

Gymnasium Langenhagen feiert seine 130 Abiturienten

Von wegen „Mehr gepokert als gepunktet“: Vier Absolventen schaffen die Bestnote

LANGENHAGEN (CAR).

„Mehr gepokert als gepunktet“ lautete das Motto des Abiturjahrgangs 2025 am Gymnasium Langenhagen. Doch diesem Motto wurden die Abiturienten ganz und gar nicht gerecht: Denn wie die Abschlussfeier am Freitag zeigte, hatten sie in den Prüfungen durchaus viele Punkte eingesammelt.

Mit einer kurzweiligen und teils bewegenden Abschlussfeier verabschiedete das Gymnasium seine insgesamt 130 Absolventen – und andersherum. Das Ergebnis dürfte die Familien der Abiturienten ordentlich stolz gemacht haben: Vier Schülerinnen und Schüler sicherten sich die Bestnote 1,0 auf dem Abiturzeugnis, weitere 32 brachten einen Notendurchschnitt mit einer Eins vor dem Komma mit nach Hause. Dass es nicht unbedingt auf den Notenschnitt, sondern auf die individuelle Leistung ankomme, betonte Schulleiterin Silke Kaune in ihrer Rede.

„Wissen zu erlangen, ist mitunter eine ernste Sache“, sagte Kaune. „Es geht darum, über den eigenen Horizont hinauszuschauen.“ Sie ermutigte die Absolventen, ihr Wissen zu teilen und Verantwortung zu übernehmen, nicht nur für sich selbst, sondern auch für ihre Mitmenschen und die Gesellschaft. Dass dieser Jahrgang das kann, hatten

die Klausuren gezeigt. „Spätestens in den Abiturprüfungen haben die Schülerinnen und Schüler richtig gekämpft“, so die Schulleiterin.

Das Abi-Motto nahmen auch die Abiturienten Lena Brausen und Malte Kruppa in ihrer Abschiedsrede in den Blick, in der sie ihre Schulzeit Revue passieren ließen. Sie überreichten ein von Abiturientin Hanni Dao gestaltetes Kunstwerk zum Abi-Motto, das die Unterschriften aller Absolventen trug.

Aber auch die anderen Programmpunkte konnten sich sehen lassen: Unvergessen bleibt wohl der Auftritt von Langenhagens Bürgermeister Mirko Heuer (CDU), der sich beim Lied „Ein Hoch auf uns“ nicht scheute, die Strophen zu singen.

Für die Lehrkräfte spannten Ute Neuhaus und Julia Luge den Bogen über verschiedene Generationen von Abiturienten, während die Abi-Band mit „A million dreams“ sowie Kimija Jalili mit Liszts Liebestraum und Simon Widjaja mit seinem Chopin-Vortrag das Publikum rührten.

Ob der gelungene Abi-Streich vom Donnerstag, die feierliche Entlassungsfeier oder der Abi-Ball am Abend, den Xenia Schamne und Malte Kruppa organisiert hatten: Die 130 Absolventen hatten sich jeden Moment des Feierns verdient nach



Abitur 2025: Das Gymnasium Langenhagen verabschiedet seine 130 Absolventen. Foto: Michael Brausen

der Anspannung der vergangenen Wochen. Das nächste Abenteuer kann beginnen.

DIE ABSOLVENTEN:

Chiara Abbey, Hanna Achberger, Sami Adigüzel, Taha Al-Neama, Jenin Al-Rawi, Naemi Baier, Ole Baumgart, Kai Behrendt, Michelle Bod, Liza Braemer, Daria Brase, Lena Brausen,

Kira Marie Brökelmann, Henri Bröker, Sophie Burgmüller, Civan Can Rizgar, Stella Castineira Maestu, Joshua Clieves, David Czepiel, Hanni Dao, Pelinsu Deniz, Irati Deperrest Azcarate, Charlotte Dusche, Valerie Egorov, Sophie Eisold, Jolina Endewardt, Felix Ericke, Joris Euscher, Caroline Alicia Fiege, Natalie Celina Fiege, Rubel Garcia, Meranda Elena Gentile, Luisa Georgi,

Tobias Georgi, Zana Ghazi, Alina Giebelmann, Marlon Gleichmann, Tim Gollatz, Leonie Görnitz, Simon Hagemann, Alissa Hahn, Lillian Hartge, Leonie Alica Hein, Alexander Hunger, Aram Ibrahim, Hidir Idrissou, Kimija Jalili, Isabelle Jänchen, Andjela Jovic, Mateja Jovic, Moritz Judycki, Julian Kallini, Marit Kappler, Anton Keding, Elissa Keskin, Sude-naz Keskin, Schanaz Khayri,

