CE Immobilien
Mitglied im ivd
Corinna Ernst
Ehrlich. Transparent. Erfolgreich.
Mit vollem Einsatz für Sie.
05130 - 975 14 90
info@ce-immo.de
32005301_002625

WEDEMARK ECHO
für ein schönes Wochenende
62. Jahrgang / Sonnabend, 4. Juli 2026

90 JAHRE BORGAS
Terrassentage ...
... Ampeln, Stämme & Büsche
50% Rabatt
Erlebnisgärtnerei BORGAS
Brelinger Straße 11
Mellendorf
15307501_002626

GOLDANKAUF
GOLDSCHMIDT
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	111,24 €/g
999er Silber	1,37 €/g
750er Gold	83,43 €/g
925er Silber	1,27 €/g
585er Gold	68,08 €/g
333er Gold	37,04 €/g
versilbertes Besteck	40 €/kg
Zinn	20,00 €/kg
Zahngold	71,59 €/g

Stand 30.06.26
Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269
4679801_002626



Und am Sonntag kamen die Gäste doch. Foto: Reimann

Durchhalteparolen bei 37 Grad: Das war die Wirtschaftsmesse

Veranstalter von #zusammenwedemark bekamen viel Lob für die Durchführung

WEDEMARK (JO). So hatten es sich die Organisatoren, die Aussteller und auch die Besucher nicht vorgestellt: Ein Unwetter der anderen Art hing vor allem am ersten Tag der Wirtschaftsmesse über Allem, die Hitze war es, die diesen Tag nahezu für Jede und Jeden schlichtweg unerträglich machte. Da half es auch nicht viel, dass sich die Aussteller immer wieder selbst Mut zusprachen und Durchhalte-Parolen die Runde machten. „Wir haben uns für unsere Messe sonniges Wetter gewünscht“, so Antonia Hingler, Mitglied des Gewerbezusammenschlusses #zusammenwedemark und gleichzeitig Wirtschaftsförderin der Gemeinde Wedemark: „Aber irgendwer hat nicht rechtzeitig mit dem Wünschen aufgehört“, sagte sie zur offiziellen Messeeröffnung auf der Hauptbühne. Davor eine große freie Rasenfläche, die Raum hätte geben sollen und können, für ein aufmerksames Publikum. Aber außer der sich dort im Rund präsentierenden Aussteller waren es noch nicht einmal eine Handvoll Zuhörer, die den Aufenthalt in der prallen Sonne riskierten.

▶ Wie die Messe doch noch Gästezulauf bekam lesen Sie auf Seite 14.

bauSpezi E.MARKS
HEIZÖL?
Dann E.MARKS – wir bringen Wärme ins Haus!
Johannisgraben 2
30900 Wedemark-Bissendorf
☎ (05130) 9 78 30
3463201_002626

Ortsführung nur für Frauen

BISSENDORF. Am Sonnabend, 18. Juli, um 15 Uhr startet Anja Hemme, alias Jungfer Anni ihre Führung durch Bissendorf mit dem Titel „Weiber-Wollust-Wurzelsud“. Diese Veranstaltung ist nur für Frauen, zu Fuß geht es durch Teile des historischen Ortskernes von Bissendorf. Treffpunkt ist die Treppe des Bürgerhauses (Am Markt 1, 30900 Wedemark). Während der ca. anderthalbstündigen Tour erfahren die Damen interessantes über das Thema: Verhütung zu Urgrossmutters Zeiten. Geht Liebe durch den Magen? Welche Speisen sind an- und welche abregend? Welchen Beruf führte eine Engelmacherin aus, warum gab es früher lebende Frösche in den Apotheken? Diese und andere Fragen werden beantwortet, und so mach alter, aber noch immer gültiger Tipp für das Liebesleben wird wiedergegeben. Pillenbeitrag pro Dame: 5 Euro. Telefonische Anmeldung oder What's App unter: 0175-9636571 erbeten.

Sommerfest der Elzer Vereine

ELZE. Erstmals richten mehrere Elzer Vereine gemeinsam ein Sommerfest aus. Am Samstag, 29. August, sind Besucher von 14 bis 18 Uhr auf den Sportplatz in Elze eingeladen. Organisiert wird die Veranstaltung von der Sportgemeinschaft Blau-Gelb Elze, dem Tennisclub Elze-Bennemühlen, der Freiwilligen Feuerwehr Elze und dem Schützenverein Elze von 1921. Die vier Vereine möchten sich gemeinsam präsentieren und bieten einen abwechslungsreichen Nachmittag für die ganze Familie. An zahlreichen Mitmach-Stationen können Besucher die Angebote aus den Bereichen Fußball, Turnen, Tennis, Feuerwehr und Schießsport kennenlernen und selbst ausprobieren. Auch für Kinder wird einiges geboten. Neben den Vereinsaktionen stehen unter anderem eine Hüpfburg, Kinderschminken und weitere Spiel- und Überraschungsangebote auf dem Programm. Für das leibliche Wohl ist mit Speisen und Getränken zu familienfreundlichen Preisen gesorgt. Die Veranstalter laden alle Interessierten ein, gemeinsam einen geselligen Sommertag zu verbringen und die Vielfalt des Vereinslebens in Elze kennenzulernen.

WÄNDE UND MEHR...
Malermeister KAUROFF
seit 30 Jahren
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
16220101_002626

SEIT 30 JAHREN
www.Giesmann-ROHRREINIGUNG.de
Hochdruckspülen
Mechanische Reinigung
Kanalsanierung
Kanalkamera
0 51 30 / 92 53 53
3720301_002626

Café · Bistro · Events
Großmanns
Auf dem Amtshof 3
30938 Burgwedel
Tel: 05139 981 77 10
Mittagskarte
06. – 09.07.2026
12 – 14.30 Uhr
• Veggi-Schweden-Bowl | 13,90 €
• Hausgemachte Fischfrikadelle | 14,50 €
• One Pot Penne all'arrabbiata | 9,90 €
• Cordon Bleu mit Pommes & Salat | 17,90 €
www.grossmanns-gastro.de/mittagskarte
Jetzt auch mit Lieferung!
10421901_002626

e-Shuttle.de
KFZ-Meisterwerkstatt
Bis 31.07.
Neukunden-Aktion: 20% Rabatt auf die erste Inspektion
Inspektion & Wartung
HU/AU Vorbereitung & Abnahme
Ölwechsel & Check
Flotten-management
Reifen- & Räderwechsel
Unfall- & Express-Reparatur
Termin online buchen: werkstatt.e-shuttle.de
✓ Direkt beim Flughafen Hannover
✓ Kostenlose Parkplätze vor der Tür
✓ Folgen Sie einfach der Beschilderung e-Shuttle
Sofort-Termin per Whatsapp!
e-shuttle AG
Kfz-Meisterwerkstatt
Flughafenstraße 12
30855 Langenhagen
0511 977 2247
0151 1419 4951
kfz@e-shuttle.de
11967901_002626

Wir ♥ Lebensmittel.
EDEKA Lüders
JEDEN MITTWOCH
5 € Gutschein
... beim Einkaufswert von 65 €*
Einlösen beim nächsten Einkauf
*ausgenommen Bücher, Zeitschriften, Tabakwaren und Leergut
ELZE WENNEBOSTEL BURGWEDEL ISERNHAGEN
18861001_002626

Fernsehkummer
Wussow`s Nummer
Inh. Rainer Hausmann
☎(0 51 30) 2155
Guten Service bekommen Sie nur offline !
50 JAHRE
Mellendorf · Wedemarkstraße 38
35092401_002625

KODE INSEKTENSCHUTZ GMBH
Drehtüren I Spannrahmen I Pendeltüren
Plissees I Schiebetüren I Lichtschachtabdeckungen
Kananoher Str. 32
30855 Langenhagen
Tel.: 0511 / 76 33 77 00
info@kode-insektenschutz.de
10279401_002626

Wedemark-Meisterschaft

WEDEMARK. In zwei Wochen fällt der Startschuss für die traditionelle Wedemark-Meisterschaft der Wedemärker Fußballvereine. Gespielt wird erneut an fünf Spielorten: Bissendorf, Resse, Mellendorf, Elze und Brelingen richten jeweils einen Spieltag mit zwei Begegnungen aus.

Den Auftakt übernimmt der SC Wedemark am Donnerstag, 16. Juli. Auf der Sportanlage am Mühlenberg in Bissendorf eröffnet um 18.30 Uhr die Partie zwischen dem Mellendorfer TV und dem 1. FC Brelingen das Turnier. Im Anschluss trifft Titelverteidiger SC Wedemark um 20.15 Uhr auf den SV Resse.

Für Speisen und Getränke ist an allen Spieltagen gesorgt. Der Eintritt beträgt fünf Euro pro Spieltag. Die Wedemärker Fußballvereine hoffen auf zahlreiche Zuschauer und spannende Spiele im Kampf um den Titel der Wedemark-Meisterschaft.

NOTDIENSTE

NOTRUFE

Polizei: Tel. 110
Feuerwehr/Rettungsdienst: Tel. 112
Krankentransporte Region Hannover: Tel. (0511) 1 92 22
Polizeikommissariat Mellendorf: Tel. (05130) 97 70
Ärzte-Notdienst: bundesweite Rufnummer 116 117
Giftinformationszentrum-Nord: Tel. (0551) 1 92 40
Zahnärztl. Notdienst: Tel. (0511) 31 10 31
Tierärztl. Notdienst: 04.07./05.07: Ihre Tierärzte am Lohner Weg, Dannhornweg 8, Isernhagen, Tel.: (0511) 97 20 900

APOTHEKEN

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

RAT UND HILFE

Kinderärztliche Notfallambulanz auf der Bult: Tel. (0511) 81 15-33 00
Gemeindeverwaltung Wedemark: Tel. (05130) 5 81-0
Bauhof nach Dienstschluss: Mo. bis Fr. bis 22 Uhr, Sa., So., Feiertag 7-22 Uhr, Tel. (0172) 4 39 79 21
Störung bei Abwasserbeseitigung: Tel. (01520) 9 38 68 70
Störungs-Nr. Avacon AG: **Strom:** Tel. (0800) 0 28 22 66 **Gas:** Tel. (0800) 4 28 22 66
Wasserverband Garbsen-Neustadt: Tel. (05137) 8 79 90
Wasserverband Nordhannover: Tel. (05139) 80 78-0
Kinder- und Jugendtelefon: (Freecall) Tel. (0800) 1 11 03 33
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Wedemark: Tel. (05130) 37 74 07
Weisser Ring: Hilfe für Kriminalitätsopfer Tel. (05101) 5 82 42
Ophelia Beratungszentrum für Frauen und Mädchen mit Gewalterfahrung e.V.: Kastanienallee 10, 30851 Langenhagen, Tel. (0511) 7 24 05 05, Öffnungszeiten: Mo. bis Do. von 9-16 Uhr, Fr. 9-12 Uhr.
Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch von Kindern und Jugendlichen: Region Hannover Tel. (0511) 61 62-21 60
Elternschule: Beratung, Austausch und Schulung für Eltern, Kostenfreie Sprechstunde Mo. 10-12 Uhr, Tel. (05130) 5 86 44 41
Lebensberatungsstelle Burgwedel, Isernhagen und Wedemark: Tel. (05139) 89 28 28
Lebensberatungsstelle Langenhagen: Tel. (0511) 72 38 04
Hospizverein Langenhagen e.V.: Langenhagen, Walsroder Straße 65, Tel. (0511) 9 40 21 22, info@hospiz-langenhagen.de
Ambulanter Hospizdienst Burgwedel – Isernhagen – Wedemark: Burgwedel, Auf dem Amtshof 3, Tel. (05139) 9 70 34 31
Senioren- und Pflegestützpunkt Nord: Ostpassage 11, 30853 Langenhagen, SPN.Nord@region-hannover.de, Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8.15-12 Uhr, Mo. 13-16 Uhr, Do. 15-18 Uhr, Tel. (0511) 70 02 01 20
Suchtberatung: Freie Selbsthilfegruppe Bissendorf bei Alkohol- und Suchtkrankheiten, Mo. 19-21 Uhr, Nebenräume MZW Halle, Tel. (05130) 95 40 25
Anonyme Alkoholiker: Kontakttelefon (05130) 92 55 69
Psychosozialer/Psychiatrischer Krisendienst in der Region und der Landeshauptstadt: Podbielskistraße 168, Fr. 15-20 Uhr, Wochenende/Feiertage 12-20 Uhr, Tel. (0511) 30 03 34 70
Sozialpsychiatrische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und deren Familien der Region Hannover: Mo. bis Do. 9-15 Uhr, Fr. 9-12.30 Uhr, E-Mail: beratungsstelle.kjp@region-hannover.de, Tel. (0511) 61 62 65 35
Ärztlicher Notdienst für Soldaten: Sanitätszentrum Hannover, Tel. (0511) 67 83-35 12
Jobcenter f. d. Wedemark Großburgwedel, Rathausplatz 3, Tel. (05139) 99 42-0

GOTTESDIENSTE

▸ **Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Georg, Mellendorf,** So., 05.07., 10 Uhr: Sommerkirche mit Taufe, P. Dr. König
▸ **Kath. Kirchengem. Wedemark St. Maria Immaculata,** So., 5.07., 9 Uhr: Heilige Messe
▸ **Ev.-luth. St.-Michaelis-Gemeinde Bissendorf,** So., 05.07., 10 Uhr: Sommerkirche mit Taufe in Mellendorf, P. Dr. König
▸ **Ev.-luth. St. Martini-Gemeinde Brelingen,** So., 05.07., 10 Uhr: Sommerkirche mit Taufe in Mellendorf, P. Dr. König
▸ **Ev-luth. Auferstehungs-Kirchengemeinde Elze-Bennemühlen,** So., 05.07., 10 Uhr: Sommerkirche mit Taufe in Mellendorf, P. Dr. König
▸ **Christliche Gemeinde Bissendorf, Langer Acker 6,** So., 05.067., 10 Uhr: Gottesdienst
▸ **Bekennende Ev. Gemeinde Hannover, Mellendorf, Industriestraße 36,** So., 05.07.,, 10.30 Uhr: Gottesdienst und Kindergottesdienst
▸ **Ev.-luth. Kirchengemeinde Helstorf-Abbensen,** So., 05.07., 18 Uhr: Sommerkirche, 18 Uhr: Gottesdienst am Schlagerfeuer in Hagen

ZwergenCampus: Ganztag in Resse mit der Zwergenburg

Erfahrener Träger übernimmt die Nachmittagsbetreuung als Kooperationspartner

RESSE. An der Grundschule Resse startet mit Beginn des neuen Schuljahres ein neues Ganztagskonzept. Mit der Kita Zwergenburg als Kooperationspartner übernimmt erstmals ein erfahrener Träger die Nachmittagsbetreuung. Gemeinsam haben Schule, Kita und Gemeinde das Angebot entwickelt, das künftig unter dem Namen „ZwergenCampus“ läuft. Im Mittelpunkt stehen die Bedürfnisse der Kinder, eine enge Verzahnung von Unterricht und Betreuung sowie flexible Angebote für Familien.

Hintergrund ist der schrittweise bundesweite Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung für Grundschulkinder. Die Wedemark geht dabei einen Schritt weiter und möchte bereits zum Schuljahr 2026/27 alle Grundschuljahrgänge in den Ganztag einbeziehen. Nach einer europaweiten Ausschreibung erhielt die Zwergenburg den Zuschlag für den Standort Resse.

„Am Ende geht es um die Kinder. Für sie haben wir hier eine sehr gute Lösung gefunden“, sagte der Erste Gemeinderat Florian Lübeck bei der Vorstellung des Konzepts. Mit der Zwergenburg habe die Gemeinde einen erfahrenen pädagogischen Partner gewonnen.

Auch Schulleiterin Christine Jarolin begrüßt die Zusammenarbeit. Schule und Ganztag würden nicht als getrennte Bereiche verstanden, sondern als gemeinsames Team. Dieses Miteinander betont auch Zwergenburg-Geschäftsführerin Jennifer Krämer: Ziel sei es, gemeinsam mit den Kindern deren Alltag zu gestalten und ihre Wünsche ernst zu nehmen. Wie das aussehen soll, zeigte bereits ein Workshop mit Schülerinnen und Schülern, Eltern, Schule und Kita. Über den Schülerrat brachten die Kinder ihre Ideen ein. Besonders wichtig waren ihnen Mitbestimmung, ausreichend Zeit zum freien Spielen und gemeinsame Mahlzeiten.

Künftig erhalten die Kinder ein warmes Mittagessen und sollen auch bei der Auswahl der Speisen mitentscheiden. Am Nachmittag werden verschiedene Arbeitsgemeinschaften angeboten – Fußball zählt bereits zu den Favoriten. Gleichzeitig bleibt genügend Raum für freies Spielen, das nach Ansicht der Verantwortlichen ein wichtiger Bestandteil der kindlichen Entwicklung ist.

Rund 85 Prozent der derzeit 103 Schülerinnen und Schüler nutzen bereits das Ganztagsangebot. Eltern können flexibel wählen, an welchen Tagen und bis zu welcher Uhrzeit ihre Kinder betreut werden. Die Betreuung findet montags bis freitags bis 15.30 Uhr statt.

Perspektivisch soll auch das bisherige Hortgebäude in das Konzept eingebunden werden. Darüber führt die Gemeinde Gespräche mit der Kirchengemeinde. Zusätzliche Räume sollen den Kindern mehr Möglichkeiten bieten und dem Nachmittag einen eigenen Charakter geben.

Mit dem Namen „ZwergenCampus“ möchten Schule, Gemeinde und Zwergenburg den gemeinsamen Neuanfang sichtbar machen – als eng verzahntes Betreuungs- und Bildungsangebot für die Grundschulkinder in Resse.



Erster Gemeinderat Florian Lübeck unterzeichnet die Kooperationsvereinbarung für den Schulträger und Geschäftsführerin Jennifer Krämer für die Zwergenburg. Foto: Ewald Nagel

AUF EIN WORT

Sommerzeit – Zeit zum Auftanken

Endlich Sommerferien. Für viele Menschen sind sie eine Zeit der Vorfreude: Koffer werden gepackt, Reisen geplant oder einfach ein paar freie Tage im Kalender markiert. Andere bleiben zu Hause und freuen sich darauf, den Alltag einmal langsamer angehen zu lassen. Nach Monaten voller Termine, Verpflichtungen und Nachrichten, die uns oft genug Sorgen bereiten, tut eine Pause gut.
Urlaub bedeutet mehr als nur Ortswechsel. Er schenkt uns die Möglichkeit, Abstand zu gewinnen. Wer innehält, entdeckt manches neu: die Schönheit eines Sonnenaufgangs, das Lachen der Enkelkinder, ein gutes Gespräch oder die wohltuende Stille eines Sommerabends. Oft



Hartmut Lütge Foto: privat

sind es gerade die kleinen Dinge, die unsere Seele wieder aufatmen lassen.
Auch in der Bibel finden wir diesen Gedanken. Immer wieder zieht sich Jesus zurück, sucht die Ruhe und lädt seine Freunde ein: „Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus.“ Ruhe ist kein Luxus, sondern ein Geschenk Gottes. Sie erinnert uns daran, dass unser Wert nicht von Leistung und Erfolg abhängt. Wir dürfen einfach Mensch sein – geliebt und getragen.
So wünsche ich Ihnen für die kommenden Sommerwochen Zeit zum Auftanken, Momente der Freude und Begegnungen, die das Herz weit machen. Mögen Sie behütet unterwegs sein und spüren, dass Gott Sie begleitet – auf Reisen und zu Hause.
Eine gesegnete Sommerzeit!

Kath. Kirchengemeinde St. Marien, Wedemark mit Hl. Geist, Schwarmstedt

IMPRESSUM
EXTRA Verlagsgesellschaft mbH

LANGENHAGENER ECHO
WEDEMARK ECHO
SCHWARMSTEDTER ECHO

Erscheinungsweise: wöchentlich sonnabends
Verantwortlich für den Anzeigenteil: Patrick Bludau
Redaktionsleitung: Thorsten Schirmer
Redaktionskoordination: Bettina Reimann
Redaktionelle Mitarbeit: Oliver Krebs (verantw. Langenhagen) Gabriela Vrobel (Wedemark)
E-Mail redaktion@langenhagener-echo.de redaktion@wedemark-echo.de

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

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

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

z.Zt. gültige Preisliste unter mediadaten.online
Redaktions- und Anzeigenschluss: jeweils Mittwoch 16 Uhr

Verlagsanschrift: 30853 Langenhagen, Marktplatz 5 im CCL E-Mail: service@wedemark-echo.de service@langenhagener-echo.de

Druck: Schweiger & Pick Verlag, Celle

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

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

11404301_002626

Die heimischen Eulen haben einen neuen Beschützer

Im NABU Wedemark ist jetzt Alexander Heller für den Eulenschutz zuständig

WEDEMARK. Im Eulenschutz des NABU Wedemark hat ein Generationswechsel stattgefunden. Aus gesundheitlichen Gründen hat der langjährige Eulenbeauftragte Axel Neuenschwander seine Aufgaben an ein neu gegründetes Team um Alexander Heller übergeben. Damit wird die erfolgreiche Arbeit zum Schutz heimischer Eulenarten engagiert fortgeführt. Das Team betreut mehr als 100 Niströhren und Nistkästen für Schleiereulen und Steinkäuze in der Wedemark. Die regelmäßige Kontrolle, Reinigung und Instandhaltung der Nisthilfen ist ein wichtiger Beitrag zum Artenschutz und erfordert neben Fachwissen vor allem viel ehrenamtliches Engagement. Axel Neuenschwander hat dem neuen Team nicht nur Unterlagen und Arbeitsmaterialien übergeben, sondern auch sein über viele Jahre erworbenes Wissen.



Ein Waldkauzpaar. Foto: Andreas Kaiser

Besonders erfreulich ist, dass er die Arbeit weiterhin beratend begleitet. Neben Schleiereule und Steinkauz kümmern sich die Ehrenamtlichen auch um weitere heimische Eulenarten wie Uhu, Waldkauz und Waldohreule. Ein aktuelles Projekt ist die Förderung des Raufußkauzes: Anfang des Jahres wurden im Forst Rundshorn zehn neue Nistkästen aufgehängt, um die Ansiedlung dieser seltenen Art langfristig zu unterstützen.

Das Eulen-Team ist inzwischen mehrmals wöchentlich in der Wedemark unterwegs. Deshalb gehört auch der persönliche Kontakt zu Eigentümerinnen und Eigentümern privater Grundstücke und der Forstverwaltung zu den Aufgaben des Teams. Regelmäßig werden erfolgreiche Bruten festgestellt - ein sichtbares Zeichen dafür, dass sich konsequenter Artenschutz auszahlt. Unterstützt wird die Arbeit bei der Beringung von Jungvögeln durch die speziell dafür geschulte Biologin Annika Peter von der Universität Oldenburg. Die dabei gewonnenen Daten liefern wichtige Erkenntnisse für den langfristigen Schutz der Eulen.

Der „Wachwechsel" ist damit nicht nur eine organisatorische Übergabe, sondern auch ein Zeichen dafür, dass ehrenamtlicher Naturschutz beim NABU Wedemark lebendig bleibt und engagiert in die Zukunft geführt wird.

