorfer Polizeizelle gab der Randalierer keine Ruhe, schrie weiter herum, zerfetzte die Zellenmatratze und urinierte alles voll.“

Die Kosten für Ersatz und Reinigung müsse der Mann tragen. Er habe bereits bei seinem letzten Aufenthalt die Gewahrsamszelle mit Fäkalien beschmiert.

Ebenfalls alkoholisiert war ein Ladendieb im Mellendorfer Rewe-Markt. Offenbar hätten ihm die 1,73 Promille noch nicht ausgereicht, teilt Wernicke mit. So versuchte der Mellendorfer am Sonnabend gegen 18 Uhr zwei Flaschen Kräuterlikör im Wert von knapp 10 Euro zu stehlen. Der Mann erhielt Hausverbot. Zudem leitete die Polizei ein Strafverfahren wegen Diebstahls ein.

vhs
Schon vhs-Kurs gebucht?

Tolle Workshops,
Kurse & Bildungsurlaube

Jetzt stöbern & buchen:
www.vhs-hannover-land.de

7945301_002625

LANDE UND MEHR...
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

31654301_002624

Fernsehkummer
Wussow's Nummer
Inh. Rainer Hausmann

☎ (05130) **2155**

Guten Service bekommen Sie nur offline!

Mellendorf • Wedemarkstraße 38

34592801_002624

Tierische RABATTAKTION

20% Gültig bis 15.3.2025 auf zwei Artikel der Wahl

Ein Artikel entspricht einer Verkaufseinheit (z.B. einer Dose). Nur ein Coupon je Einkauf und Person. Ausgenommen sind Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, Geschenkkarten, Tiere, Aquarien-/Kombinationen, Bücher und Zeitschriften. Nur auf vorrätige Ware. Nicht kombinierbar mit dem FUTTERKARTEN-Rabatt sowie anderen Gutscheinen und Aktionen. Gültig nur bei Vorlage dieses Coupons und Ihrer FUTTERKARTE bis 15.3.2025 im DAS FUTTERHAUS Wedemark und Isernhagen.

DAS FUTTERHAUS Wedemark
Wedemarkstrasse 102 b
30900 Wedemark-Mellendorf

DAS FUTTERHAUS Isernhagen
Opelstraße 10 | 30916 Isernhagen

DAS FUTTERHAUS

4587201_002625

EDEKA Wir ♥ Lebensmittel.

Lüders

Daueraktion

Jeden Donnerstag
Thüringer Mett 1 kg

TOP-PREIS 5⁹⁹

ELZE WENNEBOSTEL BURGWEDEL ISERNHAGEN

34617201_002624

AYLUX®
SONNENSCHUTZSYSTEME

VERKAUFSOFFENER SONNTAG

am 23.02.2025

AYLUX HANNOVER | Zeilßtr.66 | 30519 Hannover
0511-49532238 | hannover@aylux.de | www.aylux.de

5403201_002625

Strike Zone – ein Bowlingabend mit Hindernissen

Theatergruppe Wedemark spielt am 23. und 28. Februar sowie 1. März

MELLENDORF. Zugegeben, die Bowlingbahn von Henrie F. Winkler ist im Charme der 80er Jahre ein bisschen hängengeblieben. Aber er und seine Angestellten führen die „Strike Zone“ mit Leidenschaft und Herz. Hier ist jeder Willkommen zu einer Runde Dart, Billard und eben auch Bowling oder einfach nur dem grauen Alltag mit einer Flasche eiskalten „El Paso“, dem Kultgetränk in der Strike Zone, ein paar Stunden zu entfliehen. Henrie, seine langjährige Angestellte Sabine und Simon, der noch nicht so lange dabei ist, sorgen dafür, dass die Gäste sich wohlfühlen, vor allem Rüdiger, der Stammgast der jeden Tag da ist. Heute ist Montag und mit einer Aktion sollen die Gäste in Scharen angelockt werden. Das scheint zu funktionieren, den César, ein wirklich ungewöhnlicher Gast betritt den Laden zum ersten Mal und hinterlässt einen bleibenden Eindruck. Sarah und Loh, ein Mutter-Tochter-Gespinn, waren schon öfter dort, während mit Maren und Michelle, zwei forschen Damen die zum ersten Mal in die Strike Zone gestolpert sind und ganz offensichtlich sehr unterschiedliche Antriebe dafür haben. Abwechslung suchen Anne und Jennifer, die wohl etwas besonderes feiern wollen. Und dann sind da noch Liane und ein Unbekannter, die dafür sorgen werden, dass dieser Abend allen noch lange im Gedächtnis bleiben wird und akribisch von Kommissar Preck



Die Theatergruppe Wedemark freut sich auf viele Besucherinnen und Besucher bei den drei Aufführungen. Foto: privat

bisch von Kommissar Preck aufgearbeitet werden muss. Strike Zone ist eine Krimikomödie mit Teils skurrile Charakteren in Ausnahmesituationen die in einer Bar mit Bowlingbahn aufeinandertreffen. In den rund 90 Minuten wechselt Comedy zu Crime und mancher Charakter wird zum Helden während andere... aber wir wollen ja nicht zuviel verraten. Das Stück von Bastian Stiller, selbst Mitglied der Theatergruppe Wedemark, empfiehlt sich für alle ab zwölf Jahren, da hier der Konsum von Alkohol und auch der Einsatz von Waffen dargestellt wird. Wie die langjährigen Fans der Theatergruppe Wedemark es gewohnt sind, gibt es vor und nach

dem Stück sowie in der Pause ein kleines Catering, das die Inhalte des Stückes aufgreift. Sebastian Mahnstein und Katharina Sauer haben zu Beispiel „El Paso“, das Kultgetränk des Stückes extra herstellen lassen. So kann der Theaterbesucher selbst entscheiden, ob es „mit“ oder „ohne“ besser schmeckt. Gespielt wird wieder in der Aula der Grundschule Mellendorf, Am Roye Platz 3. Dauer: 90 Minuten und 30 Minuten Pause = 120 Minuten Termine: Sonntag, 23. Februar, um 16 Uhr (Premiere); Freitag, 28. Februar um 20 Uhr und Sonnabend, 1. März, um 18 Uhr. Preise bleiben stabil: Vorverkauf: zwölf Euro Erwachsene/ zehn Euro Kinder bis einschließlich

zwölf Jahren; Abendkasse: plus zwei Euro Aufschlag. Der Vorverkauf ist bereit im vollen Gange, und wer sicher einen Platz in den drei Vorstellungen sichern will, sollte sich frühzeitig um ein Ticket bemühen. An der Abendkasse sind erfahrungsgemäß nur noch Restkarten erhältlich. Vorverkaufsstellen sind: Spielwaren Bertram in Mellendorf, Wedemarkstraße 33 in Mellendorf, und bei der Buchhandlung Bücher am Markt, Am Markt 8 in Bissendorf. Wer von außerhalb der Wedemark zum Stück anreist und auf die Abendkasse hofft, kann sich unter der Rufnummer (0152) 07 55 26 25 über weitere Vorverkaufsmöglichkeiten informieren.

Gailhofer Spieleabend

GAILHOF. Der Bürgerverein Gailhof lädt ganz herzlich für 20. Februar und 20. März zu einem vergnüglichen Spieleabend ins Dorfgemeinschaftshaus ein. Es werden in netten kleinen

Gruppen verschiedene Gesellschafts- und Kartenspiele gespielt. Gerne kann auch jemand sein Lieblingsspiel mitbringen und es vorstellen. Für Getränke und kleine Snacks ist gesorgt.

Kaffeestube

ELZE. Am Sonnabend, 22. Februar, öffnet das DRK Elze wieder seine Türen für die alljährliche Winter-Kaffeestube. Für reichlich Kaffee und Kuchen ist gesorgt. Seien Sie dabei und verbringen Sie einen

schönen Nachmittag bei netten Gesprächen in einer entspannten Atmosphäre. Die Kaffeestube findet wie gewohnt ab 14.30 Uhr in den Räumlichkeiten des DRK in der Poststraße in Elze statt.

Kostenlos, neutral und unabhängig

MELLENDORF. Der Senioren- und Pflegestützpunkt Nord bietet am Donnerstag, 20. Februar, in der Zeit von 10 bis 12 Uhr eine Sprechstunde im Mehrgenerationenhaus am Gilborn 6 in Mellendorf an. Die Beratungskräfte informieren und beraten zu allen Fragen rund um das Thema Pflege – wie zu örtlichen Hilfe- und Unterstützungsangeboten, Leistungen der Pflegeversicherung oder möglichen Sozialleistungen. Sie unterstützen außerdem bei der Antragstellung, zum Beispiel auf einen Pflegegrad. Das Angebot richtet sich an pflegebedürftige

Menschen, pflegende Angehörige sowie an alle Interessierte und Personen, die sich ehrenamtlich im Seniorenbereich engagieren möchten. Zur besseren Planbarkeit wird um eine vorherige Terminvereinbarung unter der Telefonnummer 0511 - 700 201 - 20 gebeten. Außerhalb der Sprechstunden können sich die Bürgerinnen und Bürger auch telefonisch beraten lassen oder vorab einen Gesprächstermin vereinbaren. Bei Bedarf bietet der Senioren- und Pflegestützpunkt Hausbesuche in der Wohnung des Ratsuchenden an.

IGS lädt zum Schwerpunkttag

MELLENDORF. Die IGS Wedemark lädt für Donnerstag, 20. Februar, alle Eltern und Schüler der vierten Klassen herzlich zum Schwerpunkttag ein. Um 17 Uhr geht es los mit einer kurzen Begrüßung durch die Schulleiterin Anke Ludwig im Forum des Campus W. Im Anschluss präsentieren sich dann die Schwerpunkte Musik, Forscher, Entdecker, Theater und Sport und laden die Viertklässler der Wedemark und deren Eltern und Erziehungsberechtigte zum Ausprobieren und Schnuppern ein. Das Schulleitungsteam der IGS Wedemark steht an diesem Tag für sie im Mensabereich für Fragen und Gespräche zur Verfügung. Hier können Interessierte sich auch über das Medienkonzept der IGS Wedemark informieren. Für das leibliche Wohl sorgt unsere nachhaltige Schülerfirma Rebalance gemeinsam mit dem zwölften Jahrgang.



Die IGS Wedemark präsentiert ihr vielfältiges Programm. Foto: privat

Hendrik Hoppenstedt

Am 23. Februar 2025:

Wir sind umgezogen!

DIETER KUKULA

Der Jalousien-Profi!

AUSSEN-JALOUSIEN
aus eigener Fabrikation
Reparaturen aller Art
– auch Reparatur-Schnelldienst –
Jalousien-Reinigung • Umbau auf E-Motoren mit Zeitschaltuhr
Hohenhorster Kirchweg 2, 30916 Isernhagen, firmakukula.dieter@gmail.com
Tel. 0511 / 737288, Mobil 0172 / 5403219

Seit 50 Jahren
Jalousienherstellung

- Rollläden
- Markisen
- Plisseé-Warbe
- Vertikal-Lamellen

Altgoldankauf

Schmuck, Zahngold, Münzen, Silber, Bestecke
Trauringe, Anfertigungen, Reparaturen

Do + Fr: 10-13 + 15-18 und Sa: 10-13
und nach Terminvereinbarung
Wedemarkstr. 62 ♥ 05130 / 377-477
goldschmiede-wiek.de

GOLDSCHMIEDE
WIEK

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

oculi
Kontakt-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

Kirstin Skawran
Raumausstattermeisterin

Marktstraße 4, 29690 Schwarmstedt
Tel./Fax: 05071-1644
Funk: 0171-2108485
E-Mail: kskawran@aol.com
www.skawran-raumausstattungen.de

Aus alt mach neu!
Wir polstern Ihre Möbel auf!

- Dekostoffe und Gardinen
- Licht-, Sicht- & Sonnenschutz
- Polsterei
- Bodenbeläge
- Gardinenwäsche
- Montage & Dekoration

SILKE HANEBUTH
IMMOBILIEN

Kompetente und empathische Beratung

Professionelle Bewertung und Abwicklung

Hochwertige Vermarktung mit Liebe zum Detail

Silke Hanebuth
Immobilien-gesellschaft mbH
Wedemarkstraße 19
30900 Wedemark

www.hanebuth-immobilien.de
info@hanebuth-immobilien.de
05130 60 900 57

Dem Einbrecher keine Chance

- kostenlose Beratung vor Ort
- Um- und Nachrüstung von Fenstern und Türen nach DIN 18104
- Montage durch geschulte Fachkräfte
- Lieferung und Montage von geprüften Sicherheitsfenstern

Vom LKA Niedersachsen gelisteter Betrieb!

Zuhause sicher
Eine Initiative Ihrer Polizei

KNOKE
Bau- und Möbeltischlerei

Bissendorf • Burgwedeler Str. 14
(05130) 87 38
e-mail: tischlerei-knoke@t-online.de

JUWELIER COHRS
Gold-Ankauf Bargeld sofort
Tagesaktuelle Höchstpreise

Gold | Silber | Platin | Zinn
Schmuck | Juwelen | Armbänder | 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

ECHO
Wochenendausgabe

Anzeigenschluss
für die nächste
Wochenendausgabe
ist am
Mittwoch, 16 Uhr

INFORMIEREN

SHOPPEN

GENIEßEN



Interessengemeinschaft Bissendorfer Kaufleute

Heute: Sabine Kahn-Günther, Tattenhagen 16a, Bissendorf

Heilpraktikerin für Psychotherapie, Beratung und Mediation

Systemische Familienaufstellungen sind ein Schwerpunkt

BISSENDORF. „Die Wirklichkeit wird nicht von uns entdeckt - sie wird von uns erschaffen.“ Dieses Zitat ist von dem Schriftsteller Antoine de Saint-Exupéry. Sabine Kahn-Günther weiß, dass es in jedem von uns eine Dimension gibt, die genau weiß, wie wir wachsen und heilen können und die den für uns individuell richtigen Weg kennt. Im Mittelpunkt steht stets die Individualität jedes Menschen. Seine Einmaligkeit, seine Schönheit, seine Kraft, seine Lebendigkeit und seine Fähigkeiten. Aber auch sein Leiden, sein Kummer, sein Schmerz, sein Gefühl von Entfremdung und Einsamkeit, von „nicht richtig sein“.

In diesem ungeheuer großen und komplexen Gebilde Erde und Menschheit gibt es nur ein einziges winziges Teilchen, über das ich wirklich Macht habe, auf das ich wirklich Einfluss nehmen kann: und das bin ich, mein Denken, mein Fühlen und Handeln. Denn jeder Mensch ist richtig, so wie er ist!

Manchmal braucht es aber etwas Hilfe und Begleitung, sich zum Ausdruck zu bringen, sich heil und ganz werden zu lassen. Darum bedeutet der Entschluss zur Aufnahme einer Psychotherapie oder eines Coachings auch immer, das Leben in die eigenen Hände zu nehmen, seinen Bedürfnissen Raum zu schenken und sein persönliches Wachstum zu entfalten. Sabine Kahn-Günther arbeitet mit einer Erweiterung der systemischen Strukturaufstellungen. Vielen Menschen ist diese Arbeit landläufig als „Familienaufstellung“ bekannt. Ein Schwerpunkt ist hier auch die Genogramm Arbeit, bei der Familienbeziehungen und innerhalb einer Familie sich wiederholende Verhaltensweisen visualisiert und analysiert werden (generationsübergreifende Themen).

