

Absolutes Spitzenspiel

Handball-Verbandsliga: HSG Langenhagen erwartet heute um 17 Uhr Tabellenführer MTV Geismar

LANGENHAGEN (OK). Ohne Frage – die HSG Langenhagen will den Tabellenführer der Handball-Verbandsliga Süd am heutigen Sonnabend, 14. März, kräftig ärgern. Der MTV Geismar kommt um 17 Uhr in die Sporthalle der Leibniz IGS an der Rathenaustraße. Das Hinspiel in Göttingen ging zwar mit 30:39 verloren, aber die HSG ist ja sehr heimstark – lediglich das Spiel gegen die HSG Schaumburg II war eine 32:34-Niederlage – und spielt in Langenhagen ohne Patte. In der Rückrunde kassierten die Schützlinge von Trainer Alexander Krüger lediglich eine Niederlage mit einem Tor bei der

HSG Deister Süntel. Zuletzt gewannen die Langenhagener überzeugend mit einer guten Abwehr und schnellem Tempospiel mit 38:25 bei der HSG Herrenhausen/Stöcken. Alexander Krüger blickt auf die heutige Partie voraus: „Es ist ein absolutes Spitzenspiel, und es wird cool. Wir sind fünf Punkte dahinter, können entspannt und befreit aufspielen und haben nichts zu verlieren.“ Allerdings muss er auf seine beiden etatmäßigen Kreisläufer Kevin Ströh und Maximilian Esser verzichten; Moritz Paul und Kevin Loh sollen die Rollen übernehmen. Fehlen wird auch Jonas Krückeberg.

Café und mehr

LANGENHAGEN. Unter dem Motto „Zusammen sind wir weniger allein“ haben sich zuletzt am 14. Februar Seniorinnen und Senioren im Martinshaus der Elisabeth-Kirche (Kirchplatz 7) getroffen. Das nächste Treffen findet am Sonnabend, 28. März von 15 bis 17 Uhr statt. Der nächste Termin ist dann der 18. April. Bitte Tasse, Teller, Kuchengabel, Löffelchen und Vorfreude mitbringen! Zur besseren Planung bitte anmelden bei

Projektkoordinatorin „verbunT – Gemeinwesenarbeit in Langenhagens Alter Mitte“: lisa.langhans@evlka.de oder (01515) 5 46 13 45. Aber auch spontanes Kommen ist möglich und erwünscht. Wer Lust hat, in Zukunft – oder auch schon dieses Mal – bei der Vorbereitung und beim Aufräumen zu helfen, kann sich ebenfalls an Lisa Langhans oder direkt an die Veranstalterinnen während des Angebots wenden.

Treffen für pflegende Angehörige

LANGENHAGEN. Pflegende Angehörige sind in der häuslichen Betreuung erkrankter Familienmitglieder besonderen Herausforderungen ausgesetzt. Der Verein Gemeinsam leben in Langenhagen bietet Treffen an, bei denen sich pflegende Angehörige austauschen können. Ende 2023 hat sich eine kleine Gruppe pflegender Angehöriger gebildet, in der neue Teilnehmende stets herzlich willkommen sind.

Das nächste Treffen findet am Freitag, 20. März, von 16.30 bis gegen 18 Uhr im Gemeindehaus der Emmauskirchengemeinde, Ringstraße 2/Sonnenweg 17 statt.

Die Teilnahme ist kostenlos. Bei Bedarf können geschulte Helferinnen und Helfer des Vereins nach vorheriger Vereinbarung die Betreuung der Pflegebedürftigen in deren Wohnung übernehmen. Kontakt zum Verein kann unter der Telefonnummer (0162) 607 4229 oder per E-Mail an info@gemeinsam-leben-in-langenhagen.de aufgenommen werden. Das Treffen für pflegende Angehörige ist Bestandteil des Projekts „Langenhagen wird demenzsensibel“, das mit Mitteln der Glücksspirale-Lotterie gefördert wird. Weitere Informationen enthält die Website www.demenz-langenhagen.de.

Die Frühlingssonne zeigt eine Schattenseite

Becher, Grillkohle, Essensreste: Am Silbersee bleibt jede Menge Müll liegen. Drei Frauen aus Langenhagen belassen es nicht dabei, sich darüber zu ärgern.

LANGENHAGEN (JBA). Das sonnige Wetter hat am Wochenende zahlreiche Besucherinnen und Besucher an den Silbersee in Langenhagen gelockt. Besonders auf der Ostseite rund um den Grillplatz genossen viele Menschen das frühlingshafte Wetter. Kinder spielten, Hunde liefen über die Wiesen, einige Menschen grillten, und aus Lautsprechern drang Musik. Doch während die Stimmung ausgelassen war, fiel an vielen Stellen ein Problem auf: der hinterlassene Müll.

