

Weniger Reizüberflutung

Die „Stille Stunde“ in der Wasserwelt Langenhagen

LANGENHAGEN. Am 22. Juli und 5. August findet in der Wasserwelt Langenhagen von 19.30 bis 20.30 Uhr die „Stille Stunde“ statt.

Die steigende Hektik des modernen Lebens hat in den letzten Jahren zu einer verstärkten Reizüberflutung geführt. Die ständige Erreichbarkeit durch Mobiltelefone, die Informationsflut der sozialen Medien sowie die Menge unvermeidbarer Reize in den Innenstädten haben dazu geführt, dass viele Menschen an chronischem Stress und Erschöpfung leiden. Für Menschen im Autismus-Spektrum kann in einem solchen Umfeld schwimmen unter Umständen gar nicht machbar sein oder zu großen Schmerzen oder Zusammenbrüchen führen. „Wir waren sofort begeistert, als wir von dem Konzept gehört haben und haben alle Maßnahmen umgesetzt. „Es ist uns ein großes Anliegen, dass wir Menschen eine bessere Teilhabe ermöglichen können.“, erklärt Markus Tippelt, der Geschäftsführer der Wasserwelt. Die „Stille Stunde“ ist ein Konzept, das ursprünglich von Theo Hogg, einem Angestellten eines neuseeländischen Supermarkts mit einem autistischen Kind, entwickelt wurde. In Ländern wie der Schweiz und Großbritannien ist die „Stille Stunde“ in einigen Regionen bereits flächendeckend umgesetzt. Während dieser besonderen Stunde werden störende Elemente wie laute Musik, Durchsagen und grelles Licht reduziert, um die Reize für betroffene Menschen zu minimieren.

In einer Welt, die immer lauter und reizüberflutender wird, kann eine kurze Stille oft eine große Wirkung haben. Insbesondere für Menschen im Au-

tismus-Spektrum, hochsensiblen Personen und Menschen mit Nervenkrankheiten kann eine „Stille Stunde“ eine willkommene Erleichterung sein. Die Wasserwelt Langenhagen hat sich entschlossen, an dieser Initiative teilzunehmen und einen Schritt zu gehen, der mehr Inklusion und gleichzeitig entspannteres Schwimmen ermöglicht. Die Basis für die Kampagne liefert der Verein „gemeinsam zusammen“ aus Diez. Auf der Plattform www.stille-stunde.com können Betroffene schauen, wer die „Stille Stunde“ anbietet und Unternehmen können sich registrieren. Dieses Konzept hat bereits prominente Unterstützung gefunden. Die Bundestagsabgeordnete Corinna Rüffer hat die Schirmherrschaft übernommen und setzt sich regelmäßig für die Belange der Behindertenpolitik ein. Der Startschuss in der Wasserwelt fällt in den Sommerferien – mit drei Terminen als Pilotprojekt. Unser Ziel ist es, die Stille Stunde künftig regelmäßig anzubieten, um dauerhaft ein inklusives Angebot für Menschen mit besonderen Bedürfnissen zu schaffen. Die „Stille Stunde“ in der Wasserwelt Langenhagen hat das Potenzial, das Badeerlebnis für viele Menschen deutlich angenehmer zu gestalten und gleichzeitig das Bewusstsein für die Bedürfnisse von Personen im Autismus-Spektrum und mit anderen Beeinträchtigungen zu stärken. Die Wasserwelt Langenhagen ist stolz darauf, Teil dieses wichtigen Initiatives zu sein. Das Ziel der „Stillen Stunde“: Gemeinsam einen kleinen Beitrag zu leisten und einen inklusiven und unterstützenden Moment zu schaffen, in dem sich jeder willkommen und verstanden fühlt.

