

Simone Bahrs für Ute Biehlmann-Sprung

CDU Godshorn mit neuem Vorstands-Team

GODSHORN. Jetzt fand die Jahreshauptversammlung der CDU Godshorn mit Neuwahlen des Vorstandes statt.

Die bisherige Ortsverbandsvorsitzende und ehemalige Ortsbürgermeisterin Ute Biehlmann-Sprung kandidierte, wie im Vorfeld angekündigt, für keine weitere Amtszeit. Sie wurde für ihre langjährige Tätigkeit geehrt.

In der Jahreshauptversammlung wurde Simone Bahrs einstimmig zur neuen CDU Ortsverbandsvorsitzenden Godshorn gewählt. Simone Bahrs ist seit einigen Jahren CDU-Mitglied, war Beisitzerin und seit vorigem Jahr Schatzmeisterin im Vorstand.

Neben Bahrs wurden als Stellvertreter Bela Baján und Ulrich Müller gewählt. Den Vorstand komplettieren der neu gewählte Schatzmeister Kai Irmeler, sowie Manuel Armas Sabor, der sein Amt als Schriftführer im Vorstand weiterführt. Zu Beisitzern wurden Wolfgang Biewendt, Karsten Kollosky, Dr. Eckhard Nöldeke und Lothar Pätz gewählt.

Als Gast der Mitgliederversammlung wurde die CDU-Stadtverbandsvorsitzende Jessica Reitzig begrüßt, die mit ihrem Vortrag „Reiches Godshorn! Ar-



Simone Bahrs (links) löst Ute Biehlmann-Sprung an der Spitze der CDU Godshorn ab. Foto: Privat

mes Godshorn? – Wie unsere Perle in der aktuellen Sozialanalyse dasteht“, die Ergebnisse be-

zogen auf Godshorn aus der regionsweiten Erhebung präsentierte.

Pedelec sicher fahren

Fahrkursus für Generationen 50 und 60 plus beim SCL am Mittwoch, 8. Mai

LANGENHAGEN. Auch in diesem Jahr können Pedelec-Begeisterte der Generationen 50 und 60 plus am Mittwoch, 8. Mai, zwischen 9 und 13 Uhr auf dem Parkplatz des SCL an der Leibnitzstraße 56 an einem kostenlosen Fahrkursus teilnehmen. Der Kurs wird auf Initiative des Seniorenbeirats der Stadt Langenhagen durch die Polizei Burgdorf und dem Polizeikommissariat Langenhagen durchgeführt. Es geht

unter anderem um die richtige Helm- und Fahrradeinstellung sowie rechtliche Aspekte.

Im Anschluss können die Teilnehmer auf einem kleinen Übungsparcours ihre Fähigkeiten auf dem Elektrofahrrad testen und verbessern. Hier wird dann Spurhaltung, Abbiegen, Kurvenfahren, sicheres Absteigen, effektives Bremsverhalten, ihre Fähigkeiten zu testen und zu verbessern, geübt. Und ein besonderes

Bonbon hat die Polizei für die Teilnehmer in petto. Die Teilnehmenden können ihr Elektro-Fahrrad codieren lassen. Ein geeigneter Helm und ein eigenes Pedelec sind mitzubringen. Interessenten melden sich bitte bis 7. Mai bei Barbara Merkel unter der Telefonnummer (0177) 3 40 09 00. Oder einfach am Dienstag, 7. Mai, ab 15.30 Uhr im Seniorenbeirats-Stützpunkt in der Kastanienallee 19 vorbeischauen.

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.



| | | | | | | | |
|---------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| Eine Initiative von | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

ANZEIGE

Wird mein Haar dünner?

Schütteres Haar kann viele Ursachen haben. Die gute Nachricht: Sie können etwas dagegen tun!



Das sieht niemand gerne – nach dem Kämmen finden sich zahlreiche Haare in der Bürste oder dem Waschbecken. Gerade bei dünnerem Haar ist die Sorge groß, dass es noch mehr an Volumen einbüßen könnte.

