

# Ein arbeitsreiches Jahr

Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Krähenwinkel

**KRÄHENWINKEL.** Jetzt fand die Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr (FF) Krähenwinkel im Schützenhaus statt. Dazu begrüßte Ortsbrandmeister Kai Jüttner neben den eigenen Mitgliedern auch zahlreiche Gäste aus Politik, Verwaltung, der DLRG sowie befreundeter und benachbarter Feuerwehren. Unter anderem waren der Bürgermeister der Stadt Langenhagen Mirko Heuer, der Ortsbürgermeister Steffen Hunger, der Abschnittsleiter 5 Volker Kluth, und der Stadtbrandmeister Arne Boy der Einladung gefolgt.

Bei der Vorstellung des Jahresberichtes sprach Kai Jüttner von einem arbeitsreichen Jahr. Insgesamt wurden im vergangenen Jahr 90 Einsatzstellen abgearbeitet, darunter waren unter anderem Gefahrguteinsätze, zahlreiche Tierrettungen, Unwettereinsätze, diverse Hilfeleistungen und auch einige Brände.

Um den steigenden Herausforderungen und den neuen Technologien gewachsen zu sein, ist eine gute Aus- und Weiterbildung äußerst wichtig. In verschiedenen Unterrichtsblöcken wurden Themen wie Erste Hilfe, Gerätekunde, Türöffnungen und der Umgang mit der modernen Funktechnik behandelt. Die Fortbildung der Atemschutzgeräteträger, Gefahrgutdienste auf Stadtebene, Vegetationsbrandbekämpfung standen genau so wie ein gemeinsamer Tauchdienst mit der DLRG auf dem Dienstplan. Kai Jüttner berichtet über eine positive Entwicklung des Mitgliederbestandes. Inse-



Bei der Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Krähenwinkel gab es diverse Ehrungen und Beförderungen. Foto: privat

samt wurden im letzten Jahr zehn neue Kameraden für die Einsatzabteilung gewonnen werden. Die 363 Mitglieder der Feuerwehr Krähenwinkel setzen sich aus 43 Aktiven, 21 in der Kinderfeuerwehr, 17 in der Jugendfeuerwehr, 17 in der Altersabteilung und 265 fördernden Mitgliedern zusammen.

Zu den Höhepunkten im vergangenen Jahr zählte der 90. Geburtstag der Feuerwehr im Mai und die in Dienststellung des neuen LF 20.

Einen besonderen Stellenwert nimmt die Jugendarbeit in der Freiwilligen Feuerwehr Krähenwinkel ein. Kinderfeuerwehrwart Steffen Poppendieck berichtete von vielen interessanten

Diensten wie zum Beispiel Erste Hilfe, Spiel- und Bastelnachmittage oder den Besuch des Spieleparadies Ballorig in Misburg. Auch Jugendfeuerwehrwart Kai Tessmer berichtete von einem aktiven Jahr. Zu den Höhepunkten zählten ein Übernachtungsdienst und eine Wochenendfreizeit mit der gesamten Stadtjugendfeuerwehr in Mardorf.

Folgende Mitglieder wurden vom Stadtbrandmeister Arne Boy befördert: Viviane Wittenberg zur Feuerwehrfrau, Stefan Volkert und Daniel Stroetges zum Feuerwehrmann, sowie Markus Bock zum Brandmeister.

Für langjährige Mitgliedschaft wurden geehrt Timm Dobo (25 Jahre), Andreas Rehse (50 Jahre),

Richard Hoops (50 Jahre), Bernd Kühn (50 Jahre), Leonardo Marchetti (50 Jahre) und Edgar Schmidt-Nordmeier (50 Jahre). Das Verdienstabzeichen des Landesfeuerwehrverbandes in Bronze erhielten Alexander Ajrumow, Edgar Schmidt-Nordmeier und Stefan Medelnik.

Bei den anschließenden Kommandowahlen wurden Linda Kehr zur Schriftführerin, Kai Tessmer zum Jugendfeuerwehrwart, Jonas Hannemann zum stellvertretenden Gerätewart und Henri Decker zum Funkgerätewart einstimmig gewählt. Neue Kassensprüfer sind Jonas Hannemann und Romuald Suchowski. Den Vorsitz des Festausschusses übernimmt Andreas Kurth.

## Neue Infobroschüre für Senioren

**LANGENHAGEN/WEDE-MARK.** Mit möglichst hoher Lebensqualität und Selbstständigkeit älter werden können – dafür ist es gut, sich frühzeitig mit dem Altern zu beschäftigen, um seine persönliche Situation in Hinblick auf die Zukunft selbst gestalten zu können. Die neue Infobroschüre für Senior\*innen der Region Hannover, die aus dem bisherigen Seniorenratgeber hervorgegangen ist, bündelt viele Informationen zum Älterwerden. Sie gibt einen guten ersten Überblick über die wichtigsten The-

men sowie über Anlaufstellen und Angebote vor Ort. Auf 75 Seiten liefert sie Informationen zu Ansprechpartnern, Unterstützungsmöglichkeiten und Wissenswerten rund um das Thema Alter und Pflege. Die Infobroschüre für Senioren ist kostenfrei in den Senioren- und Pflegestützpunkten der Region Hannover und Landeshauptstadt Hannover, den Rathäusern oder Seniorenbüros der Städte und Gemeinden in der Region Hannover oder über die Regionsverwaltung, Telefon (0511) 616-26462, erhältlich.