Immer mehr Zuwachs aus ganz Norddeutschland

Team MaxWatt erreicht viele gute Platzierungen

LANGENHAGEN. Team MaxWatt, der Name steht für maximalen – ja für was überhaupt? Als Analogieschluss zur physikalischen Einheit assoziiert man hier sicherlich in erster Linie „Leistung“, welche natürlich die Grundvoraussetzung für Wettkampferfolge im Ausdauersport darstellt. Aber wer das Team kennt weiß – neben dem sportlichen Ehrgeiz steht bei allen Fahrerinnen und Fahrern doch etwas ganz anderes im Vordergrund: Nämlich ein besonderes Gefühl der Zugehörigkeit und Freundschaft, welches durch die gemeinsame Ausübung des Radsports entstanden ist, weiter angetrieben und verstärkt wird.

Trotz der regionalen Wurzeln des Teams im Landkreis Hannover, bekommt MaxWatt in jüngster Zeit auch immer mehr Zuwachs aus ganz Norddeutschland. So ist unter den Neuzugängen des Frauenteam durch Friederike Michels Verstärkung aus Göttingen zu MaxWatt gewechselt und mit Philine Letz und Thekla Hilbert sind sogar zwei Fahrerinnen aus Kiel dazugewonnen worden. Doch auch regional verstärkte sich das Team mit weiteren Fahrerinnen aus Hannover (Mareike Groben, Heidi Harting und Monika Hübler) weiter und auch das Männerteam freute sich über Neuzugang Björn Ernst aus Hildesheim.

„Ich habe das Gefühl, dass MaxWatt fast wie eine kleine Familie ist, wo sich alle untereinander uneingeschränkt unterstützen“, antwortete Thekla spontan auf die Frage, warum sie sich als neues Teammitglied beworben hat. Und genau über den hohen Stellenwert dieser persönlichen Ebene als wertvollsten Grundpfeiler von MaxWatt sind sich alle einig – was dieses Team eben so besonders macht und im leistungsorientierten Umfeld des Radsports doch auch etwas heraussticht.

„Natürlich sind die Trikots auch richtig schön“ ist unter den Neuzugängen ebenfalls ein gern genanntes Argument. Die bunten Farben (repräsentativ stehend für die Vereinsfarben der drei größten lokalen Hannoverschen Vereine: Blau-Gelb Langenhagen, die Radsportgemeinschaft Hannover und den Hannoverschen Radsportclub) fallen im Peloton besonders leicht ins Auge und



Hat auch einen überregionalen Bekanntheitsgrad erlangt: Team MaxWatt.

Foto: privat

sorgen für einen hohen Wiedererkennungswert, was sicherlich vor allem die Sponsoren des Teams zu schätzen wissen.

Neben den gemeinsamen Trainingsaktivitäten treten die Teammitglieder die Anreise zu den Rennveranstaltungen möglichst auch gemeinschaftlich an und teilen sich häufig auch eine gemeinsame Unterkunft. „Da kommt schon so etwas wie Klassenfahrtfeeling auf“, freut sich Mareike Groben und blickt mit besonderer Vorfreude auf das diesjährige Saisonhighlight des Frauenteam, die internationale Oderrundfahrt, die vom 10. bis 14. Juli in Frankfurt a. d. Oder ausgerichtet wird. „Da freue mich schon sehr drauf“ sagt Katharina Julia Hinz, die zu den besonderen Leistungsträgerinnen des Teams gehört und regelmäßig für einen Platz ganz oben auf dem Podium sorgt. Mit sechs Siegen in 12 gefahrenen Rennen

steht Katharina zur Zeit auf Platz 3 der bundesweiten „Rad-Net Rangliste“. Zu Katharinas größten Erfolgen der bisherigen Saison zählen unter anderem ihre Siege beim Volksbank Giro in Glandorf und beim Lindener Berg-Kriterium, sowie die Silbermedaille bei der diesjährigen Landesmeisterschaft Straße in Remlingen.

Das Team freut sich für Katharina und ist gespannt, welche Erfolge es dieses Jahr mit ihr noch gemeinsam feiern darf. Doch auch bei den anderen Teammitgliedern konnten sich in der ersten Saisonhälfte bereits Podiumsplatzierungen verbuchen lassen: So holte sich Johanna Rasche den Titel der Bezirksmeisterin Weser-Ems und konnte bei der Runde von Bissendorf einen zweiten Platz einfahren. Über dritte Plätze freuen konnten sich Wiebke Rodiek, die nicht nur beim Lindener Berg Kriterium

sehr gute Beine bewiesen hat, Stephanie Buchheister (Eutin) und Aaron Schulze (Bilster Berg Rennen).