Auf den Rasenflächen fanden sich Plastikverpackungen, Plastikbecher, übrig gebliebene Grillkohle und teilweise ganze Abfallhaufen inklusive Essensresten. Am Rand des Sees lag an einer Stelle sogar Grillkohle im Wasser – obwohl dafür am See eigens Behälter bereitstehen.

Nur wenige Meter neben einem größeren Müllhaufen saß Eduard Denisov mit seiner Familie beim Grillen. Die Familie kommt mehrmals im Jahr aus Vahrenheide an den Silbersee. „Das ist eine Katastrophe, das ist nicht in Ordnung mit dem Müll hier. Und sehr schade“, sagte Denisov. Besonders ärgerte ihn, dass andere die Folgen tragen müssen. „Jemand macht Mist, und andere müssen es sauber machen.“

Mit dieser Meinung stand er nicht allein. Seit längerem schon wird über das Müllproblem am Silbersee diskutiert, zuletzt in der Facebook-Gruppe „Wir sind LA-hagen (Langenhagen)“. Aus dieser Diskussion heraus entstand schließlich eine Aktion: Drei Frauen aus Langenhagen beschlossen, beim Aufräumen selbst aktiv zu werden.

„Am Samstagvormittag bin ich hier mit dem Rad langgefahren, und es war wirklich der Horror“, sagte Linda Kaebler, eine



Haben freiwillig am Sonntag Müll gesammelt: Linda Kaebler (von rechts) und Marion Hasenkamp. Gundula aus Hannover-Misburg (links) unterstützt das Vorhaben und möchte nächstes Mal mithelfen.

Foto: Josefine Battermann

der Initiatorinnen. „Das ist so schade.“ Auch Marion Hasenkamp störte der Zustand: „Mir geht es die ganze Zeit auf den Zeiger.“ Zusammen mit Sofia Daniilidou fassten die drei Frauen schließlich einen Entschluss.

Am Sonntagvormittag trafen die drei sich am See, ausgestattet mit Müllzangen und großen Plastiksäcken, um rund zweieinhalb Stunden lang Abfall einzusammeln. Dabei kam einiges zusammen: Plastikverpackungen von Grillgut, Zigarettenschuttel, Feuchttücher und Taschentücher sowie Kronkorken. Im Unterholz neben dem Gehweg fanden sie sogar mehrere Unterhosen. Am Ende füllten die Frauen elf große Säcke mit Müll – und dennoch blieb noch einiges liegen. „Das meiste haben wir aus dem Gebüsch geholt, aber

auch einiges von der Rasenfläche eingesammelt“, sagte Kaebler. Besonders erschreckend sei gewesen, wie flächendeckend der Müll verteilt gewesen sei. „Es gab eigentlich keinen Fleck ohne Müll hier“, sagte sie. „Es wird alles liegen gelassen, obwohl hier Müllcontainer stehen. Aber die Leute sind zu faul, ihren Müll dorthin zu bringen.“

Auch andere Gäste beobachteten das Problem. Gundula aus Hannover-Misburg, die ihren Nachnamen nicht nennen möchte, kommt bei gutem Wetter häufiger an den Silbersee.

„Es gibt das Angebot, seinen Müll zu entsorgen, aber viele werfen ihn trotzdem ins Gebüsch neben dem Gehweg“, sagte sie. Dabei sei der Silbersee eigentlich ein attraktives Naherholungsgebiet. „Schade, dass

die Leute nicht auf ihr eigenes Umfeld achten.“ Die Aufräumaktion blieb am Sonntag nicht unbemerkt. Immer wieder blieben Spaziergänger stehen und kamen mit den Helferinnen ins Gespräch. Viele bedankten sich für den Einsatz und betonten, dass der Müll nicht von ihnen stamme. „Wir waren das nicht, aber vielen Dank für die Aktion“, hörten die Frauen immer wieder. Andere zeigten im Vorbeigehen mit dem Daumen nach oben.

Die drei Initiatorinnen könnten sich vorstellen, die Aktion künftig zu wiederholen – vielleicht sogar regelmäßig: einmal pro Woche den Müll einsammeln. Jeder könne sich beteiligen. So könnte aus der spontan entstandenen Idee eine dauerhafte Initiative für einen saubereren Silbersee werden.