Was wird nun aber eigentlich als „System“ definiert? Ein



Heilpraktikerin für Psychologie, Beratung und Mediation, Sabine Kahn-Günther, mit dem Symboltier für Weisheit, der Eule.
Foto: privat

System ist eine Gruppe, die sich klar abgrenzen lässt. So stellt eine Familie genauso ein System dar wie die Mitarbeiter einer Firma. Ein System besitzt immer eigene innere Regeln. Wird eine dieser Regeln aber missachtet (oft aus Unwissen oder sogar aus Liebe) geraten Systeme durcheinander. Mit Hilfe der Aufstellungstechniken werden diese Zusammenhänge sichtbar gemacht und durch zielführende und wertschätzende Interventionen wird das System wieder in seine eigentliche

Ordnung begleitet und kann sich entspannen. Oft ist es ein Perspektivwechsel, der es den Menschen möglich macht aus der Problemschleife heraus zu treten und Lösungen zu entwickeln. Der Klient wird angeleitet, Problemsituationen aus verschiedenen Blickwinkeln zu beleuchten und hilfreiche Alternativen zu entdecken, sich eigener Ressourcen und Stärken bewusst zu werden und eigene Lösungsschritte zu entwickeln. Eine Aufstellung ist eine sehr kraftvolle Intervention – aber

nicht in jedem Einzelfall ist es das Mittel der Wahl. Daher ist es Sabine Kahn-Günther sehr wichtig, jede Aufstellung in einen therapeutischen oder beratenden Kontext einzubetten um ihre Klienten sicher und verantwortungsvoll begleiten zu können. Sie ist skeptisch, wenn Aufstellungen ohne entsprechende Vorbereitung angeboten werden. Voraussetzung ist daher mindestens ein Vorgespräch, in dem das Anliegen fokussiert und das Familiensystem aufgenommen wird sowie ein Nachgespräch um zu reflektieren, ob und was sich geändert hat. Sabine Kahn-Günther dazu: „Das Leben ist kostbar – es lohnt sich. Immer. Jetzt! Und darum – „Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt.“ (Zitat von M. Gandhi)“



Sabine Kahn-Günther legt Wert auf ein Einführungsgespräch mit ihren Klienten.
Foto: Maren Kolf

LUCKY YOU
Hundephysiotherapie & Ernährungsberatung

VATTER
Scherenbosteler Straße 18,
30900 Wedemark, Telefon 05130/5840457

Rinne Steuerberatungsgesellschaft mbH
Willi Rinne Stefan Kahnt
Steuerberater Steuerberater
Telefon 05130/ 95 90 0

GUIDO ROHR
ELEKTROTECHNIK
- Elektromeister -
Bissendorf • Dieter-Mysegades-Weg 1
Tel. (05130) 37 40 36

DANGERS
Blumen - Design
Am Hellenfeld 3a
Tel: 05130 - 37 24 50

ALLES AUS EINER HAND!
HEIZUNG, BÄDER & MEHR
Dembski
S. Dembski S. Kissing-Dembski
05130-583417 05130-7171
Burgwedeler Str. 8 • 30900 Wedemark

Müsken & Weine
WEIN • KULTUR • ERLEBEN
Rügener Weg 3 • Telefon (05130) 73 38

Denise Wöhler
SprachOase
Praxis für LOGOPÄDIE
Bissendorf • Langer Acker 26a • Tel. 6 09 89 60
www.sprachooase-wedemark.de

autohaus GEHRKE
Qualität im Service - für jede Automarke
Schlager Chaussee 11
Tel.: 05130 / 6359

WEDETERM WESSARGES
Glaserie • Echtglasduschen
Bissendorf • Tel. 85 23

Reparatur aller Markenfabrikate
Schmidt
Motorgeräte
Ihr Spezialist für
Garten- und Forsttechnik
Wennebostel • Tel. (05130) 70 23

CAMPINGPLATZ
NATELS-HEIDEESE
mit Badeseen
Tel. 8547
Bissendorf-Wietze • Regeldamm 1
www.campingplatz-natelsheidese.de

Sparkasse Hannover

Siebold HÖRakustik
Scherenbosteler Str. 3
30900 Wedemark / Bissendorf
Tel. 05130 - 5837023

Autolackiererei Wedemark
Unfall-Reparatur • Smart Repair
Karosseriearbeiten • Restaurationen
aller Art / Oldtimer • Autoglas - u.v.m.
Langer Acker 1 b • Gewerbegebiet Bissendorf
05130 51 30 55 58 100 - info@autolackiererei-wedemark.de

Fleischerei Klemm
Party-Service
Bissendorf • Kurze Str. 6 • Tel. (05130) 73 92

HPE MERTENS
HYDRAULIK
PNEUMATIK
ELEKTRONIK
Michael Mertens GmbH • Johannsgraben 7a • 30900 Wedemark
Tel. 05130 / 6093590 • Fax 05130 / 6093579 • kontakt@hpe-mertens.de

Fein & Wein
Ihre Adresse für die schönen
Dinge des Lebens
Bissendorf, Scherenbosteler Straße 5
Tel. (05130) 95 88 441

architekturbüro
carsten krüger
bahnhofstraße 1 • 30900 wedemark
telefon 05130 583696 - email info@krueger-architekturbuero.de
www.krueger-architekturbuero.de

Osteopathie
Torsten Liebert
Physiotherapeut/Heilpraktiker
Tel. 05130/9689996
Tattenhagen 16a • 30900 Wedemark

HENSEL
ZIMMERTÜRENFABRIK
Schlager Chaussee 1 • Bissendorf • Tel. 05130-9789-0

Bücher am Markt
Am Markt 8 • 05130 / 974775

COR-MAGIS
Sabine Kahn-Günther
Heilpraktikerin für Psychotherapie
und Mediatorin

ESSKLASSE
CATERING UND EVENTS
www.essklasse-catering.de
COMPLEX
GEBÄUDESERVICE
www.complex-gebuedeservice.de

Hannoversche Volksbank

KNOKE
Bau- und Möbelschleier
Bissendorf • Burgwedeler Str. 14
Tel. (05130) 87 38

Angelika Holz
Raumausstattermeisterin
Möbel & Dekorationen
Bahnhofstraße 17, Tel: 05130 - 88 21

Familienentlastender Dienst
KeRn Care
Alltagshilfe & Betreuung
Wedemarkstraße 63 • 30900 Wedemark
Tel.: 05130 9669619 - www.kerncare.de

HERR STRATMANN
GESTALTUNGSWESSEN
Marketingkonzepte & Mediendesign
05130 921 06 42 • herrstratmann.de

Kuhlmanns Hof
Wohlfühl-Eis
www.ich-mag-natur.de

Felicitas von Poser
Heilpraktikerin
Physiotherapeutin
Wietze Aue 36 • 30900 Bissendorf-Wietze
Telefon 05130 - 928 46 32
www.naturheilpraxis-vonposer.de
Termine nach Vereinbarung - privat und private Kassen

RehBöck
natürlich genießen
Bäckerei & Café • Scherenbosteler Straße

Bissendorf's Friseur
hair:oase
im Wohlfühlambiente
Marianne Muck-Blanke
Tel. 05130/ 77 45 www.hairoase.de

Lufthansa City Center
Reisebüro Bissendorf
Am Markt 12 • Tel. 80 90
info@lcc-bissendorf.de
www.lcc-bissendorf.de

FLIESENLEGER
Roberto Kopjen
Bissendorf
Tel. (05130) 61 30
www.kopjen.de

Klipphahn
grün erleben
Bissendorf • Tel. (05130) 88 34

Murr murr-gmbh.de
Fenstersysteme 05130 / 60101
• Fenster • Terrassendächer
• Haustüren • Sonnenschutz

Oehme
malermeister-oehe.de

Gebäudedienste
Hummes
Wir machen das!
Gebäudedienste Hummes GmbH
Denecken Heide 5 • 30900 Wedemark
Tel.: 0 51 30 - 377 98 56 • hummes-dienste.de

Ihre Familienpraxis
WedeDent.de
Zahnarztpraxis

Immer auf dem Laufenden:
www.ibk-bissendorf.de

1.000 Sterne für Ebeling

Spedition Ebeling feiert 2027 ihren 100. Geburtstag

GAILHOF. Bei ersten Recherchen zum 100. Geburtstag der Spedition Ebeling aus der Wedemark in 2027 haben die Verantwortlichen festgestellt, dass das Unternehmen nicht nur einer Lkw-Marke treu geblieben ist und sondern im Laufe der Jahrzehnte jetzt den 1.000 Mercedes-Benz-Lkw gekauft hat.

Zur Übergabe gab es Besuch von Irina Bieder, Centerleiterin des Nutzfahrzeugzentrums Mercedes-Benz Hannover mit ihrem Team: „Wir sind sehr stolz, mit unseren Lkw Teil der Erfolgsgeschichte von Ebeling zu sein.“

Das Logistikunternehmen, das seit 24 Jahren von Jens Brückner betreut wird, ist damit unser größter und wichtigster



Die Spedition Ebeling setzt auf die Marke Mercedes-Benz. Foto: privat

Kunde in der Region Hannover.“ Der erste Lastwagen war ein L 311 und wurde Ende der 50er Jahre bei der Daimler AG gekauft.

„Als ich ein kleiner Junge war, hatte mein Vater gerade den Betrieb von meinem verstorbenen Großvater übernommen und 1970 den Fuhrpark auf zehn Lkw verdoppelt“, blickt Georg Ebeling, Inhaber der Spedition in dritter Generation zurück. „Wir haben uns anfangs aufgrund der räumlichen Nähe für Mercedes-Benz entschieden. Heute wissen wir, dass nur Lkw mit dem Stern unsere hohen Anforderungen erfüllen und durchgängig eine Million Kilometer Laufleistung schaffen.“

Benefizkonzert

MELLENDORF (OK). Ein besonderes Benefizkonzert für nachhaltige Zwecke geht am Montag, 24. Februar, ab 17.15 Uhr am Campus W der IGS Wedemark. Die Besucherinnen und Besucher können sich auf musikalischen Genuss verschiedener Genres freuen. Auftreten werden die Musikklassen der IGS Wedemark und der Realschule, außerdem die

Band-AG „Irgendwie geht's schon“, die Newcomer-Band „Sick Lick“ aus Hannover und „The Dookies“ aus Langenhagen. Vier Mitglieder der Schülerfirma „Rebalance“ haben das Konzert geplant und organisiert. Die Spenden des Abends werden für nachhaltige und zukünftige Projekte der Schülerfirma verwendet.



Nachhaltige Projekte stehen beim Benefizkonzert im Fokus. Foto: privat

Faschingsfest

ABBENSEN. Der Dorfverschönerungsverein Abbensen lädt alle Kinder im Alter bis zu zwölf Jahren herzlich zum Faschingsfest für Sonntag, 2. März, ab 14 Uhr ins Dorfgemeinschaftshaus Abbensen ein. Für gute Laune mit Spielen, Tanz, Basteln, Schminken und Spaß sorgt Nicole und ihr Team. Der Eintritt, sowie Getränke, Snacks und Waffeln sind kostenfrei. Für die begleitenden Eltern oder Großeltern wird mit Kaffee und Kuchen zu kleinen Preisen gesorgt.



Kinderfußballtag

RESSE (OK). Für einige war es die erste Begegnung mit dem runden Leder, andere wiederum hatten schon etwas Erfahrung mit dem Kicken. Aber alle hatten

einen Tag mit viel Spaß mit der Fußballschule Karsten Surmann. Beim dritten Kinderfußballtag hat der dritte Jahrgang der Grundschule Resse unter profes-

sioneller Anleitung verschiedene Geschicklichkeitsübungen mit dem Fußball und kleine Übungsspiele absolviert. Die ganze Gruppe war dabei richtig motiviert.



Die Kinder hatten beim Fußball viel Spaß miteinander.

Foto: privat

Aufgrund der großen Nachfrage im letzten Jahr gibt es auch jetzt wieder unsere Aktion:

Der frühe Vogel fängt den Wurm!

Jetzt die letzten E-Bike Modelle 2024 anschauen und für den Saisonstart im April reservieren. Sie können dabei locker bis zu 1000,- Euro sparen.

Wir freuen uns auf Sie:
Wilfried und Kristian Stille

2-RAD Stille
Service aus Leidenschaft

Elze
Wasserwerkstraße 9
Tel. (05130) 34 17
www.wedemark-fahrrad.de

MOSS Delikatessen

Unsere Nachmittagsaktion am Donnerstag
1 1/2 Kikok Hähnchen

Immer frisch aus dem Ofen um 15 Uhr

Dammstraße 10
30938 Großburgwedel
Tel. (05139) 23 45

Mittagstisch:

Mo Doradenfilet „Thai Style“
Di Königsberger Klopse (100% Kalb)
Mi Damwildgulasch mit Waldpilzen
Do Nudelauflauf mit Kochschinken
Fr Apfelstrudel mit Vanillesauce
Sa Roastbeefgeschnetzeltes BBQ

(unseren gesamten Wochenplan finden Sie unter www.moss-delikatessen.de)

Fang der Woche:

Frische Regenbogenforelle
(aus Teichwirtschaft in der Wedemark)

100g € **1,49**
(ab Donnerstag, den 20.02.2025)

Frische Orange
aus Sizilien
ab Dienstag, 18.02.2025

DIE GRÖSSTE MESSE FÜR AUSBILDUNG, STUDIUM, JOBS & WEITERBILDUNG in Niedersachsen!

EINTRITT FREI!

21. | 22. FEB 2025
HANNOVER CONGRESS CENTRUM

beruf & bildung
berufundbildung.de

34. Deine Messe für Ausbildung & Karriere!

- Anzeige -

Vanessa Mandel fährt Einsätze im Hausnotruf und hilft Menschen in allen Lebenslagen

Es geht manchmal so schnell. Die Teppichkante führt zum Sturz und auf einmal sind die Arme zu schwach, um von alleine wieder hochzukommen.

Wer einen Hausnotruf hat, trägt die Sicherheit mit sich. Dann reicht ein Knopfdruck, um Alarm zu schlagen. Über die Funkverbindung kommt ein Gespräch zustande, die Zentrale informiert einen Hausnotruf-Einsatzfahrer und schnell kommt Hilfe. Eine von vielen Johanniterinnen und Johannitern, die sich bei so einem Alarm sofort auf den Weg machen, ist Vanessa Mandel. Sie ist qualifizierte Sanitätshelferin und liebt ihre Arbeit sehr.

In ihrem Einsatzgebiet gibt es fast 2.500 Schlüssel von Hausnotruf-Teilnehmenden, alle

Vanessa Mandel (Foto: JUH/Heun)

streng gesichert und durch ein Zwei-Nummern-System anonymisiert. Zahlreiche Besitzer dieser Schlüssel haben ihren Hausnotruf noch nie gebraucht, aber bei einigen von ihnen war Vanessa Mandel schon zuhause, um zu helfen. Einer ihrer ersten Einsätze hatte sie frühmorgens zu einer älteren Dame geführt. „Sie war total geschwächt, hatte durch eine Darmverletzung über die Nacht viel Blut verloren“, erinnert sie sich. Sie verständigte sofort die Kollegen vom Rettungsdienst – gerade noch rechtzeitig. Die meisten ihrer Einsätze laufen glimpflicher ab. Manches Mal reicht es auch schon, einfach nur da zu sein. „Wenn ich mit einer Kleinigkeit helfen kann und den Moment dafür habe, dann mache ich das natürlich“, sagt sie. Zu ihren liebsten Kunden gehört ein 100-Jähriger. Jeden Morgen um 8.30 Uhr telefoniert er mit seinem Sohn. Der schlägt Alarm, hebt sein Vater mal nicht ab. Wenn Vanessa Mandel dann vorfährt, klingelt und der alte Herr ihr quickelebendig öffnet, müssen beide lachen.

Noch bis zum 21. März 2025 besteht die Möglichkeit, den Johanniter-Hausnotruf vier Wochen lang gratis zu testen. Das ist eine gute Möglichkeit, sich mit dem Gerät vertraut zu machen.

Ob im Heidekreis, in Stadt und Region Hannover oder im Landkreis Nienburg: Die Einsatzzentrale ist rund um die Uhr und das ganze Jahr hindurch erreichbar.

Mehr Infos zu den Sicherheitswochen gibt es unter: www.johanniter.de/hausnotruf-testen oder telefonisch im KundenserviceCenter: **0800/0019214 (kostenfrei).**

Der Johanniter-Hausnotruf.

Zuhause und unterwegs immer an Ihrer Seite.

Jetzt bestellen!
johanniter.de/hausnotruf-testen
0800 32 33 800 (gebührenfrei)

03.02. bis 21.03.2025:
Jetzt 4 Wochen gratis testen und bis zu 120 Euro Preisvorteil sichern!*

JOHANNITER

*Gültig vom 03.02. bis 21.03.2025. Zu den Aktionsbedingungen besuchen Sie bitte: hausnotruf-testen.de/aktionsbedingungen oder schreiben eine Mail an aktionsbedingungen@johanniter.de.

Sie heben die Niveaus in ihren Vereinen auf ihre Art und Weise

Der Kreisschützenverband zeichnet Eric Rehwinkel als Sportler und Manfred Voigt als Ehrenamtlichen des Jahres aus

LANGENHAGEN (OK). Er musste sich entscheiden: entweder Schießen oder Fußball. Der Titel des Schülerkönigs dürfte dem damals neunjährigen Eric Rehwinkel die Entscheidung erleichtert haben. Heute ist Rehwinkel 63 Jahre alt und immer noch in seinem Schützenverein Kaltenweide aktiv. Der Fußball hat aber trotzdem immer eine Rolle in Rehwinkels sportlichem Leben gespielt. „Ich war Schlüsselwart, und wir haben jeden Montag zwei Stunden lang in der Turnhalle gebolzt“, erzählt Rehwinkel. Gut für die Ausdauer, denn: „Ein gewisse Kondition ist notwendig, um sich besser konzentrieren zu können“, sagt Eric Rehwinkel.