Aber auch alle anderen Fahrerinnen und Fahrer können mit zahlreichen Platzierungen glänzen und dafür sorgen, dass sich das Team als erfolgreiche Gemeinschaft bei den Veranstaltungen präsentiert. „Ich habe mein Lebensziel erreicht“, scherzt Philipp Ulke, der diese Saison ebenfalls mit einer besonders starken Form heraussticht und beim harten Kurs des Lindener Berg Kriteriums Wertungspunkte im Sprint einfahren konnte.

Für die Zukunft blickt Teamchef Hendrik Eggers zuversichtlich drein. „Nächstes Jahr werden wir bei den Frauen den nächsten Schritt wagen und ein Bundesligateam anmelden können“. Wer hätte das bei der Gründung des Frauenteam vor erst zwei Jahren gedacht.

SOLARENERGIE VOM FACHBETRIEB

aus der Region, für die Region.

- ✓ Meisterbetrieb - alles aus einer Hand
- ✓ Über 3.500 installierte Anlagen
- ✓ Seit über 14 Jahren am Markt
- ✓ Neueste PV-Anlagen Technologien
- ✓ Ausgezeichnet für Qualität & Service
- ✓ Individuelle Beratung & Planung



JETZT KOSTENLOS BERATEN LASSEN!

IBG
IBG Solar GmbH
Regional-Kompetent-Erfahren
Qualität aus Meisterhand

IBG Solar GmbH
St.-Osdag-Straße 17
31535 Neustadt a. Rbge.

05072 258 98-10
info@ibg-corp.de
www.ibg-corp.de

ibg_solar_gmbh
IBGSolarGmbHNeustadt

Gespräch mit dem Superintendenten

Der gesellschaftliche Zusammenhalt soll verbessert werden

LANGENHAGEN. Viele Über einstimmungen stellten der Superintendent des evangelisch-lutherischen Kirchenkreises Burgwedel-Langenhagen, Dirk Jonas, Ulrike Bodenstein-Dresler („VerBunT“) und die Langenhagener Grünen Ulrike Jagau, Wilhelm Zabel (Ratsfraktion) sowie Sigrid Kurpan (Vorstandsmitglied des Ortsverbandes) in einem Gespräch fest. Ein gemeinsamer Wunsch ist die Verbesserung des gesellschaftlichen Zusammenhalts, sowohl generell als auch speziell in Langenhagen. Die Gesprächspartner waren sich einig, dass das Gemeinwesenprojekt „VerBunT“, eine Kooperation von Kirchengemeinden mit der Stadtverwaltung, genau dies in vorbildlicher Weise bewirkt. Deshalb soll nach Möglichkeiten gesucht werden, „VerBunT“

dauerhaft zu etablieren. Der Superintendent teilte die Besorgnis der Grünen hinsichtlich der Zukunft der Kirchengemeinden in Langenhagen. Er ist aber zuversichtlich, dass die künftigen Herausforderungen durch Kooperationen bewältigt werden können. „Wir werden mit kirchlichen Orten in der Fläche bleiben.“ versprach Dirk Jonas.

Auch in der Einschätzung, dass - auch auf kommunaler Ebene - unser demokratisches System keine Selbstverständlichkeit ist, sondern als hohes Gut bewahrt werden muss, stimmten die Gesprächspartner überein.

Superintendent Jonas bedankte sich für die Initiative der Grünen zu diesem Gespräch. Der begonnene Dialog soll fortgesetzt werden - auch das war ein gemeinsamer Wunsch.



Im Austausch: Ulrike Bodenstein-Dresler (von links), Wilhelm Zabel, Dirk Jonas, Ulrike Jagau und Sigrid Kurpan.

Foto: privat