

- Anzeige -

# Neu in Hannover: Softschuhe mit Trampolineffekt

wellbe jetzt in der Walsroder Str. 41

**LANGENHAGEN** „Wir als etabliertes Unternehmen Sanitätshaus Zopick sind froh, dass wir uns die exklusive wellbe-Lizenz für die Region sichern konnten“, heißt es aus der Walsroder Straße 41 in Langenhagen.

Kein anderes Unternehmen in der Region habe so viele verschiedene Modelle der einzigartigen Softschuhe von wellbe sofort lieferbar.

## Gezielte Entlastung und Belastung

wellbe hat in den vergangenen fünf Jahren den Gesundheitsschuhmarkt revolutioniert.

Die Laufsohle aller wellbe Modelle bewirkt zusätzlich zu persönlichen orthopädischen Einlagen nicht nur eine gezielte Druckentlastung in den Füßen und Gelenken sondern fördert auch durch seine ausbalancierte Trainingsbelastung der Muskulatur und des Bänderapparates die Therapie seiner Nutzer.

Ganz ohne Zeitaufwand werden auch die Venen verstärkt durchblutet - tolle Kombination mit Kompressionsstrümpfen.



**Nur am 13. Oktober vor Ort: Michael Scheike, Ex-Bundesligaspieler und Erfinder von wellbe**

Wir gelten als Profi für Komfortschuhe und Gesundheitsschuhe in der Region - sind froh, den wellbe Shop in unserem Hause integriert zu haben.

Mit den Softschuhen von wellbe können wir unseren Kunden noch besser helfen und seine Nutzer können vielen Problemen in Gelenken und Venen vorbeugen.

Wir freuen uns auf Sie - auch Sie werden begeistert sein !

25132101\_002623

# Der gute Ton

Neue Instrumente für die Bläser-AG des Gymnasiums



Stolz auf ihre neuen Instrumente: die Schüler der Bläser AG.

Foto: F. Walter

**Langenhagen (wal).** Wer auf einem guten Blechblasinstrument die Welt der Musik erkunden möchte, ist schnell etliche Hundert Euro oder noch mehr Geld los. Gut, dass es den Förderverein des Gymnasiums Langenhagen und den Landesmusikrat gibt: Beide zusammen haben nun die „Blechis“ der Schule mit neuen Instrumenten ausgestattet.

Theo (10) hat sich für das Saxofon entschieden – „weil es so gut klingt und aussieht“. Die gleichaltrige Hanna hat sich vor allem von der Optik leiten lassen: Sie wählte die Posaune. Die Klarinette hat es dem ebenfalls zehnjährigen Daniel

angetan: „Darauf kann man alles spielen, was man möchte.“ Sandy (10) hatte erst überlegt, sich auf die Querflöte festzulegen, sich dann aber noch umentschieden: „Für mich klang die nicht so gut. Die Klarinette hingegen schon, und sie sah auch gut aus.“ Zwischen 800 und 1000 Euro hat jedes der insgesamt 14 neuen Instrumente gekostet, deren Anschaffung der Förderverein und der Landesmusikrat im Rahmen des Projekts „Klasse mit Musik“ übernommen haben. Die Eltern der Kinder, die darauf spielen, mussten nichts bezahlen. Beide Institutionen befanden die sogenannte Musikschwerpunkt-

klasse des Gymnasiums als sehr unterstützenswert. Die Schülerinnen und Schüler wählen zwischen drei Arbeitsgemeinschaften: Junior-Band, Chor und Bläser-AG. In der AG, auch „Blechis“ genannt, lernen die Nachwuchstalente in Kooperation mit der Musikschule Langenhagen eines von fünf Blechblasinstrumenten. Die Kooperation startete bereits 2021 mit der damaligen Blechbläser-AG und Posaunenlehrer Rasmus Rauterberg. Seit 2022 können die Schülerinnen und Schüler zudem die Querflöte bei Lehrerin Anna Rheinländer, das Saxofon (Alexei Temkine), die Trompete (Mirco Meutzner) und

die Klarinette (Pawel Walach) auswählen. Unter dem neuen Namen Bläser-AG, geleitet von Laura Rosa Köller und Arne Oepen, spielen die Schüler und Schülerinnen nun mit ihren jeweiligen Instrumenten bereits ab dem ersten Ton zusammen in einem Ensemble.

Der schuleigene Förderverein hatte 2022 bereits zwei Posaunen angeschafft. Diesmal unterstützen der Förderverein und der Landesmusikrat das Projekt mit so viel Geld, dass es für einen kompletten Satz Instrumente reichte. „Und das große Ziel der ‚Blechis‘ ist unsere Big Band“, kündigte Oepen bei der Übergabe an.