Schawaz Khayri, Elias Klar, Luna Klostermann, Maria Koanda, Chantal Kobus, Dorothee Kohne, Mobina Koushkestani, Sofia Krug, Malte Kruppa, Gabriel Kutlu, Salih Lalic, Janik Lehmeier, Finn Lemmer, Andrea Lopandic, Deniza Loshi, Quirin Leonhart Löw, Kimiko Mahnke, Tamino Markwort, Timon Markwort, Magdalena Martinovic, Lina Melis, Irida Methasani, Frederik Meuer, Charlotte Meyer, Vincent Miemietz, Nikita Misonow, Anastasia Mogort Arjona, Adina Möhle, Filina Su Mouratis, Pola Mularczyk, Aaron Müller-Matheis, Bjarne Sydney Nordmann, Betty Quiala, Joshua Rackisch, Lorenz Rädisch, Emilia Roch, Joseph Rockendorf, Peter Rainer Benedict Rollow, Marlene Rosenbohm, Maria Salim, Paula Sandhoff, Enya Sauer, Xenia Schamne, Leonie Scherf, Luca-Elias Schnehage, Till Schulze, Leon Senn, Nicole Marie Shcherb, Alan Sidik, Louis Skrabania, Luise Bettina Stadler, Erwin Startsev, Simon Stein, Bastian Sternau, Anthony Töpfer, Lissy Venrath, Magdalena Villwock, Thure Voßschulte, Jeremy David Wall, Jan Wallukat, Johann Wegner, Paul Wegner, Simon Widjaja, Daniel Wierzba, Seraphia Wolke, Arystian Zipper.

Mit einem Notendurchschnitt von 1,0 haben Natalie Fiege, Tobias Georgi, Maria Salim, Daniel Wierzba abgeschlossen.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Renommierete Experten warnen:

Schlafmittel nicht verteufeln

5 von 10 Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 7 von 10 Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf. Schädlich: Denn die so wichtige Tiefschlafphase ist essenziell für unsere Gesundheit. Chronischer Schlafmangel kann sich rächen, denn es können mehr Symptome auftreten als einfach nur Müdigkeit.

Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, wird im Alltag häufig mit unangenehmen Folgen zu kämpfen haben. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung von Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern. Viele Gründe also, sich mit der eigenen Schlafdauer und -qualität auseinander zu setzen.

Warum gut Einschlafen allein nicht ausreicht

Maßgeblich für einen erholsamen gesunden Schlaf ist vor allem die Qualität des Tiefschlafs. Denn: Nur während der



Tiefschlafphasen entspannt der ganze Körper und der Blutdruck fällt ab. Währenddessen stimulieren Hormone das Immunsystem. Sie gelten als unerlässlich für alle anfallenden Reparaturarbeiten des Körpers. Schlaf reguliert außerdem die Freisetzung von Hormonen, die den Stress regulieren oder das Wachstum der Muskeln, den Appetit und den Stoffwechsel steuern. Seit einiger Zeit ist zum Beispiel bekannt, dass gerade beim Abnehmen ausreichend Schlaf wahre Wunder wirken kann.¹

Die Anwendung von chemischen Schlafmitteln

Viele Betroffene scheuen jedoch die Verwendung von chemisch-synthetischen Schlafmitteln. Denn zum einen können chemisch-

synthetische Schlafmittel den Tiefschlaf reduzieren, worunter die Schlafqualität enorm leidet. Zum anderen fürchten sie die Abhängigkeit. Experten bestätigen, dass ein plötzliches Verzicht nach langjähriger Einnahme von entsprechenden Präparaten in ho-

hen Dosen zu körperlichen und psychischen Entzugserscheinungen führen kann.

Mit gutem Gefühl erholsam ein- und durchschlafen

Doch es gibt eine natürliche Lösung, die nicht nur das Ein-

schlafen erleichtert, sondern auch das Durchschlafen fördern kann²: Baldriparan – Stark für die Nacht – das pflanzliche Schlafmittel Nr. 1* in deutschen Apotheken.

Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich in Studien belegt.² Baldriparan verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.³ Somit verursacht es keine Müdigkeit am nächsten Morgen und ermöglicht einen erholteten Start in den Tag.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan

Stark für die Nacht

(PZN 00499175)

www.baldriparan.de

Baldriparan®

¹ORF.at: Abnehmen im Schlaf leicht möglich. Online: <https://science.orf.at/stories/3211569> (zuletzt abgerufen am 26.09.2023). • ²Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–94; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • ³bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). 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