

# Vorstandswahlen und Ehrungen beim TCB

Turn-Club Bissendorf zeichnet langjährige Übungsleitende aus

**BISENDORF.** Der Turn-Club Bissendorf lud seine Mitglieder zu seiner alljährlichen Jahreshauptversammlung ins Bürgerhaus ein. Neben Berichten vom Vorstand und den Abteilungen, standen Vorstandswahlen und eine Ehrung von langjährigen Übungsleitenden auf dem Programm. Zur großen Freude des Vorstandes konnte im letzten Jahr mit Janina Müller eine Finanzbuchhalterin eingestellt werden, die von nun an über die Finanzen des Vereins wacht und somit die Arbeit des Vorstandes insbesondere des Kassenswartes deutlich entlastet. Bei den Berichten aus den Abteilungen zeigte sich wieder einmal, was es bedeutet bei knapp 1300 Mitgliedern ein Mehrsparten-Verein zu sein.

So präsentierte sich den Mitgliedern ein bunter Strauß von sportlichen Aktivitäten und Erfolgen aus über 16 verschiedenen Abteilungen wie AROHA, Eiskunstlauf, Pferdesport, Inline-Hockey, Licht-Schwert-Fechten und Seniorenturnen. Bei den Vorstandswahlen kam es zur Wiederwahl vom Vorsitzenden Philipp Schröder und dem Kassenswart Uwe Roscher. Mit Larissa Bleidistel wurde der Posten des Jugendwartes neu besetzt, was erfreulicherweise auch zur deutlichen Verjüngung des Vorstandes führt. Zum Höhepunkt des Abends richtete sich das Augenmerk auf Übungsleitende, die schon seit sehr vielen Jahren im



**Der neugewählte Vorstand des Turn-Clubs Bissendorf und die Ehrten: Christine Herzog (von links), Uta Döpke, Carmen Laub, Gabi Ochmann, Renate Knibbe, Armin Weidmann, Uwe Roscher und Philipp Schröder.**

Foto: TC Bissendorf

Verein aktiv sind und ohne die ein Vereinsleben überhaupt nicht möglich wäre.

So wurden Carmen Laub (Badminton) und Gabi Ochmann (Eltern-Kind-Turnen, Klettern-Hangeln-Toben, Kunstturnen, Damen Ü40, Sportabzeichen) für 30 Jahre, Renate Knibbe (Kinderturnen, Kunstturnen, Sportabzeichen) für 40 Jahre und Armin Weidmann (Turnen, Männerturnen) für 50 Jahre Übungsleitertätigkeit im Turn-Club Bissendorf geehrt.

in seiner Laudatio auf Armin Weidmann (Ehrenrat und Mitglied beim Männerturnen) unterhaltsam darauf ein, dass Armin in seinen 50 Jahren Tätigkeit diverse Fußball-Bundestrainer sowie diverse Bürgermeister in der 50jährigen Geschichte der Wedemark überdauert hat und immer noch fit und gesund das Männerturnen anleitet.

# Schulelternrat der IGS berichtet

**WEDEMARK.** Die erste Schulelternratssitzung mit der neuen Schulleitung der IGS Wedemark sollte für die Mitglieder des gesamten Schulelternrates (SER) gleich ein paar Besonderheiten mit sich bringen. Nicht nur das sich die neue Schulleiterin dem versammelten Gremium vorstellte, sie brachte gleich das ganze Schulleitungsteam mit um eine neue Ära der Zusammenarbeit einzuleiten. So kennt sie es aus ihrer Zeit als Schulleiterin in NRW, wo es die sogenannte Schulpflegschaft als Gremium der Zusammenarbeit zwischen Eltern und Schulleitungen gibt.

Frauke Ludwig führte dazu aus: „Mir ist der regelmäßige und transparente Austausch auf Augenhöhe zwischen den Vertre-

tungen der Eltern- und Schülerschaft auf der Einen und der Schulleitung auf der anderen Seite äußerst wichtig. Nur gemeinsam können wir die aktuellen Themen wie unser neues Leitbild effektiv und für alle zur Zufriedenheit bearbeiten.“

Natürlich gab es die üblichen Formalitäten und Berichte, der Schulelternrat ist ja ein offizielles Gremium, welches mit Pflichten und Rechten auch im niedersächsischen Schulgesetz verankert ist. Christoph Eppert (Vorsitzender des Vorstandes des SER) stellt dazu fest: „Wir begrüßen die Bereitschaft der Schulleitung mit uns offen und gemeinschaftlich die Herausforderungen zu bewältigen. Die Themen der Elternschaft besprechen wir vorab im Vor-

stand des Schulelternrates – wir leben auch hier eine offene Kommunikation unter gleichmäßiger Verteilung aller Aufgaben ohne hierarchische Grenzsetzungen.“

Die anwesenden Elternvertreter berichteten im Rahmen der Sitzung, was die Elternschaft derzeit beschäftigt, brachten Ideen zur Außenwirkung ein und konnten Fragen an das gesamte Schulleitungsteam platzieren.

Ideen des Vorstands für zukünftige Entwicklungsziele der IGS Wedemark haben mittlerweile ihren Weg in die weiteren Schulgremien gefunden und Frau Ludwig berichtete, dass sich neben Schülern und Elternvertretern auch die Lehrkräfte bereits intensiv damit beschäftigt haben.

# SPD-Fraktion wählt neuen Vorstand

**WEDEMARK.** Die SPD-Fraktion im Rat der Gemeinde Wedemark wählt turnusmäßig zur Hälfte einer Wahlperiode den Fraktionsvorstand neu. Die dafür vorgesehene Sitzung wird am 17. April stattfinden. Daniela Mühleis hat bereits im Vorfeld der Sitzung bekanntgegeben, nicht mehr erneut für das Amt der Fraktionsvorsitzenden kandidieren zu wollen.