ANZEIGE

# Angst vor schütterem Haar?

Achten Sie auf Ihre Nährstoffversorgung.



Eine volle Haarpracht – wer wünscht sie sich nicht? Leider ist nicht jeder von Natur aus mit vollem, kräftigem Haar gesegnet. Stattdessen sind die Haare oft dünn und gehen aus. Hier kann es sinnvoll sein, sich die Nährstoffversorgung genauer anzusehen. Vor allem für Frauen ist der Verlust von Haaren eine schwer verdauliche Tatsache. Da ist es auch kein Wunder, dass man es mit der Angst zu tun bekommt, wenn sich vermehrt Haare in der Bürste, im Waschbecken oder auf dem Kopfkissen finden. Wichtig zu wissen: Wenn einem auffällt, dass die Haare schon jetzt merklich dünner bzw. lich-

ter werden, ist noch nicht aller Tage Abend. Denn glücklicherweise bildet unser Körper regelmäßig neue Haare.



„Mit der richtigen Nährstoffversorgung kann man viel gegen brüchiges, dünnes Haar tun!“

**Mag. Astrid Janovsky**  
Nährstoff-Expertin

Mag. Astrid Janovsky, Nährstoffexpertin: „Hier gilt es dann so früh wie möglich im Wachstumszyklus anzusetzen, um das neu heranwachsende Haar zu unterstützen, bevor es überhaupt aus der Kopfhaut sprießt. Gerade in diesem Stadium kann etwa eine Unterversorgung mit Vitaminen und Spurenelementen fatal sein.“ Doch welche Nährstoffe braucht der Körper; um ein gesundes Haarwachstum zu garantieren?

**Nährstoffe unter der Lupe**  
Die Liste an Inhaltsstoffen, die für volles Haar sorgen, ist lang – doch nicht alle versprechen langfristige Erfolge. Drei Nährstoffe

sind hingegen bereits bestens erforscht und haben sich bereits bei zahllosen Anwendern bewährt:

- Hochkonzentriertes Silizium aus der heimischen Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher und für die Reißfestigkeit.
- Selen zur Stärkung des Haarfollikels.
- MSM (organischer Schwefel) für Glanz und Volumen.

## Was Apotheker empfehlen

In dieser Kombination vereint finden sich diese Wirkstoffe aktuell nur in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Anwender berichten von sichtbaren Ergebnissen nach wenigen Wochen. Auch Experten sind überzeugt: Etwa von dem besonders hohen Anteil an Silizium aus natürlicher Quelle (Goldhirse und Kieselerde) und, dass das Produkt vom Hersteller nach höchsten Qualitätsstandards produziert wird.

## Sich schön essen?

Kritiker behaupten häufig, dass wichtige Nährstoffe auch über die Nahrung aufgenommen werden können. Doch die heutigen Lebensmittel sind aufgrund ausgelaugter Böden immer ärmer an Nährstoffen. Die nötige Zufuhr der ausschlaggebenden Kraftstoffe für die Haare könnte also nur mit großen Mengen der jeweiligen Nahrungsmittel erreicht werden. Die Verwendung eines hochwertigen Nahrungsergänzungsmittels wie Dr. Böhm® Haut Haare Nägel erhöht die Erfolgchancen hier deutlich.

**Tipp:** Für den idealen Effekt sollten die Tabletten über einen Zeitraum von 2 bis 3 Monaten eingenommen werden – schließlich wachsen die Haare im Schnitt nur 1,5 cm pro Monat.

<sup>1</sup>Barel A et. al., Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53



## Haare färben – Tipps & Tricks bei dünnem Haar

Neben der richtigen Nährstoffversorgung können Sie noch weitere Maßnahmen ergreifen, um das Haar voller erscheinen zu lassen – zum Beispiel beim Haarefärben. **Die Faustregel ist:** Je heller der

Farbton, desto leichter wirken die Haare. Gerade bei blonder Farbe bietet es sich an, es einmal 2-3 Nuancen dunkler zu versuchen. Das gibt dem Haar optisch mehr Fülle. Auch ein dunklerer Ansatz lässt die Haare voller aussehen. Bei dunkel gefärbten Haaren sollten Sie auf eine einheitliche Haarfarbe (ohne Strähnen) setzen. Dies lässt das Haar voluminöser erscheinen.

Jetzt überzeugen!

## Dr. Böhm® Haut Haare Nägel

- Silizium aus der Goldhirse für Spannkraft und Elastizität
- MSM für Glanz und Volumen
- Selen für den Haarfollikel



Nahrungsergänzungsmittel

Für Ihre Apotheke: **PZN: 15390975**  
Bestehen Sie auf das Original! Falls nicht vorrätig bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie.

26392702\_002623