Barrierefreie Bushaltestellen

Umbau in Gailhof dauert bis September – Celler Straße im Baustellenbereich einseitig gesperrt

GAILHOF. Seit dem 15. Juni ist die Celler Straße in Gailhof halbseitig gesperrt, da die Bushaltestellen barrierefrei umgebaut werden. Die Bauarbeiten dauern voraussichtlich bis Ende September, wobei eine frühere Fertigstellung möglich ist. Verkehrsteilnehmer müssen sich auf Verkehrsbehinderungen einstellen und Rücksichtnahme zeigen. Das Ergebnis: ein komfortablerer und sichererer öffentlicher Nahverkehr für alle. Für die Dauer der Baumaßnahmen wird im Bereich der Haltestellen eine halbseitige Straßensperrung eingerichtet. Der Verkehr wird über eine Baustellenampel geregelt. Die Arbeiten sind derzeit bis längstens Ende September vorgesehen. Je nach Baufortschritt kann die Maßnahme jedoch auch früher abgeschlossen werden. Während der Bauzeit bleibt die Celler Straße jeweils halbseitig befahrbar. Zunächst erfolgen die Arbeiten auf der Fahrbahnseite in Richtung Fuhrberg, anschließend auf der Seite in Richtung Mellendorf. Eine Baustellenampel regelt den Verkehrsfluss auf der Celler Straße. Zusätzlich erkennt die Anlage ankommende Fahrzeuge aus den Straßen Haselhecke, Dreieck und Neuer Kamp und ermöglicht ihnen bedarfsgerecht die Einfahrt in den Baustellenbereich. In der Straße Haselhecke gilt während der gesamten Bauphase ein Halteverbot.

Die Gemeinde Wedemark bittet alle Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer um besondere Rücksichtnahme im Baustellenbereich sowie um Verständnis für die mit den Arbeiten verbundenen Einschränkungen. Der Umbau der Haltestellen dient der Verbesserung der Barrierefreiheit und damit einer komfortableren und sichereren Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs für alle Fahrgäste.



Es wird gebaut. Foto: Reimann

Neue Bank an der Streuobstwiese

WENNEBOSTEL. Über eine besondere Spende aus den eigenen Reihen der Dorfgemeinschaft freut sich die Bürgerinitiative Grüner Ring Wennebostel: Eine Wennebosteler Bürgerin hat der Streuobstwiese „Am Langen Felde" eine Sitzbank geschenkt. Im Rahmen einer kleinen Feier wurde die Bank nun offiziell eingeweiht.

Die Holzbank lädt Spaziergänger und Radfahrer dazu ein, einen Moment innezuhalten und die Natur sowie die Entwicklung der jungen Streuobstwiese zu genießen. „Wir freuen uns sehr, dass der Kreis der Unterstützerinnen und Unterstützer für unsere Initiative stetig wächst. Die großzügige Sachspende zeigt, wie sehr vielen Menschen die Natur vor Ort am Herzen liegt. Die Bank bietet nun allen Interessierten die Möglichkeit, sich einen Moment Zeit zu nehmen und die Streuobstwiese in Ruhe zu erleben", sagt Alrik Thiem, Mitbegründer des Grünen Rings Wennebostel.



Der Grüne Ring Wennebostel freut sich über die neue Holzbank, die die Wennebostelerin Elke (3.v.r.) der Initiative gespendet hat. Foto: privat

Mit dem Projekt „Natur am Langen Felde" setzt sich die Bürgerinitiative für mehr Artenvielfalt und den Erhalt der Kulturlandschaft ein. Auf dem rund 7.500 Quadratmeter großen Gelände oberhalb der Bahnlinie entstehen unter anderem eine Streuobstwiese, ein Miniwald, ein Haselnusshain sowie ein Heckenstreifen. Der Grüne Ring Wennebostel lebt vom ehrenamtlichen Engagement und freut sich über weitere Interessierte und Unterstützerinnen und Unterstützer.

40 Jahre Kompetenz,
Herz und Verlässlichkeit

Wir gratulieren unserer geschätzten Mitarbeiterin

Angela Gaus

zu ihren 40-jährigen Dienstjubiläum. Mit außergewöhnlicher Fachkenntnis, großem Engagement und einem stets offenen Ohr für unsere Patienten & Kollegen/innen prägt sie seit vier Jahrzehnten unsere Praxis. Wir danken Angela Gaus für ihre Loyalität, ihre Sorgfalt und ihren unermüdlichen Einsatz - Tag für Tag.

Zahnärzte Wedemark
Dr. med. dent. Moritz Schroeder

Bissendorfer Str. 8 | 30900 Wedemark | info@zahnaerzte-wedemark.de

19513601_002626

Ihr Mobiler FRISEUR!

Ich bin auch in den Sommerferien für Sie da!
Wedemark, Lindwedel & Schwarmstedt

Terminvereinbarung ✆ 05130 - 4 00 88 od. 0172/9275930
Friseurmeisterin P. Knochenhauer
Schmiedestraße 16 · 30900 Wedemark

19489701_002626

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

30259601_002625

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

13345401_002626

jetzt allzeithoch · OHNE Termin verkaufen

JUWELIER COHRS

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

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

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

4667401_002626

Heidelbeerplantage Leitke
- ein Familienbetrieb seit über 50 Jahren -
Am Hoper Bahnhof 1
29690 Schwarmstedt
Tel. 05073/504

Heidelbeeren gepflückt oder zum selber pflücken direkt ab Hof.
Öffnungszeiten: Mo.-Sa. 09:00-17:00 Uhr
So. 09.00-12.00 Uhr
Sie finden uns freitags auch auf dem Bauernmarkt in Schwarmstedt.

19168401_002626

Anzeige

Indien trifft Italien
Ein kulinarisches Erlebnis

Tel.: 05130 58 88 222
Neueröffnung: 6.7.2026

Endlich ist es soweit: Das Bella Vista 3 öffnet am 6. Juli offiziell seine Türen. Unter dem Motto „Indien trifft Italien – ein kulinarisches Erlebnis" erwartet unsere Gäste ein einzigartiges Konzept, das die besonderen Aromen beider Küchen vereint. Freuen Sie sich auf ein komplett neu gestaltetes Restaurant mit modernem Ambiente und einer einladenden Atmosphäre.



BELLA VISTA III
INDO • ITALIANO

Zur Neueröffnung am 6.7.2026 bieten wir von 12:00 bis 20:00 Uhr ein abwechslungsreiches Buffet für 19,90 Euro pro Person an.
Getränke werden separat berechnet.
Eine Reservierung ist nicht erforderlich – jeder ist herzlich eingeladen, diesen besonderen Anlass mit uns zu feiern.
Außerdem wird eine Spendenbox zugunsten einer sozialen Einrichtung aufgestellt.
Mit jeder Spende kann ein wertvoller Beitrag für einen guten Zweck geleistet werden.

Wir freuen uns auf viele Besucherinnen und Besucher und einen gelungenen Start!

Dr. Hellmuth-Hahn-Str. 1 · 30900 Wedemark · info@indobellavista.de

18984901_002626

IBK

seit 1985
Das lokale Netzwerk für Unternehmen in Bissendorf
ibk-bissendorf.de

Die SprachOase bietet individuelle Logopädie für Kinder & Erwachsene

Sprachstörungen früh erkennen – bessere Chancen durch rechtzeitige Therapie



Logopädin Lena Hirsch mit einer jungen Patientin bei der Arbeit. Foto: Jessica Pesch Fotografie



Denise Wöhler hat in Bissendorf ihre Praxis gegründet, heute gehören elf Mitarbeiterinnen an zwei Standorten zu ihrem fachlich qualifizierten Team. Foto: Gabriela Vrobel

BISSENDRF (JO). Seit der Gründung im Jahr 2013 hat sich die SprachOase von einer Praxis in Bissendorf zu einem engagierten Team mit zwei Standorten in Bissendorf und Burgwedel entwickelt. Heute kümmern sich zehn Therapeutinnen und zwei Mitarbeiterinnen im Backoffice um die logopädische Versorgung von Menschen jeden Alters.

„Viele verbinden Logopädie vor allem mit der Behandlung von Sprachentwicklungs- oder Aussprachestörungen bei Kindern. Tatsächlich begleiten wir Menschen jeden Alters. Unser Beruf ist deutlich vielseitiger, als viele vermuten“, sagt Praxisinhaberin Denise Wöhler.

Zum Leistungsspektrum gehören Sprach-, Sprech-, Stimm-, Hör- und Schluckstörungen sowie myofunktionelle Störungen. Auch die Begleitung bei einem verkürzten Zungenband gewinnt zunehmend an Bedeutung.

Je früher sprachliche Auffälligkeiten erkannt werden, desto besser können Kinder in ihrer sprachlichen Entwicklung unterstützt werden.

Auch Säuglinge mit Saug-, Trink- oder Schluckstörungen sowie Erwachsene nach neurologischen Erkrankungen oder Operationen im Kopf- und Halsbereich werden therapeutisch begleitet. Hausbesuche sowie Behandlungen in Senioren- und Pflegeeinrichtungen gehören selbstverständlich ebenso zum Angebot, sowie die logopädische Betreuung von Kindern in integrativen und heilpädagogischen Kindertagesstätten.

Seit vielen Jahren übernimmt die SprachOase außerdem die logopädische Versorgung in der Geriatrie in Lehrte, einem Fachbereich für ältere Menschen. Mit dem Umzug in den Neubau neben der Klinik Großburgwedel verbessert sich die wohnortnahe Versorgung künftig auch für Patientinnen und Patienten aus der Wedemark.

Für Denise Wöhler ist die Entwicklung der SprachOase untrennbar mit ihrem Team verbunden. „Ich bin sehr dankbar, dass mich viele Kolleginnen schon seit vielen Jahren begleiten. Der enge Zusammenhalt und das große Engagement unseres Teams machen unsere Praxis zu dem, was sie heute ist. Uns ist es wichtig, jeden Menschen individuell zu begleiten und jede Therapie auf die Bedürfnisse unserer kleinen und großen Patientinnen und Patienten abzustimmen.“

Die SprachOase befindet sich im Gewerbegebiet Bissendorf Langer Acker 26 A und ist telefonisch unter der Nummer (05130) 60 98 960 erreichbar. Seit 2017 gibt es zudem einen zweiten Standort in Burgwedel in der Fuhrberger Straße 1. Weitere Informationen sowie die Möglichkeit, sich über die digitale Warteliste für einen Therapieplatz vormerken zu lassen, finden Interessierte unter www.sprachoase.de.

FLIESENLEGER
Roberto Kopjen
Bissendorf
Tel. (05130) 61 30
www.kopjen.de
18884401_002626

NICOLETAS PAVILLON
Konzerte · Chorprojekte
Klavierunterricht
www.nicoletas-pavillon.de
18894701_002626

Hannoversche Volksbank
18902701_002626

Angelika Holz
Raumausstattermeisterin
Möbel & Dekorationen
Bahnhofstraße 17, Tel: 05130 - 88 21
18871501_002626

GUIDO ROHR ELEKTROTECHNIK
- Elektromeister -
Bissendorf • Dieter-Mysegades-Weg 1
Tel. (05130) 37 40 36
18881901_002626

Siebold HÖRakustik
Scherenbosteler Str. 3
30900 Wedemark / Bissendorf
Tel. 05130 - 5837023
18891301_002626

Gebäudedienste Hummes
Wir machen das!
Gebäudedienste Hummes GmbH
Denecken Heide 5 • 30900 Wedemark
Tel.: 0 51 30 - 377 98 56 • hummes-dienste.de
18894201_002626

LUCKY OUI
Hundephysiotherapie & Ernährungsberatung
18903201_002626

RehBock
Bäckerei & Café · Scherenbosteler Straße
18897501_002626

DANGERS
Blumen - Design
Am Hellenfeld 3a
Tel: 05130 - 37 24 50
18878301_002626

FASS MANUFAKTUR
Langer Acker 28
Tel.: 0162 5205648
www.weinkram-shop.de
18890801_002626

Autolackiererei Wedemark
Unfall-Reparatur · Smart Repair
Karosseriearbeiten · Restaurationen
aller Art / Oldtimer · Autoglas · u.v.m.
Langer Acker 1 b · Gewerbegebiet Bissendorf
☎(0 51 30) 95 88 160 · info@autolackiererei-Wedemark.de
18893801_002626

Die Garten Planung
Dr.-Ing. Anja Löbbecke
die-gartenplanung.de
18903401_002626

Murr Fenstersysteme
murr-gmbh.de
05130 / 60101
• Fenster • Terrassendächer
• Haustüren • Sonnenschutz
18901001_002626

ALLES AUS EINER HAND!
HEIZUNG, BÄDER & MEHR
Dembski
Notdienst 0172-5449738
S. Dembski ☎ 05130-583417
S. Kissing-Dembski ☎ 05130-7171
Burgwedeler Str. 8 · 30900 Wedemark
18878901_002626

Familienentlastender Dienst
KeRn Care
Alltagshilfe & Betreuung
Wedemarkstraße 63 - 30900 Wedemark
Tel.: 05130 9669619 - www.kerncare.de
18890501_002626

architekturbüro carsten krüger
bahnhofstraße 1 · 30900 wedemark
telefon 05130 583696 · email info@krueger-architekturbuero.de
www.krueger-architekturbuero.de
18893601_002626

Sparkasse Hannover
18903801_002626

Klipphahn
grün erleben
Bissendorf · Tel. (05130) 88 34
18901101_002626

Fein & Wein
Ihre Adresse für die schönen Dinge des Lebens
Bissendorf, Scherenbosteler Straße 5
Tel. (05130) 95 88 441
18879701_002626

Rinne Steuerberatungsgesellschaft mbH
Willi Rinne Steuerberater
Stefan Kahnt Steuerberater
Telefon 05130/ 95 90 0
18888301_002626

VGH
Fechner & Schwolow OHG
Am Markt 4, Tel.: (05130) 92 51 34
18893501_002626

WEDETHERM WESSARGES
Glaserei · Echtglasduschen
Bissendorf · Tel. 85 23
18896601_002626

Reparatur aller Markenfabrikate
Schmidt Motorgeräte
Ihr Spezialist für Garten- und Forsttechnik
Wennebostel • Tel. (05130) 70 23
18901801_002626

Fleischerei Klemm
Party-Service
Bissendorf • Kurze Str. 6 • Tel. (05130) 73 92
18881001_002626

Oehme
malermeister-oehme.de
18887501_002626

IBÉRICO
TAPAS BAR & RESTAURANT
BISSENDORF
18891701_002626

Ihre Familienpraxis
www.WedeDent.de
Zahnarztpraxis
18896201_002626

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
18902101_002626

Bissendorf´s Friseur
hair:oase
im Wohlfühlambiente
Marianne Muck-Blanke
Tel. 05130/ 77 45 www.hairoase.de
18882601_002626

CAMPINGPLATZ
NATELS-HEIDESEE
mit Badesee Tel. 8547
Bissendorf-Wietze · Regeldamm 1
www.campingplatz-natelsheidesee.de
36899101_002625

Bücher am Markt
Am Markt 8 · 05130 / 974775
18891601_002626

ESSKLASSE
CATERING UND EVENTS
www.essklasse-catering.de
COMPLEX
GEBÄUDESERVICE
www.complex-gebaeudeservice.de
18895301_002626

VATTER
Scherenbosteler Straße 18,
30900 Wedemark, Telefon 05130/5840457
18902401_002626

KNOKE
Bau- und Möbeltischlerei
Bissendorf • Burgwedeler Str. 14
Tel. (05130) 87 38
18883601_002626

U 13 European Cup im Inline-Hockey in Bissendorf

Die Panther richten ein gelungenes Turnier aus – ein Schweizer Team aus Ajoie gewinnt

BISSENDORF. Drei Tage lang stand Bissendorf ganz im Zeichen des internationalen Inlinehockey-Nachwuchses. Vom 12. bis 14. Juni richteten die Bissendorf Panther den U13 European Cup aus und begrüßten zehn Mannschaften aus Deutschland, Dänemark, Österreich und der Schweiz. Insgesamt wurden 31 Spiele ausgetragen.

Neben den Gastgebern nahmen mit den Crash Eagles Kaarst, dem TV Augsburg und den Crocodiles Donaustauf drei weitere deutsche Teams teil. Hinzu kamen die Copenhagen Vikings aus Dänemark, die Wolfurt Walkers aus Österreich sowie die Schweizer Mannschaften SHC La Neuveville, IHC La Broye, SHC Wollerau und SHC Ajoie.

Bereits die Eröffnungsfeier am Freitagabend sorgte für eine stimmungsvolle Atmosphäre. Spieler, Familien, Fans und zahlreiche Helfer verwandelten die Halle in einen internationalen Treffpunkt. Im Auftaktspiel mussten sich die Panther dem Titelverteidiger TV Augsburg trotz zwischenzeitlicher Führung geschlagen geben. In den Vorrundenspielen blieben SHC Ajoie und die Crash Eagles Kaarst jeweils ungeschlagen und sicherten sich die Gruppensiege.



Viele junge Menschen aus verschiedenen Ländern beim Bissendorfer Turnier Foto: privat

Die Bissendorfer verpassten den Einzug in die obere Finalrunde nur knapp. In ihrem ersten Spiel am Sonntag drehten die Panther gegen SHC La Neuveville einen 0:2-Rückstand noch in einen 5:2-Erfolg. Im Spiel um Platz sieben erwiesen sich jedoch die Copenhagen Vikings als zu stark. Mit einem 6:0 sicherten sich die Dänen Rang sieben, während die Gastgeber das Turnier auf dem achten Platz beendeten. In den Halbfinals setzten sich Titelverteidiger TV Augsburg und SHC Ajoie durch. Das Endspiel entwickelte sich anschließend zu einem echten Krimi. Nach mehreren Führungswechseln retteten die Augsburger die Partie mit einem Treffer in der Schlussminute in die Verlängerung. Dort gelang dem Schweizer Team aus Ajoie buchstäblich in letzter Sekunde der entscheidende Treffer zum 4:3 und damit der Gewinn des U13 European Cups.

Die weiteren Plätze belegten die Crash Eagles Kaarst, IHC La Broye, die Wolfurt Walkers, SHC Wollerau, die Copenhagen Vikings, die Bissendorf Panther, die Crocodiles Donaustauf und SHC La Neuveville. Die Bissendorf Panther zogen nach dem Wochenende ein rundum positives Fazit. Der Verein bedankte sich bei allen teilnehmenden Mannschaften, Zuschauern, Offiziellen sowie den zahlreichen Helferinnen und Helfern, die zum Gelingen des internationalen Nachwuchsturniers beigetragen hatten.

Pilotprojekt gegen Vandalismus auf dem Campus W ist auch für Hannover interessant

MELLENDORF. Jährlich entstehen am Schulzentrum Mellendorf durch Vandalismus Schäden in Höhe von rund 130.000 Euro. Um dem entgegenzuwirken, testet die Gemeinde Wedemark seit einigen Wochen ein neuartiges Radarsystem, das für mehr Sicherheit sorgen soll, ohne dabei personenbezogene Daten zu erfassen. Das Pilotprojekt findet inzwischen auch über die Gemeindegrenzen hinaus Beachtung.

Bei einem Besuch am Campus W informierte sich Hannovers Bildungs- und Kulturdezernentin Eva Bender gemeinsam mit Bürgermeister Helge Zychlinski und dem Ersten Gemeinderat Florian Lübeck über die Technik. Bender zeigte sich von dem Ansatz überzeugt: „Wir erleben hier einen Ansatz, der Sicherheit und Datenschutz konsequent zusammenbringt. Solche Lösungen schauen wir uns in Hannover genauer an und prüfen, ob sie für eigene Liegenschaften geeignet sind."

Das System arbeitet ohne Kameras und speichert keine personenbezogenen Daten. Stattdessen erkennt es ausschließlich Bewegungsmuster und kann dabei zwischen Menschen, Tieren oder beispielsweise sich bewegenden Ästen unterscheiden. Außerhalb der Schulzeiten überwacht die Anlage den Schulhof. Wird eine Bewegung festgestellt, erfolgt zunächst eine automatische Lautsprecherdurchsage mit der Aufforderung, das Gelände zu verlassen. Reagiert niemand, wird ein Sicherheitsdienst informiert. „Uns ging es darum, nicht länger nur über Lösungen zu sprechen, sondern sie im Alltag zu testen", erläuterte Florian Lübeck. Erst der praktische Einsatz zeige, ob eine Technologie tatsächlich funktioniere und akzeptiert werde.

Nach Angaben der Gemeinde sind die ersten Erfahrungen positiv. Seit der Inbetriebnahme seien deutlich weniger unbefugte Aufenthalte auf dem Schulgelände registriert worden. Die Entwicklung bestätige den gewählten Ansatz, betonte Lübeck. Entscheidend sei dabei die Verbindung von wirksamem Schutz und konsequentem Datenschutz.



Dezernentin Eva Bender informiert sich über das Radarsystem an der Realschule. Ewald Nagel

Auch Bürgermeister Helge Zychlinski sieht in dem Projekt einen wichtigen Beitrag zum Schutz öffentlicher Einrichtungen. Moderne Technik könne Kommunen dabei unterstützen, Vandalismus wirksam einzudämmen.

In der Landeshauptstadt Hannover wird inzwischen geprüft, ob vergleichbare Systeme künftig auch an eigenen Schulen eingesetzt werden könnten. Damit entwickelt sich das Pilotprojekt am Campus W zu einem Vorhaben mit Vorbildcharakter für andere Kommunen.



Unser Tipp auf den Grill:
IKARIMI Lachsfilet
100 g € 2,95
ab Donnerstag, den 09.07.26
... unser Tipp:
Heidelbeersecco
...eiskalt genießen!
0,75 l € 7,95
Dammstraße 10 30938 Großburgwedel Tel. (05139) 23 45
3403101_002626



5145501_002626



3480401_002626



17222801_002626



18924301_002626



12592301_002626



Das Flötenensemble. Foto: privat

Flötenensemble spielt in der Helstorfer Kirche

HELSTORF. Zu einem musikalischen Sommerabend lädt das Flötenensemble der Kirchengemeinde am Samstag, 11. Juli, um 18 Uhr in die Kirche Helstorf ein. Die sieben Flötistinnen präsentieren ein abwechslungsreiches Programm mit Werken aus verschiedenen Musikepochen. Neben bekannten Melodien stehen auch neu einstudierte Stücke auf dem Konzertprogramm. Im Anschluss an das etwa einstündige Konzert möchten die Musikerinnen gemeinsam mit den Besuchern den Abend in gemütlicher Atmosphäre ausklingen lassen.

ESC Wedemark Scorpions: zufriedene Saisonrückschau

Im Eiskunstlauf und im Eishockey mangelt es dem Verein nicht an Nachwuchs

MELLENDORF (KH). Bei der Jahreshauptversammlung des ESC Wedemark Scorpions am 25. Juni berichtete der Vorstand den geladenen Mitglieder von der vergangenen Saison. Vereinsvorsitzender Ingo Haselbacher führte durch die Regularien, um den Punkt Ehrungen aus organisatorischen Gründen vorzuziehen. Für ihre langjährige Arbeit für den Verein wurde Katrin Haselbacher geehrt. In seiner Begründung sprach Ingo Haselbacher von einem „bedeutenden Beitrag“, den sie in all den Jahren geleistet habe. Katrin Haselbacher, die ihr Amt abgegeben hat, wurde ein Präsentkorb überbracht. Ebenso geehrt wurde Leah Janisch, die im vergangenen Jahr ihr FreiwilligesSoziales Jahr beim ESC absolvierte. Sie wurde für ihr besondere Engagement und Vielseitigkeit im Verein ausgezeichnet. „Ihr Engagement ist ein Vorbild für junge Vereinsmitglieder“ betonte Haselbacher. Der Rückblick auf die vergangene Saison war vor allem aus sportlicher Sicht bedeutsam, denn der Verein habe in einem zentralen Zertifizierungs- und Qualitätsinstrument des Deutschen Eishockey Bundes zwei Sterne erhalten, was die Qualität und Professionalität der Vereinsarbeit bestätige.



Ingo Haselbacher (rechts) bedankt sich bei Leah Janisch für ihre herausragende Arbeit. Foto: Karsten Hölscher

Im Eiskunstlauf mit 85 aktiven Mitgliedern seien 44 Podestplätze und neun Landesmeistertitel errungen worden, berichtete Alexander Jorgus als Spartenleiter Eiskunstlauf. Es habe obendrein Teilnahmen an internationalen Wettbewerben gegeben und eine Deutsche Meisterin im Solo-Eistanz, einer noch jungen Disziplin. An Nachwuchs mangelt es dem ESC derzeit kaum, denn die Laufschule, an der bereits Kinder ab zwei Jahren teilnehmen, habe fünf Trainingseinheiten pro Woche.

