

Carsten Skwirblies ist neuer Lions-Präsident

Club will neue Projektideen auf den Weg bringen

LANGENHAGEN. Im Clubhaus des Tennisvereins Langenhagen fand im festlichen Rahmen die offizielle Ämterübergabe des Lions Clubs Langenhagen statt. Ulrich Seiboth, der bisherige Präsident, übergab das Amt an Carsten Skwirblies.

Ulrich Seiboth blickte auf die laufenden Aktivitäten des Clubs zurück, darunter unter anderem der beliebte Lions-Adventskalender, die Unterstützung der Tafel Langenhagen und die Unterstützung der Bio-Brotboxen an Schulanfänger. Besonders hob er den Kongress der deutschen Lions, KDL 24, im Mai des Jahres in Hannover hervor sowie die Planung der Aktion "3000 Schritte



Ulrich Seiboth (links) übergibt das Amt des Präsidenten an seinen Nachfolger Carsten Skwirblies. Foto: privat



Das Siegerbild für den Adventskalender 2024 hat Melina aus der Grundschule Godshorn gemalt. Foto: privat

für soziale Emotionen", die auch im nächsten Jahr weiterverfolgt werden soll. Carsten Skwirblies präsentierte seine Pläne für die kommenden sechs Monate. Neben der Unterstützung der bisherigen, bewährten Projekte sollen neue Projektideen entwickelt werden. Für Unterhaltung und Weiterbildung sorgen neben der alljährlichen Clubfahrt unter anderem ein Besuch des Niedersächsischen Landtages und der Rosebusch-Verlassenschaften. Zudem soll der Club weiter wachsen und nimmt gerne neue Mitglieder auf. Interessierte wenden sich bitte an den Präsidenten. Traditionsgemäß wurde

auch das Siegerbild für den Adventskalender 2024 ausgewählt. Die Ehre ging an Melina Demiri, eine neunjährige Schülerin aus der Klasse 3c der Grundschule Godshorn. Insgesamt wurden 120 Bilder von drei Grundschulen in Langenhagen sowie der Malschule Paliga eingereicht. Der Verkauf der Adventskalender startet am 26. Oktober auf dem Marktplatz in Langenhagen. Der Lions Club Langenhagen freut sich auf eine erfolgreiche Amtszeit unter der Führung von Carsten Skwirblies und setzt seine wohlthätigen Aktivitäten fort, um die Gemeinschaft zu unterstützen.

Früh- und Spätbetreuung an Ganztagsschulen soll teurer werden

Die Gebühren für die Randzeiten morgens vor Schulbeginn und am Nachmittag bis 17 Uhr sollen um 20 Prozent steigen

LANGENHAGEN (TAL). Wer sein Kind morgens vor Schulbeginn oder am späten Nachmittag in Langenhagen betreuen lassen will, muss dafür ab dem Schuljahr 2026/2027 voraussichtlich tiefer in die Tasche greifen. Die Gebühren für die außerschulische Betreuung von Grundschulkindern an den Ganztagsschulen sollen um 20 Prozent steigen.

Vor dem Hintergrund, dass es ab Sommer 2026 einen Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung von Grundschulkindern gibt, hat die Stadt Langenhagen die Satzung für außerschulische Betreuung angepasst. Die neue Version ist deutlich ausdifferenzierter als die alte. Sie gibt nun beispielsweise einen klaren Rahmen vor, zu welchen Zeiten die Betreuung morgens vor Schulbeginn und nachmittags nach 15 Uhr angeboten werden kann: Die Frühbetreuung beginnt um 7 Uhr, die Spätbetreuung läuft bis 17 Uhr. In den Ferien können Kinder von 8 bis 16 Uhr betreut werden, pro Schuljahr bis zu neun Wochen lang.

Für die Gebührenanpassung muss der Rat später dann erneut einer Satzungsänderung zustimmen. Die Erhöhung um 20 Prozent ist im Haushaltssicherungskonzept vorgesehen. Im Jahr



Herman-Löns-Schule in Langenhagen: In dieser Ganztagsgrundschule werden Kinder bereits bis 17 Uhr betreut. Foto: Thea Ball

2023 beliefen sich die Erträge noch auf 62.000 Euro – nach der Erhöhung rechnet die Stadt mit etwa 74.000 Euro. Das Sicherungskonzept hat der Rat im Februar beschlossen, sich aber darauf geeinigt, dass die Gebühren für 2024 und 2025 erstmal nicht angetastet werden. Konkret bedeutet das: Täglich eine Stunde Frühbetreuung kostet pro Schulhalbjahr ab Sommer 2026 nicht mehr rund 243 Euro, sondern stattdessen 292 Euro. In der Spätbetreuung - also nach Ende des regulären Ganztages und bis 17 Uhr – kostet eine halbe Stunde Betreuung pro Woche dann im Halbjahr statt 24 dann 29 Euro. Von den acht Langenhagener Grundschulen sind sechs bereits Ganztagsschulen. Die

Grundschule Kaltenweide wechselt zum Schuljahr 2025/2026 in den Ganztagsbetrieb, bei der Friedrich-Ebert-Schule soll die Umstellung zum Schuljahr 2026/2027 erfolgen. Eine Frühbetreuung gibt es bereits an allen Ganztagsgrundschulen. In Engelbostel startet sie um 7.15 Uhr, in allen anderen Schulen um 7 Uhr. Die Spätbetreuung wird an vier Ganztagsgrundschulen angeboten: In Godshorn und an der Hermann-Löns-Schule läuft diese bis 17 Uhr, in Krähenwinkel zuletzt wegen Personalmangels nur bis 16 Uhr. In Engelbostel läuft das Angebot derzeit regulär bis 16 Uhr, soll aber perspektivisch auf den Zeitraum bis 17 Uhr erweitert werden.