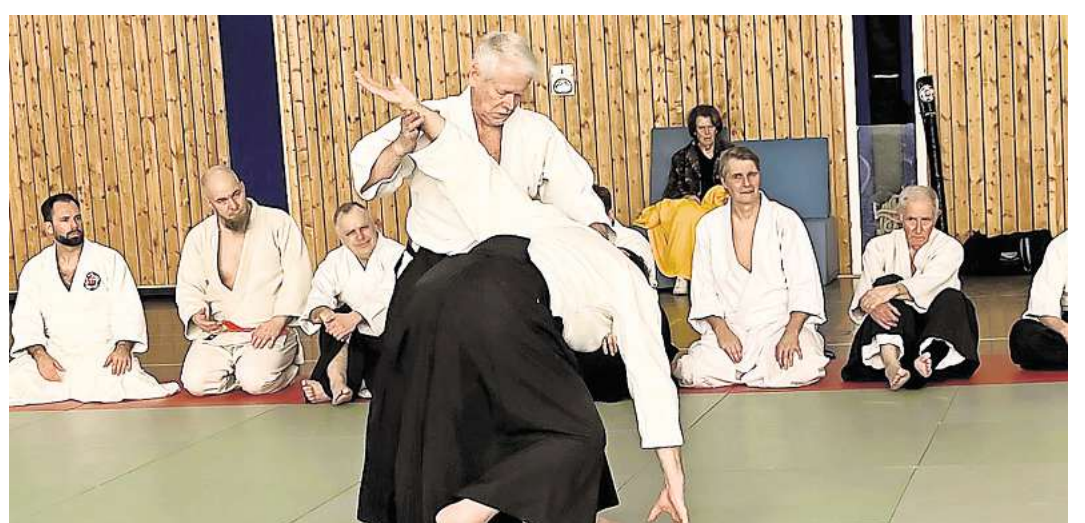
Vom Weißgurt bis zum hohen Schwarzgurt

Mehr als 30 Teilnehmer beim Aikido-Landeslehrgang beim VfB Langenhagen

LANGENHAGEN. Am letzten Februarwochenende hatten der Aikido-Verband Niedersachsen und der VfB Langenhagen erneut zum Landeslehrgang nach Langenhagen eingeladen. Unter der Leitung von Alfred Heymann (8. Dan) trainierten mehr als 30 Aikidoka vom 6. Kyu bis in den hohen Dan-Bereich gemeinsam auf der Matte der Friedrich-Ebert-Schule.

Am Samstag widmete sich Sensei Alfred Heymann verschiedenen Techniken aus dem Kyu- (Schüler) Bereich bis hin zu Dan- (Schwarzgurt) Techniken. In seinen präzisen Demonstrationen legte er den Fokus auf Timing, Zentrum und konsequente Führung. Dabei wurde deutlich, wie viel Wirkung in kleinen, gut gesetzten Impulsen liegt und wie entscheidend eine gute Annahme des Angriffs für die anschließende Technik ist.

Einmal mehr zeigte sich, dass selbst bei bekannten Techniken immer neue Details entdeckt werden können. Auch erfahrene Aikidoka erlebten dabei immer wieder, wie anspruchsvoll eine saubere Ausführung ist – und wie viel Entwicklungspotenzial im konsequenten Training liegt.



Alfred Heymann demonstriert an Alexander Warninck eine Technik.

Foto: Aikido-Verband Niedersachsen, VfB Langenhagen

Den Sonntagvormittag hatte Alfred Heymann für Waffentraining vorgesehen – dieses Mal mit dem Tanto (Messer) und dem Jo (Stab). Zur Vorbereitung gab es eine Reihe von Zentrumsübungen – scheinbar einfach und doch herausfordernd in der eigenen Umsetzung. Die am Vortag geübten Prinzipien wurden gegen Angriffe mit Messer oder Stab wiederholt. Die Kunst besteht darin, sich nicht von der

Waffe ablenken zu lassen, sondern den Angreifer kontrolliert umzulenken und ihn durch das Weiterführen seiner eigenen Energie zu Fall oder in den Hebel zu bringen. Am Ende rauchten vielen ein wenig die Köpfe, doch alle gingen zufrieden und mit zahlreichen neuen Anregungen von der Matte.

Die Sporthalle bot erneut eine besondere Atmosphäre. Das Licht, das durch die großen Fens-

ter fiel, tauchte die Matte in ein beinahe malerisches Ambiente und die Glocken der benachbarten Kirchen schlugen pünktlich zu Trainingsbeginn und -ende. Langenhagen präsentierte sich wieder als hervorragender Gastgeber. Wir freuen uns bereits auf den traditionellen Frühjahrslehrgang im kommenden Jahr; der Termin am letzten Februarwochenende ist bereits vorge-

+++ SOFORT BARGELD +++ SOFORT BARGELD +++

OPHIRUM Deutschlands größter Filialist

REKORDSTÄNDE IM GOLDPREIS! JETZT IHR ALTGOLD VERKAUFEN!

WIR SIND FÜR SIE VOR ORT IN **HANNOVER** CALENBERGER ESPLANADE 1-8

Bundesweit 42 Standorte

Qualitätsbarren & -münzen
Schnelle & professionelle Abwicklung
Anonymer Goldkauf
Beste Preise für Ihr Altgold

www.ophirum.de

9694002_002626