Der Eishockey Nachwuchs erfreue sich einer regen Beteiligung, wobei erstmals auch der Inklusionsgedanke eingebracht wird, in dem Teilnehmer des Sledge-Eishockey, also im Schlitten, an den Trainings teilnähmen. Spartenleiter Eishockey, Sascha Böhnke, berichtete davon, dass viele Jugendspieler ehrenamtlich mitwirkten. Neben dem regulären Saisonbetrieb nahmen die Kinder und Jugendlichen an über 50 Sonderturnieren teil, um Spielmöglichkeiten und Entwicklungschancen zu bieten. Die sportlichen Erfolge aller Nachwuchsmannschaften seien mittlerweile Gesprächsthema im gesamten Bundesgebiet. Ein eindrückliches Beispiel für die Qualität der Nachwuchsarbeit ergänzte der Zweite Vorsitzende Oliver Sohst mit dem Endergebnis der U13-Mannschaft in einem Spiel gegen Sande, das die Heimmannschaft nach 40 Spielminuten mit 96:2 für sich entscheiden konnte. Finanziell sei der Verein gut durch die vergangene Saison gekommen, in der bevorstehenden gäbe es aber deutlich höhere Herausforderungen zu stemmen. Aus diesem Grund hat der Verein ein Sponsoren-Konzept erstellt. Firmen können künftig wie im Profi-Bereich Werbeflächen nutzen und damit die wertvolle Ausbildungsarbeit des Verein finanziell unterstützen.

Zu guter Letzt wurde in Neuwahlen ein neuer Kassenwart bestimmt, der sich schnell in Sascha Böhnke fand, der einstimmig gewählt wurde. Die Kassenprüfung wird in den kommenden zwei Jahren von Per Kramer unterstützt, der ebenfalls ohne Gegenstimmen gewählt wurde. Der Verein plant künftig eine nachhaltige Entwicklung mit Fokus auf Stabilität, Nachwuchs und Finanzen. So soll die sehr erfolgreiche Eis-Show zunächst alle zwei Jahre stattfinden, dafür aber auf dem gewohnt hohen Niveau.

Medizin ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Die beste Medizin der Welt: **Schlaf!**

Doch was, wenn er fehlt?

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.



Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit über 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen[1]. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

„Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“



„Mit Baldriparan Stark für die Nacht kann ich gut einschlafen, auch wenn ein Tag viel zu viele Eindrücke bei mir hinterlassen hat. Und am nächsten Morgen wache ich erholt auf, ohne dass ich irgendwelche Nachwirkungen spüre.“
– Maria W. –

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



www.baldriparan.de

[1]bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Spalt

Schmerzen?

Schmerzen entstehen dort, wo es uns weh tut. Allerdings sorgt erst unser Gehirn dafür, dass wir den Schmerz auch wahrnehmen. Zur schnellen Schmerzbekämpfung sollte man daher lokal und zentral ansetzen. Genau deshalb haben Wissenschaftler der Marke Spalt vor vielen Jahren die Spalt Schmerztabletten entwickelt: eine einzigartige Kombination aus 300 mg ASS und 300 mg Paracetamol. Der bewährte Wirkstoff ASS (Acetylsalicylsäure) setzt lokal am Ort des Schmerzgeschehens an, während Paracetamol dem Schmerz zentral im Gehirn entgegenwirkt. Die schmerzstillende Wirkung ist stärker als nach Einnahme der Einzelsubstanzen und die Nebenwirkungen sind geringer als bei vergleichbar dosierten Monopräparaten mit ASS.

Nicht umsonst vertrauen Schmerzgeplagte seit über 88 Jahren auf Spalt: **Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!**

Für Ihre Apotheke:
Spalt Schmerztabletten
(PZN 08689834)



www.spalt-online.de

SPALT SCHMERZTABLETTEN. Für Erwachsene bei: akuten leichten bis mäßig starken Schmerzen. Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet 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

18228201_002626

Die „Abivengers“ verlassen die Schule

Vier junge Frauen erarbeiteten sich die Bestnote 1,0 – starker Jahrgangsdurchschnitt von 2,39 am Gymnasium Mellendorf

MELLENDORF. Mit einer festlichen Entlassungsfeier verabschiedete das Gymnasium Mellendorf seinen Abiturjahrgang 2026. Für 76 Absolventen und Absolventinnen endete damit ein bedeutender Lebensabschnitt – verbunden mit vielen Erinnerungen, großer Erleichterung und natürlich der Freude über das bestandene Abitur.

Durch das Programm führten Caroline Maria Wendorf und Noah Langwald. Neben Grußworten von Schulleiterin Katrin Meinen, dem Vertreter des Fördervereins Ingemar Becker, der Elternschaft, den Abiturienten sowie der Lehrerschaft sorgten mehrere musikalische Beiträge für einen festlichen Rahmen.

Die musikalische Gestaltung übernahmen die Ensembles der Schule. Das Jugendsinfonieorchester unter der Leitung von Domenic Eggers und Franziska Jaap präsentierte den Filmklassiker „Against All Odds“ und setzte damit einen passenden Akzent für einen Jahrgang, der in den vergangenen Jahren manche Herausforderung meistern musste

Die Ergebnisse sprechen für sich: Gleich viermal wurde die Bestnote 1,0 erreicht und dieser Erfolg ist in der Wedemark komplett weiblich! Der gesamte Jahrgang erzielte einen starken Durchschnitt von 2,39. Zwei Nachprüfungen wurden erfolgreich bestanden und zeigten, dass sich Einsatz auch auf den letzten Metern noch lohnen kann. Zudem konnten ein Wiederholer sowie ein weiterer Absolvent mit dem schulischen Teil der Fachhochschulreife ihren persönlichen Erfolg feiern.

In ihrer Rede machte Schulleiterin Katrin Meinen deutlich, dass der Jahrgang weit mehr sei als das, was sich durch Noten oder künstliche Intelligenz messen lasse. Mit einem Augenzwinkern betonte sie, dass ihre Rede selbstverständlich ohne ChatGPT entstanden sei. Persönlichkeit, Kreativität, Mitgefühl und die Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen, seien Eigenschaften, die keine KI ersetzen könne.



Der Abijahrgang 2026. Foto: Gymnasium Mellendorf

Für einen nostalgischen Blick zurück sorgte Ingemar Becker als Vertreter des Fördervereins s. Mit einer Anspielung auf den Filmklassiker „Die Feuerzangenbowle“ – „für die Boomer im Publikum“, wie er selbst schmunzelnd bemerkte – erinnerte er daran, dass Schule schon immer weit mehr gewesen sei als Unterricht.

Nachdenkliche Töne schlug Lehrer Markus Bauch an. Mit einem Zitat der Philosophin Hannah Arendt – „Warum ist es so schwer, die Welt zu lieben?“ – lud er die Abiturientinnen und Abiturienten dazu ein, die Welt trotz ihrer Herausforderungen mit Offenheit, Verantwortung und Zuversicht mitzugestalten.

Für den Jahrgang selbst blickten Viviana Goltermann und Alexander Sonnabend auf die vergangenen Schuljahre zurück. Mit viel Humor erinnerten sie an gemeinsame Erlebnisse, besondere Momente und manche Herausforderung des Schulalltags. Ein besonderer Dank galt dabei ihren Eltern – unter anderem dafür, dass sie es über viele Jahre geschafft hatten, ihre Kinder morgens zuverlässig aus dem Bett zu bekommen.

Auch Colette Hahn richtete als Vertreterin der Elternschaft persönliche Worte an den Jahrgang. Mit dem bestandenen Abitur ende für viele Eltern nicht nur die Schulzeit ihrer Kinder, sondern auch ein jahrelanges „Logistikunternehmen“ aus Fahrdiensten, Brotdosen, Elternabenden und Terminorganisation. Gleichzeitig werde nach vielen Jahren auch die familiäre „Krisenzentrale“ etwas ruhiger – zumindest bis Studium, Ausbildung oder die erste eigene Wohnung neue Herausforderungen mit sich bringen. Für emotionale Momente sorgten der Chor der Abiturienten mit Pompeii sowie der Jugendchor unter der Leitung von Christoph Badde mit Here Comes the Sun und Feel It Still. Dabei wurde deutlich, dass die vergangenen Jahre weit mehr waren als Unterricht, Klausuren und Prüfungen. Freundschaften, gemeinsame Fahrten, Projekte und unzählige Erlebnisse haben diesen Jahrgang geprägt. Ein Höhepunkt des sommerlich warmen Vormittags war die Zeugnisübergabe. Unter großem Applaus nahmen die Abiturienten ihre Zeugnisse entgegen – begleitet von stolzen Eltern, zahlreichen Erinnerungsfotos und vermutlich der leisen Hoffnung, nie wieder einen Operator erklären zu müssen.

Diese jungen Menschen haben das Abitur bestanden

MELLENDORF. Mia Carlotta Ballach, Caroline Baumert, Felix Beck, Sabrin Ben Moussa, James Beyer, Mitja Bochmann, Morgan Bredereck, Jannat Chair, Maya Döbbelin, Nicolas Maximilian Dräger, Melina Fessel-Wardasz, Joshua Frank, Simon Fröhlich, Nina Gähme, Cristi-Marin Gaidenic, Leo Gerth, Viviana Goltermann, Leni Katharina Hahn, Melissa Hemme, Elena Katharina Henkel, Lou Fenix Hermerding, Evelina Himmelreich, Jule Hoffmann, Arvid Joscha Humpert, Alexander Ivanov, Florian Jank, Emma-Sophie Jarolin, Mia-Sophie Judis, Nikolas Christopher Junk, Annika Kairies, Annika Sophie Keese, Finja Kiel, Leo Klipphahn, Leena Kraschewski, Paul Jonathan Krause, Carla Krümmel, Tim Christoph Kumpe, Noah Langwald, Gabriel Luczyk, Felix Tobias Lühder, Yannik Alexander Lutz, Lisa Sophie Makowka, Giacomina Marino, Tim Alexander Matthaei, Linus Möbius, Avyn Ash Müller, Ole Neumann, Leon Klaus Nolte, Kelldan Oeing, Mia Papke, Mika Ringeling, Lucas Ruf, Hannah Luisa Schacht, Lukas Schmidt, Moritz Schmidt, Lena Schoeb, Melinda Schönbeck, Alina Schönhoff, Rebecca Schönhoff, Lina Sofia Schumacher, Merlin Senkel, Tomke Johanna Siefkens, Nina Sievert, Annie Skiba, Jasmin Sommer, Alexander Sonnabend, Johannes Strehl, Noa Maël Suchy, Annika Maria Trittmacher, Nele Tschentscher, Marie Katharine Vockerodt, Lilli Sophie von der Hellen, Caroline Maria Wendorf, Matilda Wernet, Elvis Leonard Winckler, Franzis Wyschanowski.

Zwischen Regenbogen, Aufbruch und Vorfreude

Festlicher Abschiedsgottesdienst für die Abiturientinnen und Abiturienten am Gymnasium

MELLENDORF. Mit einem festlichen Abiturgottesdienst verabschiedeten sich die Abiturientinnen und Abiturienten des Gymnasiums Mellendorf von ihrer Schulzeit. Das Motto „Aufbruch und Neuanfang“ passte dabei perfekt: Schließlich beginnt nach dem Abitur für viele das nächste große Abenteuer – ganz ohne Stundenplan, aber dafür mit jeder Menge Möglichkeiten.

Im Mittelpunkt des Gottesdienstes stand die Frage, wann ein Neuanfang eigentlich beginnt. Ist es mit dem letzten Schultag? Mit dem ersten Vorlesungstag? Oder vielleicht schon in dem Moment, in dem man sich traut, den ersten Schritt ins Unbekannte zu machen? Genau darüber machten sich die Abiturientinnen und Abiturienten gemeinsam mit ihren Familien, Lehrkräften und Freunden Gedanken. Die Geschichte von Noah zeigte, dass Neuanfänge schon immer zum Leben gehörten. Nach der Sintflut musste auch er erst einmal herausfinden, wie es weitergeht – Google Maps gab es damals schließlich noch nicht. Dafür erhielt er etwas, das bis heute Hoffnung schenkt: den Regenbogen als Zeichen dafür, dass Gott Menschen auf ihren Wegen begleitet.

In der Auslegung wurde deutlich: Niemand muss seine Zukunft bis ins letzte Detail kennen.



von links: Leni Hahn, Gabriel Luczyk, Christoph Badde, Thomas Schenk, Thorsten Buck Foto: Gymnasium Mellendorf

Das Leben verläuft selten schnurgerade, Pläne ändern sich und manchmal entstehen gerade aus Umwegen die besten Geschichten. Der Regenbogen erinnert daran, dass nach jedem Regenschauer auch wieder die Sonne scheint – und dass man auf seinem Weg nicht allein unterwegs ist.

Besonders persönlich wurde der Gottesdienst in den Fürbitten, die Schülerinnen und Schüler, Eltern und Lehrkräfte gemeinsam gestalteten. Sie wünschten den Abiturientinnen und Abiturienten Mut für Entscheidungen, Zuversicht in schwierigen Momenten und Menschen, die sie auf ihrem weiteren Weg begleiten.

Auch über den eigenen Tellerrand wurde hinausgeblickt: Die Kollekte kam dem Uganda-Projekt Kuyamba zugute, das Kindern bessere Bildungschancen ermöglicht – ein schönes Zeichen dafür, dass Hoffnung und Zukunft nicht an der eigenen Schultür enden.

Am Ende blieb die Erkenntnis: Das Abitur markiert zwar das Ende der Schulzeit – aber eben auch den Start in ein neues Kapitel. Oder, um es etwas augenzwinkernd zu sagen: Der Stundenplan ist Geschichte, die Hausaufgaben hoffentlich auch – und jetzt wartet das echte Leben. Viel Erfolg dabei!

Offene Pforte auch in Mellendorf

MELLENDORF. Im Rahmen der Initiative „Offene Gartenpforte“ der Region Hannover öffnet Familie Hartmann am Sonntag, 5. Juli, erneut ihren Garten in der Paul-Gimmler-Straße 17 für Besucher. Interessierte können die Anlage von 13 bis 17 Uhr besichtigen. Auf dem Grundstück der Doppelhaushälfte erwartet die Gäste eine abwechslungsreiche Gartenlandschaft mit besonderer Bepflanzung, mehreren Sitzecken, einem kleinen Teich sowie teilweise selbst getöpferter Gartendekoration. Für musikalische Unterhaltung sorgt der Liedermacher Daniel Fernholz, der um 14 Uhr und 15.30 Uhr Popklassiker aus den 1960er-, 1970er- und 1980er-Jahren präsentiert.



Bei Familie Hartmann im Garten. Foto: Dieter Hartmann

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt: Die Besucher können sich auf Kaffee und Kuchen freuen.

gilborn®
[zahnärzte]

Wir danken

Ute Wurmstich

[Hygiene und Sterilisationsmanagement/ Empfang]

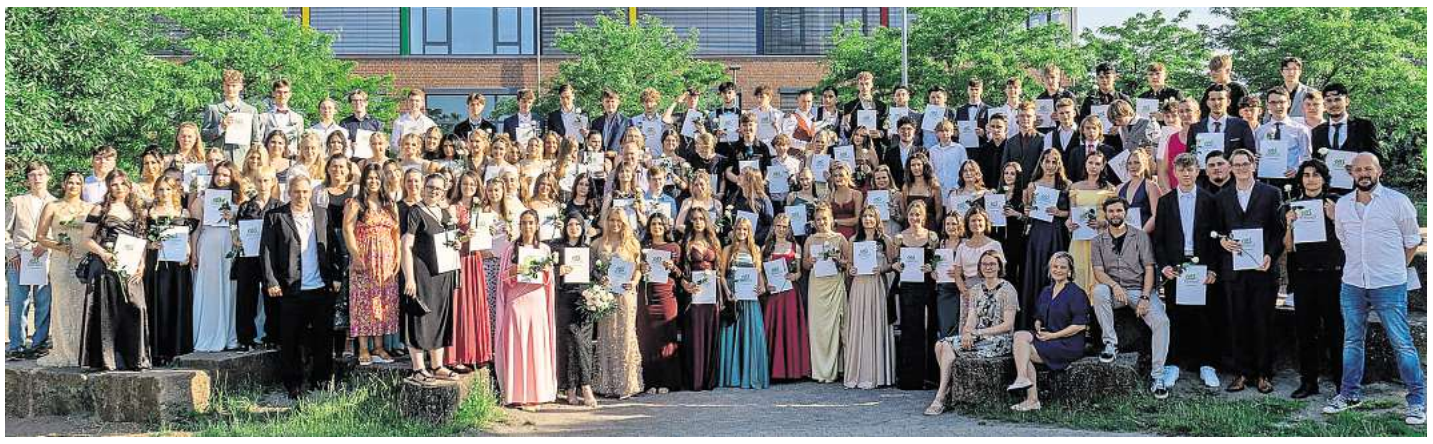
für 20 Jahre Mitarbeit

Dr. Jörg Schwitalla
Jens Westermann
Andreas Nußbicker
und das gesamte Team

Ihre Zahnärzte
in der Wedemark,
Burgdorf und
Engelbostel

www.gilborn.com

19492201_002626



Fünf Stammgruppen – viele schulische Erfolge. Foto: privat

Margot-Friedländer-Gesamtschule verabschiedet den 10. Jahrgang

Musik-Stammgruppe sang an „An Tagen wie diesen" und die Theater-Stammgruppe hob ab

MELLENDORF. Es war ein Tag des Lichts, des Aufbruchs und der großen Emotionen: Am dritten Freitag im Juni verwandelte sich das gut gefüllte und sommerlich heiße Forum der Gesamtschule in einen Ort des feierlichen Abschieds. Der 10. Jahrgang erhielt in einem stimmungsvollen Rahmen seine Abschlusszeugnisse.

Die Schulleiterin Anke Ludwig hieß die zahlreichen Gäste willkommen. In ihrem Rückblick lobte sie den Jahrgang in den höchsten Tönen: Die Jugendlichen hätten die Schule über all die Jahre hinweg stets hervorragend, weltoffen und von tiefem Respekt geprägt nach außen vertreten. In den anschließenden Grußworten hob auch Herr Stamm die besten Wünsche der Elternschaft hervor, während die Schulsprecher Sinan Gencceylan und Claas Wuttig sowie die Jahrgangssprecher Isabel Römer und Nino Weiberg die gemeinsamen sechs Jahre aus Sicht der Schülerschaft Revue passieren ließen. Sie dankten den Familien und den Lehrkräften für deren unermüdliche Unterstützung während der oft stürmischen Phasen der Pubertät. Damals als vierzügiger Jahrgang begonnen, verabschiedete sich die Stufe nun als fünfzügiger Jahrgang. Viele Jugendliche waren über die Jahre von anderen weiterführenden Schulen zur Gesamtschule gewechselt. „Man könnte sagen: Unser Jahrgangs-Midsommarkranz ist über die Jahre immer größer, bunter und prächtiger geworden", so Annika Greif, Leiterin der Sekundarstufe 1. Die Integration der neuen Mitschüler:innen sei von der Gemeinschaft hervorragend und herzlich gemeistert worden. Ein deutlicher Hinweis, wie entscheidend aber die Anmeldung in Jahrgang 5 ist, zeigen beeindruckende Statistiken: Jede Schülerin und jeder Schüler, die den Weg seit dem fünften Jahrgang an der Schule beschritten haben, verließen die Schulbank mit einem festen Abschluss in der Hand. Zudem erreichten erneut 70 Prozent der Jugendlichen, die in Klasse 5 angemeldet wurden, den erweiterten Sekundarstufe-I-Abschluss. Dennoch betonte Schulleiterin Anke Ludwig, dass der menschliche Wert niemals durch eine bloße Ziffer auf dem Papier bestimmt werde: „Nicht der Schulabschluss macht euren Wert aus, sondern ihr als Mensch! Ihr seid wichtig, ihr seid einzigartig."

Die einzelnen Stammgruppen gestalteten ihren Abschied überaus kreativ und individuell: Die Musik-Stammgruppe verabschiedete sich passend mit dem Song „An Tagen wie diesen". Die Forscher blickten humorvoll auf alle Forschungsaufträge der vergangenen sechs Jahre zurück. Bei den Imkern wurde jede Schülerin und jeder Schüler liebevoll mit einem passenden Wesen aus der Tierwelt verglichen, die Theater-Stammgruppe inszenierte eine symbolische Szene zum „Abheben in die Freiheit mit dem Flugzeug" und die Sport-Stammgruppe durfte noch eine „letzte Mathestunde" erleben.

Ein besonderer Höhepunkt waren die anschließenden Ehrungen: Maissa Almleihan, Veronika Laush und Zakhar Chebyshev kamen erst in den letzten zwei bis vier Jahren ganz ohne Deutschkenntnisse an die Schule und erreichten durch herausragenden Fleiß den erweiterten Sek-I-Abschluss. Für ihre überragenden schulischen Gesamtleistungen wurden zudem Claas Wuttig, Maje Sauerwein und Matti Oeler geehrt.

Der 10. Jahrgang der Margot-Friedländer-Schule

MELLENDORF. Stammgruppe 10.1 Lamis Almleihan, Sadaf Behroozian, Meadow Anni Bornträger, Luisa Charlotte Buchmann, Collin Dawid Czuj, Jolina Dybek, Efe Ugur Esmer, Leni Mia Fröhlich, Lena Fromark, Max Fromark, Jette Marie Funke, Dominik Genz, Elias Jonathan Graf, Torge Hanne, Kiara Krüger, Marie Lemeire, Sofiia Nagorna, Hannah Ochmann, Johanna Runge, Hadeer Salih Shamo, Maje Sauerwein, Marta Maria Schlicht Ojeda, Emma Sophie Schuster, Myrofora Tsopanidou, Acelya Uzun

Stammgruppe 10.2 Beyza Akyol, Dima Badel, Lean Beilke, Daria Dech, Thorben Hainke, Mia Lanie Hoops, Veronika Laush, Samuel Meierle, Johann Mundt, Katharina Mundt, Lee-Roy Murlowski, Noemi Francesca Mußmann, Mayar Mustafa, Robin Neubauer, Maja Pasko, Noel Florent Piepho, Subair Rahmany, Isabel Römer, Lennox Scharnewski, Maik Schröder, Jara-Sophie Siebert, Anzhelika Sieriebriakova, Nino Alexej Weiberg, Damion Worm

Stammgruppe 10.3 Maisaa Almleihan, Lara Marlen Bierwirth, Lukas-Pascal Bode, Matthis Brünig, Emely Dreyer, Luca Fröhlich, Noah-Jessie Gapin, Carlotta Anna Hagemann, Atita Pitta Harris, Finja-Kyara Heinze, Carsten Iburg, Ciara Jaap, Marlon Joel Lübcke, Hannah Mosig, Alicia Nietz, Helena Peter, Payton Nia Stehr, Luke Liam Stein, Jessy Suhr, Jan Christopher Vitz, Emiliia Yatsenko

Stammgruppe 10.4 Seyla Akbayrak, Sahir Alawad, Lea Sophie Bialas, Maxim Binzaru, Zakhar Chebyshev, Kimberly Fischer, Lucjan Mario Gawlik, Victoria Gimmler, Laura Hartmann, Franziska Marie Hesse, Farsad Karimi, Marie Krause, Mila Katharina Markert, Armin Amadeo Merkel, Matti Oeler, Carlo Schreiber, Ema Shro, Kara Melinda Stamer, Johann Mattis Tegtmeyer, Kaja Julie Thomas, Leni Johanne Thomsen, Marlon Karl Ingo Üllgraf, Younes Wiso, Class Mathis Wuttig

Stammgruppe 10.5 Besjan Asani, Finn Blanke, Lenja Fehse, Jan Freudenmann, Samira Gencceylan, Ole Geuen, Barne Hemme, Erina Jusufi, Evelin Klundt, Emilia Krämer, Linus Kramer, Zoé Kreitz, Alicja Ladzinska, Meiko Leitschuh, Lika Henning Mantai, Max Nachtigall, Lenja Queck, Tyra Elizabeth Scally, Shakir Shafi Bafi, Chenice Siegmund, Tim Sperling, Ahmad Zaal, Gianluca Marco Zappalá

Abiturientinnen und Abiturienten der IGS

MELLENDORF. Folgende Schülerinnen und Schüler erhielten ihr Abitur: Klasse 13.1: Jan Ole Bold, Joana Fessner, Vievien Gehrke, Nils Sören Gerner, Theda Junior, Flora Maral Lütkemeier, Leonie Oberbeck, Suzan Uyaroglu, Judy Veidt.