ANZEIGE

Brüchige Nägel?

Diese Tipps sollten Sie kennen ...



Geöffnete Fingernägel sind ein wichtiger Teil eines schönen Äußeren. Leider brechen sie oft ab oder reißen ein. Der Wunsch nach festen Nägeln muss aber nicht unerfüllt bleiben.

Der Erhalt schöner Nägel kann durchaus zur Herausforderung werden. Vor allem wenn sie bereits von Natur aus spröde sind. Gleichzeitig können auch äußere Umstände wie häufiges Händewaschen oder der Kontakt mit Putzmitteln dazu beitragen, dass sie austrocknen und dadurch abbrechen. Wir haben uns angesehen, wie man gegensteuern kann.

Alltagstipps gegen brüchige Nägel
Als erste Sofortmaßnahme kann es helfen, die Hände und speziell die Nägel mittels geeigneter Cremes zu pflegen. Sie versorgen die spröden Nägel mit Feuchtigkeit von außen und bewahren auch die Nagelhaut vor dem Einreißen. Auch ein Ölbad kann helfen. Einfach eine kleine Schale mit lauwarmem Olivenöl füllen und die Nägel darin etwa zweimal die Woche 10 Minuten „baden“. Eine Alternative zu Olivenöl ist auch Zitronensaft, der zusätzlich unschöne Verfärbungen entfernen kann.

Problemzone: Nährstoff-Haushalt
Wer sich mit dem Thema auseinandersetzt, stößt auch immer wieder auf die Behauptung, dass ein Mangel an Vitaminen und anderen Mikronährstoffen für die brüchigen Nägel verantwortlich sein kann bzw. das Problem noch verstärkt. Tatsächlich ist es so, dass bei einem Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt zufriedenstellende Ergebnisse ausbleiben – ganz egal wie intensiv man die Nägel von außen pflegt. Auch Experten sind sich einig: Die Zufuhr der richtigen Nährstoffe ist eine der erfolgversprechends-

ten Optionen bei brüchigen Nägeln. Diese gelangen über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo Zellteilung und Regeneration stattfinden. Sie unterstützen somit genau dort, wo es am effektivsten ist. Doch welche Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sollte man nun konkret einnehmen?

Richtige Wahl
Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für KonsumentInnen nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen können. Umso vertrauenserweckender ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen. So empfiehlt etwa eine deutliche Mehrheit der österreichischen Apotheker Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.* Es enthält eine ausgewogene Zusammensetzung essenzieller Nährstoffe für ein gesundes Nagelwachstum, darunter etwa:
- **Silizium** (aus Goldhirse und Kieselerde) als wichtiger Bestandteil fester Nägel. Das Spurenelement trägt auch zur Elastizität bei, was gerade bei spröden Nägeln wichtig ist.
- **Natürlicher Schwefel** (oft als „MSM“ abgekürzt) befindet sich von Natur aus im Körper und ist ein Strukturelement der Nägel. Steht nicht ausreichend davon zur Verfügung, werden sie brüchig.
- **Biotin** zur Erhöhung des Keratin-Anteils im Körper, der ebenfalls die Nägel festigt.

Die Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten sind auch in



„Ich habe schon viel ausprobiert, da meine Fingernägel immer absplintern und sich regelrecht abgeblättern haben. Endlich wachsen sie normal und sind richtig kräftig geworden.“
Johanna S. (42) **

unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender mit spür- und sichtbaren Ergebnissen.

Geduld zahlt sich aus
Da Nägel nur zwischen 0,5 und 1,2 mm pro Woche wachsen, brauchen sie mehrere Monate Zeit, um sich vollständig zu erneuern. Deshalb sollten die Mikronährstoffe zumindest über 8 bis 12 Wochen hinweg eingenommen werden, um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2023. ** Name und Alter geändert

EMPFEHLUNG der Redaktion

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Set

- Silizium aus der Goldhirse für Spannkraft und Elastizität
- Natürlicher Schwefel (MSM) für Volumen und Glanz
- Selen für den Haarfollikel

60 Tabletten + 75 ml Fußcreme (Originalgröße)

GRATIS Lasepton® Fußcreme

Nur für kurze Zeit

gibt es Dr. Böhm® Haut Haare Nägel im Vorteils-Set. Es enthält eine **Gratis-Tube** der Nr.-1-Fußcreme¹ von Lasepton® in Originalgröße. Erhältlich in Ihrer Apotheke – solange der Vorrat reicht.

¹lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 09/2023