

# Pop, Jazz und Swing

21. Juni: Konzert des Choir under Fire in der Aula des Geschwister-Scholl-Gymnasiums



Das Ensemble Choir under Fire verfügt über ein breites Repertoire. Foto: privat

**LANGENHAGEN.** Am Sonnabend, 21. Juni, ist der Choir under Fire aus Langenhagen in der Aula des Geschwister-Scholl-Gymnasiums in Garbsen-Berenbostel zu Gast. Unter dem Motto „You are the reason!“ werden die Sängerinnen und Sänger unter der musikalischen Leitung von Mathis Schühle ihr Publikum überraschen und den Frühsommerabend verzaubern.

Pop, Jazz und Swing, so beschreibt das Ensemble sein Repertoire, das neben Klassikern der Jazz-Musik auch Evergreens, Musicalmelodien und bekannte Popsongs umfasst. Ob mit Klavierbegleitung oder a cappella – dass diese Mischung überzeugt erleben die Sängerinnen und Sänger bei ihren Konzerten immer wieder. Begleitet wird der Choir under Fire am 21. Juni von dem Pianisten Markus Horn. Das Konzert beginnt um 19 Uhr, Einlass ist ab 18.30 Uhr.

Der Eintritt ist frei, jedoch freuen sich die Sängerinnen und Sänger über Spenden für die Chorarbeit. Weitere Informationen über den Chor und seine nächsten Konzerttermine finden Interessierte auf der Homepage des Chores unter [www.choir-under-fire.de](http://www.choir-under-fire.de).

# Blaulicht, Bühnenstars und buntes Treiben

23. August: BfK und IWK feiern großes Sommerfest in Kaltenweide

**KALTENWEIDE.** Es ist wieder soweit: Am Sonnabend, 23. August, in der Zeit von 13 bis 19 Uhr verwandelt sich Kaltenweide in ein lebendiges Festgelände voller Musik, Mitmachaktionen, kulinarischer Genüsse und spannender Begegnungen. Doch in diesem Jahr ist alles ein bisschen größer, ein bisschen besonderer – denn das Kaltenweider Sommerfest feiert seine zehnte Auflage! Veranstaltet wird das Fest erneut vom engagierten Verein Bürger für Kaltenweide (BfK), der sich in bewährter Kooperation mit der Interessengemeinschaft Weiherfeld-Kaltenweide (IWK) für dieses Jubiläum etwas ganz Besonderes hat einfallen lassen.

Wie gewohnt erwartet die Besucherinnen und Besucher ein vielfältiges Programm, das alle Altersgruppen anspricht. Von fröhlichen Familienaktionen über spannende Einblicke in das Ehrenamt bis hin zu musikalischen Highlights auf der großen Bühne – das Sommerfest zeigt, was Kaltenweide und seine engagierte Bürgerschaft zu bieten haben. Mit Blaulicht und Tätutata präsentiert sich auch in diesem Jahr die beeindruckende Blaulichtmeile: Die Freiwillige Feuerwehr Kaltenweide, das Deutsche Rote Kreuz Langenhagen, das Technische Hilfswerk (THW) und das Polizeikommissariat Langenhagen geben Einblicke in ihre wichtige Arbeit. Die Polizei bietet darüber hinaus wieder die beliebte Fahrradcodierung an – ein praktischer Service für alle Radfahrenden.

Zahlreiche Informationsstände örtlicher Vereine und Gewerbetreibender laden zum Stöbern, Entdecken und Austauschen ein. Ob Gesundheitsthemen, ehren-

amtliches Engagement oder lokale Angebote – hier wird Vernetzung gelebt und sichtbar gemacht. Natürlich kommt auch das leibliche Wohl nicht zu kurz: Von herzhaft bis süß gibt es vielfältige kulinarische Angebote, die zum Schlemmen und Verweilen einladen.