Klasse 13.2: Jannes Behme, Toni Franke, Enya Luisa Fülling, Jonah Kjell Grundmeier, Rejwan Khaleel, Piet Meine, Annika Reupke, Jacob Moritz Rößner, Jonathan Rohr, Lasse Schenk, Ryan Tiffert.

Klasse 13.3: Mosaver Ahadi, Samantha Bejzak, Lucie-Isabel Borges, Lilly Renate Burckhardt, Julia Dumstorff, Julius Krämerkämper, Jana Lutzow, Elena Johanna Monenschein, Julian Monenschein, Jan-Ole Siebrecht, Hanno Tiroke, Konstantin Varga, Johann von Bardeleben, Helena von Nostitz-Wallwitz.

Klasse 13.4: Henry Backhaus, Kevin Miles Bellach, Emilie Zoé Bolzek, Seliza Botezatu, Bosse Mikko Bujalla, Karla Burckhardt, Megan Ehm, David Fetvadjev, Toni Heidrich, Angelina Kaiser, Lennard Lund, Hanna Michaelis, Leni Platz, Carlotta Riemeier.

Klasse 13.5: Mia Ahrens, Marlene Lilli Bormann, Alexander Grove, Lena Haase, Amelie Langehennig, Laura Loges, Elias Richter, Thea Rieger, Titus Sauer, Gavin Scharnewski, Sverre Schulz, Luisa Sprenger, Léon Wegler, Ida Lucie Wehrend.

Vortrag gegen Desinformation

MELLENDORF. Gezielte Desinformation zählt zu den wirksamsten Mitteln, um Unsicherheit zu erzeugen und gesellschaftliche Diskussionen zu beeinflussen. Wie solche Kampagnen funktionieren und wie Bürgerinnen und Bürger sich davor schützen können, erläutert Fabian Peters vom Niedersächsischen Ministerium für Inneres, Sport und Digitalisierung am Donnerstag, 9. Juli, von 18 bis 19.30 Uhr im Schulzentrum Mellendorf.

Anhand aktueller Beispiele erklärt der Referent, wie Falschinformationen verbreitet werden und welche Bedeutung sie im Zusammenhang mit hybriden Bedrohungen besitzen. Gleichzeitig zeigt er Wege auf, Informationen sicherer einzuordnen und Manipulationsversuche zu erkennen. „Desinformation richtet sich gegen Vertrauen und Zusammenhalt", hebt Peters hervor. „Aufklärung ist deshalb ein wichtiger Beitrag für eine widerstandsfähige Demokratie."

Der Vortrag findet im Raum 0.122 des Anbaus im Schulzentrum Mellendorf (Zutritt in den Ferien über Seiteneingang) statt. Nach circa einer Stunde sind Fragen möfglich. Parkplätze sind vorhanden. Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist an Vorstandsbuero@wedemark.de erforderlich.



Ein starker IGS-Jahrgang. Foto: privat

Feierliche Abi-Entlassung mit einer fiktiven „Sport-Pressekonferenz"

Schulische Bestleistungen dreier Abiturientinnen besonders hervorgehoben

MELLENDORF. Mit einer feierlichen Zeugnisübergabe hat die Margot-Friedländer-Gesamtschule ihren Abiturjahrgang 2026 verabschiedet. Trotz hochsommerlicher Temperaturen herrschte in der festlich geschmückten Aula eine ausgelassene Stimmung. Für den musikalischen Rahmen sorgte die schuleigene Band aus Lehrkräften und Schülerinnen und Schülern.

Schulleiterin Anke Ludwig sowie die Leiter der Sekundarstufe II, Jana Strigl und Jan Klement, begrüßten die Absolventinnen und Absolventen, deren Familien sowie zahlreiche Ehrengäste. Angesichts der Hitze wurde das Programm bewusst gestrafft und mit Wasserspendern für eine angenehme Atmosphäre gesorgt. Die Glückwünsche der Gemeinde Wedemark überbrachte der Erste Gemeinderat Herr Lübeck. Er dankte Eltern und Lehrkräften für ihre Unterstützung der Jugendlichen und erinnerte an die Namensgeberin der Schule, Margot Friedländer. Den Abiturientinnen und Abiturienten gab er deren Vermächtnis mit auf den Weg: „Seid Menschen!" – ein Appell, Verantwortung zu übernehmen und Haltung zu zeigen.

In ihrer Abschlussrede blickten die Schülerinnen und Schüler auf bewegte Schuljahre zurück. Homeschooling, technische Pannen und kurzfristig vorbereitete Präsentationen hätten den Jahrgang geprägt. Gleichzeitig erinnerten sie an gemeinsame Höhepunkte wie die Kursfahrt nach Prag, die Skifreizeit im Zillertal und die traditionelle Mottowoche. Mit Humor wagten die Redner auch einen Blick in die Zukunft – vielleicht werde einer ihrer Mitschüler eines Tages Bundeskanzler oder eine Mitschülerin auf der Fashion Week vertreten sein.

Für einen der unterhaltsamsten Programmpunkte sorgten die Tutorinnen und Tutoren. Sie verabschiedeten ihren Jahrgang in Form einer fiktiven Sport-Pressekonferenz und blickten auf die zweijährige Qualifikationsphase wie auf eine erfolgreiche Meisterschaft zurück. Klausuren wurden zu Auswärtssiegen, Referate zu entscheidenden Spielzügen und die Prag-Fahrt zum legendären Trainingslager. Mit persönlichen Worten und viel Applaus verabschiedeten sie ihre Schützlinge. Im Anschluss wurden besondere Leistungen ausgezeichnet. Für herausragende schulische Leistungen erhielten Marlene Bormann, Annika Reupke und Karla Burckhardt Auszeichnungen. Annika Reupke wurde zudem für ihre besonderen Leistungen in Mathematik und Physik geehrt.

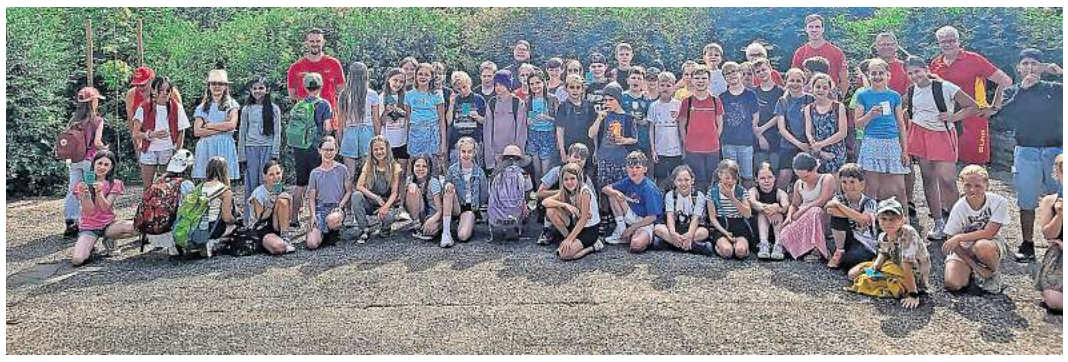
Für außergewöhnliches soziales Engagement zeichnete die Schule Flora Lütkemeier, Konstantin Varga und Angelina Kaiser aus.

Im Fach Geschichte ehrte Jana Strigl Ida Wehrend für ihr langjähriges historisches Interesse, Léon Wegler für seine Diskussionsfreude und Lilly Burckhardt für ihre persönliche Entwicklung sowie die beste Abiturklausur des Kurses.

Den Abschluss bildeten das traditionelle Jahrgangsfoto am Steinkreis sowie der Eintrag der Absolventinnen und Absolventen in das Goldene Buch der Margot-Friedländer-Gesamtschule.

Schwimmwochen: Seepferdchen, Bronze, Silber und Gold

WEDEMARK. In Schwimmwoche Nummer Vier, mit insgesamt fünf Klassen der Bissendorfer Grundschule, wurden vergangene Woche viele Bahnen kräftig, motiviert und sehr erfolgreich geschwommen. Unter Anleitung ihrer Lehrkräfte, sowie dem DLRG Trainer-Team der Ortsgruppen Wedemark und Schwarmstedt, übten die Schülerinnen und Schüler – aufgeteilt in zwei Gruppen – fleißig die Praxis im Wasser und Theorieeinheiten am Beckenrand. Es wurden – vom Seepferdchen bis zum DLRG Juniorretter – insgesamt über 100 Schwimmabzeichen abgenommen. Eine starke Leistung! Lieberweise übernahm die Heidebäckerei Meyer und der Rewe Markt Bissendorf wieder die Versorgung der Teams mit Brötchen und Belag. DLRG Ausbildungsleiterin Astrid Wassermann betont: „Die Ortsgruppe Wedemark dankt für die treue Unterstützung. Natürlich auch ein großes Dankeschön an den Stadt Sport Bund Hannover für die finanzielle Möglichkeit."



Erfolgreiche Schwimmwochen. Foto: privat

Vier von insgesamt sechs Schwimmwochen sind somit noch vor den Sommerferien erfolgreich geschafft. Das bedeutet in Schwimmabzeichen-Zahlen: 21 mal Seepferdchen, 40mal Bronze, 113mal Silber, 126mal Gold und 78mal die Prüfungsabnahme des DLRG Juniorretters. Ausbildungsleiterin Astrid Wassermann freut sich über diese tollen schwimmerischen Ergebnisse: „Unsere Trainer-Teams Wedemark und Schwarmstedt sowie unsere Sponsoren leisten einen großen Beitrag. Ohne sie wäre ein Projekt dieser Größenordnung gar nicht umsetzbar. Sie helfen, heranwachsenden Kindern den sicheren Umgang im und am Element Wasser zu vermitteln." Nach den Ferien folgen noch zwei weitere Schwimmwochen mit der Resser Grundschule und der Margot-Friedländer-Gesamtschule.

Sommerpause im Café Elternzeit

MELLENDORF. Das Café Elternzeit in der Wedemark macht während der Sommerferien eine Pause. Von Montag, 20. Juli, bis einschließlich Freitag, 7. August, bleibt der beliebte Treffpunkt für werdende Eltern sowie Familien mit kleinen Kindern geschlossen. Nach der Sommerpause öffnet das Café wieder am Donnerstag, 13. August. Dann sind werdende Eltern, Mütter, Väter und Familien mit kleinen Kindern erneut eingeladen, sich in entspannter Atmosphäre auszutauschen, Kontakte zu knüpfen und das Angebot zu nutzen. Weitere Infos unter www.wedemark.de/elternzeit.



REG-Läuferinnen feiern Erfolge auf Landesebene

Mit starken Leistungen kehrten die Rollkunstläuferinnen der Roll- und Eissportgemeinschaft (REG) Wedemark von den Landesmeisterschaften der Verbände Niedersachsen und Bremen in Stade zurück. Besonders erfolgreich waren die Schwestern Nele und Melia Bigalke, die beide Medaillen gewannen.
Nele Bigalke sicherte sich in der Nachwuchsklasse Gruppe 1 mit einer fehlerfreien Kür den Landesmeistertitel und damit die Goldmedaille. Ihre jüngere Schwester Melia belegte bei ihrem erst zweiten Start in der Kunstläufer-Gruppe 2 einen starken dritten Platz.
Ebenfalls Silber holte Tessa Isabelle Bischof in der Kunstläufer-Gruppe 1. Matilda Beer erreichte bei den Schülerinnen D Rang drei. Josefine Morosan wurde bei den Schülerinnen C Fünfte und war damit beste niedersächsische Läuferin ihres Jahrgangs. Lina Carlotta Steffen belegte in derselben Altersklasse Platz acht. Clara Maria Koziolek wurde in der Nachwuchsklasse Gruppe 2 Zwölfte.
Trainerin Jessica Dölle zeigte sich mit den Leistungen ihrer Schützlinge sehr zufrieden. Besonders erfreulich: Matilda Beer und Josefine Morosan wurden für die Deutschen Meisterschaften vom 7. bis 12. Juli in Stade sowie für die Norddeutschen Meisterschaften Ende August in Potsdam nominiert. Dort wird auch Lina Carlotta Steffen an den Start gehen.



BVV: Unterhaltsame Bustour mit Schifffahrt

Der Bürger- und Verkehrsverein (BVV) Mellendorf blickt auf eine gelungene Tagesfahrt mit vielen Eindrücken zurück. Bereits am frühen Morgen starteten die Teilnehmer mit einem Reisebus in Richtung Minden. Dort stand zunächst eine Schifffahrt mit einem Kapitänsfrühstück auf dem Programm. Ein besonderer Höhepunkt war die Fahrt durch die Schachtschleuse, die das Ausflugsschiff auf den Mittellandkanal hob. Anschließend ging es weiter nach Porta Westfalica. Am Kaiser-Wilhelm-Denkmal genossen die Teilnehmer den weiten Ausblick über das Weserbergland, bevor die Fahrt zur Landesgartenschau nach Bad Nenndorf führte. Dort blieb ausreichend Zeit, die Blumen- und Gartenanlagen bei einem Rundgang zu erkunden. Den Abschluss des Ausflugs bildete ein gemeinsames Abendessen im Restaurant Bruns in Stadthagen. Mit einem herzlichen Abschied durch das Restaurantteam trat die Reisegruppe schließlich die Heimfahrt an. Der BVV bedankt sich bei den Organisatoren für die gelungene Planung und Durchführung der abwechslungsreichen Busfahrt.







Tickets bis zu **50 Prozent** günstiger!

Tolle Aktionen und ganzer Spaß zum Vorteilspreis!

Bestellen Sie jetzt!

www.erlebnissommer-tickets.de

Nur solange der Vorrat reicht.
Zzgl. Gebühren und evtl. Versandkosten.

RESTKARTEN
RASTI-LAND
WELT VOGEL PARK AUSVERKAUFT
GOP. Varieté-Theater Hannover
DINOSAURIER PARK MÜNCHEHAGEN
MAGIC PARK VERDEN
BURGDORFER GOLFCLUB
WISENTGEHEGE SPRINGE
SEA LIFE Hannover
funXperience
HI-SCORE VIDEOSPIELMUSEUM
AUSVERKAUFT SERENGETI PARK HODENHAGEN
Feuerwerk der Turnkunst
LAGA '26 LANDES GARTENSCHAU
PIER 6
wolfcenter
BATTLE KART Beyond Reality BISPINGEN
SchattenSpringer
AUSVERKAUFT ERSE PARK
sensoria
TUTANCHAMUN EIN IMMERSIVES ABENTEUER

HAZ NP AZ WAZ PAZ GT ET SN DH TAH

19160501_002626

Sonderveröffentlichung vom 4. Juli 2026 Wissenswertes aus der Wedemark

WEDE MAGAZIN

Die Geschichte des Hauses Nummer 30 im Meitzer Busch

Ein Neffe des Eigentümers erinnert sich an seine Kindheit



Ein Foto aus den Sechzigerjahren: Das abgebrannte Haus im Meitzer Busch, davor zu sehen: der damalige Eigentümer Reinhard Ritzrau. Foto: privat

MEITZE (HG/MM). Erbaut in den Kriegsjahren: Als Behelfsunterkunft entstanden, kämpfte der letzte Bewohner des jüngst ausgebrannten Hauses an der Autobahn-Anschlussstelle Mellendorf Jahrzehnte um sein Wohnrecht. Ein Neffe erinnert sich – auch an angebliche Partys am „Lost Place".

Verlassen, ausgebrannt, die Geschichte rätselhaft. Drei Wochen nach dem Brand eines abgelegenen Wohnhauses in Sichtweite der Autobahn-Anschlussstelle Mellendorf am 9. Juni, kommt Licht in die Geschichte der Brandruine. Nach dem aufsehenerregenden Löscheinsatz war zunächst unklar, wie lange das Gebäude bereits leerstand. Mehrfach war dort in den vergangenen Jahren eingebrochen worden. Von Techno-Partys und anderen Treffen an dem „Lost Place" berichteten Anlieger. Dass viel von dem, was erzählt wird, Unsinn ist, weiß Günter Unger.

Der 66-Jährige ist selbst aufgewachsen im Meitzer Busch. Das ausgebrannte Haus gehört seinem Onkel Burkhard Ritzrau, der wie seine Eltern zuvor dort gelebt hat. „2017 brach er sich die Hüfte, seitdem ist er nicht mehr in das Haus zurückgekehrt", klärt Unger auf. Gerüchte, das Gebäude sei mindestens 30 oder sogar 40 Jahre unbewohnt, sind also falsch. Ungewöhnlich ist die Historie der 1944 gebauten Unterkunft gleichwohl. Nach dem Krieg entstand das Gebäude, wie zahlreiche weitere in dem Wäldchen, als Behelfsheim. Ritzraus Vater Reinhard Ritzrau hatte es selbst als Vertriebener aus Pommern in die Wedemark verschlagen. „Meine Familie ist vor den Russen geflüchtet. Erst waren sie in Gailhof mit 30 weiteren Personen bei einem Bauern einquartiert, später haben sie das Haus dann gekauft", berichtet Unger. 32.000 DM kostete es damals.

Ein verblasstes Foto aus dem Familienalbum zeigt Reinhard Ritzrau vor dem Gebäude. Ein anderes spielende Kinder vor dem Haus. Ein Eindruck, unendlich weit entfernt, von der verwilderten Ruine nach dem Brand. „Es war toll, hier aufzuwachsen. Als ich klein war, wurde die Autobahn gerade erst gebaut", erinnert sich Unger. Die Kinder der Waldsiedlung trafen sich untereinander, gingen angeln oder winkten den Lkw zu. „Da fuhr vielleicht alle zehn Minuten mal einer vorbei." Neben dem Haus, auch das ist nach dem Brand heute noch zu erkennen, befindet sich ein schuppenähnliches Gebäude. „Darin war in den Fünfzigerjahren ein Fotolabor. Das gehörte einem Fotogeschäft aus Mellendorf", erinnert er sich. In den Achtzigerjahren gerieten die Nachkriegshäuser im Meitzer Busch in den Blick der Behörden. Nach Baugenehmigungen hatte niemand gefragt in der Not der Zeit.



Asbestverseucht: Das alte Haus brannte lichterloh. Foto: Martin Driadek



Abgelegenes Idyll: Eine Aufnahme aus dem Familienalbum von Günter Unger zeigt das nun abgebrannte ehemalige Wohnhaus im Meitzer Busch. Foto: privat

Vier Jahrzehnte später stellte die Kommune einen neuen Bebauungsplan auf. Für etwa 50 Grundstücke erließ die Kommune einen Bebauungsplan, die Bewohner erhielten ein lebenslanges Wohnrecht. Burkhard Ritzrau fiel offenbar durch das Rost. Sein Haus sollte bis 2006 abgerissen werden. Der letzte Bewohner setzte sich durch. „Man vermutete damals, dass das Haus einer geplanten Bahntrasse im Weg war", erinnert sich Unger. „Mein Onkel hat sich über einen Zeitraum von fast 30 Jahren mit der Region gestritten. Es ging um eine Abrissverfügung." Letztendlich gab es eine Duldung, der Onkel durfte bis zu seinem Lebensabend bleiben. Er lebt nun in einer Senioreneinrichtung.

Mit dem Brand endet wohl auch die Geschichte der Hausnummer 30 im Meitzer Busch. Weil das Haus lediglich Bestandsschutz genoss, solange der letzte Mieter darin wohnte, kann es nicht wieder aufgebaut werden. „Es fällt wohl letztlich an die Gemeinde", mutmaßt Unger. Noch in der letzten Woche hatte ein Stromkonzern ihn wegen des Grundstücks kontaktiert. Eine geplante Stromtrasse passiert das Gebiet. Seit dem Auszug seines Onkels hatte Unger zuletzt mehrfach die Fenster mit Brettern verschlossen. Einbrecher hielt das nicht ab. „Es waren aber auch keine Schätze zu holen", sagt Unger.

Bleibt die Frage nach den angeblichen Partys. „Ja, das war hier in den vergangenen Jahren mal der Fall – vielleicht dreimal, nebenan im Wald, mit 800 bis 1000 Leuten." Also nicht im Haus selbst, davon war in der Umgebung zunächst in den Tagen nach dem Brand die Rede gewesen. Wodurch der Brand letztlich entstanden ist, bleibt weiter unklar. An der Mohmühle, einer psychiatrischen Einrichtung in naher Umgebung, hatte es zuletzt und auch in den vergangenen Jahren immer mal wieder gebrannt. Wie diese Redaktion aus dem Umfeld der Feuerwehr erfahren hat, werden öfter Unbekannte gesehen, die durch die Wälder streunern und offenbar kokeln.

Tisch der Kinderrechte steht in Negenborn

NEGENBORN (BE). Die Kinderrechtskunstwerke in der Wedemark entstanden in unterschiedlichen Abschnitten. So kommt es, dass manche Orte mehr als ein Kunstwerk beherbergen. Nach der „Straße der Kinderrechte" mit ihren sechs Stationen in Mellendorf 2008, entstand 2013 die Aktion „Kinderrechte x 16", um für jeden Ortsteil ein Kunstwerk zu schaffen. Dann übersprang die Idee die Gemeindegrenze und mit der Fortführung der Straße der Kinderrechte, von Kindern und Jugendlichen überlegt und geplant und von Künstler/innen der Kunstschule Wunstorf e. V., der Jugendkunstschule Neustadt/Rbge. e. V. und der Kinder- und Jugendkunstschule Wedemark e.V. ausgeführt, wurde ein neues Kapitel eröffnet. Negenborn hat darum zwei Standorte – einer davon, zur fortgesetzten Straße der Kinderrechte gehörig, ist der „Tisch der Kinderrechte". Darüber heißt es bei der Kunstschule Wedemark: „Über diesem Tisch „schwimmen" 10 Fische – vorerst in eine Richtung. Sie sind gestaltet nach Entwürfen der Mädchen und Jungen der Jugendfeuerwehr Negenborn.



Der „Tisch der Kinderrechte". Foto: Reimann

Diese Fische, reliefartig gefräst aus Aluminiumblech, sind je mit einem Gelenk am Tisch befestigt und lassen sich in zwei Richtungen umklappen. Das spielerische Benutzen des Bewegungsmechanismus ist für den Betrachter ausdrücklich erlaubt. Erinnert sei hier z. B. an Märchenbücher, wo beim Umschlagen jeder Seite sich eine neue, dreidimensionale Szene entfaltet. Auf den Rückseiten der Fische sind die 10 wichtigsten Kinderrechte beschrieben." Man findet das Kunstwerk auf dem Gelände der Negenborner Kapelle.

DAMALS im 1966 Echo

Millionenprojekt für das Dorf Brelingen

BRELINGEN (BE). Die Gemeinde Brelingen war früh dran, als 1966 erstmals im Gemeinderat über den Bau einer Schmutzwasserkanalisation und einer Kläranlage gesprochen wurde. Es ist ein Millionenprojekt für den Ort. Doch wie will Brelingen in dieser Zeit 1,1 Millionen Mark auftreiben? Neben Landkreiszuschüssen von 20 Prozent und einem Kredit in Höhe von 240.000 Mark wurden die Hausbesitzer ordentlich zur Kasse gebeten – pro Hauseigentümer sollten 1.800 Mark für den Anschluss gezahlt werden. Bei einem monatlichen Durchschnittslohn von 425 Mark (Männer 489, Frauen 303 Mark) und der Tatsache, dass es in Familien meist nur einen Verdiener gab, sorgte das natürlich für Diskussionen. Doch es wurde deutlich, dass es „bei den Gemeindegliedern viel Verständnis für die hygienischen Forderungen der Zeit" gab. Übrigens: Als letzter Wedemärker Ortsteil wurde Bissendorf-Wietze 1986 an die Kanalisation angeschlossen. Brelingen war also wirklich früh dran.