Aber nicht nur Konzentration ist notwendig, sondern auch jede Menge Training. Und trainingsfaul ist Eric Rehwinkel mit Sicherheit nicht. Er gibt ein Beispiel: „Ich habe mit lange mit Justo Gallardo und Dirk Görries zusammen im Team geschossen. Die beiden haben mehr Talent als ich. Aber ich habe immer mehr trainiert, um langsam auf ihr Niveau zu kommen.“ Ein Niveau, dass Eric Rehwinkel nach wie vor hält. So hat er sich mehr als zehn Mal einen Landesmeistertitel geholt, zuletzt 2023 mit der Zentralfuehrpistole und ein Jahr später mit der Standardpistole auf 25 Meter. Im vergangenen Jahr gelang es ihm sogar den



Sind ein Leben lang mit dem Schießsport verbunden und ihren Heimatvereinen fest verwurzelt: Eric Rehwinkel (links) und Manfred Voigt (rechts) mit Kreisschützenmeister Michael Freiberg.

Foto: Oliver Krebs

Landesrekord um 26 Ring zu verbessern. Sein Ziel war es aber immer, zu den Deutschen Meisterschaften nach München zu kommen. Etwa zehn Mal hat er das auch geschafft. Angefangen hat Rehwinkel zwar mit dem Luftgewehr, dann aber nach einem Jahr zur Pistole gewechselt. Der Material-Aufwand sei bei der langen Waffe doch ungleich größer.

„Während du die Pistole in der Handtasche transportieren kannst, brauchst du für das Gewehr immer einen Koffer“, sagt

Eric Rehwinkel schmunzelnd, der nicht nur mal erster Vorsitzender, sondern 2002 auch Schützenkönig in Kaltenweide war.

Die langjährigen sportlichen Erfolge haben letztendlich dazu geführt, dass der Kreisschützenverband Wedemark Langenhagen in Zusammenarbeit mit dem ECHO Eric Rehwinkel zum „Sportler des Jahres“ ernannt hat. Und es gibt beim Kreisschützenverband noch eine zweite Ehrung, die Ernennung des „Ehrenamtlichen des Jahres“. Diesen Ti-

tel sicherte sich im vorigen Jahr Manfred Voigt vom SSV Schulenburg. „Ein Name, der beim Kreisschützenverband und beim SSV (Schießsportverein) Schulenburg für Verlässlichkeit, Engagement und Leidenschaft steht“, heißt es in der Laudatio. In der Tat: Immer, wenn etwas in Sachen Schießen anfällt, ist Manfred Voigt zur Stelle. Die Leidenschaft für den Schießsport hat früh begonnen. „Ich habe mein Taschengeld auf Jahrmärkten verschossen“, erinnert sich Voigt, der aus dem Kreis

Uelzen stammt. Über die Stationen Soltau und Hannover kam der 76-jährige Postbeamte 1979 nach Schulenburg, ist dann aber nicht gleich in den SSV eingetreten. „Ich brauchte erst einmal Bedenkzeit“, so Voigt. Der Grund waren seine langen Dienstzeiten, in der Woche bis 19.20 Uhr. Schließlich ließ er sich 1995 doch breitschlagen und war gleich mit Herzblut und Hingabe dabei. 2008 übernahm er dann das Amt des Schießsportleiters, das er bis 2022 mit „unermüdlichem Einsatz und bemerkenswerter Präzision“ ausfüllte.

Manfred Voigt: „Heinrich Döpke hat festgelegt, dass ich sein Nachfolger werde und mich eingearbeitet. Da gab es keine Widerworte. Was Heinrich festgelegt hat, war Gesetz.“ Vor zwei Jahren hat Manfred Voigt das wichtige Amt dann in jüngere Hände an Carsten Schwenger übergeben, der zugleich auch Kreisschießsportleiter ist. „Aber ich assistiere ihm noch“, betont Manfred Voigt, der noch nicht vor hat, sich ganz aufs Altenteil zurückzuziehen. Am Schießstand ist Voigt auch selbst noch mit dem Gewehr aktiv und ganz zufrieden: „Ich treffe noch ganz gut.“ Wichtiger ist ihm aber, dass die anderen Vereinsmitglieder optimale Bedingungen haben, wenn sie ihrem Sport nachgehen.

Ambulante Hospizarbeit

GROßBURGWEDEL. Der Ambulante Hospizdienst Burgwedel-Isernhagen-Wedemark bietet wieder einen Schulungskurs an. Wer sich zur ehrenamtlichen Begleiterin oder zum Begleiter in der Ambulanten Hospizarbeit vorbereiten lassen möchte, oder die Hospizarbeit insgesamt ehrenamtlich unterstützen möchte, kann am Dienstag, 25. Februar, bei der Informationsveranstaltung um 18.30 Uhr im Amtshof, Auf dem Amtshof 8, in Großburgwedel, Näheres erfahren.

Der Kursus startet am 26. April, dauert bis November und wird von einer qualifizierten Kursleitung begleitet. Zum Konzept des Kurses gehört ein selbsterfahrungsorientiertes Lernen in der Gruppe. Unter anderem wird die eigene Wahrnehmung geschult, persönliche Erfahrungen mit Tod und Sterben besprochen und die Kommunikation erprobt. Voraussetzungen sind die Bereitschaft zur Gruppenarbeit, regelmäßigen Kursteilnahme und die Fähigkeit zur Selbstreflektion. Eine spätere ehrenamtliche Mitarbeit ist erwünscht.

Dieser Kursus ist nicht nur ein Gewinn, weil er Hilfe für das Leben anderer Menschen bringt, sondern wird auch das eigene Leben verändern und bereichern.

Bei allen Fragen wenden sich Interessierte bitte an die Koordinatorinnen Ute Rodehorst und Anne Müller-Domrös.

Die Telefonnummer lautet (05139) 9 70 34 31.

Hinweise finden Sie auch auf der Homepage: www.ambulanterhospizdienst.de

ANZEIGE

Tabuthema Hämorrhoiden



Hämorrhoiden zählen zu den häufigsten Begleiterscheinungen von hartem Stuhl bzw. regelmäßiger Verstopfung. Lassen Sie es gar nicht so weit kommen!

„Ich habe Hämorrhoiden“ – Worte, die niemand von uns gerne in den Mund nehmen möchte. Tatsache ist jedoch: Wir alle haben Hämorrhoiden. Dabei handelt es sich schlichtweg um Blutgefäße rund um den Darmausgang. Wer umgangssprachlich von Hämorrhoiden spricht, meint damit vielmehr eine

schmerzhafte Vergrößerung dieser Blutgefäße. Besonders häufig treten diese aufgrund von zu starkem Pressen beim Toilettengang auf. In vielen Fällen muss das aber gar nicht sein!

Warum Salben und Zäpfchen nicht reichen

Entsprechende Salben und Zäpfchen können zwar kurzfristig Linderung verschaffen, beseitigen jedoch nicht die Ursache des Problems. Wer lediglich die Symptome behandelt,

wird langfristig immer wieder mit den lästigen Hämorrhoiden zu kämpfen haben. Am besten Sie setzen also bereits an, bevor es so weit kommt. Und zwar bei einer gut funktionierenden Verdauung.

Harter Stuhl wirksam entgegensteuern

Ärztliche Leitlinien empfehlen bei hartem Stuhl die Erhöhung der Ballaststoffzufuhr, um die Verdauung sanft anzuregen. Dies ist sinnvoller als ein akut

angewendetes (synthetisches) Abführmittel. Letzteres kann bei häufigem Gebrauch nämlich zu einem Gewöhnungseffekt führen – der Darm braucht dann ständig den Reiz von außen, um einwandfrei zu arbeiten. Hinzu kommt, dass viele Abführmittel auch zu Durchfall führen können. Dadurch wird der ohnehin bereits empfindliche Darmausgang weiter gereizt, was die Beschwerden wie Juckreiz, Brennen oder Schmerzen bei Hämorrhoiden verstärken kann.

Ballaststoffe: Sanft und wirksam

Ballaststoffe hingegen regen bei ausreichender Aufnahme durch ihren Quelleffekt ganz natürlich die Darmtätigkeit an und sorgen so für eine normale Stuhlkonsistenz – noch bevor es zu den lästigen Hämorrhoiden kommt.

Studien haben in diesem Zusammenhang gezeigt, dass gerade Ballaststoffmischungen einen positiven Effekt zeigen und somit einen klaren Vorteil gegenüber Präparaten, die nur einen einzelnen Ballaststoff enthalten.*

Innovation aus der Apotheke

Ein solches Mittel, mit dem immer mehr Betroffene gute Erfahrungen gemacht haben, ist Dr. Böhm® Darm aktiv. Das fruchtige Trinkpulver enthält eine ideal dosierte 5-fach Kombination aus Ballaststoffen (Flohsamen, Gerstengras, Apfel, Pflaume sowie Yaconwurzel). Es wirkt sanft und natürlich – einen spürbaren Effekt merkt man bereits nach der Einnahme von 1 bis 2 Sachets. Das bestätigt auch ein breit angelegter Produkttest.**

Kurz gesagt: Kein schmerzhaftes Pressen mehr! Ideal also bei akuten Hämorrhoiden oder um zu verhindern, dass diese erneut entstehen. Anwender loben auch den leckeren Geschmack, wodurch sich das Präparat gut trinken lässt und auch problemlos regelmäßig eingenommen werden kann.

Tipp: Dr. Böhm® Darm aktiv ist auch für Kinder ab 6 Jahren geeignet, um wieder für eine regelmäßige Verdauung zu sorgen.

Gut zu wissen:

Wie alle Produkte der führenden österreichischen Apothekenmarke Dr. Böhm® wird auch Darm aktiv unter strengsten Qualitätsvorschriften mit hochwertigen Rohstoffen produziert. Bestehen Sie auf das Original – falls noch nicht vorrätig bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Darm aktiv für Sie.

*Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16., ** PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)

Die Lösung bei hartem Stuhl

NEU

- ✓ Angenehm weicher Stuhl¹
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern

Für Ihren Apotheker: Dr. Böhm® Darm aktiv
PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)

¹Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.

Autopartner vor Ort



Kälte beeinflusst Leistung und Reichweite von E-Autos

Warum verlieren Elektroautos im Winter an Reichweite?

Bei niedrigen Temperaturen kann die Reichweite eines Elektroautos um 20 bis 30 Prozent sinken. In extremen Fällen, insbesondere bei Kurzstrecken, kann der Verlust sogar bis zu 50 Prozent betragen.

Um die Auswirkung von Kälte zu minimieren, hilft es schon, unnötige elektrische Verbraucher wie beheizte Scheiben oder Spiegel auszuschalten oder auch Sitz- und Lenkradheizung zu verwenden statt der Innenraumheizung.

Die chemische Reaktion in den Batteriezellen verlangsamt sich bei Kälte, was die Effizienz der Batterie verringert. Dies führt dazu, dass weniger Energie zur Verfügung steht und die Reichweite sinkt. Planen Sie längere Fahrten, um die Batterie auf Betriebstemperatur zu bringen. Kurze Fahrten bei kalten Temperaturen sind

eher kontraproduktiv. Viele moderne Elektroautos verfügen über integrierte Thermomanagement-Systeme, die die Batterie aktiv temperieren.

Im Winter wird mehr Energie für Heizung und Batterie des Fahrzeugs benötigt. Dies erhöht den Gesamtenergieverbrauch und reduziert die verfügbare Reichweite weiter. Falls vorhanden, Auto in Garage oder einem geschützten Ort parken. Dies hilft, die Batterie und den Innenraum wärmer zu halten.

Bei niedrigen Temperaturen laufen die elektrochemischen Prozesse im Akku langsamer. Die Ladeleistung wird reduziert, um den Akku zu schonen. Gleichzeitig steigt der elektrische Innenwiderstand bei Kälte, was die Effizienz des Ladevorgangs verringert. Einige Fahrzeuge und Ladestationen bieten die Möglichkeit,



Eine langsamere Ladegeschwindigkeit kann bei kalten Temperaturen effizienter sein und die Batterie schonen

Foto: pixabay.com

die Ladegeschwindigkeit anzupassen. Eine langsamere Ladegeschwindigkeit kann bei kalten Temperaturen effizienter sein und die Batterie schonen.

Die reduzierte Leistung der Batterie bei Kälte bedeutet auch eine geringere Fahrleistung. Einige

Fahrzeuge begrenzen die Leistung, bis die Batterie auf Betriebstemperatur gebracht wurde. Viele Elektroautos verfügen über eine Funktion, die die Batterie vorheizt, wenn das Fahrzeug an die Ladestation angeschlossen ist. (MID/AK-O)

Elektrisches Signal statt Mechanik

Bosch testet hydraulische Brake-by-Wire-System

Sechs Tage lang, über 3 300 Kilometer und durch unterschiedliche Klimazonen bis zum Polarkreis: Ein Entwicklungsteam von Bosch hat auf einer nicht alltäglichen Erprobungsfahrt erstmals und erfolgreich das neue hydraulische Brake-by-Wire-System auf öffentlichen Straßen getestet. Das Besondere an Brake-by-Wire: Bei dieser Lösung entfällt komplett die mechanische Verbindung zwischen Bremspedal und Bremssystem. Der Bremswunsch des Fahrers wird rein als elektrisches Signal über redundante Signalleitungen an das Brake-by-Wire-System übertragen.

Für diesen grundlegend neuen Ansatz bietet Bosch eine robuste und effiziente Lösung mit zwei unabhängigen hydraulischen Bremsaktuatoren – einem By-Wire-



Erfolgreicher Langstreckentest für ein neues Bremssystem. Foto: Bosch

Bremsaktor und einem ESP®. Heutige Bremssysteme, wie zum Beispiel die Integrated Power Brake, stellen die erforderliche Redundanz im Fehlerfall noch über eine mechanische Verbindung zum Bremspedal sicher. Diese Kopp-

lung über eine Eingangsstange zum Bremspedal entfällt bei der neuen Brake-by-Wire-Lösung von Bosch.

Die Langstreckenfahrt führte das Entwicklungsteam von Deutschlands über Kopenhagen

und Stockholm sowie über einen kurzen Umweg zum Polarkreis bis zum Ziel im Bosch-Wintertestzentrum Vaitouden im nordschwedischen Arjeplog. Bosch hat für das Versuchsfahrzeug eigens eine Straßenzulassung in mehreren Ländern beantragt und erhalten, basierend auf einem umfangreichen Sicherheitskonzept. „Wir haben während der Fahrt tausende Bremsungen durchgeführt, konnten wichtige Erkenntnisse und Daten über das Verhalten des Bremssystems in den unterschiedlichsten Verkehrssituationen ermitteln und gleichen diese mit unseren vorherigen Simulationen ab. All dies fließt in die weitere Entwicklungsarbeit ein, um unser hydraulisches Brake-by-Wire-System weiter zu optimieren,“ erklärt ein Entwicklungsingenieur. (WMD)

So reagieren Sie auf gefährliches Blitzeis

Wenn die Fahrbahn zur Rutschbahn wird

Vom einen Moment auf den anderen wird die Straße plötzlich spiegelglatt – Blitzeis! Das entsteht im Winter, wenn Regen oder Nebel auf eine gefrorene Fahrbahn treffen.

Dann gefriert das Wasser sofort und bildet laut ADAC eine harte, glasige, zusammenhängende Schicht. Speziell auf schattigen Passagen, die etwa durch Wälder führen, oder auf Brücken kann die Fahrbahn im Winter stark abkühlen. Zwar können an besonders gefährlichen

Stellen wie diesen sogar Gefahrenschilder stehen – aber eben nicht überall.

Tückisch: Die Eisschicht sei kaum zu erkennen und tritt plötzlich auf. Und: Selbst Winterreifen, Antiblockiersystem (ABS), elektronisches Stabilitätsprogramm (ESP) oder auch Ketten helfen dann nicht mehr, schreibt der Autoclub auf seiner Internetseite. Dann wird die Straße zur Rutschbahn.

Wird schon vor Antritt der Fahrt in Verkehrshinweisen vor



Gefährlich: Durch überfrierende Nässe oder gefrierenden Regen kann Glatteis entstehen.

Foto: Christophe Gateau/dpa/dpa-mag

Blitzeis oder Eisregen gewarnt, ist es dem Club zufolge sogar besser, den Wagen stehenzulassen und den Starttermin zu verschieben. Wer unterwegs von Blitzeis überrascht wird, legt besser eine Pause ein und wartet auf den Streudiens.

Generell ist auf winterlichen Straßen noch mehr Vorausschau und Umsicht sowie größerer Abstand zu Vorausfahrenden gefragt. Auch gilt es, sanft zu bremsen und hektische Lenkbewegungen zu vermeiden. (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



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

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



 **Autohaus OLENIK**
autorisierter Servicepartner

 
PROFESSIONAL

• 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

Autolackiererei Wedemark
Meisterbetrieb

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

Langer Acker 1b • 30900 Wedemark
Tel. 05130 - 95 88 160 • 0173 - 21 76 167
www.autolackiererei-wedemark.de

Plakette fällig?
DEIN EXPERTE FÜR DIE HU.