„Es ist mir wichtig, die Fraktion rechtzeitig vor den nächsten Wahlen zukunftsorientiert aufzustellen. Das Amt der Fraktionsvorsitzenden ist auch mit einer Vielzahl an interessanten Aufgaben verbunden. Ich freue mich jetzt aber auf mehr Freizeit und Privatleben“, erklärt Mühleis. Auch sie habe das Amt während einer laufenden Wahlperiode übernommen

und konnte sich so gerade in den Anfangszeiten immer auf den Rat und die Unterstützung ihres Vorgängers verlassen. „Das war mir damals wichtig und ist es auch jetzt!“ betont Mühleis. 2021 hatte Mühleis die Fraktionsführung von Jürgen Benk übernommen und die SPD-Fraktion erfolgreich durch die Kommunalwahl 2021 geführt. „Das war ein anstrengendes Wahlkampfjahr, schließlich lagen Bundestags-, Regions-, Orts-, und Gemeinderatswahlen sowie die Wahlen zum Regionspräsidenten und zum Bürgermeister der Gemeinde Wedemark zusammen.“, erinnert sich die Juristin. „Partei und Fraktion haben zusammengehalten und so sind wir gestärkt aus den Wahlen hervorgegangen“, so Mühleis.

Kommunalpolitisch wird Mühleis auch nach den Vorstandswahlen weiterarbeiten. Sie wird ihr Ratsmandat weiterhin wahrnehmen und hat angekündigt, sich vorstellen zu können, weiterhin im Fraktionsvorstand mitzuarbeiten. Rebecca Schamber, Vorsitzende der SPD-Wedemark und Bundestagsabgeordnete bedankt sich bei Daniela Mühleis für ihr herausragendes Engagement als Fraktionsvorsitzende. „Wir haben in den letzten Jahren sehr gut und vertrauensvoll zusammengearbeitet. Fraktion und Partei stehen einig und geschlossen zusammen. Ich freue mich sehr, dass Daniela Mühleis auch weiterhin der Fraktion erhalten bleibt und sie so ihre Expertise und Erfahrungen einbringen wird.“

Medizin

ANZEIGE

# Abseits der Krebstherapie: Dieser Pflanzenwirkstoff hilft auch bei Arthrose



## NERVT IHR RÜCKEN AUCH?

Wenn der Rücken nervt, sind oft die Nerven schuld! Essenzielle Nährstoffe können wertvolle Unterstützung leisten. Der Restaxil UMP B-Komplex (Apothek) vereint eine Vielzahl wichtiger Nährstoffe. So enthält er z. B. den Vitamin B-Komplex. Besonders hilfreich: Thiamin und Vitamin B12, die zu einer normalen Funktion des Nervensystems beitragen. Vitamin B9, besser bekannt als Folsäure, spielt hingegen eine Rolle bei der Zellteilung. Zudem ist in Restaxil UMP B-Komplex Calcium enthalten, das zu einer normalen Signalübertragung zwischen den Nervenzellen beiträgt. Uridinmonophosphat (UMP), ein wichtiger Baustein der Nukleinsäuren, gibt Restaxil UMP B-Komplex seinen Namen.

### Tipps für unsere Leser

Jetzt Restaxil UMP B-Komplex auf [pureSGP.de](http://pureSGP.de) online bestellen und bis zu 11%\* sparen!



\*gilt beim Kauf von mehreren Packungen • Abbildung Betroffener nachempfunden

**Hoffnung für Millionen Arthrose-Patienten: Ein besonderer Wirkstoff, der in der komplementären Krebstherapie eingesetzt wird, kann unabhängig davon auch bei Arthrose helfen!**

Wenn die Laubbäume ihre Blätter verlieren, bekommen wir eine sonst eher unscheinbare Pflanze zu Gesicht: die Mistel. Diese wird häufig in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album auch bei Arthrose helfen kann<sup>1</sup>.

### Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel

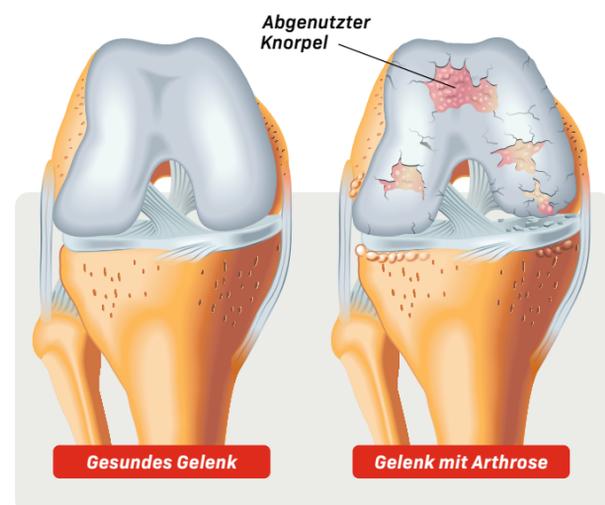
an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehl-

stellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz“. Dabei verspüren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.

### Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.<sup>1</sup> Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.<sup>2</sup> Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.



<sup>1</sup>Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • <sup>2</sup>Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8  
RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin. Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

### Tipps für unsere Leser

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!



Jetzt Rubaxx Arthro auf [pureSGP.de](http://pureSGP.de) bestellen und bis zu 13%\* sparen!



[pureSGP.de](http://pureSGP.de)

\*gilt beim Kauf von mehreren Packungen