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com

Nicht für jeden Hauttyp geeiget

Wann Double Cleansing sinnvoll ist

Double Cleansing, also die doppelte Gesichtsreinigung, verspricht eine besonders gründliche Hautpflege. Dabei werden zwei verschiedene Reinigungsprodukte hintereinander verwendet: Zunächst ein ölbasiertes Produkt, das Make-up und fettlösliche Schmutzpartikel entfernt. Darauf folgt eine wasserbasierte Reinigung, die Reste beseitigt und die Haut klärt.

Was man zu dem Pflegetrend wissen muss, verraten der Dermatologe Sören Korsing von der Berliner Charité und die Apothekerin Cordula Fiedler in der Zeitschrift „Apotheken Umschau".

Für wen ist die doppelte Reinigung geeignet?

Die Methode kann laut Sören Korsing vor allem für Menschen mit fettiger Haut oder starkem Make-up-Konsum von Vorteil sein. Auch wasserfeste Sonnencreme lässt sich so besonders gut entfernen, ergänzt die Apothekerin Cordula Fiedler aus Marl. Um die Haut gut auf die Nacht vorzubereiten, führt man das Double Cleansing am besten am Abend durch.

Nicht für jeden Hauttyp ist diese intensive Reinigung zu empfehlen, so Korsing weiter. Empfindliche oder trockene Haut kann durch Double Cleansing gereizt werden. Auch bei Hauterkrankungen wie Rosazea ist Vorsicht geboten. Generell gilt: Wer mit einer einfachen Reinigung gut zurechtkommt, muss nicht auf eine doppelte setzen, so Apothekerin Fiedler.

Was muss man wissen?

Reine Öle wie Kokos- oder Olivenöl sind für das Double Cleansing nicht geeignet, da sie keine Emulgatoren enthalten und sich nur schwer abwaschen lassen. Zudem sollten keine übertriebenen Erwartungen bestehen, denn die Reinigungsmethode kann keine Poren verkleinern oder Hautprobleme wie Akne heilen, stellt Dermatologe Korsing klar. *DPA*

Selbsthilfe bei Nervenflattern

Die Schmetterlings-Umarmung

Wenn der Stress zu viel wird und wir ihn körperlich und seelisch spüren, ist es schwierig, rational zu agieren. Dafür müssen wir erst einmal „runterkommen". Eine Methode, die wir überall anwenden können, ist die Butterfly-Hug-Technik (englisch für „Schmetterlings-Umarmung"). Sie kann uns dabei helfen, uns selbst aufzufangen, die Gefühle zu regulieren und die Belastungen ein Stück entspannter anzugehen - nur mit Hilfe unserer Hände. Wie es geht, erklärt die Organisation Mental Health First Aid Ersthelfer:

- **1. Emotionalen Stress spüren:** Wo ist der Stress spürbar? Ein Kloß im Hals, Druck im Bauch oder etwas anderes?
- **2. Schmetterlingshaltung einnehmen:** Für den Schmetterling die Arme vor der Brust verschränken, sodass die Fingerspitzen unterhalb des Schlüsselbeins liegen. Die Daumen können sich dabei berühren und bilden den Körper des Schmetterlings, während die gespreizten Finger die Flügel darstellen.
- **3. Sanft klopfen:** Mit den Fingern sanft unterhalb der Schlüsselbeine klopfen – abwechselnd rechts und links oder auch gleichzeitig.
- **4. Im eigenen Rhythmus weitermachen, tief atmen:** Wenn man einen Rhythmus gefunden hat, der sich gut anfühlt, so weitermachen. Dabei tief in den Bauch einatmen – und etwas länger wieder aus.
- **5. Augen zu und loslassen:** Mit geschlossenen Augen kann man sich oft noch besser auf die Übung konzentrieren.
- **6. Abschluss und Nachspüren:** Wenn sich das Gefühl einstellt, dass der akute Stress abgeklungen ist, kann man die Arme senken - meist schon nach ein bis drei Minuten.
- **Und warum funktioniert die „Schmetterlings-Umarmung"?** Über die sogenannte bilaterale Stimulation, also das Klopfen rechts und links, soll die „ruhige" Seite unseres Nervensystems, der Parasympathikus, aktiviert werden, um dem Sympathikus, der für Stressreaktionen etwa bei Gefahr zuständig ist, quasi gegenzusteuern. *DPA*



Überforderung, Angst oder emotionale Belastung? Dann kann die Selbstberuhigungsmethode „Butterfly Hug" helfen, zu entspannen.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

FESTE ZÄHNE AN EINEM TAG

Wieder essen, was man mag!

Nicht nur das, was man kann.

ZAHNARZTZENTRUM Hannover

Mit Zahnimplantaten ohne herausnehmbare Prothese und ohne Brücke zu absolut festen Zähnen: Von Einzelimplantaten bis zur Versorgung eines ganzen Kiefers an einem Tag durch „All-on-4" **mit vier Implantaten für ein neues strahlendes Leben**.

Was sind Zahnimplantate?

Zahnimplantate sind **künstliche Zahnwurzeln**, die dauerhaft im Kieferknochen verankert werden. Sie ähneln einem Dübel, der einen Zahn mittels einer Schraube hält. Zahnimplantate bestehen im Normalfall aus Rein-Titan, das besonders vorteilhafte Eigenschaften für den Körper hat: es ruft keine Abstoßungsreaktionen hervor und ist sehr stark belastbar. Auf das Implantat wird dann ein zumeist keramischer Zahnersatz aufgeschraubt. **So wird der Eindruck eines echten Zahnes erreicht, der auch nahen Blicken standhält.**

Die Auswirkungen auf den Kieferknochen durch herkömmliche Prothesen und fehlende Zähne

Der Kieferknochen ist von der Natur dafür vorgesehen, Zähne zu verankern und nicht, um eine herausnehmbare Prothese oder Brücke zu tragen. **Je länger man die herkömmliche Prothese oder Brücke trägt, umso weiter schreitet der Knochenabbau fort.** Die Prothese hält immer schlechter und es wird immer schwerer, mit ihr zu kauen. Man bestellt im Restaurant dann die Speisen, die man essen kann und nicht die, die man mag. Dazu kommt das ungute Gefühl für den Patienten, dass die Prothese herausfallen könnte. Das Öffnen des Mundes durch Reden und Lachen wird dann oft vermieden und man erscheint unhöflich oder schlecht gelaunt. Bei langem Protheseneinsatz und dem daraus resultierenden extremen Knochenabbau wirkt das Gesicht dann zudem eingefallen.

All-on-4: Implantattechnik für ganze Kiefer

Bei der All-on-4-Methode werden nicht erhaltungswürdige Zähne gezogen und in derselben Sitzung vier Spezial-Implantate eingesetzt. Diese Implantate dienen zur Verankerung eines festsitzenden Zahnersatzes des ganzen Kiefers. **Ein Knochenaufbau ist bei dieser Methode nicht erforderlich und die Implantate können sofort belastet werden.** Ein computerunterstütztes und schablonennavigiertes Implantationsverfahren ermöglicht es, die **Implantation sehr schonend und sicher** durchzuführen. Somit auch f**ür Angstpatienten die ideale Methode**.

Sie erhalten bereits **wenige Stunden nach der OP Ihre festen Zähne** und können am nächsten Tag normal essen. Der **Gaumen bleibt frei** und das Sprechen und Schmecken wird nicht beeinträchtigt. Eine Einheilzeit ohne Belastung von vielen Monaten und ein **herausnehmbares Provisorium ist nicht erforderlich**.



Ist dieses Verfahren teuer?

Die Versorgung mit **All-on-4 ist nicht nur wesentlich schneller, sondern auch preiswerter als eine Behandlung durch Knochenaufbau** mit den üblichen sechs bis acht Implantaten.



JETZT MEHR ERFAHREN ÜBER IMPLANTATE & ALL-ON-4

Unser **Implantologe Artur Zaroban** (Master of Science für orale Chirurgie und Implantologie) steht Ihnen in einem **persönlichen Termin** für weitere Informationen rund um Implantate und „All-on-4 | Feste Zähne an einem Tag" und/oder in einer unserer **Patientenveranstaltungen** zur Verfügung:

PATIENTENVORTRAG
4. AUGUST 2026
ab 18 Uhr in Langenhagen

Die Teilnahme an diesem Vortrag ist unverbindlich und kostenfrei. Wegen begrenzter Teilnehmerzahl ist jedoch eine vorherige Anmeldung erforderlich:
Telefonisch unter **0511 / 73 12 94**, per Mail an **pv@zzh-hannover.de** oder direkt online auf **all-on-4-feste-zaehne.de**

Zahnarztzentrum Hannover
Walsroder Straße 11
30851 Langenhagen
Telefon 0511 / 73 12 94

Öffnungszeiten
Montag & Dienstag 7-21 Uhr
Mittwoch 8-20 Uhr
Donnerstag 7-21 Uhr
Freitag 8-18 Uhr

www.zahnarzt-zentrum-hannover.de

18887301_002626



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com

NordHannoverscher PflegeService GmbH
Care Management
Stefan Walter
Unabhängiger Pflegeberater
0511 / 37 38 22 60
Walsroder Straße 184 • 30853 Langenhagen
Pflegeberatung nach § 37.3 SGB XI für Pflegegeldempfänger.
3178401_002626



9240701_002626



4215501_002626

Kleine Kicks, bessere Balance: Wie hilft Sport bei ADHS?

Wer ADHS hat, kennt innere Anspannung, Unruhe und die Schwierigkeit, etwas anzufangen und durchzuziehen. Und hat vielleicht auch die Erfahrung gemacht, dass Bewegung dabei hilft. Ich auch.

Eine Ärztin hat mir mal gesagt: Eigentlich müsste ich jeden Tag so viel rennen, als würde ich für einen Marathon trainieren. Das ist aber manchmal irre fad. Boxen funktioniert für mich besser, auch Yoga. Kann das sein, dass verschiedene Sportarten unterschiedlich „wirken" bei ADHS? Drei Fragen an Johannes Hennings, Psychiater und Psychotherapeut in München.



Gar nicht so einfach, wie es aussieht: Bei Yoga (hier: Low lunge twist) kommt es auf Koordination und Balance an - das sind bei ADHS oft Herausforderungen, auch aufgrund der speziellen Struktur im Hinteren Kleinhirn

Foto: Christin Klose/dpa-mag

Herr Hennings, Sport soll auch und gerade bei ADHS helfen. Stimmt das wirklich?

Johannes Hennings: Ja, das stimmt. Man kann es eigentlich allgemein ausdrücken: Bei allen psychischen Erkrankungen oder auch seelischen Leiden ist Sport günstig. Abgesehen von den Effekten auf die kardiovaskuläre Fitness trainiert Sport das sogenannte vegetative Nervensystem. Also das System, das für die Balance zwischen Stress und Erholung sorgt.

Aber es gibt auch relativ spezifische Effekte im Gehirn: Sport unterstützt die sogenannte Plastizität der Nervenzellen, und zwar durch die Bereitstellung eines bestimmten Nervenwachstumsfaktors, des BDNF. Der führt dazu, dass Nervenzellen sich neu verbinden, Synapsen vermehrt ausbilden – das ist eine ganz wichtige Voraussetzung, damit das Gehirn sich aus einer psychischen Erkrankung heraus wieder erholen kann.

Dauerhafter Stress blockiert genau diesen Mechanismus, weil das Stresshormon Cortisol die Bildung dieser Wachstumsfaktoren hemmt. Sport senkt die Anspannung, senkt die Stresshormone und macht das Gehirn resilienter. Für Menschen mit ADHS ist das besonders relevant.

Gibt es Sportarten, die für ADHS-Betroffene besonders geeignet sind?

Hennings: So genau ist das noch gar nicht untersucht. Es gibt zwar Studien zu verschiedenen Krankheitsbildern, aber nur wenige Studien, die wirklich verschiedene Sportarten miteinander verglichen haben. Deshalb kann man nicht einfach sagen: Diese eine Sportart ist die beste.

Aber beim ADHS gibt es eine wichtige Regel: Es muss Spaß machen. Das ist generell wichtig, wenn man Sport regelmäßig machen will. Bei ADHS ist es aber besonders wichtig, weil Frustrationstoleranz ein Thema ist. Wenn etwas keinen Spaß macht, wird es früher oder später nicht mehr gemacht – und dann hat es auch keinen Effekt mehr.

Es gibt aber Hinweise darauf, dass bestimmte Elemente beim Sport gerade für ADHS günstige Effekte haben. Eine Ausdauerkomponente ist wichtig, eine Kraftsportkomponente ist wichtig – und alles, was Gleichgewicht und Koordination anspricht. Tatsächlich haben ADHS-Betroffene mit Gleichgewicht und Koordination nicht selten ein Thema.

Beim Mountainbiken hat man zum Beispiel Ausdauer, Kraft, Koordination und Gleichgewicht dabei. Beim Klettern ist das ähnlich. Klettern wird von Menschen mit ADHS sehr häufig gemocht, weil es stark fokussierend ist. Es ist sehr entlastend, wenn der Kopf mal ruhig ist für einen Moment.

Dazu kommt eine Körperwahrnehmungskomponente: Man ist im Hier und Jetzt. Wenn ich an der Wand hänge, kann ich nicht gleichzeitig an etwas ganz anderes denken. Bei Yoga ist es ähnlich: Wenn ich eine Gleichgewichtspose mache und dabei an die Schwiegermutter denke, komme ich ins Schwanken. Dieses Training, im Moment zu sein und sich auf den Körper zu fokussieren, kann bei ADHS sehr günstig sein.

Weil schnelle Langeweile ebenfalls ein Thema ist, muss man übrigens nicht bei einer Sache bleiben. Man kann durchaus immer wieder mal was anderes ausprobieren.

Stichwort Dranbleiben: Das kann schwierig sein. Manche kennen aber auch das Gegenteil, dass sie es fast übertreiben. Wie findet man Maß und Mitte?

Hennings: Wenn es um günstige Effekte geht, sind tägliche 20 Minuten mindestens das, was am besten ist. Das muss nicht kompliziert sein. Entscheidend ist: Es muss Spaß machen und es muss im Alltag leicht umsetzbar sein.

Alles, was aufwendig ist, wird tendenziell nicht so regelmäßig gemacht. Das gilt generell, aber bei ADHS vielleicht noch mal mehr. Wenn ich für eine Sportart erst irgendwo hingehen muss, Ausstattung brauche oder einen Partner organisieren muss, ist die Hürde höher.

Deshalb ist bei der Frage, wie man Regelmäßigkeit hinbekommt, wichtig: wenig Ausstattung, möglichst kurze Wege, möglichst wenig Planung. Ideal ist es, Sport in eine Routine einzubauen – zum Beispiel zu einer festen Zeit oder auf dem Weg zur Arbeit oder von der Arbeit nach Hause. Es klingt banal, aber es hat einen Effekt, wenn ich die Sporttasche am Abend vorher packe und vor die Tür stelle. Sonst denke ich vielleicht: Morgen könnte ich Sport machen. Und dann ist es wieder aus dem Kopf und wird nicht gemacht.

Problematisch kann Sport werden, wenn es vor allem um Kick, Thrill und extreme Reize geht. Alles, was kickt, alles, was mit viel Adrenalin verbunden ist, hat gerade bei ADHS tendenziell ein Suchtpotenzial. Das kann eine Art Selbstmedikation sein: Adrenalin kann kurzfristig dort etwas ausgleichen, wo Dopamin zu wenig ist. Aber auf Dauer ist zu viel Adrenalin nicht günstig, auch fürs Herz-Kreislauf-System nicht.

Man sieht bei unbehandelten ADHS-Betroffenen häufiger sehr kickorientierte oder extreme Sportarten: Bungee-Jumping, Downhill-Mountainbiken, extremes Klettern. Es gibt aber auch Menschen, die sehr exzessiv laufen oder Rad fahren und sich dabei richtig auszehren. Das ist dann manchmal ein Ausdruck davon, wie stark das ADHS ausgeprägt ist: Wenn sie das nicht machen, halten sie die innere und äußere Unruhe kaum aus. Wenn man ADHS leitliniengerecht behandelt, geht dieses exzessive Verhalten oft von allein zurück.

ZUR PERSON: Privatdozent Johannes Hennings ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Er diagnostiziert und behandelt in seiner Privatpraxis für Psychiatrie und Psychotherapie, Supervision und Coaching in München unter anderem auch ADHS. (dpa)

Fördermöglichkeiten für barrierearmen Dusch- und Badumbau!
•Anzeige•

Wieder verfügbar: Bis zu 12,5% KfW-Zuschuss für barrierearmen Badumbau!
Gute Nachrichten für alle Eigenheimbesitzer und Mieter: Das begehrte KfW-Förderprogramm „**Barrierereduzierung – Investitionszuschuss (455-B)**" wurde neu aufgelegt. Ab sofort stehen wieder Mittel zur Verfügung, um Barrieren abzubauen und den Wohnkomfort deutlich zu steigern. Beim Umbau einer alten Badewanne oder Dusche in einen **begehbaren, bodennahen Duschbereich** unterstützt der Staat jetzt wieder mit barem Geld. Der Investitionszuschuss muss nicht zurückgezahlt werden!



Die Fakten zur Förderung im Überblick:
- Bis zu 12,5 % Zuschuss auf die förderfähigen Investitionskosten.
- Gefördert werden Maßnahmen zur Barrierereduzierung (z. B. bodennahe Duschen, Haltemöglichkeiten, Sitzgelegenheiten).
- Der Zuschuss steht sowohl Eigentümern als auch Mietern zur Verfügung.

Pflegekassenzuschuss pro Person 4.180€ bei seniorengerechtem Dusch-/Badumbau
Des Weiteren können pflegebedürftige Menschen ab Pflegegrad 1 einen Zuschuss für Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes beantragen. Der Zuschuss beträgt maximal 4.180€ pro Person. Leben mehrere Pflegebedürftige in einer gemeinsamen Wohnung (z. B. Wohn-Pflege-Gemeinschaft), kann je pflegebedürftiger Person ein Zuschuss von bis zu 4.180€ beantragt werden. Der Gesamtbetrag ist jedoch auf 16.720€ begrenzt und wird bei mehr als 4 Anspruchsberechtigten anteilig auf die Versicherungsträger aufgeteilt.
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen sind zum Beispiel der barrierearme Umbau eines kompletten Bades oder die behindertengerechte Anpassung eines Bades (z.B. Austausch der Badewanne durch eine bodennahe Dusche, Montage eines Duschhandlaufes, Anpassung der Höhe der Toilette, Verlegung von rutschhemmenden Bodenfliesen, Montage eines unterfahrbaren Waschtisches).
Strauß Duschen aus Glas hat sich auf seniorengerechte Dusch- und Badsanierungen spezialisiert und berät gerne bei der Antragsstellung des Zuschusses durch die Pflegekasse oder der KfW Förderung.



Strauß Duschen aus Glas MEISTERBETRIEB
Ausstellung: Termine nach Absprache.
Pechriede 4 - 30900 Wedemark
E-Mail: info@duschenausglas.com
www.straussduschen.de
05130-95 32 11
SCAN ME!
*Strauß – Duschen aus Glas GmbH & Co.KG arbeitet mit der Handwerkskammer und entsprechend berechtigten eingetragenen Fachfirmen zusammen.
16277003_002626



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com

Mythencheck zur Periode: Was bei Tampons, Tassen & Co. gilt

Schwämme aus dem Meer als nachhaltiges Menstruationsprodukt? Giftstoffe in Tampons? Und was hat die Menstruationstasse mit der Spirale zu tun? Rund um die Periode kursieren viele Halbwahrheiten.

Grundsätzlich sollte „jede Frau und jedes Mädchen das Periodenprodukt wählen, mit dem sie sich am wohlsten fühlt“, heißt es vom Berufsverband der Frauenärztinnen und Frauenärzte (BVF). Zum Welttag der Menstruationshygiene (28. Mai) klärt der Verband auf. 5 Fakten zu Menstruationsprodukten:



Vielfalt der Menstruationsprodukte: von Tampons über Menstruationstassen bis hin zu Periodenunterwäsche. Jede sollte das Produkt wählen, das am besten zu ihr passt.

Foto: Christin Klose

1. TSS betrifft nicht nur Tampon-Nutzerinnen

Plötzliches Fieber, Kopfschmerzen und ein Blutdruckabfall, der sich etwa durch Schwindel bemerkbar macht: Das sind die Symptome eines toxischen Schocksyndroms (TSS). Viele bringen es ausschließlich mit Tampons in Verbindung. Das ist jedoch irreführend. Die durch Bakterien ausgelöste Erkrankung kann zum Beispiel auch im Zusammenhang mit Menstruationstassen oder -schwämmchen auftreten.

Um das Risiko für TSS zu verringern, gilt: Binden, Tampons und Co. sollten regelmäßig und mit gewaschenen Händen gewechselt werden. Wiederverwendbare Produkte wie Menstruationstassen oder Periodenunterwäsche müssen gründlich ausgespült und ausgekocht beziehungsweise bei hoher Temperatur gewaschen werden.

2. Pestizide in Tampons? Entwarnung vom BfR

Immer wieder sorgen Berichte über Schadstoffe in Tampons für Verunsicherung. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) gibt jedoch Entwarnung: Gesundheitliche Beeinträchtigungen durch Schwermetalle und Pestizide seien bei der Nutzung von Tampons nicht zu erwarten.

3. Menstruationstasse und Spirale: Komplikationen möglich

Die Menstruationstasse gilt als nachhaltige und auf Dauer kosteneffiziente Alternative. Frauen, die zur Verhütung eine Spirale verwenden, sollten jedoch aufpassen: In seltenen Fällen kann das Saugprinzip der Tasse den Sitz der Spirale beeinflussen oder sie sogar lösen. Rücksprache mit der Frauenärztin ist hier ratsam.

4. Periodenunterwäsche: Auf Biozide achten

Mehrlagige Periodenslips sind praktisch und nachhaltig - beim Kauf lohnt jedoch ein Blick auf die Inhaltsstoffe. Manche Produkte enthalten Biozide wie Silberchlorid in der Saugschicht, die unangenehme Gerüche verhindern sollen. Mögliche gesundheitliche Auswirkungen dieser Substanzen sind laut Experten noch nicht abschließend geklärt. Das BfR empfiehlt für Periodenslips grundsätzlich eine Waschtemperatur von 60 Grad, auch wenn das Material darunter leidet. Erst dann würden alle Bakterien abgetötet.

5. Nachhaltige Naturschwämme? Besser verzichten

Meeresschwämme werden gelegentlich als besonders nachhaltige Menstruationsprodukte beworben. Aus medizinischer Sicht sind sie jedoch nicht zu empfehlen. Das Problem: Ihre stark poröse Struktur macht es unmöglich, sie zuverlässig keimfrei zu reinigen. Wer eine Alternative zu herkömmlichen Tampons sucht, greift besser zu Soft-Tampons - im Vergleich zu Naturschwämmen die hygienischere Einmal-Variante.

Sommerhitze: Achtung, manche Medikamente wirken anders

Bei hohen Temperaturen im Sommer will unser Körper nur eines: bloß nicht überhitzen. Daher gibt er Wärme über die Haut ab und kühlt sich durch Schwitzen herunter - alles schlaue Anti-Hitze-Strategien. Die können allerdings dafür sorgen, dass Medikamente stärker oder schneller wirken. Passt man nicht auf, kann das gefährlich werden.