• Hauptuntersuchungen
• Änderungsmaßnahmen
• Oldtimerbegutachtungen

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

WEDEMAGAZIN

Raucherecke

Am Freitag, 21. Februar, ist ab 19 Uhr die Autorin Anke Weber mit ihrem Roman „Raucherecke“ zu Gast bei „Bücher am Markt“, Am Markt 8, in Bissendorf.

Aus dem Inhalt: „Wenn beiläufige Begegnungen das Leben nachhaltig verändern. Nach fünf Jahren mit Nick wacht Ella eines Morgens als Single auf. Er hat Schluss gemacht. Mit nur fünf Worten. Fragen, Selbstzweifel und Alleinseins-Ängste quälen die 27-Jährige. Wie lange dauert Trennungsschmerz? Ist Alleinsein ein Makel? Und warum hat Nick sie überhaupt verlassen? Wo auch immer das Leben Ella nach der Trennung hintreibt, landet die Online-Journalistin in der Rau-

cherecke. Dort trifft sie auf unterschiedlichste Menschen. Fremde, die als feuergebende Randfiguren auftauchen und sie inspirieren, triggern oder aufbauen. Und Bekannte, denen Ella immer wieder lassen Ellas Mut und Lebenslust auflodern und sie erfährt immer mehr über die wichtigste Person in ihrem Leben - sich selbst. Ein Roman, der Mut macht, sich neu zu erfinden“.

Anke Weber liest am Passagen aus ihrem Buch und erzählt von ihrem Alltag als Autorin und Journalistin. Karten sind ab sofort bei Bücher am Markt in Bissendorf erhältlich, der Eintritt kostet 15 Euro.

Wintersuppe bringt Menschen zusammen

Gemeinsames Mittagessen in Bissendorf

Im Februar wird immer donnerstags im Gemeindehaus der evangelischen St. Michaelis Kirchengemeinde in Bissendorf der Tisch zur Wintersuppe gedeckt. Auf dem Speiseplan stehen vegetarische Suppen und Eintöpfe, die oft auch eine Brücke zu anderen Kulturen schlagen – exotische Gewürze und bekannte Zutaten gehen Hand in Hand. Woche für Woche ergibt sich eine anders zusammengestellte Runde rund um den großen Tisch. Auch darin liegt der Reiz dieses gemeinsamen Mittagessens für die beiden Organisatoren Lisa Hartmann und Günther Bochnig. Und

trotzdem ist um die beiden in den letzten beiden Jahren so etwas wie eine kleine „Suppen-Gemeinschaft“ gewachsen ist. Manchmal tauchen bekannte Gesichter nach einigen Monaten wieder auf und oft verabschieden sich Teilnehmerinnen mit einem fröhlichen „bis nächste Woche“.

Am 20. und 27. Februar, immer von 12.30 bis 13.30 Uhr, ist herzlich eingeladen, wer neue Rezepte kennenlernen möchte oder keine Lust hat, für sich allein zu kochen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig (Am Kummerberg 4a, Bissendorf).



Günther Bochnig (von links), Lisa Hartmann, Susanne Bochnig – das Team der Wintersuppe. Foto: privat

Siebold HÖRakustik
Inhaber Jan Siebold
Hörgeräteakustikmeister

TOP 100 AKUSTIKER 2021/2022
INHABERGEFÜHRTE MITTELSTÄNDISCHE UNTERNEHMEN, AUSGEZEICHNET FÜR BESONDERE KUNDENSCHUTZBEREITUNG, VOM IFA INSTITUT FÜR INNOVATIVE MARKTFORSCHUNG, DUISBURG
Mehr Infos: www.ifa-institut.de

kostenloser Hörtest

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 9 - 13 Uhr und 14 - 18 Uhr
Mittwochnachmittag geschlossen

Scherenbosteler Str. 3 · 30900 Wed./Bissendorf · www.siebold-hoerakustik.de
Tel. 05130 - 58 37 023 · Email: kontakt@siebold-hoerakustik.de

HeimWerk
HAUSMEISTERDIENSTE

HeimWerk GmbH · Tel. 0511 | 761 905 07 & 05073 | 675 38 10
Mobil 0174 | 80 096 16 · Mail: heimwerk-gmbh@gmx.de

AUS DER REGION | IN DER REGION | FÜR SIE

ELEKTRO BORGES
IHR MEISTERBETRIEB - GmbH

ELEKTROINSTALLATION + E-CHECK + SAT-ANLAGEN + NETZWERK, FERNSEH- + SICHERHEITSTECHNIK

Jetzt auch bei uns:
Sicherheitstechnik + Fernsehtechnik

Ihr Fernsehtechniker: Christian Niedergesäss
Direkt erreichbar: 0172 5451852

Elektro Borges GmbH
Brinker Str. 65 | 30851 Langenhagen
Tel. 0511 816729 | Fax 0511 819690 | www.elektro-borges.de

Schwung und neue Mitglieder

Tennisclub Resse: Jahreshauptversammlung am 28. Februar

Die Jahreshauptversammlung des Tennisclubs Resse findet am Freitag, 28. Februar, um 19 Uhr im Clubheim auf der Anlage Drosselstieg 18 statt.

Der Vorstand bittet um zahlreiches Erscheinen. Die Winterpause neigt sich ihrem Ende, aber der Verein ist schon sehr aktiv: Die Instandsetzung der Plätze, Mann-

schaftsmeldungen, Finanzplanung, Veranstaltungen und vieles mehr will sorgfältig vorbereitet sein. Das letzte Jahr hat dynamischen Schwung und neue Mitglieder für den TCR gebracht. Da ist die Hauptversammlung ein gute Gelegenheit für die Mitglieder, sich über die laufenden Entwicklungen zu informieren und gemeinsam wichtige

Entscheidungen zu treffen. So stehen gleich mehrere Posten im Vorstand zur Wahl, unter anderem der erste Vorsitzende, Kassen-, Sport-, Jugend-, Platz- Presse- und Technikwart. Die neue Beitragsstruktur und anstehende Investitionen werden die Tagesordnung komplettieren. Aber neben den genannten Themen wird es

auch einen Ausblick auf die vielfältigen gemeinschaftlichen Aktivitäten des Jahres geben: Vom Anspielen im April über die Punktspiele ab Mai bis hin zum LK-Turnier am 19. Juli und viele weitere Veranstaltungen.

Damit auch 2025 wieder ein schönes Tennisjahr für alle im TCR Resse wird.

Ganovenball im MGH

28. Februar: Faschingsdisco für Krimifans

Ab sofort sind Anmeldungen für die Faschingsdisco „Zur alten Unke“ am Freitag, 28. Februar, im MGH möglich. Beim „Ganovenball“ feiern Verbrecherinnen und Verbrecher in kreativen Kostümen. Eintritt: fünf Euro, Tickets über Reservix oder direkt im MGH.

Spannung, Verkleidung und Er-

mittlungsarbeit: Die Tatort-Wedemark-Reihe geht weiter! Seit dem 3. Februar läuft die Anmeldung für ein besonderes Event, das Krimi- und Faschingsfans gleichermaßen begeistert.

Am Freitag, 28. Februar, ab 19 Uhr lädt die Faschingsdisco „Zur alten Unke“, nach dem Trude-Herr-

Klassiker, ins MGH ein. Beim „Ganovenball“ trifft sich die Unterwelt zum Feiern. Ob als Gangsterboss oder Meisterdiebin – kreative Kostüme sind ausdrücklich erwünscht. Ganz wie in dem Trude Herr-Schlager erwarten wir Pistolen-Franz, Juwelen-Ruth und jede Menge anderer Groß- und Kleinkriminelle.

Karten gibt es für fünf Euro über Reservix oder im MGH.

Die Tatort-Wedemark-Reihe bietet das ganze Jahr über fesselnde Events für Krimifans. Von Krimidinnern bis zu mörderisch guten Theatervorstellungen – hier kommt jeder auf seine Kosten. Infos unter www.wedemark.de/tatort

Englandsommer – Kinder und Jugendreise

Ziel der Reise ist Kent an der Südost-Küste von England

Der Internationale Austauschdienst wird in den Sommerferien eine zweiwöchige Kinder- und Jugendreise für England-interessierte Kids veranstalten. 20 Plätze werden jetzt vergeben. Bewerben können sich auch Jungen und Mädchen aus Wedemark, die zwischen 11 und 18 Jahre alt sind; Grundkenntnisse in der englischen Sprache müssen vorhanden sein.

Am 6. Juli geht es los, Ziel der Reise ist Kent an der Südost-Küste von England. Gastgeber sind englische Familien mit gleichaltrigen Kindern, die sich jedes Jahr für einige Wochen als „Gasteltern“ zur Verfügung stellen. So lernt man das Gastgeberland und seine Eigenarten wirklich kennen. Täglich findet in der örtlichen Schule ein Sprach-

unterricht statt, denn die Jungen und Mädchen sollen in den zwei Wochen auch sprachliche Fortschritte machen.

Die Nachmittage sind ausgefüllt mit Sport, Strandfreizeiten und Ausflügen. An den Wochenenden gibt es Exkursionen und natürlich auch einen London-Besuch.

Wer dabei sein will, kann sich ab sofort mit einer formlosen Kurzbewerbung (in Deutsch oder Englisch) an den Austauschdienst wenden: Per E-Mail an sommer@austauschdienst.de. Dabei sollen Name, Postadresse, Alter und Klassenstufe sowie das Stichwort „Englandsommer“ angegeben werden. Jeder Interessent bekommt dann die ausführlichen Informations-Unterlagen zugesandt.

Traditionsverein trifft sich

Jahreshauptversammlung im Dorfgemeinschaftshaus

Die Jahreshauptversammlung des Traditionsvereins Negenborn findet am Freitag, 21. Februar, statt. Beginn ist um 19.30 Uhr im Dorfgemeinschaftshaus. Alle Mit-

glieder sind herzlich eingeladen. Die Tagesordnungspunkte sind den Aushängen zu entnehmen, ansonsten stehen die Vorstandsmitglieder gerne zur Verfügung.

ECHO
HÖR- UND SEH-ANZEIGEN

Keine Anzeige Online inserieren

Unser Geschenk für Sie

Wenn Sie Ihre private Anzeige oder Familienanzeige über unser Online ServiceCenter aufgeben, sparen Sie ab sofort 10%.

10% gespart

www.extra-verlag.de



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com

Beschwerden lindern

5 Hausmittel, die Älteren helfen

Nicht immer muss es etwas aus der Apotheke sein: So einige Beschwerden, die im Alter typischerweise auftreten, lassen sich auch mit Dingen lindern, die man vielleicht sogar schon zu Hause hat. Gut zu wissen auch für alle, die jemanden pflegen.

Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) gibt in Kooperation mit der Hochschulambulanz für Naturheilkunde der Berliner Charité einen Überblick. Wichtig: Im Zweifel sollte man die Beschwerden ärztlich abklären lassen - und auch, ob etwas gegen die Anwendung des Hausmittels spricht.

1. Mit schwarzem Tee gegen Juckreiz

Im Alter wird die Haut oft trockener, manchmal juckt sie fies. Die Gerbstoffe, die in schwarzem Tee stecken, können Abhilfe schaffen.

Was man braucht: 1 Tusch, 2 bis 3 TL schwarzen Tee, 200 Milliliter Wasser

So geht es: Tee aufbrühen und für mindestens 10 Minuten ziehen lassen. Das Tuch dann mit dem abgekühlten Tee durchfeuchten und auswringen. Die Auflage für einige Minuten auf die juckende Körperstelle legen, anschließend eine fetthaltige Creme auftragen. So eine Tee-Auflage kann mehrmals täglich wiederholt werden - auf offenen, entzündeten Hautstellen ist sie jedoch tabu.

2. Mit Leinsamen und Kamille gegen Mundtrockenheit

Zu wenig Speichel im Mund als Nebenwirkung von Medikamenten oder eine gereizte Mundschleimhaut, etwa weil Zahnprothesen



Flohsamenschalen können bei Verstopfung helfen, besonders bei älteren Menschen mit schwächerer Darmmuskulatur.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

drücken: Das ist unangenehm. Eine Mundspülung aus Kamille und Leinsamen kann die Trockenheit lindern und die Schleimhaut beruhigen.

Was man braucht (für eine Tagesportion): 1 EL Leinsamen, 1 EL getrocknete Kamille, 500 Milliliter Wasser

So geht es: Leinsamen für fünf Minuten in 250 Milliliter Wasser kochen, sie dann abseihen. Kamille mit 250 Milliliter kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen, dann abseihen. Leinsamen-Sud und Kamillentee zu gleichen Teilen mischen und damit spülen. Dem ZQP zufolge kann die Spülung viermal täglich angewendet werden, wobei sie im Kühlschrank gelagert werden sollte.

3. Mit Flohsamenschalen gegen Verstopfung

Ältere haben meist eine schwächere Darmmuskulatur - die Verdauung geht also langsamer voran. Das führt schnell mal zu einer Verstopfung. Ein Flohsamenschalen-Getränk kann durch die enthaltenen Schleimstoffe die Verdauung anregen.

Was man braucht (für eine Portion): 1 TL Flohsamenschalen, 100 Milliliter Wasser, Saft oder Milch

So geht es: Flohsamenschalen in das Getränk einrühren und die Mischung für mindestens 10 Minuten quellen lassen. Das Getränk sollte möglichst vor dem Essen getrunken werden.

Nachspülen sollte man anschließend mit einem Glas Wasser, damit es nicht zu Blähungen kommt.

4. Mit einer Kohlauflage gegen Schmerzen im Kniegelenk

Bei entzündlicher Arthrose kühlt Kohl. Dem ZQP zufolge kann man eine Auflage damit bis zu zweimal täglich anwenden, jeweils mit frischen Blättern.

Was man braucht (für eine Anwendung): 2 bis 4 Blätter Wirsing- oder Weißkohl, 1 Baumwolltuch, 1 elastische Binde

So geht es: Die Kohlblätter - ohne die harte Mittelrippe - plattrollen, bis etwas Saft austritt. Schmerzendes Gelenk mit den Blättern bedecken und das Tuch darüberlegen. Nun alles mit einer

Binde umwickeln, einschneiden sollte die dabei allerdings nicht. Mindestens eine Stunde oder über Nacht einwirken lassen. Dann die Auflage entfernen, die Körperstelle waschen und eine fetthaltige Creme auftragen.

5. Mit Zwiebelsaft gegen Husten

Bei einer Erkältung kann Zwiebelsaft abschwellend und schleimlösend wirken.

Was man braucht: 1 große Zwiebel, 2 EL Zucker oder flüssigen Honig, Zitronensaft für den Geschmack, 1 Gefäß mit festem Deckel

So geht es: Zwiebel klein schneiden und mit Zucker oder Honig in das Gefäß geben. Alles für mehrere Stunden in den Kühlschrank stellen - mit der Zeit tritt Flüssigkeit aus der Zwiebel aus. Diesen Saft abseihen und nach Geschmack noch etwas Zitronensaft dazugeben.

Löffelweise über den Tag verteilt einnehmen. Wichtig: Der Saft sollte täglich frisch zubereitet werden, sonst können sich Krankheitserreger vermehren. (DPA)

Nach Herzinfarkt: Tipps für Angehörige

Reha soll auch Angehörige einbeziehen

Bloß um jeden Preis funktionieren und ja keine Schwäche zeigen: Angehörige von Herzpatientinnen und -patienten stellen oft diesen hohen Anspruch an sich selbst, heißt es von der Deutschen Herzstiftung. Dabei ist es eine plötzliche Krise, wenn etwa der Vater, die Schwester oder der Partner einen Herzinfarkt erlitten und glücklicherweise überlebt hat. Doch wie findet man als Angehöriger den richtigen Umgang mit der herzkranken Person - und mit den eigenen Sorgen?

Angehörige wollen den Patienten oder die Patientin oft um jeden Preis schonen. Ganz nach dem Motto: „Du sollst dich nicht zu sehr anstrengen oder aufregen, ich mach' das schon“. Dazu gehört oft auch, die eigenen Ängste, Sorgen und Gefühle zu verbergen - in der Hoffnung, die herzkranken Person dadurch zu entlasten.

Diese Verhaltensweise kann aber genau das Gegenteil bewirken: So ein Abkapseln macht einen unbefangenen, offenen Umgang miteinander schwerer, schafft womöglich emotionale Distanz. Das schreiben der Kardiologe Christoph Herrmann-Lingen und der Psychologe Jonas Nagel in einem Beitrag für die Zeitschrift „Herz heute“ der Deutschen Herzstiftung. Sich über eigenen Zustand klar werden Was also tun? Ein erster Schritt für Angehörige ist, auf ihren eigenen Zu-

stand zu blicken - und zwar ehrlich und mit Mitgefühl gegenüber sich selbst. Da ist vielleicht große Angst? Das Gefühl, alles nicht zu schaffen? Frust, derzeit in anderen Lebensbereichen wie dem Job zurückstecken zu müssen? Wer sich darüber im Klaren ist, kann Worte dafür finden.