Im Café des Alten- & Pflegeheims kann man bei Kaffee und Kuchen entspannen – ein Ort der Begegnung, der auch Raum für Besinnung bietet: Um 18 Uhr findet hier traditionell ein Gottesdienst statt. Auf der Bühne sorgen lokale und überregionale Künstlergruppen für beste Unterhaltung – mit Musik, Tanz und Showeinlagen, die das Publikum in ihren Bann ziehen. Ob Nachwuchstalent oder bekannte Größe: Das Bühnenprogramm ist wie das ganze Fest – vielfältig, bunt und voller Herzblut.



Die Besucherinnen und Besucher erwartet wieder ein umfangreiches Programm. Foto: Dieter Treytnar

## Ladies-Flohmarkt

**GODSHORN.** Der Ladies-Flohmarkt wird auch dieses Mal wieder von den Fellnasen initiiert und von der Facebook-Gruppe Langenhagener Ladies. Er findet am Sonntag, 15. Juni, zwischen 17 und 19 Uhr in der Magdeburger Straße 13 in Godshorn statt. Es wird insgesamt 20 Verkaufsstände mit Damenbekleidung, Spielzeug und Haushaltswaren geben. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

# Kraftloses, dünnes Haar kann viele Ursachen haben!



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 zusätzlich auch noch 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. Wachsen nur mehr dünne Haare nach, sollte man aber 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:

**1. Saisonaler „Haarausfall“**  
Gerade jetzt im Sommer können vermehrt Haare ausgehen. Der Hintergrund ist einerseits die vermehrte Sonneneinstrahlung, andererseits aber auch die Belastung durch Zusätze in Schwimmbädern oder dem austrocknenden Salzgehalt im Meerwasser.

**2. 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.

**3. 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 trotz-

dem geföhnt wird, sollten Sie immer auf einen Abstand von mindestens 20 cm zwischen Föhn und Haaren achten.

**Warum Haare spröde und brüchig werden?**  
Ein Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt kann zu dünnem, sprödem und brüchigem Haar führen. Umso wichtiger ist es die Haarfollikel von innen heraus zu unterstützen. Gegensteuern kann man zum Glück mit der richtigen Nährstoffkombination: Eine gezielte Versorgung mit Biotin leistet einen Beitrag zum Erhalt normaler Haare. Es ist auch als „Schönheitsvitamin“ bekannt und spielt eine elementare Rolle für die Haarsubstanz. Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann nicht ausreichend Keratin gebildet werden und es wird spröde und brüchig. Doch Biotin allein ist nicht genug. Durch eine Kombination mit den wichtigen Spurenelementen Eisen, Zink und Selen werden die Haarwurzeln umfassend mit Nährstoffen versorgt.

**Was Apotheker empfehlen**  
Diese Kombination an Nährstoffen ist in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten enthalten. Zusätzlich punktet das Produkt mit organischem Schwefel (MSM) und hohem Anteil an Kieselerde, die neben der enthaltenen Goldhirse ein natürlicher Lieferant von Silizium ist. Bereits im Mittelalter war die Goldhirse als „Schönheitskorn“ bekannt. Besonders interessant: Alle Produkte von Dr. Böhm® werden unter höchsten Arzneimittelstandards produziert – keine Selbstverständlichkeit für Nahrungsergänzungsmittel.

## APOTHEKEN-TIPP bei schütterem Haar

Nahrungsergänzungsmittel

**Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:**

- ✔ Biotin, Zink und Selen für den Erhalt normaler Haare
- ✔ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✔ Ergänzt durch natürlichen Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente

**Dr. Böhm® - höchste Qualität aus der Apotheke**

Dr. Böhm® kombiniert seit über 50 Jahren erfolgreich traditionelles Heilwissen mit aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen und höchsten Arzneimittel-Standards. Das Ergebnis: Optimal dosierte, effektive und gut verträgliche Präparate. Mehr Infos unter [drboehm.com](http://drboehm.com)

\*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 03/2025

3 Monatskur

**Dr. Böhm Haut Haare Nägel**

ist als Monatspackung (60 Stk.) sowie als 3-monatige Schönheitskur (180 Stk.) zum Vorteilspreis erhältlich. Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach.

**Für Ihre Apotheke**  
PZN: 19485477, 180 Stk. UVP 49,90 €  
PZN: 15390975, 60 Stk. UVP 19,90 €