Die Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände (ABDA) rät daher allen, die dauerhaft rezeptpflichtige Arzneimittel einnehmen, in der Apotheke nachzufragen, ob während Hitzewellen die Dosis angepasst werden sollte.

„Zwei, drei heiße Tage sind in der Regel kein Problem. Aber auf eine längere Hitzeperiode sollte man sich besser vorbereiten“, so Apothekerin Stefanie Tiede aus dem Vorstand der Bundesapothekerkammer. Fachleute raten allerdings davon ab, auf eigene Faust - also ganz ohne Rücksprache mit Arzt, Ärztin oder Apotheke - an der Dosierung zu schrauben.

Ein Überblick, bei welchen Arzneimitteln es kritisch werden kann - und warum:

Beispiel 1: Wirkstoffpflaster

Bei Schmerz- und Hormontherapien kommen mitunter Pflaster zum Einsatz, die Wirkstoffe über die Haut an den Blutkreislauf abgeben. Diese Pflaster können an heißen Tagen zum Problem werden, weil die Haut dann stärker durchblutet ist und dementsprechend mehr Wirkstoff aufnimmt.

Dann droht eine Überdosierung, warnt Apothekerin Stefanie Tiede. Im Falle von Arzneipflastern, die Opioide an die Haut abgeben, kann es dann etwa zu einer lebensgefährlichen Verlangsamung der Atmung kommen.

Beispiel 2: Entwässernde Medikamente

An heißen Tagen verliert der Körper durch das Schwitzen ohnehin schon mehr Flüssigkeit als sonst. Kommen dann auch noch entwässernde Tabletten - etwa zur Behandlung von Bluthochdruck - ins Spiel, kann der Körper schneller austrocknen. Als Warnzeichen dafür nennt die ABDA Kopfschmerzen und Konzentrationsstörungen.

Um den Flüssigkeitshaushalt im Blick zu behalten, rät Apothekerin Tiede dazu, sich täglich auf die Waage zu stellen. Sinkt das Gewicht von Tag zu Tag, kann das auf einen Wasserverlust hindeuten.

Beispiel 3: Insulin



Wer dauerhaft rezeptpflichtige Arzneimittel einnimmt, sollte in der Apotheke nachfragen, ob bei Hitze die Dosis angepasst werden muss.

Foto: Christin Klose

Insulinpflichtige Diabetikerinnen und Diabetiker sollten an heißen Tagen besonders aufpassen: Spritzen sie sich das Hormon in die durch die Wärme stärker durchblutete Haut, kann es deutlich schneller wirken.

Eine Folge können Unterzuckerungen sein, wie der Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland (VDBD) warnt. Tückisch: Betroffene neigen dazu, die typischen Symptome einer Unterzuckerung, Schwitzen oder Erschöpfung etwa, der Hitze zuzuschreiben.

Um einen entgleisenden Blutzuckerspiegel rechtzeitig zu erkennen, prüfen Diabetikerinnen und Diabetiker ihre Glukosewerte in Hitzewellen besser häufiger als sonst.

Und sie sollten darauf achten, dass der Insulin-Pen nicht an heißen Tagen nicht in der prallen Sonne liegt. Bei Temperaturen von über 30 Grad kann es sich nämlich verändern - und seine Wirkung verlieren. „Verwenden Sie kein Insulin, das ausgeflockt ist oder eine bräunliche Färbung aufweist“, rät VDBD-Expertin Theresia Schoppe.

37166701_002625



5163301_002626



37052301_002625



3183501_002626



3174501_002626





7727601_002626



Diskussion mit den Bürgermeisterkandidat/innen.



Nicoleta Ions Chor sang am Sonntag. Fotos (5): Reimann



Als die Hitzeschlacht erfolgreich geschlagen war, konnten Oliver Klinner und Sven Jagata wieder lachen.

Das Team hat alles gegeben Sonntag hat es sich gelohnt

Wedemärker Wirtschaftsmesse mit Versicherungsschäden und früheren Schlusszeiten

Wedemark (be). Bereits Anfang der vergangenen Woche, als sich die Temperaturvorhersage verdichtet, weiß das Organisationsteam der Wedemärker Wirtschaftsmesse, das nur noch wenig nach Plan laufen wird. Anja Peters, zuständig für das Rahmenprogramm, bekommt Absagen für fast alle geplanten Outdooraktivitäten. Wer will bei solchen Temperaturen Fußball, Beachhandball oder Beachvolleyball spielen? „Ich brauche langsam mal gute Nachrichten", schreibt sie in den Chat der Orga-Gruppe. „Es wird nicht regnen", bekommt sie zur Antwort. Galgenhumor - nützt ja nix. Regen, das war vor Wochen eine große Sorge des Teams von „#zusammenwedemark". Dass Regen - wenn auch in anderer Form als erwartet - den ersten Messetag mit verhagelt, ahnt da noch niemand.



Auftakt vor leerem Rasen - die Hitze! Fotos (4): Vrobel

NICHT NUR DER SPORTPLATZRASEN WIRD NACHTS BEREGNET

Früher Sonnabend, mitten in der Nacht: Auf den Rasenflächen des MTV Mellendorf schaltet sich die automatische Beregnungsanlage ein. Auch dort, wo das Bühnenzelt mit Technik für die Messe aufgebaut ist. Wasser sickert in die Veranstaltungstechnik, die danach nicht mehr zu gebrauchen ist. Ein Absprachefehler? Hat jemand einfach vergessen, die Beregnung auszuschalten? Der heiße erste Messetag startet unruhig, noch bevor es richtig heiß wird - ein Versicherungsfall bereits vor Beginn. Es muss improvisiert werden. Als um 11 Uhr die Eröffnung mit Wirtschaftsförderin Antonia Hingler und dem 1. Gemeinderat Florian Lübeck stattfindet, liegt der Platz vor der Bühne im prallen Sonnenschein. Genau drei Gäste lauschen den kurzen Redebeiträgen. In der gleißenden Hitze auf dem - nachts gut beregneten - Grün möchte niemand stehen. Es wird ein Tag, wie ihn sich kein Veranstalter wünscht: kaum Gäste. An diesem heißesten Tag des Wochenendes wird selbst in den Medien davor gewarnt, das Haus zu verlassen. Die Betreiber der Stände besuchen sich in den ersten Messestunden gegenseitig - so wird zumindest das Netzwerken geübt.

GNÄDIGES FRÜHES ENDE AM SONNABEND

Bis 18 Uhr soll die Messe am Sonnabend geöffnet sein. Aber macht das Sinn bei 38 Grad im Schatten und einer sich immer stärker aufwärmenden Halle? Wenn tatsächlich schon nachmittags gar keine Besucher mehr vor Ort sind? Um 16 Uhr wird die Halle abgeschlossen, kurz danach auch das Freigelände. Kein Messeabbruch - nur ein gnädiges frühes Ende für einen Tag, an dem keine Gäste mehr zu erwarten sind.
Die Hoffnung liegt auf dem Sonntag, denn immerhin ist für die Nacht eine Chance auf Abkühlung gegeben. Das Gewitter kommt tatsächlich, doch auch dessen kurzer aber kräftiger Verlauf macht vor dem Messegelände nicht Halt. Nicht nur die Sonne - auch Wind und Regen sind keine Freunde der Messe.
Ein kurzes Gewitter - fünf ruinierte Pavillons
Sven Jagata, Vorsitzender von „#zusammenwedemark" ist am Sonntagmorgen als erster vor Ort. Und sieht, dass von den acht Pavillons, die extra aufgebaut wurden, damit genug Schattenplätze im Außenbereich vorhanden sind, fünf vom nächtlichen Gewitter verweht wurden. Nein, nicht nur verweht - unbrauchbar gemacht. Totalschaden.
Schon wieder ein schlechtes Omen? Diesmal ist die Widrigkeit bald vergessen, denn tatsächlich kommen Gäste. Und gar nicht so wenige. Es sind ja auch „nur noch" 33 Grad angesagt. „Der Tag heute war gut", sagt Ewald Nagel, der mit einem Team der Gemeinde viele Fragen zu allen Verwaltungsthemen beantwortet.

GÄSTEZULAUF IST AM SONNTAG FAST ÜBERRASCHEND GUT

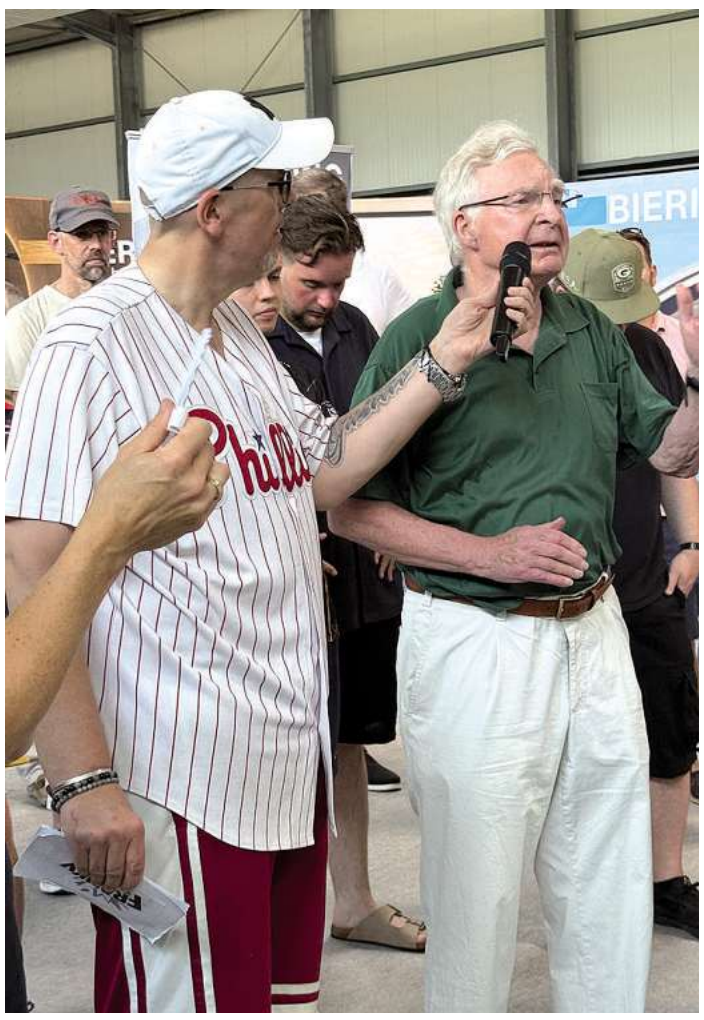
Der ehemalige Radio-„Morgenmän" Franky moderiert nicht, wie ursprünglich geplant, ein umfangreiches Rahmenprogramm von der Outdoorbühne, sondern geht von Stand zu Stand im Innenbereich, interviewt Aussteller und Ausstellerinnen. Das schallt laut durch die gesamte Halle, doch es zieht auch Gäste zu den Ständen, deren Betreiber von ihren Unternehmen erzählen.
Der Zulauf hält bis 15 Uhr an, denn mit der Podiumsdiskussion der drei Bürgermeisterkandidat/innen Dr. Cornelia Blume, Jessica Borgas und Florian Lübeck haben die Veranstalter einen Nerv getroffen. Als die Diskussion beginnt, sieht das Publikum tatsächlich nach Andrang aus.
Drinnen wedeln die Gäste, draußen wird schon abgebaut

„WEDELN" IST DIE HANDBEWEGUNG DES TAGES

Viele der Zuschauenden waren zuvor an den Messeständen - deutlich erkennbar am beliebtesten Giveaway der Messetage: Am Stand von Silke Hanebuth Immobilien und am Stand von HAZ und NP gibt es kleine Fächer, die sofort ausgepackt und ausgiebig genutzt werden.
Die Diskussion findet in der Halle statt und dadurch fällt den Gästen, die lauschen und Fragen stellen, nicht auf, dass die Aussteller im Außenbereich schon die Segel streichen. Die Outdoorstände sind, bis auf den Getränkestand, bereits geschlossen oder sogar abgebaut, als die Podiumsdiskussion um 16 Uhr endet. Der Chor von Nicoleta Ion verabschiedet mit seinem Auftritt das heiße Messewochenende und danach kann auch in der MTV-Sporthalle der Abbau beginnen.

LOB FÜR DAS TEAM, DAS DEN WIDRIGKEITEN TROTZTE

„Den Veranstaltern kann man keinen Vorwurf machen. Das war gut organisiert", sagt Julia Böhle vom Malcafé in Mellendorf, als sie ihren Stand abbaut. „Die können nichts für das Wetter." Lob für das Veranstaltungsteam kommt auch von allen drei Bürgermeisterkandidat/innen, die sich für die viele ehrenamtliche Arbeit bedanken.
Aber wird es eine Wiederholung der Messe in den Folgejahren geben? „Da denken wir in Ruhe drüber nach", sagt Sven Jagata. Eine lange Liste mit Verbesserungsmöglichkeiten haben die Teammitglieder schon zusammengestellt. Und über einen möglichen Turnus der Großveranstaltung muss diskutiert werden. Auch zum Ende der heißen Woche mit Aufbau, Widrigkeiten und Messeverlauf können Sven Jagata und Oliver Klinner noch lachen. Vielleicht auch etwas erleichtert, denn ihr Team hat das Event „trotzdem" gerockt - soweit es eben ging.



Zu den Fragern bei der Podiumsdiskussion gehörte auch Dr. Wolfgang Schrödter, ehemaliger Gemeindedirektor.



Eine Vielzahl an aktuellen Fahrad und E-Bikemodellen gab es am Stand von Zweirad Stille



Dr Rimpler Kosmetik ist eine Wedemärker Erfolgsgeschichte. Am Stand erfuhr man mehr darüber.



Am Stand von Flow Yoga konnten sich die Gäste auch aktiv betätigen - und natürlich informieren.



Pastorin Silke Noormann hat Nicole und Sascha Will offiziell kirchlich getraut. Fotos (8): Reimann



Pastor Thorsten Buck freut sich, Sabine Wenzel und Thomas Bürger segnen zu dürfen.



Birgit und Frank Pinkert laufen glücklich ihrer standesamtlichen Trauung entgegen.

Heiße Hochzeit, kühles Fußbad und große Gefühle

20 Paarsegnungen, standesamtliche und kirchliche Trauungen: Feiern am heißen 26. Juni

Wedemark (be). Das Thermometer zeigt 26 Grad, als das erste Brautpaar morgens am 26. 6. 26 vor dem Bissendorfer Standesamt eintrifft. Es ist einer dieser Tage, dessen Datum sich alle gut merken können (auch Männer) und die Temperatur passt perfekt - um 10 Uhr. Insgesamt 20 Hochzeiten und Paarsegnungen wird es an diesem Tag in der Gemeinde Wedemark geben, davon vier standesamtliche Trauungen, sieben kirchliche Trauungen und neun Paarsegnungen. Und es wird stündlich heißer. Wie feiert man, wenn man eigentlich nur reglos dasitzen möchte, bis die Hitze vergeht?

START IN EINEN HEISSEN HOCHZEITSTAG MIT SEIFENBLASENKANONE

Birgit und Frank Pinkert sind die ersten, die mit ihren rund 20 Gästen das Standesamt betreten. Es ist eine Trauung mit Herz und sentimentalen Momenten, denn das Paar hat den 26. Juni auch deswegen gewählt, weil es der Geburtstag des verstorbenen Vaters von Birgit Pinkert war, der gern Gäste einlud und mit ihnen feierte. Das Brautpaar strahlt schon bei der Ankunft und wird fröhlich begrüßt - die Vorfreude auf den Tag ist spürbar. Reis oder Konfetti darf man nach der Trauzeremonie auf dem Amtshof nicht werfen - aber Seifenblasen gehen! Elzer Nachbarn und Nachbarinnen der Braut sind mit einer Seifenblasenkanone angetreten, die Stimmung ist ausgelassen. Allerdings entscheiden sich viele Gäste für Wasser statt Sekt beim kleinen Empfang vor dem Kavaliershaus nach der Trauung. Die Temperaturen sind schon über 30 Grad gestiegen und die Pinkerts haben mit ihren Gästen noch einen langen Tag vor sich: Am Nachmittag beginnt die rauschende Party im Garten.





Festlich geschmückt: die Mellendorfer Kirche



Klassisch in Weiß und feinem Anzug: Kimberley und Pascal heiraten kirchlich in Mellendorf.

16 PAARE FÜR „EINFACH HEIRATEN" ANGEMELDET

Szenenwechsel zur Mellendorfer St.-Georgs-Kirche. Hier schmücken Ehrenamtliche und das Wedemärker Pastoralteam den Hof und die Kirche. Obwohl schon jeder Schritt schweißtreibend ist, bleibt die Laune gehoben,
denn für die Aktion „einfach heiraten" der evangelischen Kirche haben sich allein in der Wedemark 16 Paare angemeldet. Bekleidungserleichterung gibt es bei den Pastoren dafür nicht: Shorts unterm Talar, nein, das gehe nicht, sagt Pastor Maik Schwarz. „Ich habe drei Hemden und zwei Talare mit", sagt Pastor Thorsten Buck. Bis 14 Uhr muss alles aufgebaut sein, denn dann kommen die ersten Paare.
Wer an diesem Tag „einfach heiraten" möchte, kann eine spontane offizielle kirchliche Trauung bekommen, wenn eine standesamtliche Hochzeit zuvor bereits stattgefunden hat und Braut, Bräutigam oder beide Mitglied der evangelischen Kirche sind. Alle, auf die das nicht zutrifft, können sich einen kirchlichen Segen geben lassen.

IN KLASSISCHEM WEISS ODER IM FREIZEITLOOK

Kimberley und Pascal gehören zu den ersten Paaren in der Mellendorfer Kirche - die Braut in einem herrlichen weißen Kleid, der Bräutigam im Hochzeitsanzug mit Fliege. Sie sind mit einigen Gästen gekommen, die bei der Trauung dabei sein möchten. Standesamtlich verheiratet sind die beiden schon länger, verraten sie. Durch die Medien wurden sie auf die Aktion „einfach heiraten" aufmerksam und beschlossen: „Das machen wir." Während sie noch für die Fotografin posieren, führt Pastor Buck im Kirchgarten bereits die nächste Paarsegnung durch. Es ist ein besonderer Moment für Sabine Wenzel und Thomas Bürger. Obwohl schon im reiferen Alter sind sie noch ein „junges Paar", das zusammengefunden hat, nachdem beide verwitwet waren. Der Segen für die gemeinsame Zukunft ist für beide ein besonderer Moment, mit Gesang und Piano begleitet von Nike Nicklaus.

EHRENAMTLICHE STRAHLEN MIT UND TRÄNEN FLIESSEN

Trotz der hohen Zahl an Paaren nehmen sich die drei Pastoren und eine Pastorin jeweils eine halbe Stunde Zeit für ein Vorgespräch, Lieder können ausgewählt werden.
Die ersten Formalitäten sind dann bereits erledigt, denn direkt hinter der Kirchenpforte sitzen die Ehrenamtlichen Feli Döpke, Kathrin Möhlecke, Gunni Junker und Christiane Lüßmann, um die Paare zu begrüßen und wichtige Daten abzufragen. Die vier Frauen strahlen - auch wenn mittlerweile 34 Grad erreicht sind. „Es gab auch schon so einige Freudentränen", sagt Christiane Lüßmann und freut sich sichtlich mit.



Feli Döpke, Kathrin Möhlecken, Gunni Junker und Christiane Lüßmann begrüßen die Gäste an der St. Georgs-Kirche.

IN DER KÜHLEN KIRCHE LÄSST ES SICH AUSHALTEN

An diesem Tag der vielen freudigen Momente treffen auch Nicole und Sascha Will ein, die bereits 2024 standesamtlich geheiratet haben. Die Braut im langen Kleid, der Bräutigam im Anzug - aber begleitende Gäste haben die beiden, die von Pastorin Silke Noormann kirchlich getraut werden, nicht dabei. Und das hat einen besonderen Grund: Nach der Trauung fahren die frisch kirchlich Vermählten weiter zur Hochzeitsfeier von Freunden, die am gleichen Tag bereits in Fuhrberg geheiratet haben. Wenn man sich schon einmal so fein gekleidet hat, kann man das doppelt nutzen, meint auch Pastorin Silke Noormann augenzwinkernd. In der Kirche jedenfalls lässt es sich gut aushalten - im alten Gemäuer sind nur 20 Grad!

Und wer spricht bei so viel glücklichen Gesichtern noch darüber, dass die Außentemperatur die 35-Grad-Marke gerade überschritten hat?

TEMPERATURUPGRADE FÜR DIE CATERER AM HEISSEN OFEN

Die Gäste von Birgit und Frank Pinkert tun es - am frühen Nachmittag. Zuhause, bei der Überlegung, was man zur Gartenparty am besten anzieht, wenn man nicht gleich verdampfen möchte. Szenenwechsel in den Garten des Paares: Hier ist alles wunderbar geschmückt, der Bräutigam hat einen Sinn für Deko.
Ein Cateringunternehmen hat Grill und Ofen angeschmissen. Das ist ein Temperaturupgrade, um das die Mitarbeitenden niemand beneidet. Die Gäste hingegen, zumeist in den leichtesten Sommeroutfits, die einer Party angemessen sind, finden unter den Holztischen erfrischende Überraschungen vor: Frank Pinkert hat kurzfristig fünf Minipools besorgt, in deren kühles Wasser man die Füße stecken kann. Manch erleichtertes „Ah, herrlich" ist zu hören.

Und als die Sonne am Abend tiefer steht, die Temperaturen langsam, sehr langsam, sinken, kann sich das Team von „einfach heiraten" in Mellendorf über 16 gelungene Trau- und Segenszeremonien freuen. Im Garten von Birgit und Frank Pinkert aber gehen die Gäste noch lange nicht nach Haus.
Sie feiern etwas, woran man sich noch Jahre später erinnern wird: „Bei Birgit und Frank damals, war das eine heiße Hochzeit!"



Pfiffige Idee - kühle Fußbäder unterm Partytisch

Eine Extra-Möhre am Tag danach

Jannien Sandbrink-Klaproth gewinnt auf ihrer Stute Nouvelle Vie die Dressur der Regionsmeisterschaft

REGION. Dass Jannien Sandbrink-Klaproth auf das richtige Pferd gesetzt hatte, war ihr schon länger klar. Nun weiß sie es sicher. Die Reiterin vom VfV Hubertus Langenhagen hat mit ihrer zehnjährigen Stute Nouvelle Vie den Dressur-Titel bei der Regionsmeisterschaft gewonnen. „Wir haben das Feld von hinten aufgerollt", sagte die 58-Jährige, die in Isernhagen lebt und Inhaberin des Brillenfachgeschäfts Trend Optik in Burgdorf ist.



Jannien Sandbrink-Klaproth hat auf Nouvelle Vie die schwierigste Dressur gewonnen. Foto: Debbie Jayne Kinsey

Insgesamt waren im Reiterstadion Vahrenheide beim ausrichtenden RV Hannover rund 450 Starter gemeldet. „Wir sind mit der Veranstaltung in Gänze sehr zufrieden", sagte Matthias Bock, Vorsitzender der Pferdesportregion Hannover (PSR). Die Teilnehmerzahlen bei Reitturnieren sind allerdings rückläufig, dieser Trend hält an. „Aber das wird sich stabilisieren", betonte Bock.

In der ersten Wertungsprüfung (Klasse M**) hatten Sandbrink-Klaproth und Nouvelle Vie einen mächtigen Regenguss abbekommen. „Wir haben zwei Fehler gemacht. Das passiert", sagte sie. In der zweiten, schwereren Prüfung (Klasse S*) lieferte das Duo sehenswert ab und setzte sich an die Spitze. „Ich bin stolz und froh, es mit Nouvelle Vie in diese hohe Klasse geschafft zu haben", sagte Sandbrink-Klaproth, „so etwas dauert lange." Für sie war es der zweite Erfolg bei einer Regionsmeisterschaft, einst hatte sie sie in der Dressur mit Don Tander gewonnen.