Und so kann die Bestandsaufnahme ein offenes Gespräch mit der herzkranken Person anstoßen - auch wenn das erst einmal Mut kostet. Der zahlt sich aber aus: So können beide Seiten Verhaltensweisen, die sie möglicherweise irritieren, besser verstehen. Und: Es lassen sich Missverständnisse ausräumen und womöglich neue Lösungen finden.



Angehörige von Herzpatientinnen und -patienten neigen oft dazu, Betroffene übermäßig schonen zu wollen.

Foto: Christian Charisius/dpa/dpa-mag

Weil solche Gespräche zwischen Tür und Angel eher schwierig sind, raten die Experten übrigens dazu, sich zu einer Familienkonferenz zu verabreden.

Was aber, wenn Angehörige be-

reits an einem Punkt angekommen sind, an denen ihnen die Kraft ausgeht oder die Ängste überhandnehmen? Das kann darauf hindeuten, dass sich eine psychische Erkrankung - etwa eine Depression, eine Angststörung oder eine Posttraumatische Belastungsstörung - entwickelt hat. Die Experten raten in diesem Falle dazu, das Gespräch mit Hausarzt oder Hausärztin zu suchen - für eine erste Einschätzung und um zu klären, wie es nun weitergehen kann.

Übrigens: Bei einer kardiologischen Reha ist die Einbeziehung von Angehörigen durchaus vorgesehen. Auch hier kann man Themen wie einen guten Umgang miteinander ansprechen. (DPA)



Ihr verlässlicher Pflegepartner in der Wedemark

In unserer modern ausgestatteten Residenz bieten wir 100 Seniorinnen und Senioren in 70 Einzel- und 15 Doppelzimmern die Möglichkeit, bei einer liebevollen und professionellen Betreuung in geborgener Atmosphäre ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Informieren Sie sich gern persönlich, auch ohne Termin oder unter den nachstehend genannten Kontaktmöglichkeiten.

Wir freuen uns darauf Sie kennenzulernen!

Allerhop 22 a | 30900 Wedemark | Tel. 05130/928 05-0
allerhop@medicare-pflege.de | www.medicare-pflege.de

MediCare
Seniorenresidenz Allerhop

Wo das Herz klopft, sind wir zuhause.



ZUR EICHE Tagespflege Bissendorf

DAS KÖNNEN SIE VON UNS ERWARTEN:

- individuelle Betreuung
- Gemeinsamkeit erleben
- vorhandene Fähigkeiten fördern
- Hilfe zur Selbsthilfe sicherstellen

Telefon: 0 51 30 / 97 56 00
Burgwedeler Straße 10 • 30900 Wedemark
www.tagespflege-wedemark.de



Sozialstation Wedemark

- Ambulante Kranken- u. Seniorenpflege
- hauswirtschaftliche Versorgung u. Haus- u. Familienpflege
- 24-Stunden-Erreichbarkeit
- Beratungsbesuche, Schulung von Angehörigen, Betreuung
- uvm.

Te.: 0 51 30 / 69 99 - Wedemarkstraße 55 - 30900 Wedemark



Wohnpark Tagespflege

ALTE FESTWIESE - ELZE

**Sorglos-Wohnen - Wohngemeinschaft - Tagespflege
Pflegedienst - Service & Pflege**

Alte Festwiese 1 - 30900 Wedemark
info@sozialstation-wedemark.de - Te.: 05130 / 9719-0
www.sozialstation-wedemark.de



Seniorengerechter Duschumbau:
bis zu **4.180€**

Pflegekassenzuschuss pro Person

Strauß Duschen aus Glas MEISTERBETRIEB

Ausstellung: Termine nach Absprache.
Pechriede 4 - 30900 Wedemark
E-Mail: info@duschenausglas.com
www.strausseduschen.de
05130-95 32 11



Der Mensch im Mittelpunkt

Praxis für Ergotherapie Mark Bussmann

Godshorner Straße 2 • 30851 Langenhagen

0511- 76 19 05 34

Termine nach Vereinbarung

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



Petra Schmidtke IPflegedienst GmbH

Ihre Ambulante Pflege

PROFESSIONELL • KOMPETENT • INDIVIDUELL

Ambulanter Pflegedienst

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



GELD UND RECHT

TIPPS, TRICKS UND RAT VON EXPERTEN



Fotos: Pixabay.com

Willi Rinne
Steuerberater

Stefan Kahnt
Steuerberater

Im Wöhren 4
30900 Wedemark
OT Bissendorf
Telefon 05130/95 90 0
Telefax 05130/95 90 90

Rinne Steuerberatungsgesellschaft mbH

34695101_002624

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Rolf Blum
Beratungsstellenleiter
Walsroder Str. 162
30853 Langenhagen
Rolf.Blum@vlh.de
0511/8 66 77 01

Wir suchen Verstärkung
für unser Team!

VLH

Vereinigte
Lohnsteuerhilfe e.V.
LOHNSTEUERHILFEVEREIN

www.vlh.de

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

4068501_002625

ECHO

Schnell und einfach inserieren

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:
Tel. (05 11) 518-2111 oder (05 11) 72 80 80
E-Mail: service@langenhagener-echo.de
service@wedemark-echo.de

2025 ist mehr private Vorsorge möglich

Per Entgeltumwandlung ist mehr privater Aufbau der Altersvorsorge möglich

Die gesetzliche Rente allein reicht vielen Menschen nicht aus, um ihren Lebensstandard im Alter aufrechtzuerhalten. Eine zusätzliche private Altersvorsorge kann darum entscheidend sein – sofern es die finanziellen Möglichkeiten zulassen. Eine Option, die Beschäftigte haben: die Entgeltumwandlung. Dafür verzichten sie auf einen Teil ihres Lohns, den der Arbeitgeber stattdessen in deren spätere Betriebsrente steckt, teilt die Deutsche Rentenversicherung (DRV) mit. Der Vorteil: Für diesen Teil des eingezahlten Lohns werden unter bestimmten Voraussetzungen keine Steuern und Sozialabgaben fällig. Bedeutet im Klartext: Wer 100 Euro Gehalt umwandeln lässt, hat am Monatsende einen Nettoabzug in deutlich geringerer Höhe.

Und: In der Regel steuert der Arbeitgeber selbst 15 Prozent zum Vorsorgebeitrag hinzu. Dazu ist er gesetzlich verpflichtet, wenn er durch die Entgeltumwandlung Sozialversicherungsbeiträge einspart und das Geld in einen Pensionsfonds, eine Pensionskasse oder eine Direktversicherung fließt. Manche Arbeitgeber zahlen freiwillig mehr als vorgegeben – ein Blick in den Arbeits- oder Tarifvertrag bringt Aufschluss.



Zusätzliche Vorsorge: 2025 ist per Entgeltumwandlung mehr privater Aufbau der Altersvorsorge möglich.

Foto: Annette Riedl/dpa/dpa-mag

DIESE BEDINGUNGEN MÜSSEN ERFÜLLT SEIN

Beschäftigte müssen wissen, dass die Entgeltumwandlung gewissen Rahmenbedingungen unterliegt:

- 2025 müssen zum Beispiel mindestens 23,41 Euro monatlich umgewandelt werden, um von den Vorteilen profitieren zu können.
- Nach oben ist die Umwandlung auf vier Prozent der jährlichen Beitragsbemessungsgrenze der gesetzlichen Rentenversicherung begrenzt, so die DRV.
- 2025 entspricht das 3.864 Euro im Jahr beziehungsweise 322 Euro im Monat.

- In bestimmten Fällen kann mehr Entgelt umgewandelt werden, das dann zwar immer noch steuerfrei sein kann, aber sozialversicherungspflichtig wird.

Doch Achtung: Die Entgeltumwandlung für eine betriebliche Altersvorsorge hat nicht nur Vor-, sondern auch Nachteile: Denn die geringeren Sozialabgaben haben auch geringere Rentenansprüche zur Folge. Berechnungen der Verbraucherzentrale NRW zufolge sinken diese bei 100 Euro Bruttomonatsleistung des Arbeitnehmers pro Jahr Vertragslaufzeit um einen Euro. Bei einer Laufzeit über 40 Jahre fällt die gesetzliche Alters-

rente also um 40 Euro geringer aus. Wer an die Höchstgrenze geht, bekommt noch weniger.

ANSPRUCH AUF SOZIALLEISTUNGEN

Auch ein etwaiger Anspruch auf Kranken-, Arbeitslosen- oder Erziehungsgeld fällt durch die Entgeltumwandlung geringer aus, so die Verbraucherschützer. Und: Zwar sind die Einzahlungen in die betriebliche Altersvorsorge von der Einkommensteuer befreit, die Auszahlungen sind später allerdings steuerpflichtig. Diese Nachteile sollte die Betriebsrente im Idealfall ausgleichen. Lohnenswert ist die Entgeltumwandlung nach Schätzungen von Verbraucherschützern daher erst bei einem Arbeitgeberzuschuss von mindestens 20, besser aber 30 Prozent.

Weitere Informationen halten die Broschüren „Betriebliche Altersversorgung“ und „Altersvorsorge – heute die Zukunft planen“ der DRV bereit, die kostenfrei zum Download bereitstehen.

Allgemeine Fragen zur zusätzlichen Altersvorsorge beantwortet auch das DRV-Team am kostenlosen Servicetelefon unter 0800 10 00 48 00. (DPA)

Medizin

ANZEIGE



Dieses Arzneimittel begeistert Frauen bei Haarausfall!

Egal in welchem Alter oder Lebensphase: Wir Frauen stylen uns gerne, um unsere Haare in Form zu bringen. Aber wenn wir merken, dass die **Haare zunehmend ausfallen**, ist das erschreckend! Dabei ist uns schönes Haar doch so wichtig! Immer mehr Anwenderinnen vertrauen inzwischen auf das rezeptfreie **Revitensin** (Apotheke), das verschiedene Formen von Haarausfall von innen bekämpfen kann. Bei Revitensin ist keine äußere Anwendung erforderlich, sodass die Frisur nicht darunter leidet. Die natürlichen Arznetropfen werden einfach mit einem Glas Wasser eingenommen. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Aufgrund der Wachstumsphase der Haare empfiehlt der Hersteller eine Einnahme von mindestens 12 Wochen.

Für Ihre Apotheke:
Revitensin
(PZN 17386423)

www.revitensin.de

Abbildung Betroffener nachempfunden.
REVITENSIN. Wirkstoffe: Acidum hydrofluoricum Dil. D12, Graphites Dil. D8, Pel. talpae Dil. D8, Selenium Dil. D12, Thallium metallicum Dil. D12. Homöopathisches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Haarausfall. Enthält 45 Vol.-% Alkohol. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell¹

Das geht mit flüssigem Ibuprofen in Kapselform

Wenn der Schmerz überhandnimmt, dann sollte es schnell gehen. Der Griff zu Ibuprofen ist für viele Schmerzgeplagte obligatorisch. Häufig greifen wir einfach aus Gewohnheit zur herkömmlichen Schmerztablette. Doch seit ein paar Monaten greifen immer mehr Schmerzgeplagte zur innovativen Flüssigkapsel von Spalt Forte, die doppelt so schnell¹ Schmerzen bekämpft wie herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Ein Pochen an der Schläfe, ein Stechen im Knie, ein dumpfes Dröhnen im Kopf – Schmerzen kennt jeder von uns. Besonders häufig treten Kopf- und Gelenkschmerzen auf. Manchmal begleiten uns die Schmerzen Stunden, manchmal Tage und manchmal bleiben sie sogar dauerhaft. Egal wo der Schmerz sitzt und welcher Art er auch ist, der Wunsch der Betroffenen ist immer derselbe: den Schmerz schnell abzuschalten!



Schneller schmerzfrei mit Spalt: flüssiges Ibuprofen in Kapselform

Seit über 88 Jahren vertraut Deutschland auf Spalt, wenn es um Schmerzen geht. Mit Spalt Forte hat die Expertenmarke eine Flüssigkapsel entwickelt, die mit flüssigem Ibuprofen einen deutlich schnelleren Wirkeintritt ermöglicht als herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Das Besondere: 400 mg vollständig gelöstes Ibuprofen wur-

den in eine einen Millimeter dünne, weiche Hülle in einer innovativen Flüssigkapsel eingeschlossen. Im Gegensatz zur Tablettenform liegt der flüssige Wirkstoff Ibuprofen deutlich schneller frei verfügbar vor, denn er muss nicht erst im Dünndarm aufgelöst werden. So wird die maximale Konzentration von Ibuprofen im Blutplasma doppelt so schnell¹ erreicht wie bei Ibuprofen in Tablettenform. Das Ergebnis: schneller schmerzfrei mit langanhaltendem Effekt.

Fragen Sie gezielt nach Spalt Forte

Neben der extra schnellen Schmerzlinderung bekämpft Spalt Forte zusätzlich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen und Fieber. Zudem sind die kleinen Kapseln leicht einzunehmen und gut zu schlucken. Kein Wunder, dass Spalt Forte Flüssigkapseln in Deutschland so beliebt sind. **Spalt – schaltet den Schmerz ab, schnell!**



★★★★★
„Es gibt viele Schmerzmittel mit Ibu, aber Spalt Forte wirkt am schnellsten bei mir.“
(Norbert L.)

Spalt[®] FORTE

Von dem deutschen Klassiker bei Schmerzen



Doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs vom Körper¹

Bekämpft auch entzündlich bedingte Schmerzen

Wirkt langanhaltend
Rezeptfrei

Spalt schaltet den Schmerz ab - schnell!

Für Ihre Apotheke:
Spalt Forte
(PZN 00793839)



¹PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022. • Abbildungen Betroffener nachempfunden, Name geändert
SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! www.spalt-online.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Gospelkonzert: Das 500-Stimmen Mass-Choir Konzert

Das stimmungswaltige Gospelkonzert zum Mitsingen und Mitswingen

Am 16. März 2025 findet das stimmungswaltige Gospelkonzert ‚singOUT‘ in Hannover statt.

Die singOUT Projekte von und mit Silas Edwin gibt es seit 2005 in ganz Deutschland. Klingt wie eine Tour, ist es aber nur teilweise. Das Projekt tourt, die Sänger kommen stets aus der jeweiligen Stadt, und werden sechs Monate intensiv auf das große Konzert in ihrer Stadt vorbereitet. Bereits in den vergangenen Jahren begeisterten die Singout-Mass Choir Besucher in ausverkauften renommierten Sälen Deutschlands mit ihrer Stimmgewalt und Lebensfreude.

Auch dieses Jahr gibt es ein weit gefächertes Gospelprogramm mit der Band um den Pianisten Elvis E. aus den Niederlanden. Das Repertoire beinhaltet sowohl moderne als auch traditionelle, immer wieder gern gehörte Songs wie „Down by the riverside“, „Hallelujah“ und „We Are The World“. Mit dem MassChoir treten internationale Solisten auf. Die stimmungswaltige Jennifer Philips (UK) und der Award-Gewinner Marlin Williford (USA) werden mit dem 500 Stimmen starken Chor am 16. März 2025 im Kuppelsaal Hannover einen Abend voller Gospel präsentieren.

Das Konzert besticht durch ein außerordentliches Klangvolumen und verspricht einen wundervollen Gospelabend, aus dem jeder beschwingt nach Hause gehen wird.

Dies ist nicht einfach irgendein Gospelkonzert, sondern ein Gospelereignis der ganz großen Klasse. Seien Sie dabei!

JETZT Tickets sichern: Telefon: (0511) 1212 3333 und an allen bekannten Vorverkaufsstellen, E-Mail: service@haz-ticketshop.de Online buchen: tickets.haz.de

Weitere Info: www.singout-projekt.de



Foto: SingOut

ANZEIGE

350 Jahre barocke Pracht

magaScene: Die **ORANGERIE IN HERRENHAUSEN** wird zum Ausstellungsort

HANNOVER. Als vor 350 Jahren, im Jahr 1675, der Große Garten als erster der vier Gärten in Herrenhausen angelegt wurde, handelte es sich um sehr viel mehr als nur eine sorgfältig angelegte Komposition aus Pflanzen, Beeten, Wegen, Statuen und Fontänen. Barocke Gärten waren

ein Herrschaftsinstrument der absoluten Monarchie.