## Boßel-Turnier

**KALTENWEIDE.** Der Schützenverein Kaltenweide lädt für Sonnabend, 8. Februar, zum Boßel-Turnier durch die Kaltenweider Feldmark ein. Treffpunkt ist um 13 Uhr am Schützenhaus Kaltenweide. Anmeldungen sind bereits möglich bis zum 30. Januar in der Gaststätte „Da Salvo“ im Schützenverein. Bei der Anmeldung sind sowohl die Startgebühr in Höhe von 7 Euro für Erwachsene und 3 Euro für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre als auch die Kosten für das Essen zu entrichten. Es stehen drei Gerichte zur Auswahl mit Preisen zwischen neun Euro und 20 Euro. Das Boßel-Turnier geht bereits in die neunte Runde, die Teilneh-

merzahl ist kontinuierlich gewachsen. „Eine rasche Anmeldung lohnt sich. Im vorigen Jahr war die Nachfrage so hoch, dass wir nicht alle berücksichtigen konnten“, so Axel Siebert, Vorsitzender des Schützenvereins. „Es sind alle willkommen, eine Mitgliedschaft im Verein ist nicht erforderlich.“ Es sei kein Problem, wenn jemand noch keine Gruppe gefunden habe, so der Vorsitzende. „Die Teams können sich noch vor Ort finden.“ Im Anschluss an das Boßeln finden im Schützenhaus die Siegerehrung und das gemeinsame Essen statt. Weitere Informationen unter schuetzenverein-kaltenweide.de.

**Der direkte Draht**  
zur Anzeige im Langenhagener Echo

Anzeigenannahme: Telefon: (05 11) 72 80 80  
Telefax: (05 11) 7 28 08 17  
Online: [www.extra-verlag.de](http://www.extra-verlag.de)  
E-Mail: [service@langenhagener-echo.de](mailto:service@langenhagener-echo.de)

## Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

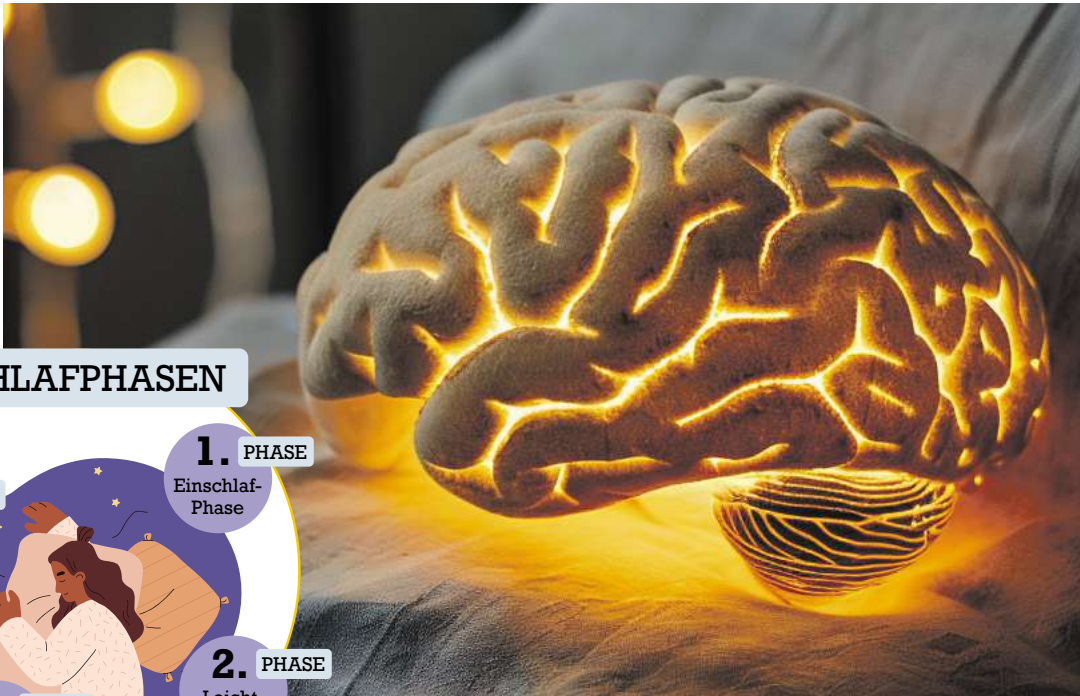
# Wundermittel Schlaf: Effizienter, fokussierter, kreativer

Wie wichtig guter Schlaf für unseren Alltag ist

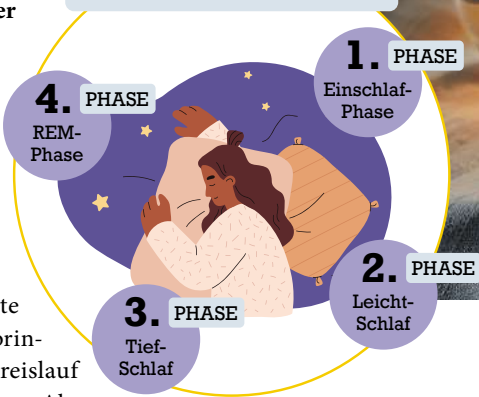
Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

### 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



### SCHLAFPHASEN



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. Andauern der 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 befürchten.

### 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 fast 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<sup>1</sup>. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tief schlafphase. 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.“

**Fördert**  
nicht nur das  
Ein-, sondern  
auch das  
**Durchschlafen<sup>1</sup>**



- keine Schläfrigkeit am Folgetag
- macht nicht abhängig
- wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt
- mit hochdosiertem Baldrian(wurzel-extrakt)

**Baldriparan®**  
Stark für die Nacht

Für Ihre Apotheke:  
PZN 00499175

<sup>1</sup>bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). [www.baldriparan.de](http://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 34073101\_00246