Morgens vor der Arbeit fährt die Augenoptikerin nach Schillerslage zum Hof der Familie Plass und reitet mit ihrer Stute aus. Gern ins Gelände. „Das gibt uns beiden Energie für den Tag", sagt Sandbrink-Klaproth, die seit ihrer Kindheit im Sattel sitzt und bei Johannes Liebig trainiert. Eine Extra-Möhre als Belohnung für den starken Auftritt wollte Nouvelle Vie nach dem Sieg allerdings nicht. „Dafür war sie noch zu aufgeregt. Das Pferd ist ja ebenso konzentriert wie der Reiter. Die Möhre hat sie am nächsten Tag bekommen", so Sandbrink-Klaproth.

Ihre Konkurrentin Sinja Küppers (auf Sabor a chocolate) vom RFV Isernhagen hatte nicht lange daran zu knabbern, dass sie noch abgefangen wurde und auf Platz zwei landete. „Wir gönnen uns gegenseitig die Erfolge", so Sandbrink-Klaproth.

Rund 50 Helfer hatte der RV Hannover an drei Tagen im Einsatz, der Aufwand war aber nicht erst für die PSR-Regionsmeisterschaft enorm. Zuletzt hat der Verein knapp 50.000 Euro in die prächtige Anlage in Vahrenheide investiert, vor allem in die Böden. „Wir sind sehr zufrieden mit dem Turnier", sagte Sandra Wille-Gosewisch, die stellvertretende Vorsitzende.

Seit 102 Jahren gibt es den Reiterverein (Am Jagdstall 25) in Vahrenheide, das Gelände ist rund zwölf Hektar groß. „Wir sind stolz auf dieses Erbe und tun alles, um die Anlage zu erhalten", betonte Wille-Gosewisch. Der Verein öffnet sich, will vor allem Kinder und Jugendliche ansprechen, sie an den Reitsport heranführen. Es gibt viele Angebote zum Schnuppern. „Wir wollen ein Verein zum Anfassen sein", sagte Wille-Gosewisch.

Erfolgreichste Starterin des RV Hannover war Jana Roßberg, sie belegte in einer M*-Springprüfung Rang drei. Den Titel im Springen (Klasse M**/S*) der Regionsmeisterschaft entschied Imke Harms von der TG Poggenhagen für sich.

Dressur – Klasse E: Emma Campos (RFV St. Georg Burgdorf); Klasse A: Isabell Achter (VfV Langenhagen); Pony L: Hannah Salzer (RV Meitze); Klasse L: Sophia Möller (Hubertus Schloß Ricklingen); Klasse M*: Carina Leinemann (RG Schillerslage).

Springen – Klasse E: Leni Scharnhorst (RFV Isernhagen); Klasse A: Alicia Rohr (RFV St. Georg Osterwald); Klasse L: Anna Harms (TG Poggenhagen); Klasse M**/S*: Imke Harms (TG Poggenhagen).

Bilanz nach einem Jahr Bettensteuer

Die Abgabe könnte deutlich mehr Geld in die Stadtkasse spülen, als ursprünglich erwartet

LANGENHAGEN (HG). Ein Jahr ist so gut wie rum – es wird Zeit für eine Zwischenbilanz: Zum 1. Juli 2025 wurde in Langenhagen die Bettensteuer (offiziell: Beherbergungssteuer) eingeführt, Basis war ein Beschluss des Rats der Stadt Langenhagen. Das bedeutet, dass in Hotels auf den regulären Übernachtungspreis fünf Prozent Aufschlag fällig sind. Kann bleiben oder muss weg? Die Redaktion hat vor allem in den Hotels nach Erfahrungswerten gefragt.



Übt Kritik: Dirk Breuckmann steht am Eingang des Maritim Airport Hotels, dessen Direktor er ist. Foto: Matthias Falk



Maritim Hotel am Flughafen Hannover-Langenhagen. Foto: imago

In der Praxis läuft es so, dass Hotelgäste beim Einchecken an der Rezeption auf den zusätzlichen Betrag hingewiesen werden. „Die Gäste beschweren sich. Ein Gast hat sich so aufgeregt, dass er nicht mehr nach Langenhagen kommen will und sich stattdessen etwas anderes suchen möchte", berichtet Dirk Breuckmann, Direktor des Maritim Airport Hotels. Was ihn ärgert: „Das Geld fließt nicht zu uns, sondern in die Kasse der Stadt Langenhagen. Und was damit passiert, wissen wir nicht."

Tatsächlich ist es so, dass das Geld aus der Bettensteuer der jeweiligen Kommune zugutekommt. Hotels, Pensionen oder Vermieter nehmen es zwar ein, müssen es aber an ihre Stadt abführen. Und weil es dadurch einen Mehraufwand gibt, aber vermeintlich keinen Gegenwert für die Beherberger, ist deren Ärger groß.

„Bei Tagungen mit 500 bis 600 Leuten kommt da schon viel Geld pro Zimmer zusammen", sagt Breuckmann und betont: „Ich möchte der Stadt Langenhagen nicht zu nahe treten. Aber das ist hier keine touristische Hochburg, es gibt keinen Marketingverein. In Hannover geht ein Drittel der Bettensteuer zurück an die Hannover Marketing und Tourismus GmbH, was der Hotelbranche hilft", sagt Breuckmann. „Wir haben aber das Gefühl, dass von dem Geld nur Löcher im Haushalt gestopft werden."

Beschlossen hatte eine Ratsmehrheit die Steuer 2025. Dafür stimmten unter anderem SPD, Grüne, Linke und die inzwischen aufgelöste „Sehr gute Gruppe" (FDP, die Partei, Jens Mommsen). Es gab 13 Gegenstimmen – vor allem von CDU und AfD. Die Einführung war Teil eines Sparpakets, um Geld in den Haushalt zu spülen. 359.100 Euro versprach sich die Politik als jährliche Einnahme. Dieser Wert wurde im interaktiven Haushalt der Stadt bereits nach oben korrigiert. Kämmerin Janina Schmidt rechnet für die kommenden Jahre mit 600.000 Euro Einnahmen.

Der Rat der Stadtverwaltung hat damals die Aufgabe erhalten, ein Jahr später Bilanz zu ziehen. Die soll es nun nach der Sommerpause geben. „Die vom Rat beschlossene Evaluation läuft gerade", sagt Ralph Gureck. Der Sprecher der Stadt Langenhagen weist darauf hin, dass Ergebnisse, Zahlen und Bilanzen im Finanzausschuss am 25. August vorgestellt werden.

In der Kommunalpolitik bleibt die Bettensteuer Streitthema. Auch im anstehenden Kommunalwahlkampf werden die Langenhagener der Abgabe wiederbegegnen. SPD-Fraktionschef Marc Köhler wiederholte zuletzt am Wirtschaftsstammtisch vor einigen Tagen die Zustimmung seiner Partei. Angesichts der angespannten Haushaltslage dürfe die Stadt nicht darauf verzichten. Die CDU-Fraktion sieht das anders. „Wir wollten die nicht haben. Wir würden sie gern abschaffen und andere Einnahmequellen für die Stadt generieren", sagt Jan Hülsmann. Der Fraktionsvorsitzende ist gespannt auf die Evaluation. „Wenn die Einnahmen für die Stadt hoch sind, dann kann man sie fast nicht mehr abschaffen."

Im Dormero Hotel spüre man den Ärger der Gäste schon an der Rezeption. Wenn die Baustelle an der Walsroder Straße umfahren und eine Ankunft im Hotel gelungen sei, folge mit dem fälligen Aufpreis der nächste Schock. „Wenn das Geld in den Baufortschritt gehen würde, wäre unser Verständnis größer. Aber solange wir nicht wissen, wofür wir diesen Mehraufwand haben, sind wir für die Abschaffung", berichtet ein Mitarbeiter aus dem Hotelmanagement. Er möchte seinen Namen nicht in der Zeitung lesen. Bei Kunden, die nachts an- und früh abreisen, müsse man die Bettensteuer später eintreiben. Der Aufwand, jeweils 3,50 Euro hinterherzulaufen, rechne sich nicht. „So zahlen wir aus eigener Tasche monatlich rund 1000 Euro, zu Beginn waren es sogar 1500 Euro."

Im Hotel Bredehorn Garni an der Imhoffstraße bestätigt Inhaberin Monika Gutzeit die Erfahrungen ihrer Kollegen. „Es ist alles eine Mehrarbeit, die auf den Gast umgelegt wird. Und der sieht es natürlich anders." In Urlaubsorten müsse man auch eine Kurtaxe bezahlen. „Aber bei uns verschwindet das Geld irgendwo im Loch – und ist nicht für uns, sondern für die Stadt", sagt Gutzeit und berichtet, dass sie müde sei, mit den Gästen zu diskutieren.

Was sagt der Deutsche Hotel- und Gaststättenverband (DEHOGA) dazu? Dirk Breuckmann ist auch Präsident des Landesverbands Niedersachsen. „Aus Dehoga-Sicht ist die Bettensteuer Mist." Er nennt ein Beispiel aus Braunschweig. Dort kämpft Oberbürgermeister Thorsten Kornblum seit Jahren und auch weiterhin erfolgreich gegen die Einfuhr dieser Steuer in seiner Stadt. „Das macht jede Übernachtung attraktiver. Und davon profitiert auch der Einzelhandel", sagt Breuckmann.



Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

TUTANCHAMUN
Diverse Termine: Alte Druckerei

MADSACK SeeSalon - HAZ Weinprobe
Diverse Termine: Maschseefest

SEH-FEST
Diverse Termine: Gilde Parkbühne

Roland Kaiser - Das Open Air 2026!
14. August 2026: EXPO-Gelände

Comedyflash
Diverse Termine: Comedy Club

The Dreadnoughts
15. August 2026: Kulturzentrum FAUST

CIRCUS KRONE
Diverse Termine: Schützenplatz

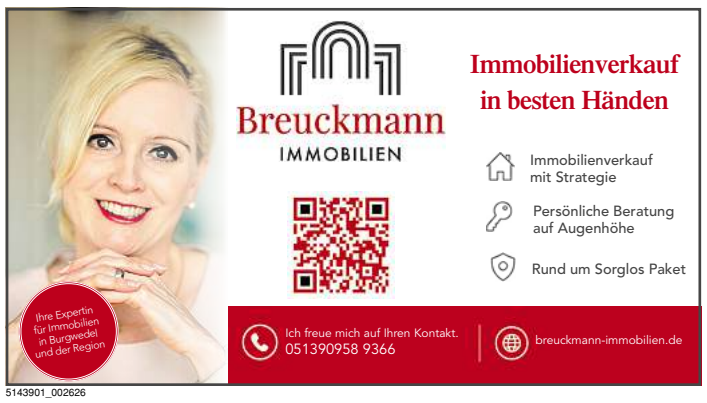
Danke SUBKULTUR! / Danke CHEFFE!
22. August 2026: Subkultur

Vor Ort für Sie da:
In den HAZ & NP Geschäftsstellen
Hannover, Lange Laube 10
Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2
Burgdorf, Marktstraße 16

HAZ Tickets NP

tickets.haz.de | Barrierefreier Schwerbehinderten-Service unter: service@haz-ticketshop.de

18507502_002626



5143901_002626

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Neubauprojekt!
Eigentumswohnung in Großburgwedel mit 4 Zi., ca. 83m² Wohnfläche, Duschbad mit Fenster, Gä.–WC, Abstellraum, FBH, Loggia, elektr. Jalousien, Aufzug, TG–Stellpl. (zzgl. 45.000,–€), Wallboxen, FK + KR, Fertigstellung im Frühjahr 2027, Bj. 2025, B: 12,00 kWh/(m²a), Strom–WP, Kl: A+, KP: 480.000,–
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Modernes Wohnen!
Eigentumswohnung in Großburgwedel mit 4 Zi., ca. 129m² Wfl., Gä.-WC, FBH, elektr. Jalousien, 2 Dachterrassen, Aufzug, TG-Stellpl. (zzgl. 45.000,-€), Wallboxen, FK, Fertigstellung im Frühjahr 2027, Bj. 2025, B: 10,00 kWh/(m²a), Strom-WP, Kl: A+, KP: 720.000,-€
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Erstbezug!
Eigentumswohnung in Großburgwedel mit 2 Zi., ca. 45m², Duschbad, FBH, elektr. Jalousien, Terrasse, TG-Stellpl. (zzgl. 45.000,-€), Wallboxen, FK, kfW-40-Standard, Fertigstellung im Frühjahr 2027, Bj. 2025, B: 10,00 kWh/(m²a), Strom-WP, Kl: A+, KP: 260.000,-€
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Neubau!
Eigentumswohnung in Großburgwedel mit 3 Zi., 85m² Wfl., Duschbad, Gä.–WC, FBH, elektr. Jalousien, Loggia, Aufzug, TG-Stellpl. (zzgl. 45.000,-€), Wallboxen, FK, Fertigstellung im Frühjahr 2027, Bj. 2025, B: 10,00 kWh/ (m²a), Strom-WP, Kl: A+, KP: 465.000,-
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Lehrte...
Gepflegte 3-Zi.-ETW, ca. 80m² Wfl., 1. OG, Balkon, Kellerraum, Garage (zzgl. 15.000,-€), Bj. 1967, Gas-ZH, V: 206,50 kWh/ (m²a), Kl: G, KP: 175.000,- €
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Großburgwedel...
Stilvolle 2,5 Zi. Maisonette-ETW, 2. OG, ca. 78 m² Wfl., Balkon, Garage zzgl. 20.000,- €, Bj. 1996, B: 141 kWh/(m²a), Gas-BHKW, Kl: E, KP: 275.000,- €
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260070

HÄUSER

Beste Lage...
Einfamilienhaus in Isernhagen-Süd mit ca. 400m² Wohnfläche und 6-8 Zimmer, ca. 1.900m² Grundstück, Indoor-Pool, vollständiger Umbau/Sanierung erforderlich, Bj. 1975, B: 266 kWh/ (m²a), Gas-ZH, Kl: H, KP: 1.550.000 ,-
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Burgdorf...
Renovierungsbed. Okal-Fertighaus mit 5 Zi., ca. 147 m² Wfl., Gäste-WC, Kamin, Vollkeller, Carport, ca. 550 m² Grdst., Bj. 1972, B: 159,1 kWh/(m²a), Öl-ZH, Kl: E, KP: 245.000,- €
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Isernhagen-Süd...
Exklusive Villa mit 7 Zi., ca. 530 m² Wfl., Kamin, Indoor Pool, Sauna, Sicherheitssystem, drei Grg., ca. 2.240 m² Grdst., Bj. 2014, V: 112,67 kWh/(m²a), Gas-BHKW, Kl: D, KP: 4.950.000,- €
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

GRUNDSTÜCKE

Ish.-Altwarmbüchen...
Erschlossenes Grundstück mit genehmigungsfähiger Vorplanung für drei MFH, ca. 2.215m² Grdst., ca. 2.710m² Wfl., BGF oberirdisch 3.750m², Neubau als KW40 geplant, KP: 1.850.000,- €
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Grundstück Bissendorf-Wietze von privat zu verkaufen; ca. 2100 qm; mit kl. Haus, Baumbestand; teilbar; VB 525.000,-- €. eMail: biss-1950@gmx.de

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

HOFFMANN UMZÜGE
Wir bringen Sie nach Hause.
Umzüge
Haushaltsauflösung
Entrümpelung
(0 5139) 9 53 10 40
18564201_002626

IMMOBILIENKAUF–GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

4-Zi. ETW gesucht!
Grafiker und seine Frau träumen von einer modernen 4-Zimmer-Whg. mit Gartenanteil (keine Bedingung).
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Whg. für Neuanfang!
Nach Umzug in die Region su. ein junges Paar eine gepflegte 3-4 Zimmer Whg. zur Miete. Gerne mit Stellplatz.
von-wuelfing-immobilien.de☎1260770

HÄUSER

Familie sucht Haus!
Junge Familie mit einer Tochter wünscht sich ein Einfamilienhaus mit mindestens 5 Zimmern und sonnigem Garten. Ruhige Lage und gute Infrastruktur wären wünschenswert. Gerne mit Keller (nicht zwingend notwendig).
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Familienhaus gesucht
Führungskraft bei Continental sucht modernes Einfamilienhaus mit mindestens 6 Zimmern. Wunsch: Garten für entspannte Familienzeit. Ruhige und naturnahe Lage ist wichtig.
von-wuelfing-immobilien.de☎1260770

Exklusive Villa gesucht!
Sympathische Ärztefamilie plant einen Standortwechsel und sucht ein modernes Haus mit mindestens 200 m² Wfl., exklusive Ausstattung bevorzugt.
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Hochw. EFH gesucht!
Selbst. Unternehmer und seine Familie wünschen sich ein stilvolles EFH mit 5 Zi. wünschenswert: zwei Bäder.
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Eigenheim für Familie
Solvente Familie aus HH sucht ein freistehendes Haus mit ca. 150 m². Doppelgarage wünschenswert.
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

Familiendomizil gesucht
Familie mit kleinem Sohn (6) sucht ein gemütliches Reihenhaus mit ca. 120 m². Auch zum Renovieren/Sanieren.
von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

DHH/RH für Familie!
Lehrerin und Ehemann suchen ein Doppelhaus oder Reihenhaus mit mind. 4 Zimmern für ihren Nachwuchs.
von-wuelfing-immobilien.de☎1260770

GRUNDSTÜCKE

Wir kaufen Baugrundstücke für Ein- & Mehrfamilienhäuser
• Schnelle & seriöse Abwicklung
• Auch mit Altbestand
Hannover & Region
NURDA
50 Jahre Qualität + Erfahrung
05139 996624 · nurdahaus.de
19265601_002626

SUCHE HAUS
EFH / MFH, auch sanierungsbedürftig und älter oder zum Abreißen.
☎0176/86099868

SUCHE BAUMÖGLICHKEIT ab 400qm. Abschnitt vom Garten, Abrisshaus, 2. Reihe, Resthof, o.ä. ☎0176-15416372

MIETGESUCHE

WOHNUNGEN

Whg. f. Elektriker ges.!
Elektriker sucht eine praktische 1-2 Zimmer Wohnung mit EBK zur Miete.
von-wuelfing-immobilien.de☎1260770

FERIEN– UND FREIZEITIMMOBILIEN

Verkaufe
kleines Wochenendhaus (45 m²) in Rehburg-Loccum, Kombiplatz Campingplatz/ Wochenendh., Nähe Steinhuder Meer, ca. 200 m² Pachtland, VB 25.000,00 €, gern Besichtigung nach Vereinbarung mgl

Axel, 0177-6714941

18339401_000126

BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Charmante Witwe, Gesine, 72 J., aber mein Alter sieht man mir nicht an, habe Freude am Kochen, bin eine saubere Hausfrau u. mag alles, nur keine Streitigkeiten. Wenn Sie ebenfalls verwitwet sind, verbindet uns das gleiche Schicksal. Würde mein Zuhause auch aufgeben u. zu Ihnen kommen. PV Tel. 0176-57889239

Ilse, 77 J., noch nicht so lange verwitwet, aber ich halte die Einsamkeit einfach nicht mehr aus. Habe eine schöne fraul. Figur, mag alles Schöne, wie Kochen, Garten u. die Natur. Suche üb. PV e. aufrichtigen Mann, evtl. mit ähnl. Schicksal, dem eine liebe, ehrl. u. warmherz. Frau fehlt. T.: 0162-7928872

MARKTPLATZ

TV / FOTO / PHONO / ELEKTRONIK

FERNSEH-EVERS
■ Verkauf
■ Reparaturen
■ Antennenbau
Walsroder Str. 172 A
☎ (0511) 77 64 95
38159201_002625

Sammler sucht gebrauchte Schallplatten und HiFi-Stereo-Geräte ☎0170/3610367

SCHMUCK & UHREN

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

GARTEN

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN
Seit über 27 Jahren alles rund ums Haus von A–Z.
Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11
4464501_002626

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
5391501_002626

Garten- und Landschaftsbau
Platten- und Natursteinarbeiten, Zaunbau, Terrassenbau, Baum- und Heckenschnitt, Objektpflege, Rollrasen & Mähservice, vertikutieren. Kleine Arbeiten rund ums Haus. (01 52) 52 01 70 89 / (05132) 85 60 765. F. Kezer

Gartenpflege aller Art
Landschaftspflege, Mähservice & Vertikutieren, Rollrasen u. v. m.
Mobil: 01520-8688814
(Burgdorf & Umgebung)
14625501_002626

Detlef Märtens
Garten- und Landschaftsbau
Pflasterarbeiten, Terrassenanlagen – Naturstein u. Keramik, Rollrasen, Zaunbau, Schnittarbeiten
Tel. (05130) 43 64
www.galabau-maertens.de
13065401_002626

KUNST– UND SAMMLERMARKT

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

Kaufe Musikinstrumente, Fotoapp., Tonbandgeräte, Teppiche, Radios, Bilder, Lampen, Pfeifen, Musiktruhen a. defekt. Zahle fair & bar ☎05517079523
18871601_002626

Familienanzeigen inserieren
Telefon: 0800-1544233
oder per E-Mail an:
familienanzeigen@madsack.de
ECHO

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

HBM Holzbau Mette GmbH
• Zimmerei
• Innenausbau
• Dacharbeiten
• Service von Holzarbeiten „Rund ums Haus“
Am Obstgarten 1
30938 Burgwedel-Wettmar
Tel. + Fax (05139) 89 50 30
rmette@kabelmail.de
13040001_002626

SO SPART MAN ENERGIE!
Fenster • Türen • Rollläden
Fassaden • Überdachungen • Markisen
Reparaturen • Insektenschutz
Tel. 0511 / 2156092
E-Mail: info@albert-dämmtechnik.de
38158801_002625

Fliesenleger + Badsanierung
☎ 0160/97739654
19199301_002626

Treppen-, Balkone-, Terrassenfliesenverlegung ☎ 0160/977 396 54

HOBBY UND FREIZEIT

Ankauf Modelleisenbahn alle Spuren☎ 0151 1795 7706

Was wäre Ihr letztes Geschenk an die Welt?

Mein Erbe tut Gutes.
Das Prinzip Apfelbaum
www.mein-erbe-tut-gutes.de · (030) 29 77 24 36
Eine Initiative gemeinnütziger Organisationen in Deutschland.

Dein Job in Hannover & Region
lokalboten.de
#1 für Zustelljobs
Freie Stellen in
• Wedemark
• Schulenburg
• Engelbostel
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)
17870101_002626

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:
• Langenhagen
• Schulenburg
• Engelbostel
• Berkhof
• Hoheheide
• Elze
• Bissendorf
• Krähenwinkel
ECHO
18861601_002626

ECHO
IHRE VERTRAUTE WOCHENZEITUNG


Ohne Anmeldung
www.extra-verlag.de
Haben Sie Ihre gedruckte Ausgabe des ECHO gerade nicht griffbereit?
Dann lesen Sie doch im E-Paper nach. Hier können Sie alles noch einmal lesen - auch, was in Ihrer Nachbargemeinde Interessantes geschah.