Sie symbolisierten die ordnende Kraft des Monarchen, boten eine Bühne für die komplexen Rituale des höfischen Lebens, dienten der Repräsentation und Legitimierung des Herrschers und waren einer der Orte, auf denen Diplomatie auf Augenhöhe mit anderen Mächten stattfand. Der Große Garten war damit auch ein wichtiges Element beim Aufstieg der Herzöge von Braunschweig-Lüneburg, die ab 1714 mit Georg I. auch den König von England stellten. Die Ausstellung „Gärten aus Meisterhand“ feiert den Geburtstag des Großen Gartens seit dem 14. Februar in der Orangerie und läutet das für das ganze Jahr geplante Jubiläumsprogramm ein. Die Ausstellung beleuchtet die Entstehung aus der Perspektive der Gärtner und wurde von Gartenhistorikerin Heike Palm konzipiert, die erstaunliche Bilder, Geschichten und Exponate zusammengestellt hat. Bis zum 6. April zeigt sich die Orangerie außerdem in ihrer ursprünglichen Funktion als Überwinterungshaus, in dem während der kalten Monate Palmen und Zitrus-Pflanzen untergestellt werden.

Ein besonderes Konzerterlebnis steht am 25. Februar mit „Blütezeiten: Natur und Poesie“ im Rahmen der Reihe „Herrenhausen Barock“ auf dem Programm. Es ist ein Konzert im Rahmen der 8. Steffani-Festwoche in Hannover. Inmitten der Ausstellung in



Das „Citrus-Fest“ in der Orangerie stellt die kostbaren Früchte, einst als „goldene Äpfel der Hesperiden“ gefeiert, in den Fokus: mit kulinarischen Genüssen, Foto: Stefan Schulze



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.

Mit Sicherheit abgesichert

Die **HAZ** und **NP** starten Vorsorge-Spezial mit allen wichtigen Infos und Dokumenten zu den Themen Testament, Vollmacht, Versicherung und Pflege. Dazu gibt es Expertenvorträge.

HANNOVER. Sorgenfrei in die Zukunft – eine durchaus schöne Vorstellung. Mit dem Vorsorge-Spezial der HAZ und NP möchten wir Ihnen einen zentralen Leitfaden an die Hand geben, der Ihnen jetzt hilft, ihr Leben morgen abzusichern. Im März beginnt die Serie mit umfangreicher Berichterstattung und Vorträgen, seit Mittwoch können Sie sich den zentralen Ordner mit allen wichtigen Informationen, Vollmachten und Formularen vorbeistellen.

Die Themenwochen drehen sich von März bis Mai um Fragen, die sich eigentlich niemand gerne stellt. Und doch helfen die Antworten, schnell auf alle relevanten Informationen zurückzugreifen. Für sich, für seine Angehörigen, für die eigene Absicherung im Alter.

Welche Versicherung benötige ich? Wie gestaltet sich meine Pflege? Welche Vorsorgeuntersuchungen benötige ich wann? Und, auch dies: Wie erstelle ich mein Testament und eine Patientenverfügung?

Klar ist: Niemand weiß, was morgen passiert. Umso wichtiger, wenn man vorbereitet ist. Die HAZ und NP haben ein Konzept zusammengestellt, das alle notwendigen Themen verständlich und umfangreich beantwortet. Ebenso finden Sie im Vorsorge-Ordner die relevanten Vollmachten, die den Notfall absichern.

Während jeder Themenwoche berichten die HAZ und NP täglich in der Tageszeitung, den Digitalkanälen sowie auf dem Vorsorgeportal.

Folgende Schwerpunkte wurden dafür gesetzt: Vom 17. bis 22. März dreht sich alles um **Ver-**

sicherungen: Welche sind obligatorisch, welche sinnvoll?

Finanzen und Immobilien sind die Oberthemen vom 24. bis 29. März. Es geht um sinnvolle finanzielle Absicherung, verschiedene Finanzprodukte und ETFs.

Nach der Osterpause folgen vom 21. bis 26. April wichtige Aspekte zum **Pflegen und Wohnen**. Inhalte sind Pflegeformen sowie der barrierefreie Umbau des Eigenheims.

Gesundheitsthemen stehen vom 28. April bis 3. Mai auf der Agenda. Dazu gehören Prävention, Vorsorgeuntersuchungen und die Elektronische Patientenakte.

Schließlich geht es vom 5. bis 10. Mai um die wichtigen Themen **Verfügen und Vererben**. Es gibt Tipps und Infos zum Erstellen von Testament, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.

Zum Angebot gehören auch Expertentalks, die im Astor Grand Cinema stattfinden werden, in jeder Themenwoche jeweils zwei. Dazu konnten die HAZ und NP hochkarätige Speaker gewinnen. So sprechen Meike Voß vom Bund der Versicherten und Spiegel-Bestsellerautor Bastian Kunkel zum Thema Versicherungen.

Um die Themen Immobilien und Finanzen kümmern sich Roland Stecher, Finanzexperte bei der Verbraucherzentrale Bremen, und Professor Hartmut Walz, Verhaltensökonom und Finanzblogger.

Expertise in den Bereichen Pflegen und Wohnen bringen Christiane Griesenbach, Wohnberatung Region Hannover, und Autorin Carina Frey ein. Dem Thema Gesundheit widmen sich E-Health-Experte Dr. Thilo

Weichert und Bestsellerautor Thomas Schulz.

Schließlich behandeln zum Thema Verfügen und Vererben der Notar und Rechtsanwalt

Markus Wzietek Fragen zum Testament und Erbvertrag sowie Fachanwalt Oliver Pramann zu Patientenverfügungen, Betreuung und Vollmachten.



Im Vorsorge-Spezial der Neuen Presse und der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung geht es auch um finanzielle Altersabsicherung. Foto: Thomas Trutschel / Imago

Das ist das Vorsorge-Spezial

Die **Hannoversche Allgemeine Zeitung** und **Neue Presse** helfen Ihnen mit dem Vorsorge-Spezial, Ihr Leben in jeder Situation im Griff zu behalten. Zum Angebot gehören der Vorsorge-Ordner, zwei Vorsorge-Talks und der unbeschränkte Zugang zum Vorsorge-Portal. Abonnentinnen und Abonnenten erhalten das Paket zum Vorteilspreis von 99 Euro. Interessierte ohne Abo zahlen 119 Euro.

Weitere Informationen und Bestellungen sind auf vorsorge.haz.de oder telefonisch unter (0511) 518 4244 (Mo. bis Fr., 9 bis 15 Uhr) erhältlich. Seit Mittwoch, 12. Februar,

können Sie das Vorsorge-Angebot vorbestellen. Es umfasst einen Vorsorge-Ordner mit Tipps, Checklisten, Vorlagen und Formularen auf mehr als 150 Seiten. Dazu erhalten Sie Zugang zu zwei von zehn Vorsorge-Talks mit hochkarätigen Expertinnen und Experten im Astor Grand Cinema Hannover (jeweils mit einer Begleitperson). Außerdem haben Sie Zugriff auf ein neues Vorsorge-Portal mit den Vorsorge-Talks als Video auf Abruf und allen Formularen des Ordners zum Download.

Die Vorteile: entspannt zu Hause ausfüllen, digital speichern und jederzeit aktualisieren.

AYLUX meistert selbst anspruchsvollste Projekte

Erleben Sie Terrassenüberdachungen und Beschattungssysteme in der Ausstellung in Hannover-Döhren

Qualität, Präzision und Verlässlichkeit – dafür steht die Firma AYLUX Sonnenschutzsysteme aus Hannover. Mit hochwertigen, in Deutschland produzierten Materialien, kurzen Wartezeiten und einer Langzeit-Garantie von zehn Jahren hat sich AYLUX einen Namen gemacht. „Als familiengeführtes Unternehmen bringen wir seit 25 Jahren unsere Erfahrung und Leidenschaft in jedes Projekt ein. Unser Schwerpunkt liegt auf Terrassenüberdachungen und Beschattungssystemen, selbst bei komplexen Anforderungen“, erklärt Albert Zilke, Kundenberater bei AYLUX.

Ob schwierige bauliche Gegebenheiten oder individuelle Sonderwünsche – AYLUX entwickelt maßgeschneiderte Lösungen, die durch Funktionalität und Design überzeugen. „Für uns zählt jedes Detail. Unser Ziel ist es, Ihre Terrasse in einen Wohlfühlort zu verwandeln, der perfekt zu Ihnen passt“, betont Zilke.

In der 750 Quadratmeter großen Ausstellung in der Zeißstraße 66 in Hannover-Döhren können Interessierte die Produktvielfalt live erleben. „Wir präsentieren dort unter anderem Markisen, Pergolen und Lamellendächer, die unsere Kompetenz unterstreichen“, so Zilke weiter. Alle Produkte werden in der eigenen Produktion in Pulheim (NRW) gefertigt – ein weiterer Garant für Qualität „Made in Germany“.

Neben den hochwertigen Materialien zeichnet sich AYLUX durch einen erstklassigen Kundenservice aus. Das Versprechen: „Wir nehmen uns die Zeit, Ihre Vorstellungen bis ins Detail zu verstehen, und setzen diese präzise und zu-



Der Ausstellungsraum bietet auf 750 Quadratmeter eine große Produktvielfalt. Foto: Aylux

verlässig um.“ Von der ersten Idee bis zur finalen Umsetzung werden Kundinnen und Kunden persönlich begleitet.

Doch was macht AYLUX wirklich besonders? Neben der Individualität der Lösungen setzt das Unternehmen auf innovative Materialien, die durch Langlebigkeit und modernes Design überzeugen. Schnelle Lieferzeiten und attraktive Garantiebedingungen sorgen zudem für ein stressfreies Erlebnis. Mit über 5.000 zufriedenen Kundinnen und Kunden steht AYLUX für Vertrauen und Qualität. Diese einzigartige Kombination aus Service, technischer Expertise und Leidenschaft macht AYLUX zu einem geschätzten Partner – auch bei anspruchsvollen Projekten. „Unsere Kundinnen und Kunden wissen, dass sie auf uns zählen können“, fasst Zilke zusammen. Besuchen Sie die Ausstellung in Hannover-Döhren und lassen Sie sich inspirieren. Das AYLUX-Team freut sich auf Ihre Ideen! **TOW**

AYlux Hannover GmbH
Zeißstraße 66
30519 Hannover
Telefon: (0511) 49532238
www.aylux.de

Stellenmarkt



Bewerbungen bitte
unter 05130 - 7850
oder
per Mail an
info@blitzschutz-bardeck.de

Blitzschutz Bardeck GmbH
Oegenbosteler Straße 16
30900 Wedemark

Zur Unterstützung unseres Teams suchen wir

Monteure (m/w) für:

Tiefbau/ Blitzschutz
Blitzschutz- u. Erdungsanlagen

Ideal auch für Quereinsteiger

Ihre Aufgabe:
Montage von Erdungsanlagen für Blitzschutz

Ihre Qualifikation:
Erfahrungen im Bereich Pflaster und Tiefbau notwendig
Handwerkliches Geschick
Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit
Einsatzbereitschaft, selbstständiges Arbeiten
Höhentauglichkeit, Teamfähigkeit
Gute Deutsch Kenntnisse
Führerschein Klasse B, BE oder höher

Wir bieten Ihnen:
Einen festen Arbeitsplatz in Vollzeit (40 Stundenwoche)
Pünktliche und leistungsgerechte Entlohnung im Stundenlohn
Montagefahrzeug einschl. Werkzeug sowie Berufskleidung
Arbeitsmedizinische und sicherheitstechnische Betreuung
Interessante und abwechslungsreiche Aufgaben
Moderne Arbeits- u. Hilfsmittel (Minibagger, Grabenfräse etc.)
30 Tage Jahresurlaub, Urlaubs- und Weihnachtsgeld

Werden Sie Teil eines Teams, auf das Sie sich verlassen können.
Wir freuen uns, Sie kennenzulernen.

Schülerjob gesucht?

Jetzt Zeitungen austragen und Geld verdienen bei der WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH

Einfach online oder über WhatsApp
bewerben und den QR-Code scannen:



Freie Gebiete:

- Mellendorf
- Langenhagen
- Elze
- Negenborn
- Schwarmstedt
- Bothmer
- Engelbostel

ECHO

Dein Job in Hannover & Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Hellendorf
- Brelingen
- Resse
- Negenborn
- Langenhagen

**Heute eingestellt,
morgen zugestellt**

Egal ob Vollzeit, Teilzeit oder als Minijob.
Wähle aus den besten Zustelljobs
deiner Region den aus,
der zu dir passt!

jetzt.bewerben@lokalboten.de
Hotline: 0800 1234 399
(kostenfrei)



PARACELSUS KLINIKEN Wir suchen!

Aushilfe Wäscheservice

- Kontrolle der angelieferten Wäsche
- Vorbereitung, Verteilung & Bestellung von Dienst- und Stationswäsche

Arbeitszeit:
Montag & Donnerstag 6–10 Uhr
T 0511 7794-706
M christine.grundmann@pkd.de

Wir suchen Sie!!

Als renommierter Hersteller von Kälte- und Klimageräten für den Labor- und Pharmabereich suchen wir eine/n

Vertriebsmitarbeiter /in im Innendienst

Sie haben eine abgeschlossene kaufmännische Ausbildung, gute Deutsch- und Englischkenntnisse in Wort und Schrift und verfügen gerne über langjährige Berufserfahrung

Wir bieten Ihnen einen Arbeitsplatz in Vollzeit, leistungsgerechte Entlohnung, zusätzlich Urlaubs- und Weihnachtsgeld und vieles mehr!

Wir freuen uns auf Ihre E-Mail an: nolden@tritec-klima.de, oder Ihren Anruf Tel.: 0511 / 353 19 586

Reinigungskräfte m/w/d für ein Objekt in Langenhagen gesucht.
(geringfügig)
AZ: Mo – Fr.: ab 16.00 Uhr
14,25 € tariflicher Stundenlohn
Tel. & WhatsApp:
0173 - 3 21 86 36

Kleinanzeigenannahme
☎ (0511) 518-2111 oder 72 80 80
E-Mail:
service@wedemark-echo.de
service@langenhagener-echo.de

Unsere Fashion Week ist hier.
Unsere Jobs gleich nebenan.

Jobs für
NIEDERSACHSEN.de



Jetzt Job finden unter:
www.jobsfuerniedersachsen.de



Wir suchen Unterstützung für die Monate
April / Mai 2025:

VERKÄUFERIN/ VERKÄUFER (M/W/D)
VOLLZEIT/TEILZEIT

MINIJOBBERIN/ MINIJOBBER (M/W/D)
AUF 520,- € BASIS

Quereinsteigerinnen/Quereinsteiger, Studentinnen/Studenten,
Schülerinnen/Schüler, Rentnerinnen/Rentner sind herzlich willkommen!

MÖCHTEST DU INS TEAM?

Bewirb dich jetzt per E-Mail: yavsan@kienast-schuhe.de
oder ruf gerne an: 0172 316 3222

Kienast Lagerverkauf, An der Autobahn 15, 30900 Wedemark



AURAS
Autovermietung
WASCHPARK

Wir stellen ein

bewerbung@auras-autovermietung.com
Münchner Straße 15 30855 Langenhagen

SCHULZE
ASSEKURANZ GMBH
VERSICHERUNGSMAKLER

Ab sofort suchen wir für unser Büro eine

Reinigungskraft (m/w/d)

auf 450€ Basis.

Flexibles Arbeiten abends oder am Wochenende. Kein Fensterputzen.
Voraussetzung: zuverlässig, verantwortungsvoll, deutschsprachig.

30900 Wedemark-Elze | Wasserwerkstraße 15
Tel. (05130) 97 57 20 | www.SchulzeAssekuranz.de | info@SchulzeAssekuranz.de

Reise & Veranstaltungen

SKAN-CLUB 60 plus	GOLDENE OSTSEEKÜSTE Morada RESORT KÜHLUNGSBORN	8-Tage-Seniorenreisen
Direkt am Kühlungsborner Ostseestrand verwöhnt das MORADA Resort Kühlungsborn seine Gäste mit komfortabel ausgestatteten Zimmern, stilvollen gastronomischen Einrichtungen, Hallenbad, nostalgischer Leseecke, Einkaufspassage und vielem mehr.		
LEISTUNGEN	SONDERREISEN	
<ul style="list-style-type: none"> • Fahrt im Nichtraucherfernreisebus mit WC • 7 Übernachtungen in Zimmern mit DU/WC und Bademantel inkl. Halbpension • Galabuffet und Mecklenburgisches Buffet • Unterhaltungsabende • Kostenlose Nutzung des Hallenbades • Betreuung durch das SKAN-CLUB-Team • Kofferservice im Hotel nach Bedarf u.v.m. 	Besondere Leistungen: verschiedene Themenbuffets, 1 bzw. 2 Ausflüge, teilw. themenbezogene Programme, Kaffee- und Kuchennachmittag u.v.m. – Preise pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension FRÜHLINGSERWACHEN * 09.03. – 16.03.2025 16.03. – 23.03.2025 ab € 495,-	
TERMINE 2025	OSTSEE-SAISONAUFTAKT *	
23.03., 30.03., 13.04. (Ostern, 9 Tage), 21.04., (7 Tage), 27.04., 04.05., 18.05., 15.06.	06.04. – 13.04.2025 ab € 595,-	
695,- ab Euro	Kühlungsborn inkl. Ostsee-Kreuzfahrt SKANDINAVIEN ENTDECKEN	
pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: ab € 150,- Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,- pro Person! (außer *-Sonderreisen) Kurtaxe wird vor Ort erhoben.	Trelleborg, Malmö, Kopenhagen ... 23.03. – 30.03.2025 ab € 948,-	
Besondere Leistungen bei der Kreuzfahrt: Frühstück und Abendessen an Bord der TT-Line, Stadtrundfahrt Malmö, Rundfahrt Kopenhagen, Rückfahrt inkl. Abendessen an Bord der Scandlines u.v.m.		
Buchung und Beratung bei einem Reisebüro Ihrer Wahl oder unter dem kostenlosen Kundenservice-Telefon: 0800-123 19 19 (täglich von 8 bis 18 Uhr)		
Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH · Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel www.seniorenreisen.de		

Deine Spende rettet Leben!
SOS Humanity steht für mehr Menschlichkeit auf dem Mittelmeer.