Wichtig zu wissen: Wer pro Tag um die 60 Haare verliert, muss sich noch keine Gedanken machen. Das ist völlig normal und dem natürlichen Wachstumszyklus der Haare geschuldet. Ist die Menge an verlorenen Haaren jedoch größer (ab 100) oder wachsen nur mehr dünne Haare nach, sollte man gegensteuern. Dazu hilft es, die möglichen Ursachen zu kennen.

WARUM DIE HAARE AUSFALLEN

Dass die Haare erst im Alter vermehrt ausgehen, ist ein weit verbreiteter Irrglaube. Tatsächlich gibt es zahlreiche andere Gründe für abnehmendes Haarvolumen, die Frauen in jedem Alter betreffen können: Saisonaler „Haarausfall“ Gerade im Jahreszeitenwechsel (z. B. jetzt im Frühling) können vermehrt Haare ausgehen. Der Hintergrund ist einerseits die vermehrte Sonneneinstrahlung, andererseits aber auch die Vorbereitung der Kopfhaut auf den Sommer: Die Haare wollen sich sozusagen vor der heißen Jahreszeit nochmals erneuern.

Hormonelle Umstellung Sind die Hormone aus dem Gleichgewicht (etwa während der Wechseljahre), kann das den Wachstumszyklus der Haare verkürzen. Die mögliche Folge ist dünneres und langsamer nachwachsendes Haar. Auch in der Stillzeit werden die Haare lichter – Frauen verlieren dann bis zu 30% ihrer Haare. Zu häufiges Föhnen Beim Föhnen gilt: Weniger ist mehr. Die Haare also am besten lufttrocknen lassen – gerade jetzt, wo es draußen ohnehin wieder wärmer ist. Wenn trotzdem geföhnt wird, sollten Sie immer auf einen Abstand von mindestens 20 cm zwischen Föhn und Haaren achten.

KRAFTSCHUB VON INNEN

Was viele nicht wissen: Auch ein Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt kann das Haar lichter, spröder und brüchiger machen. Gegensteuern kann man zum Glück mit der Kraft der Natur: Zum Beispiel mit der Goldhirse, die mit wertvollem Silizium einen wichtigen Feuchtigkeitsspeicher für die Haare enthält, der sie erwiesenermaßen bruch- und reißfester macht.¹ Ebenfalls zu nennen ist das „Schönheitsvitamin“ Biotin für gesunde Haare.

Außerdem wichtig: Selen zur Stärkung des Haarfollikels sowie MSM (organischer Schwefel) für Volumen und Glanz.

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 bereits nach wenigen Wochen. Auch Experten sind überzeugt – etwa von der idealen Dosierung der einzelnen Nährstoffe sowie von der Produktion unter höchsten Qualitätsstandards. Dies umfasst nicht zuletzt die strengste Kontrolle sämtlicher Rohstoffe in Bezug auf deren Herkunft, Sicherheit und Wirkstoffgehalt, die weit über die Anforderungen herkömmlicher Bio- und Qualitätssiegel hinausgeht.

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



TIPP: Kopfmassage

Neben den Nährstoffen in Dr. Böhm® Haut Haare Nägel macht es auch Sinn, sich von Zeit zu Zeit eine Kopfmassage zu gönnen. Eine solche ist nicht nur angenehm, sondern sorgt auch für eine bessere Durchblutung der Haarwurzeln in der Kopfhaut, wodurch die Nährstoffe noch besser vom Haar aufgenommen werden können. Verwenden Sie dafür Ihre Hände (wie beim Einschäumen der Haare mit Shampoo) oder aber spezielle Bürsten oder „Kopfkrauler“.

¹Borel A et al., Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53

Geschenktipp zum Muttertag



Nahrungsergänzungsmittel + Kosmetikum

Jetzt mit **GRATIS** Fußcreme

Nur für kurze Zeit gibt es Dr. Böhm® Haut Haare Nägel jetzt im **Vorteils-Set** mit einer Tube Lasepton® Fußcreme in Originalgröße – in Ihrer Apotheke und nur solange der Vorrat reicht.



Kosmetikum, 75 ml

Lasepton® Fußcreme

- Reduziert effektiv Hornhaut (12% Urea)
- Spendet intensive Feuchtigkeit
- Zieht schnell ein und klebt nicht



Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke das **Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Set inklusive Gratis-Fußcreme** gerne für Sie: PZN 19236426 | UVP € 19,90