REISEMARKT

REISEMARKT DEUTSCHLAND

USEDOM

Seebad Bansin, FeWo's f. 2-3 P., frei. ☎0171/7290668 www.villa-angelika.de

VERSCHIEDENES

Fassadenanstriche

m. Siliconharzfarbe o. Acrylputz, qm ab 18,00 € Klinkerversiegelung, Gewebeputz, kostenl. Angebote
Fa. Kreh ☎(0 51 31) 5 62 37

KAUFE.ORDEN.PICKELHAUBEN UNIFORMEN.URKUNDEN.FOTO'S HELME.Hr.Röhl ☎05102739927 mail: hermangali@freenet.de

Soldatennachlässe, Ausweise, alte Orden, Urkunden, Fotos, Fotoalben und vieles mehr von 1800-1960 von Sammler gesucht ☎(05130) 5472

Klavier und Keyboardunterricht bei Ihnen zu Hause 0163 7218377

DIENSTLEISTUNGEN

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

www.allesweg24.de
Der Fachbetrieb für Entrümpelung und Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung. ☎ (0511) 499495

Dachsanierung frei, Garage, Carport, Dachrinnen, Isolierungen, Reparatur, Fassaden/Verkleidung(0157) 33370799

Hecken- / Baumschnitt, Gartenpflege. ☎ 0160 / 760 95 28

Hecken/Baumschnitt,Gartenpflege zum FP.-10% Rabatt ☎0176 23608987
19200201_002626

Zieh Aus und Ein mit Walterstein ☎ (0511) 630971

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369
Haushaltsauflösung mit Wertanrechng

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

Gartenpfl./Pflasterarb., 0172/1593860

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

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
3997201_002626

VW

VW Golf Plus (Bj. 2006, 290.000 tsd. Km), 2,0 TDI, AHK, 8-fach bereift, Radio, Klima. Anhänger (1974), 195x125. Beide angemeldet u. fahrber. Beide o. TÜV. Preis für beide 1.650,00 € ☎0178/1359134

KFZ GESUCHE

PKW KAUFGESUCHE

Autoankauf
schnell – fair – bar
auch Mängel, Unfall, Export
05136/920 24 35 od.
0172/5 11 76 91
3861801_002626

WOHNMOBILE / –WAGEN

Falko sucht Wohnmobil/ Wohnwagen Bitte alles anbieten. ☎ 0170/1050700

Wir kaufen Wohnmobile+Wohnwagen ☎ 03944-3 61 60, www.wm-aw.de Fa.

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

HOTEL / GASTRONOMIE

Hotel in Herrenhausen su. erfahrene Mitarbeiter/in Voll-/Teilzeit für Rezeption ✉ info@hotel-in-herrenhausen.de

KAUFMÄNNISCHE BERUFE

Bürokraft (m/w/d) ...

Für unser Büro in Isernhagen suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt neue Kollegen (m/w/d) in Vollzeit.
Sie sind kontaktfreudig, teamfähig und lieben den Umgang mit Kunden? Dann möchten wir Sie kennenlernen! Bewerbung über jobs.von-wuelfing.de von-wuelfing-immobilien.de ☎1260770

WEITERE BERUFSFELDER

Arbeitslos?

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

Fahrer/in/d Kl. C1/CE für Umzüge und Güterverkehre im Nah- und Fernverkehr gesucht. Auch Aushilfe möglich.
✉ info@walterstein.de
Walterstein GmbH. ☎ (0511) 630971

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Reinigungskraft (m/w/d) gesucht für die Reinigung einer Privatarztpraxis in Langenhagen Zentrum. Arbeitszeit 18-20 Uhr an 4 Werktagen pro Woche, auf Minijobbasis. Bewerbung bitte an: job@sport-checkup.de, 0511/51517070

Suche Tätigkeit in Mellendorf, als Haushaltshilfe. Zwischen 16-17 Uhr anrufen, bin 71J. jung, ☎0152/03115248

Demokratie braucht **RÜCKENWIND.** AMADEU ANTONIO STIFTUNG

TRAUERANZEIGEN

Statt Karten

Renate Mente

* 09.01.1944 † 04.05.2026

Von ganzem Herzen danken wir allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre liebevolle Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck brachten.

Unser besonderer Dank gilt Frau Pastorin Winkelmann., sowie dem Bestattungsinstitut Knoke für die sehr einfühlsame Betreuung.

Im Namen aller Angehörigen
Andrea Mente-Harel
Susanne Mente-Ranz
und Familien

Wedemark, im Juli 2026
19525201_002626

„Unser Leben währet siebzig Jahre, und wenn´s hoch kommt, so sind´s achtzig Jahre, und wenn´s köstlich gewesen ist, so ist es Mühe und Arbeit gewesen; denn es fährt schnell dahin, als flögen wir davon..."
90. Psalm, Vers 10

Manfred Eilts

* 12.05.1941 † 05.06.2026

In Liebe
Gunnar mit Sueni und Ricardo
im Namen aller Angehörigen

Die Urnenbeisetzung findet im engsten Familien- und Freundeskreis statt.

Bestattungshaus Naethe, Walsroder Str. 89, 30851 Langenhagen
19090001_000126

Mit dem Tod ist es wie mit der Sonne:
Wir sehen sie am Horizont untergehen,
aber wir wissen, dass sie drüben weiterscheint.

Traurig müssen wir Abschied nehmen von unserer lieben Mama, Schwiegermama, Oma und Schwester

Helga Grube

geb. Grauers

* 3. März 1948 † 29. Juni 2026

Du bleibst in unserem Herzen
Deine Tochter Tanja und Thomas
Dein Sohn Marco
Domenic und Ramona
Annegret und Heinz
und alle, die sie lieb und gern hatten.

Die Beerdigung findet am Dienstag, dem 7. Juli 2026, um 13.00 Uhr von der Friedhofskapelle in Brelingen, An der Feldmark, aus statt.
Von Beileidsbekundungen am Grab bitten wir abzusehen.
Betreuung: Schustereit Bestattungen, Wedemark, Telefon: (05130) 5271
19543001_000126

Schustereit BESTATTUNGEN · Thorns BESTATTUNGEN · Giesbers BESTATTUNGEN
Ihr Bestattermeister

Ein Chef mit Herz

Tim Schustereit

Tim Schustereit führt sein Team mit Menschlichkeit, Klarheit und viel Herz. Er bringt Menschen zusammen, erkennt Talente und unterstützt, wo er kann – ob im Berufsalltag, in der Ausbildung oder im persönlichen Gespräch. Für sein Team und seine Angehörigen ist er nicht nur ein verlässlicher Chef, sondern auch ein Mensch, der immer ein offenes Ohr und ein ehrliches Interesse am Gegenüber hat. Ein echtes Vorbild.



Schustereit Bestattungen, Wedemarkstraße 74, 30900 Wedemark, Telefon (0 51 30) 52 71
info@schustereit.team
www.schustereit-bestattungen.de
Schustereit Bestattungen
Überm See 4, 31535 Neustadt-Mandelsloh, Telefon (0 50 72) 14 45
19176101_002626

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

MITGLIED IM LANDESFACHVERBAND BESTATTUNGSGEWERBE NIEDERSACHSEN

Bestattungsinstitut
Wilhelm Meyer
Inhaber: Dirk Pluschke
Telefon 05130 - 56 75
Tag & Nacht erreichbar
Wedemarkstraße 32 · 30900 Mellendorf
38063701_002625

RICHARD EGGERS GmbH
BESTATTUNGSINSTITUT
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
3457202_002626

Verlobung, Hochzeit und andere familiäre Ereignisse

Informieren Sie Freunde, Verwandte und Bekannte mit einer Anzeige in dieser Zeitung.

Telefon: 0800-1544233

E-Mail: familienanzeigen@madsack.de



Gestalten Sie Ihre Familienanzeige einfach selbst!
In unserem Online ServiceCenter unter www.extra-verlag.de



DIE VIELFALT DER GRABARTEN IN LANGENHAGEN.

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

19175701_002626

Familienanzeigen
INSERIEREN



Telefon: 0800-1544233

E-Mail: familienanzeigen@madsack.de

Da ist ein Land der Lebenden und ein Land der Toten,
und die Brücke zwischen ihnen ist die Liebe –
das einzig Bleibende, der einzige Sinn.
Thornton Wilder aus „Die Brücke von San Luis Rey"

Waltraut Raths

geb. Schlichting
*21.09.1934 † 24.06.2026

Du warst unsere Familie – Du hast uns deinen Lebensmut, deine Liebe zu Musik, Malerei, Büchern, Blumen und Gärten sowie deine Reisefreude vorgelebt und an uns weitergegeben.

Wir danken in Liebe.
Deine Kinder
Sabine mit **Gunter**,
Annette
Klaus-Rudolf mit **Monika**
Deine Enkel
Julia, Ina-Marie, Nicolas, Simon, Paula, Kilian
mit ihren Partnern und Deine Urenkelin
Marlene
sowie alle Geschwister und Angehörigen.

Die Trauerfeier mit anschließender Beisetzung findet am Mittwoch, den 08. Juli 2026, um 13:00 Uhr in der Friedhofskapelle in Resse statt.

Anstelle von Blumenschmuck freuen wir uns über eine Spende an den Verein: Bürger für Resse e.V.,
IBAN: DE 49 2519 0001 0563 2781 00
Stichwort: Waltraut Raths

Bestattungsinstitut Knoke, Burgwedeler Str. 14,
30900 Wedemark-Bissendorf, Tel. 05130/8738

19266901_002626



18862201_002626

Und im Herzen tiefe Müdigkeit.
Alles sagt mir: Es ist Zeit.
- Theodor Fontane –

Nach einem erfüllten Leben und nach über 70-jähriger Ehegemeinsamkeit habe ich meine geliebte Frau, wir unsere Mutter, Schwiegermutter, Schwester, Tante, Großmutter und Urgroßmutter plötzlich und unerwartet verloren.

Hannelore Abeln



geb. Klingebiel
* 02.02.1937 † 10.06.2026

In Liebe und Dankbarkeit

Dein Werner
Ralph Abeln und Petra
Jochen Abeln und Susanne
Uwe Abeln und Michaela
Sabine Gienow geb. Abeln und Thorsten
sowie alle Angehörigen

Die Urnentrauerfeier mit anschließender Beisetzung findet am Freitag, den 10. Juli 2026, um 10.30 Uhr in der Kapelle des Friedhofes Kaltenweide, Hedwig-Kettler-Weg 5, 30855 Langenhagen statt.

Anschließend erfolgt die Beisetzung.

Auf ausdrücklichen Wunsch von Hannelore bitten wir auf Trauerkleidung zu verzichten.

Bestattungshaus Naethe, Walsroder Str. 89, 30851 Langenhagen

19518601_000126

Lieber Dieter,

nach vielen schönen Radtouren, mit uns, hast du nun deine letzte Fahrt angetreten.



Wir vermissen Dich.

Deine Godshorner Montags-Radfahrer

19623301_002626



Herzlichen Dank

Für die große Anteilnahme und die vielen tröstenden Worte, Karten und Zeichen der Verbundenheit danken wir von Herzen.

Unserem lieben Vater und Großvater

Heinz Schaper

werden wir stets ein ehrendes Andenken bewahren.

Die zahlreichen Spenden zugunsten von Kleine Herzen Hannover e. V. haben uns sehr gefreut.
Insgesamt wurden 5.000 € gespendet.

Monika Schaper
Alexander Schaper · Ekaterina Schaper
Tristan · Aurora
Anja Schaper · Frank Schaper
Julian · Maximilian · Niklas
Stephan Schaper · Pia Richter

19555001_002626

DANKSAGUNG

Klaus Bramburger

*21.03.1941 † 30.05.2026

Herzlichen Dank sagen wir allen, die mit uns Abschied nahmen. Für die tröstenden Worte und stillen Umarmungen, sowie die Anteilnahme auf vielfältige Weise.

Ein besonderer Dank gilt dem Pflegeheim Bode in Wietze, Frau Pastorin Noormann für die einfühlsamen Worte und dem Bestattungsinstitut Schustereit für die würdevolle Gestaltung der Trauerfeier.

Corinna & Ingo
Kim & Antonia

19177601_000126

DER MEISTERBETRIEB

Wir stehen hinter Ihnen und zur Seite.

NAETHE 100 Der Bestatter

Alles aus einer Meisterhand an der Walsroder Straße

Wenn Ihnen Verlust widerfährt, gewinnen Sie uns als Ihren stillen Partner an Ihrer Seite. Wir nehmen Sie an die Hand und bekommen auch alles aus einer Hand an einem Ort – seit 1925.

0511.72 59 55 55
Walsroder Straße 89

NAETHE Der Bestatter

ZDH ZERT ZERTIFIZIERT

BESTATTER Zertifiziert und vom Handwerk geprüft

NAE(T)HE SEIT 100 JAHREN

19176501_002626

Der Verschönerungs- und Naturschutzverein Bissendorf e.V.

nimmt in tiefer Trauer Abschied von seinem Gründungsmitglied und langjährigen Ehrenmitglied

Cord Knibbe



Mit Cord Knippe verlieren wir eine Persönlichkeit, die unseren Verein und das Ortsbild von Bissendorf über Jahrzehnte hinweg in außergewöhnlicher Weise geprägt hat.

Als Gründungsmitglied des Verschönerungs- und Naturschutzvereins Bissendorf e.V. sowie langjähriger Beisitzer, 2. Vorsitzender und späteres Ehrenmitglied setzte er sich mit unermüdlichem Einsatz für die Verschönerung und den Erhalt unseres Dorfes und seiner Natur ein.

Seine Ideen, seine Tatkraft und seine tiefe Verbundenheit mit Bissendorf waren beispielhaft. Mit großer Leidenschaft gestaltete er das Orts- und Landschaftsbild unserer Heimat und begeisterte viele Menschen für das gemeinsame Engagement.

Ein besonderes Vermächtnis hinterlässt er mit der großzügigen Nutzungsüberlassung des Ereigniswaldes. Dieser einzigartige Ort wird auch künftig zahlreichen Menschen Freude bereiten und stets an sein außergewöhnliches Wirken erinnern.

Mit Cord verlieren wir nicht nur eines unserer bekanntesten und verdientesten Mitglieder, sondern auch einen guten Freund, Ratgeber und Menschen mit großem Herzen. Sein Wirken wird in unserem Verein und weit über dessen Grenzen hinaus in dankbarer Erinnerung bleiben.

Wir werden ihm stets ein ehrendes Andenken bewahren.

Unser tief empfundenes Mitgefühl gilt seiner Familie und allen Angehörigen.

In dankbarer Erinnerung

Der Vorstand
Verschönerungs- und Naturschutzverein Bissendorf e.V.

19524701_002626

Mit dem Nachlass Gutes tun

Bestellen Sie kostenfrei den Testament-Ratgeber „Mein CARE-Paket für die Zukunft":
0228 97563-25
vererben@care.de
www.care.de/vererben

care wirkt. weltweit.

BESTATTUNGSINSTITUT KNOKE

- 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

29985301_002625

DRALLE Bestattungen

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

BESTATTER Zertifiziert und vom Handwerk geprüft

ZDH ZERT ZERTIFIZIERT

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

38052101_002625

Airport rechnet mit 1,1 Millionen Passagieren in der Ferienzeit

LANGENHAGEN. Mit dem Beginn der Sommerferien in Niedersachsen startet am Hannover Airport die wichtigste Reisezeit des Jahres. Tausende Urlauberinnen und Urlauber werden in den kommenden Wochen täglich vom Flughafen in Langenhagen in Richtung Sonne, Strand oder europäische Metropolen abheben. Bis zum Ende der Sommerferien in Nordrhein-Westfalen rechnet der Flughafen mit mehr als 1,1 Millionen Passagieren.

Besonders hoch wird das Reiseaufkommen an den ersten Ferienwochenenden sein. Sowohl am 4. und 5. Juli, wenn die Sommerferien in Niedersachsen beginnen, als auch am 18. und 19. Juli zum Ferienstart in Nordrhein-Westfalen erwartet der Flughafen jeweils mehr als 20.000 Fluggäste pro Tag. Entsprechend gut gefüllt werden Terminals, Sicherheitskontrollen und Parkhäuser sein.



Eurowings startet vom Airport aus mit Reisenden. Foto: Markus Lindert

Der aktuelle Sommerflugplan umfasst mehr als 60 Direktziele und bietet sowohl klassische Urlaubsverbindungen als auch Städtereisen innerhalb Europas. Besonders gefragt sind erneut die traditionellen Sonnenziele. Dazu zählen die türkische Riviera, Palma de Mallorca sowie die griechischen Inseln, die Jahr für Jahr zu den beliebtesten Reisezielen der Fluggäste ab Hannover gehören. Wer lieber eine Städtereise unternehmen möchte, findet ebenfalls eine große Auswahl. Mehrmals täglich starten Maschinen unter anderem nach Barcelona, Zürich, Wien, London oder Amsterdam. Diese Verbindungen eignen sich sowohl für einen längeren Urlaub als auch für einen Kurztrip.

Erweitert wurde das Angebot in diesem Sommer um neue Direktverbindungen nach Nizza an der französischen Côte d'Azur sowie nach Alicante an der spanischen Mittelmeerküste. Beide Ziele erfreuen sich bereits großer Nachfrage und ergänzen das bestehende Streckennetz. Eine weitere Neuerung richtet sich insbesondere an Reisende, die Schottland entdecken möchten. Eurowings bietet bis zum 23. August jeweils dreimal pro Woche Nonstopflüge nach Glasgow an. Die schottische Hafenstadt gilt als idealer Ausgangspunkt für Rundreisen durch die Highlands oder für einen Städtetrip mit kulturellen und historischen Sehenswürdigkeiten. „Wir wünschen allen Passagieren einen großartigen Start in den Sommerurlaub und rechnen mit einer hohen Auslastung aller Flüge", sagt Flughafen-Geschäftsführer Dr. Martin Roll.

Um den Reisebeginn möglichst entspannt zu gestalten, empfiehlt der Flughafen, die vorhandenen Serviceangebote zu nutzen. Dazu gehört insbesondere die Online-Reservierung eines Parkplatzes. Wer seinen Stellplatz bereits vor der Anreise bucht, erhält einen garantierten Parkplatz im gewünschten Parkhaus und profitiert zudem von günstigeren Preisen gegenüber der spontanen Buchung vor Ort. Zeit sparen lässt sich außerdem an der Sicherheitskontrolle. Mit dem kostenlosen Service „HAJway" können Reisende vorab ein Zeitfenster für die Kontrolle reservieren und so Wartezeiten vermeiden. Die Buchung ist nicht nur über die Internetseite des Flughafens möglich, sondern auch über die App „SmartDepart".

Darüber hinaus rät der Flughafen allen Passagieren, sich bereits vor Reiseantritt mit den geltenden Bestimmungen für das Handgepäck vertraut zu machen. Werden Flüssigkeiten, elektronische Geräte oder andere Gegenstände korrekt vorbereitet, kann die Sicherheitskontrolle deutlich schneller durchlaufen werden. Auch die Bundespolizei stellt auf ihrer Internetseite Hinweise und Tipps für Luftsicherheits- und Grenzkontrollen bereit.



Geräteturnmädchen zeigen ihr Können in Elze

Die Geräteturngruppe von Blau-Gelb Elze hat das Firmenfest zum fünfjährigen Bestehen des Wohnparks Alte Festwiese Elze am Sonntag, 21. Juni, mit einer Vorführung bereichert. Die Turnerinnen präsentierten ihr Können vor den Gästen und erhielten dafür viel Applaus. Als Dankeschön spendierte der Wohnpark den Mädchen Eis und kalte Getränke. Trotz der sommerlich hohen Temperaturen hatten alle Beteiligten viel Freude an der gelungenen Aufführung und dem gemeinsamen Fest.

Unfallverursacher auf der Flucht

WEDEMARK. Nach einer Verkehrsunfallflucht auf der L 310 zwischen Gailhof und Mellendorf sucht die Polizei Zeugen. Nach bisherigen Erkenntnissen war am Mittwoch, 24. Juni, gegen 15.36 Uhr ein silberner Pkw in Richtung Mellendorf unterwegs, als das Fahrzeug kurz vor der neuen Bedarfsampel aus bislang ungeklärter Ursache auf die Gegenfahrbahn geriet. Dabei streifte der Pkw einen entgegenkommenden weißen Ford Transit aus der Wedemark und beschädigte den linken hinteren Kotflügel. Der entstandene Sachschaden wird auf rund 1.500 Euro geschätzt. Der Unfallverursacher setzte seine Fahrt fort, ohne anzuhalten. Hinweise zum Unfall oder zum flüchtigen Fahrzeug nimmt die Polizei Mellendorf unter Telefon (05130) 977-115 entgegen.

ANZEIGE

Coenzym Q10 – die Ergänzung zu Cholesterinsenkern



Cholesterinsenkende Medikamente (Statine) können Müdigkeit, Erschöpfung oder muskuläre Probleme verursachen. Was kann man dagegen tun?

Knapp die Hälfte der Erwachsenen in Deutschland hat zu hohe Cholesterinwerte. Fast acht Millionen werden deshalb medikamentös behandelt – meist mit sogenannten „Statinen". Diese sorgen dafür, dass der Körper weniger Cholesterin produziert, wodurch sich weniger gesundheitsschädliche Ablagerungen in den Gefäßen bilden und das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall sinkt. Leider können die wichtigen Cholesterinsenker auch unerwünschte Begleiterscheinungen haben: So treten nicht selten frühzeitige Erschöpfung, anhaltende Energielosigkeit oder auch muskuläre Probleme auf. Mitunter problematisch ist, dass diese Begleiterscheinungen bei vielen Patienten erst einige Zeit nach Beginn der Statineinnahme auftreten. Aus diesem Grund erkennen viele Betroffene nicht sofort den Zusammenhang mit ihrer cholesterinsenkenden Therapie. Doch wie kommt es dazu?

Statine hemmen Coenzym-Q10-Bildung

Statine hemmen nicht nur die Entstehung von Cholesterin, sondern auch die Produktion von Coenzym Q10. Dieser lebenswichtige Stoff ist im Gegensatz zum überschüssigen Cholesterin jedoch von zentraler Bedeutung in unserem Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – besonders in Herz, Gehirn und Muskulatur. Liegt ein Coenzym-Q10-Mangel vor, kommt es entsprechend oft zu den genannten Beschwerden.

Die Speicher wieder auffüllen

Jegliche Begleiterscheinung soll unbedingt mit dem Arzt abgeklärt werden, denn ein eigenmächtiges Absetzen der Medikamente ist in keinem Fall anzuraten. Jedoch kann die Verträglichkeit von Statinen oft deutlich verbessert werden, indem der zu niedrige Coenyzm-Q10-Spiegel wieder aufgefüllt wird. Immer mehr Mediziner empfehlen daher, ergänzend zur Statintherapie zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen. Hierfür eignen sich hochdosierte Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke wie die Coenzym Q10 Kapseln von Dr. Böhm®.

Produkte richtig vergleichen

Auch bei Coenzym-Q10-Präparaten lohnt sich ein genauer Vergleich. Denn nicht jedes Produkt liefert den gleichen positiven Effekt. Die folgenden Punkte helfen bei der Auswahl:

- *Ubichinon statt Ubichinol:* Coenzym Q10 gibt es in zwei Formen: Ubichinon und Ubichinol. Für die Energieproduktion von Herz und Muskeln spricht die Studienlage klar für Ubichinon. Wer bei der Statin-Therapie oder im Alter seine Energie gezielt unterstützen möchte, setzt daher auf die klinisch bewährte Form: Ubichinon.
- *Dosierung:* Empfohlen wird eine Tagesdosis von 100 mg Coenzym Q10 (Ubichinon).
- *Bioverfügbarkeit:* Nur in Öl gelöstes Coenzym Q10 kann der Körper effizient verwerten – am besten als Weichkapsel.



FRAGE an den Experten

Mag. Dirk Meier Nährstoffexperte

„Warum wird Coenzym Q10 im Körper oft schlecht aufgenommen?"

Coenzym Q10 als Pulver ist fettlöslich und wird daher im Darm kaum aufgenommen. Wird es in ungeeigneter Form eingenommen, kann ein großer Teil ungenutzt bleiben. Entscheidend ist daher, dass Coenzym Q10 in gelöster Form vorliegt. Wird es z.B. in Öl gelöst, kann der Körper es deutlich besser aufnehmen - ähnlich wie fettlösliche Vitamine. So entsteht eine gute Bioverfügbarkeit, um den Körper bei der Energieversorgung von Herz und Muskulatur zu unterstützen.

PRODUKT-TIPP



Nahrungsergänzungsmittel

Dr. Böhm® Coenzym Q10

- Nur 1x täglich – 100 mg Ubichinon
- Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- Sehr gute Bioverfügbarkeit – in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 für Sie unter: **PZN: 20398051 (30 Stk)** UVP: 19,90 €

18383701_002626