Spende jetzt für die Seenotrettung!
SOS Humanity
IBAN: DE 04 1005 0000 0190 4184 51
sos-humanity.org/spenden

Stellenmarkt

PARACELSUS KLINIKEN Wir suchen!

-Reinigungskräfte
-Stellv. Vorarbeiter*in

Paracelsus-Klinik am Silbersee
Oertzeweg 24, 30851 Langenhagen
T 0511 77 94-706

Reinigungskraft
(m/w/d)
für Arztpraxis in Mellendorf
ab sofort gesucht
Tel. 05130-2851

Haushaltshilfe gesucht.
Ich suche die "Perle", die mir im Haushalt, besonders aber beim Hausputz hilft.

2 Pers. Haush. in Burgwedel.
Stundenlohn nach Vereinbarung.
☎ 0171 41 26 724

Arbeitslos?

Führerscheinförderung zum LKW- oder Busfahrer durch die Agentur für Arbeit oder das JobCenter möglich. Wir vermitteln Ihnen kostenlos einen Arbeitsplatz. www.bzvanik.de ☎ (01 70) 3 12 89 93 oder ☎ (0 50 41) 77 66 46

Produktionshelfer m,w,d

zu sofort, Maschinen bedienen, anzuernende Tätigkeiten. teilw. Schichtdienst. Deutsch Voraussetzung
www.teamatwork-hannover.de
☎ (05 11) 22 06 63 60

Ab sofort Haushaltshilfe für Praxis/
Haushalt in Biss.-Wietze ges., 3 Tage/Woche, 520 €-Basis o. Festanstellung.
☎ (0 51 30) 86 92

Haushaltshilfe, 3 x 5h/Woche, in Bissendorf ges., ☎ (01 60) 93 91 66 97

Stellengesuche

Zuverlässige Frau mittleren Alters mit eigenem PKW bietet Senioren Hilfe im Alltag. Waschen, putzen, kochen, Arztfahrten, usw. ☎ 0 17 83 85 42 15

Su. Putzstelle, in Lgh.,
☎ (01 55) 60 63 13 20

Ich suche Putzstelle in Lgh.
☎ (01 57) 3835 6294

Automarkt

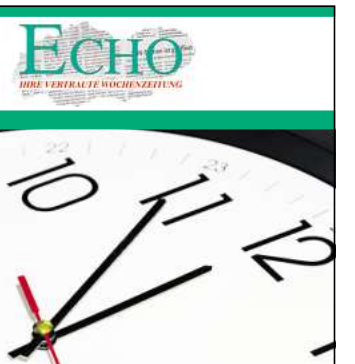
1. Kfz-Entsorgung
kostenlos, zertifizierter Betrieb, Abholung nach Absprache möglich
2. Kfz-Ankauf aller Art
AT Autorecycling GmbH
Alte Ricklinger Str. 63 · 30823 Garbsen
Tel.: 05137 - 12 18 40
0174 - 7 20 16 01

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

Liebhhaber sucht Oldtimer bzw. Youngtimer ☎ (01 77) 5 98 54 66

KFZ-Zubehör

4 SR Falken für T-Roc 215/50 R18 92W,
nur 2.900 km, 350,-€ ☎ (0511) 784688
Motorräder, Roller,
Mopeds, Aufsitzmäher gesucht! Auch defekt. 05121/2068883
Kaufe Motorräder ☎ (0 51 21) 5 14 58 3
Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
0 39 44-3 61 60, www.wm-aw.de Fa.
Rentner sucht Wohnmobil o. Wohnwagen ☎ 01 51 54 78 49 10



Anzeigenschluss
für die nächste
Wochenendausgabe
ist am
Mittwoch, 16 Uhr
Anzeigenannahme:
Tel. (05 11) 518-2111
oder (05 11) 72 80 80
E-Mail:
service@langenhagener-echo.de
service@wedemark-echo.de

► Immobilien

Sebastian Degner

Cornelia Lüttgens

Gabriele Wölki

Andreas Marecki



Ihre Immobilienprofis für
Langenhagen, Isernhagen,
Burgwedel und Wedemark.



Sparkasse
Hannover

Telefon 0511 3000-2863

4088501_002625





Breuckmann
IMMOBILIEN

Sabine Breuckmann

Verkauf | Vermietung | Beratung

Ihre persönliche
Immobilienassistentin
vor Ort für Sie da.

Tel. 05139 9589366

sb@breuckmann-immobilien.de

www.breuckmann-immobilien.de

3343501_002625

Langenhagen...

Gemütliche 4-Zi.-ETW, 92m², 4-OG., 2 Bäder, Südblk., Stellpl., Bj. 1979, Erbpacht: 53,50,- € p.M., Restlaufzeit: bis 16.10.2078, V: 104 kWh/(m²a), Gas-ZH, Ki: D, KP: 245.000,- von-wuefling-immobilien.de ☎ 1 26 07 70

Langenhagen...

Gepflegte vermietete 3-Zi.-ETW, 92m² Wfl., Gä.-WC, Loggia, Kellerraum, TG-Stellplatz (zzgl. 15.000€), Bj. 1995, V: 89 kWh/(m²a), FW-ZH, Ki: C, KP: 245.000,- von-wuefling-immobilien.de ☎ 1 26 07 70

Lgh.-Hainhaus...

Zwei Baugrdst. mit Feldrandlage, 2.400m² Grdst., bebaubar nach Bebauungsplan, erschlossen, ohne Altbestand, können auch einzeln erworben werden, KP: 875.000,- von-wuefling-immobilien.de ☎ 1 26 07 70

Lgh.-Engelbostel...

Gepflegtes 2-FH mit 210m² Wfl., 9-Zi., 2 EBK, Vollkeller, Blk., 2 Garagen, gr. Garten mit Gartenhaus, 1.448m² Grdst., Bj. 1952, B: 108,8 kWh/(m²a), Gas-ZH, Ki: D, KP: 540.000,- von-wuefling-immobilien.de ☎ 1 26 07 70

Wedemark...

OT: Bissendorf, geräumiges EFH mit 5-Zi., ca. 176m², EBK, Kamin, HWB, 2 Bäder, KR, Terr., Grg. + Stellpl., ca. 1.200m² Grdst., Bj. 1977, B: 110,9 kWh/(m²a), Öl-ZH, Ki: D, KP: 620.000,- von-wuefling-immobilien.de ☎ 1 26 07 70

► Immobiliengesuche

Pärchen mit Zwillingen...
sucht eine helle ETW mit mind. 4 Zimmern in familienfreundl. Lage. Gerne mit Stellplatz (k. Muss). www.von-wuefling-immobilien.de Tel. 0511-1260770.

Helle ETW gesucht...
Assistentin der Geschäftsführung su. eine sonnige 2-Zimmer-ETW in einem gepf. Wohnhaus. www.von-wuefling-immobilien.de Tel. 0511-1260770.

Gerne auch ländlich...
Steuerfachangestellter sucht für sich und seine Familie ein gut geschnitt. Haus (RH, DHH o. EFH) ab 4 Zimmern. Auch zum Renovieren. www.von-wuefling-immobilien.de Tel. 0511-1260770.

Solides Haus ges.
Handwerklich begabtes Paar sucht ein helles Haus (RH oder DHH) mit mind. 100m² Wfl. und kleinem Garten. Auch zum Renov./San. www.von-wuefling-immobilien.de Tel. 0511-1260770.

► Vermietung

Biete Büroräume / Bürogemeinschaft
in zentraler Lage mit hochwertiger Ausstattung in Burgwedel. Geeignet für Rechtsanwälte, Steuerberater und andere. Verfügbar ab 01.04.2025. ☎ (01 76) 72 86 47 50

Lgh. OT, teilmöblierte groß. 2-Zi.-Whg., 2. OG, ca. 85 m², neues Bad, kl. Dachterrasse, Klima, FBH, EBK, PKW-Abstellplatz, ab 01.03.2025, KM € 725,00 + NK € 190,00 + MS, v. Privat, Email: F.F.BUDE@t-online.de

Mellendorf 80m2, 3-Zim. Kü/Bad, Gäste-WC, BLK, Lift, KM 680€+NK zum 01.05.25 ☎ (0 51 30) 7 95 48

Lgh.-Brink, Haus, ca. 80 m², ab 01.05., ☎ (05 11) 78 24 28

► Mietgesuche

Junge Familie sucht Haus (EFH, MFH) zum Wohlfühlen in Hannover oder Umland gern mit Garagen. ☎ 01 70 -9 60 97 97

Nettes Ehepaar (56/49) aus dem öffentlichen Dienst mit Spaß an der Gartenarbeit sucht Haus mit Garage ☎ 0 17 6- 39 97 84 59

Abstellplatz für Wohnmobil gesucht
Abstellplatz für Wohnmobil und kleinen Anhänger ganzjährig gesucht. Gerne überdacht oder in Scheune. Kontakt per Mail an: angebot2016@online.de oder ☎ 0 17 18 15 03 68

► Pflege & Betreuung

Alltagsbegleitung für
Langenhagen und Umgebung



Anja Oldenburger
BETREUUNG UND BERATUNG

A und O Alltagsbegleitung • Anja Oldenburger • Tel. 0511 76802227
E-Mail: info@aundo-alltagsbegleitung.de • www.aundo-alltagsbegleitung.de

76802227

Wir versorgen Sie liebevoll!



Pflegedienst Schmetterling

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

3408501_002624

► Handwerker



HOFFMANN
UMZÜGE

Wir bringen Sie nach Hause

Umzüge

Haushaltsauflösung

Entrümpelung

(0 5139) 9 53 10 40

4213001_002625

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

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

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

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

Dachdecker, Zimmerei, Neueindeckungen, Reparaturen ☎ (0157) 33 37 07 99

Zieh Aus und Ein mit Walterstein ☎ (05 11) 63 09 71

aktasderpacktdas.de ☎ 0511/5347369
Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung.

Umzüge mit Tischler ☎ (05 11) 74 10 47

Gartenpfl./Pflasterarb., 0172/1593860

Umzüge, Entr., Transp. 0511/71657401

► 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

ZAUNHAFTE IDEEN!



Klingenberg

seit über 50 Jahren ...wenn es um Zäune geht!

Verkauf - Montage - Reparatur ☎ 0 51 31 / 4 58 50

Fax 0 51 31 / 5 63 82

Hanosanstraße 26 - 30826 Garbsen / OT Osterwald

www.klingenberg-zaeune.de

Gitterzäune - Drahtzäune - Holzzäune

Betonsockel - Kunststoffzäune - Sichtschutz

Pergolen - Carports - Gerätehäuser

Sonderanfertigungen - Toranlagen

2586501_002624

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

4619801_002625

Detlef Märtens

Garten- und Landschaftsbau

Pflasterarbeiten, Terrassenanlagen – Naturstein u. Keramik, Rollrasen, Zaunbau, Baumfällungen

Tel. (05130) 43 64

www.galabau-maertens.de

3459201_002624

Kleinanzeigenannahme

☎ (0511) 518-2111 oder 72 80 80

E-Mail: service@wedemark-echo.de

service@langenhagener-echo.de

► Dies & Das



ANKAUF VON BRILLEN Kaufe Brillen und Brillengestelle, neu bis alt, alles anbieten ☎ 01 76 77 51 73 39

FERNSEH-EVERS

■ Verkauf

■ Reparaturen

■ Antennenbau

Walsroder Str. 172 A

☎ (0511) 77 64 95

Körbe flechten lernen peddigrohr-flechtsets.de
Korbflecht Workshops für Anfänger auf unserer Webseite
M. Sogukpinar
tel.0178 143 790 5
sogukpinar@gmx.com

Flipperautomat
Suche Flipperautomaten aus den 60/70/80/90er Jahren. Zustand egal, gerne alles anbieten. 01523 3602679 mgm809@gmx.de

Modellbahner suchen Eisenbahn & Zubehör. Anlage oder Sammlung. Auch Modellfahrzeuge. ☎ 01 75 -7 77 44 99

Erteile Klavier und Keyboard Unterricht bei Ihnen zu Hause 0163 7218377 auch Whatsapp

HAUSVERWALTUNG (MIET & WEG)
info@m-d-immobilien.com
☎ 05 11 59 29 59 00

Suche MÄRKLIN - Eisenbahn - auch alt oder defekt - ☎ 05 08 5- 72 21

Modelleisenbahn, Ankauf alle Spuren/ ganze Anlagen ☎ 01 51 17 95 77 06

► Verkäufe

Brennholz, Kiefer-Eiche, trocken, offenfertig 89€/SRM ☎ (01 70) 5 61 87 29

► Kaufgesuche

Silber-Gold-Münzen

Briefmarken, An- und Verkauf

Sammlerladen Ralf Miedeck

Mi. + Do. von 10 bis 18 Uhr

Schützenstraße 22 / Lgh

0511-778172

Achtung großer Ankauf !!!!!
Abendgarderobe, Pelze, Leder, Trachten, Kristall, Porzellan, Silber, Zinn, Bernstein, Möbel, Kunst u. Krempel, zum fairen Preis. ☎ (01 52) 15 23 78 11

!! Achtung Seriöser Ankauf !! Pelze, Näh/Schreibmasch, Porzellan, Handtasch., Zinn, Bleikristall, Möbel, Damenbekl., Schmuck, Münzen, Schallpl. Bücher ☎ (01 63) 6 24 89 11 Frau Kahl

Kaufe Bundeswehrmächlässe von 1955 bis heute ☎ (0 51 30) 54 72

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

Modelleisenbahn und altes Spielzeug gesucht. ☎ (03 94 03) 9 41 68

Su.Uhren auch defekt ☎ 01605319258
Su. Gobelin u. Teppiche 0162/5163439
Su. Vorwerk Staubs. 0152/19397180

► Bekanntschaften Ehwünsche

Willi, Ende 70, topfit, handwerk. geschickt, sicherer Autofahrer, leider verwitwet. Brauche keine Haushälterin, sondern eine liebe Partnerin, mit der ich noch viel unternehmen kann. PV, Anruf u. Vermittl. garant. kostenl. Tel. 0800-2886445


Afrikanische Attr, Exotische Fr. 40+ sucht alt. Mann für langfristige Beziehung, der berufstätig ist. ☎ D 75 372
Entschuldigung bist Du Single? Er-/51/1,89/schl, su. schl. Sie für feste Beziehung auch älter ☎ 01 57 74 12 33 04

► Familienanzeigen


Hallo, da bin ich!

Theodor Kohlei


Es freuen sich die stolzen Eltern Anna und Pascal mit Emil




07.02.2025



16:14 Uhr



56 cm



3.710 g

Familienanzeigen im ECHO

Marktplatz 5 im CCL

Tel. (0511) 72 80 80

oder (0511) 518-21 11

E-Mail: service@langenhagener-echo.de

service@wedemark-echo.de

9066801_002625

FRANK FENSKE

KOMMT NICHT MEHR ZU BESUCH ...

... MACH ES GUT!

† JANUAR 2025

DEINE KALTENWEIDER FREUNDE

- NILS - MARC - BASTI - INGO - NICO -

7997301_002625

In stillem Gedenken nehmen wir Abschied von einem Menschen, der uns gezeigt hat, wie sich Freundschaft anfühlt.



Gärtnermeister

Karl Menkhaus

* 8.12.1935 † 11.1.2025

Alle Bekannten und Freunde

7575201_002625

Herbert Klautke

† 23.01.2025

Herzlich danken

möchten wir allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck gebracht haben.

Ein besonderer Dank gilt Pastor Schwarz und Fa. Hebecker für die tröstenden Worte und Unterstützung.

Im Namen aller Angehörigen

Thekla Klautke und Familie

7485401_002625

Christa Lohmann

Herzlich danken

möchten wir allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck brachten.

Ein besonderer Dank gilt dem Pflegedienst Casper&Dase, Herrn Pastor Schwarz sowie dem Bestattungsinstitut Schustereit für die große Hilfe in dieser schweren Zeit.

Cord und André

Elze, im Februar 2025

7591001_002625

Für die aufrichtige Anteilnahme zum Tode meines lieben Mannes

Heinz Jürgen Schlaeger

† 08.01.2024

sage ich hiermit meinen herzlichen Dank.

Im Namen aller Angehörigen

Ingrid Schlaeger

Bestattungshaus Naethe, Walsroder Str. 89, 30851 Langenhagen

7271401_002625

Danke sagen

► mit einer Anzeige in dieser Zeitung



ECHO

kleinanzeigen

Online inserieren

Unser Geschenk für Sie

Wenn Sie Ihre private Anzeige oder Familienanzeige über unser Online ServiceCenter aufgeben, sparen Sie ab sofort 10%.

www.extra-verlag.de

10% gespart

Wenn ich tot bin, darfst du gar nicht trauern.
Meine Liebe wird mich überdauern
und in fremden Kleidern dir begegnen
und dich segnen.
Lebe, lache gut!
Mache deine Sache gut!
(Joachim Ringelnatz)

Waldemar Schuh

19. Januar 1941 9. Februar 2025

Gisela
Claudia, Nogati, Tosi
Oliver, Karin, Jakob

Zur Trauerfeier am 25. Februar 2025 um 11 Uhr in der Kapelle des Friedhofs Grenzheide (Grenzheide 11, 30853 Langenhagen) sind alle eingeladen, die sich mit uns von Waldemar, Papa und Opa verabschieden möchten.

Statt Blumen wäre eine Spende an Ärzte ohne Grenzen in Waldemars Sinn: IBAN DE72 3702 0500 0009 7097 00.

7950601_002625

Dein Herz hat aufgehört zu schlagen,
Du wolltest gern noch bei uns sein.
Schwer ist der Schmerz zu tragen,
denn ohne Dich wird vieles anders sein.

Du wirst immer in unseren Herzen sein.

Rajinder Pal Bhatia

* 22. 11. 1948 † 01. 02. 2025

In Liebe und unendlicher Dankbarkeit

**Deine Birgit und Dein Moritz
Freunde und Bekannte**

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung, findet Freitag, dem 21. 02. 2025, um 14.00 Uhr in der Friedhofskapelle Brelingen, An der Feldmark, statt.

Von Beileidsbekundungen am Grab bitten wir abzusehen.

Betreuung: Hebecker Bestattungen,
Mittelstraße 16, 30900 Wedemark/Elze, Tel.: (05130) 22 96

7279001_002625

Einschlafen dürfen, wenn man das Leben nicht mehr selber gestalten kann, ist der Weg zur Freiheit und Trost für alle.
Herman Hesse

In liebevoller Erinnerung nehmen wir Abschied von

Irmhild Harth

geb. 26.11.1940 gest. 09.02.2025

In Liebe und Dankbarkeit:
**Jutta Dobertin,
Susanne und Armin Labatzke,
Andreas, Ulrich und Timo Knoche,
Gerda Weber und Sabine Kubitz,
Familie und Freunde**

Die Trauerfeier findet am Freitag, den 07.03.2025 um 13:00 Uhr in der Kapelle des Resser Waldfriedhofes in 30900 Wedemark statt. Die Beisetzung erfolgt im engsten Familienkreis.

Anstelle von Blumen bitten wir um eine Spende an die Stiftung Deutsche Krebshilfe, IBAN DE65 3705 0299 0000 9191 91, Stichwort: Irmhild Harth.

8090001_002625

Familienanzeigen im ECHO

Marktplatz 5 im CCL Langenhagen

Tel. (0511) 72 80 80 oder (0511) 518-21 11
E-Mail: service@langenhagener-echo.de
service@wedemark-echo.de

oder gestalten Sie Ihre Familienanzeige einfach selbst!
In unserem Online ServiceCenter unter www.extra-verlag.de finden Sie eine Auswahl interessanter Gestaltungsideen.

„Meine Seele spannte weit ihre Flügel aus,
flog durch die stillen Lande als flöge sie nach Haus.“
Joseph von Eichendorff

Karoline Christ

geb. Strecker
* 22.11.1938 † 08.02.2025

In Liebe und Dankbarkeit
**Andreas und Susanne Christ
Stephanie und Arne Schrader
Sebastian und Maren Christ
Cornelia Christ
und alle Angehörigen**

Die Trauerfeier und Beisetzung finden im engsten Familienkreis statt.

Bestattungshaus Naethe, Walsroder Str. 89, 30851 Langenhagen

7937301_002625

Nicht der Mensch hat am meisten gelebt,
welcher die höchsten Jahre zählt,
sondern derjenige,
welcher sein Leben am meisten empfunden hat.
Friedrich Rückert

In Liebe nehmen wir Abschied von

Reinhold Siefken

* 17.10.1946 † 31.01.2025

Marianne
Antje mit Niels
Martin und Katrin
Familie Kinder

Die Trauerfeier findet statt am 20.02.2025 um 12.00 Uhr in der Friedhofskapelle des Karl-Kellner-Friedhofes.

Wir bitten auf Trauerkleidung zu verzichten.
Anstelle von freundlich zugedachten Blumen bitten wir um Spenden für die weltweite Nothilfe „Aktion Deutschland Hilft“
Spendenkonto DE62 3702 0500 0000 1020 30
Kennwort: Reinhold Siefken

7854001_002625

Wir haben in aller Stille Abschied genommen

Harry Zerbe

* 18.05.1928 † 30.01.2025

In Liebe und Dankbarkeit
**Andreas und Anna Zerbe
mit Nico und Jannicke**

Richard Eggers Bestattungen,
Niedersachsenstraße 2, 30853 Langenhagen

7914501_002625

Erinnerungen sind kleine Sterne,
die tröstend in das Dunkel unserer Trauer leuchten.

Mit Güte und Bescheidenheit hast du uns durchs Leben geleitet.

Hildegard Will

geb. Hennemann
* 01.09.1936 † 12.01.2025

Danke für Deine Liebe und Fürsorge
**Rudi
Michael mit Andrea**

In tiefer Trauer haben wir Abschied genommen.
Für alle Anteilnahme herzlichen Dank.

Langenhagen, im Februar 2025

5582001_002625

Gerd Bretsch

† 14. Januar 2025

Herzlichen Dank allen, die ihre Anteilnahme und Verbundenheit in liebevoller und vielfältiger Weise zum Ausdruck brachten.

**Eckhard und Peter Bretsch
Ursula Blumentritt**

Thönse, im Februar 2025

7980601_002625

Dein Lebensweg ist beendet ...
Unser hat jetzt begonnen ...

In stiller Trauer nehmen wir Abschied von

Christa Siemers

geb. Elling
* 07.05.1936 † 20.01.2025

Danke für deine Liebe
Dein Christian mit Familie

Die Urmentrauerfeier mit Beisetzung findet am Mittwoch, dem 19. Februar 2025, um 12 Uhr in der Kapelle des Langenhagener Friedhofs Godshorn, statt.

Bestattungsinstitut Richard Eggers GmbH
Niedersachsenstraße 2, 30853 Langenhagen, Tel. 0511 – 77 54 59

5475101_000125

Wir sind so lang gegangen, durch Glück und auch durch Leid.
Was wir auch angefangen, wir waren stets zu zweit.

Bernd Wessolek

* 21.02.1952 † 07.02.2025

Du bleibst immer in unseren Herzen.
**Deine Marianne
Nina und Florian
mit Jonas und Maria**

Die Urnenbeisetzung findet im engsten Familienkreis statt.

Bestattungshaus Naethe, Walsroder Str. 89, 30851 Langenhagen

7923401_002625

Ich würde Jahrtausende lang die Sterne durchwandern,
in allen Formen mich kleiden, in allen Sprachen des Lebens,
um dir nur ein einziges Mal wieder begegnen zu dürfen.

Christa Federmann

geb. Schmidt
* 03. Juni 1941 † 11. Februar 2025

In Liebe und Dankbarkeit
Rolf

Die Urnenbeisetzung findet in aller Stille statt.

Bestattungshaus Naethe, Walsroder Str. 89, 30851 Langenhagen

8086901_002625

Somewhere over the rainbow...

Harald Köllen

* 06.10.1953 † 02.02.2025

Wir hatten eine glückliche, gemeinsame Zeit.
In Liebe.
Für immer.

**Kirstin
Nora und Jan
Sarah, Tim, Juna und Keno**

Die Beisetzung findet am Freitag, dem 21.02.2025 um 12 Uhr von der Kapelle des Kirchenfriedhofes Karl-Kellner-Straße, Karl-Kellner-Str. 78 B, 30853 Langenhagen aus statt. Eine Spende an den Malteser Hilfsdienst e.V. wäre in Haralds Sinne.; Stichwort: D 09 HOPI Kondolenzspende Harald Köllen; IBAN: DE 49 3706 0120 1201 2090 10

Bestattungsinstitut Richard Eggers Langenhagen, Niedersachsenstr. 2, 30853 Langenhagen, Tel. 0511 – 77 54 59

7171601_000125

Herzlichen Dank allen, die

Utzdieter Bucerius

* 7.09.1942 † 19.01.2025

in seinem Leben mit Liebe, Freundschaft und Anerkennung begleitet haben.
Die vielen anteilnehmenden Worte, Umarmungen und Erinnerungen haben uns tief berührt.

Herrn Pastor Buck danken wir von Herzen für die tröstende Trauerpredigt, der Kantorei und Frau Irmgard Weber für die stimmungsvollen musikalischen Beiträge und Familie Knoke für die Begleitung.

**Gerlinde Bucerius
Matthias, Johanna, Julius,
Jonathan, Jasper Bucerius
Ulrike, Simon, Konstantin Hintze**

7910101_002625

Und immer sind da Spuren Deines Lebens,
Gedanken, Bilder, Augenblicke und Gefühle,
die uns immer an Dich erinnern werden.

Ilse Vetter

Herzlichen Dank

sage ich Frau Pastorin Demera, dem Bestattungsinstitut Schustereit und allen, die sich mit mir verbunden fühlen und ihre Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck brachten.

Ulrich Vetter

Wennebostel, im Februar 2025

Familienanzeigen
im ECHO

Marktplatz 5 im CCL

Tel. (0511) 72 80 80

oder

(0511) 518-21 11

E-Mail:

service@langenhagener-echo.de

service@wedemark-echo.de

Du siehst den Garten nicht mehr grünen, in dem Du einst so froh geschafft.
Siehst Deine Blumen nicht mehr blühen, weil Dir der Tod nahm Deine Kraft.
Schlaf nun in Frieden, in Gottes Hand und hab für alles vielen Dank.

Wir nehmen Abschied von unserer lieben Mutter, Schwiegermutter und Oma

Sieglinde Mohlfeld

geb. Ridder

* 1. August 1941 † 8. Februar 2025

In Liebe und Dankbarkeit

Heinz und Sabine
Marius und Leonie
Carolin und Justus
Heike und Bernd
Harald und Gudrun mit Marvin und Malte
Jörg und Anja mit Lilith



Familie Mohlfeld, 30900 Wedemark, Celler Str. 12

Die Beerdigung findet am Donnerstag, dem 20. Februar 2025, um 14.00 Uhr von der Friedhofskapelle in Gailhof aus statt.

Anstelle freundlich zugedachter Blumen und Kränze bitten wir um eine Spende für die ev.-luth. Kirchengemeinde St. Michaelis/Bissendorf und das Infinitas-Palliativzentrum Hospiz Burgwedel auf das Sonderkonto des Bestattungsinstitutes Schustereit, IBAN: DE 77 2505 0180 0910 2786 28 bei der Sparkasse Hannover, Kennwort: Sieglinde Mohlfeld

Betreuung: Schustereit Bestattungen, Wedemark, Tel: (05130) 5271

Wie der Tag, dauert auch das Leben nicht ewig.
Doch die Erinnerung bleibt für immer hell und klar.

In liebevoller Erinnerung nehmen wir Abschied von

Annegret Urbach

geb. Müller

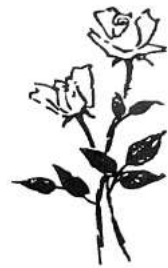
* 23. Dezember 1951 † 6. Februar 2025

Wir vermissen dich

Reiner
Gloria und Vincent mit Clara und Elisa
Inga und Rüdiger
Miriam und Jörg

Die Trauerfeier mit anschließender Beisetzung findet am Mittwoch, dem 19.2.2025, um 14:00 Uhr in der Elzer Friedhofskapelle, Plumhofer Straße, statt.

Betreuung: Hebecker Bestattungen, Mittelstr. 16, 30900 Wedemark, Tel.: (05130) 2296



Das Langenhagener Bestattungshaus
Walsroder Str. 89 Tel.: 0511 72 59 55 55
www.naethe-bestattungen.de



Sie möchten in Ihrem Heimatland bestattet werden?

Seit vielen Jahren praktizieren wir weltweite Rücküberführungen von verstorbenen Menschen ins Ausland, sowohl mit dem Bestattungsfahrzeug als auch mit dem Flugzeug. Wir helfen Ihnen und kümmern uns um die notwendigen Papiere beim Gesundheits- und Standesamt zur Vorlage beim Konsulat, der Übersetzung von Urkunden, Dokumenten und vieles mehr.



BAUMGARTE
BESTATTUNGEN

Engelbostel, Heidestr. 11
0511 / 72 59 55 40
www.baumgarthe-bestattungen.de

- Erd-, Feuer-, See-, anonyme Bestattungen
- Nah-, Fern- Überführungen
- Beerdigung auf allen Friedhöfen
- Sarglager, Ausstattung
- Erledigung sämtlicher Formalitäten
- Bestattungsvorsorge
- Sterbegeldversicherung



Bestattungsinstitut
Wilhelm Meyer
Inhaber: Dirk Pluschke
Telefon 05130 - 56 75
Tag & Nacht erreichbar
Wedemarkstraße 32 · 30900 Mellendorf



Tel. 0511 -
77 54 59
24 Std. Dienst



Hilfe im Trauerfall - Alle Bestattungsarten und Friedhöfe - Vorsorge m. Treuhandkonto



Niedersachsenstraße 2, (gegenüber d. Elisabethkirche)
Eigene Kapelle und eigene Abschiedsräume
www.eggers-bestattungen.de



BESTATTUNG SINSTITUT



- Erd-, Feuer-, See- und anonyme Bestattungen
- Überführung
- Beerdigung auf allen Friedhöfen

- Bestattungsvorsorge
- Sterbegeldversicherung
- Erledigung sämtlicher Formalitäten

Telefon (0 51 30) 87 38 (Tag und Nacht) oder (0172) 5 13 87 38
30900 Wedemark-Bissendorf · Burgwedeler Straße 14



Steinmetzbetrieb

Borgwardt

Inh. Harald Boeck e.K.

- Grabmale
- Grababdeckungen
- Grabumrandungen
- Beschriftung von Hoffindlingen

www.steinmetz-borgwardt.de Ernst-August-Str. 8, 29664 Walsrode, Tel.05161 / 3104



ERD-, FEUER-, BAUM-, SEE- UND ANONYME BESTATTUNGEN
ERLEDIGUNG DER FORMALITÄTEN
ÜBERFÜHRUNGEN · BESTATTUNGSVORSORGE
AUF WUNSCH HAUSBESUCHE
Inhaber Kevin Winter · Gegründet 1885
30419 Hannover, Alt-Vinnhorst 4
30161 Hannover, Dörnbergstraße 29
30655 Hannover, Podbielskistraße 223
30855 Langenhagen / Godshorn

Tag u. Nacht (05 11) 78 98 18
www.dralle-bestattungen.de · info@dralle-bestattungen.de



Den letzten Weg liebevoll gestalten.

Wir begleiten Sie dabei.

Schustereit
BESTATTUNGEN

30900 Wedemark-Mellendorf · Wedemarkstraße 74
www.schustereit-bestattungen.de · mellendorf@schustereit-bestattungen.de

Telefon 05130 / 5271



UNGLAUBLICH NATÜRLICH. AUSGESPROCHEN LEBENDIG.
Die Baumbestattung

Norbert Naethe Bestattungen e.K. · Harzweg 2A · 30851 Langenhagen
Telefon 0511 77 953 999 · www.norbert-naethe-bestattungen.de



weil er für mehr Netto, Wachstum und Sicherheit sorgt und die Renten stabil hält.

