

Heupferdchen in Gailhof verliehen

NAJU-Kids legen Prüfung für das Artenkenntniszertifikat ab

GAILHOF. Bei noch sommerlichen Temperaturen und leichtem Wind traf sich die Naturschutzjugend (NAJU) des NABU Wedemark am 22. August auf einem privaten Naturgelände in Gailhof. Dort gingen die Kinder auf Heuschrecken-Suche und legten ihre Prüfung für das „Heupferdchen-Zertifikat“ ab. Die Aktion ist ein Projekt der NAJU Niedersachsen. Das Zertifikat soll Kindern und Jugendlichen erste Kenntnisse und Fertigkeiten beim Erforschen der Natur vermitteln und sie dazu motivieren, sich weiterhin mit der Vielfalt der heimischen Pflanzen- und Tierwelt zu beschäftigen. Dafür gab es eine Urkunde und einen Aufnäher, der bei der nächsten Aktion stolz auf der Kleidung getragen werden kann.

Zunächst durften die jungen Naturforscher vorsichtig Heuschrecken und andere Insekten mit Keschern einfangen. Zur Bestimmung wurden die Tiere kurzzeitig in Behältern gesammelt und anschließend wieder



Die NAJUs mit Betreuerinnen nach dem Heupferdchenzertifikat. Foto: Claudia Schmidt

freigelassen. Unter den Funden war auch ein besonders großes Exemplar: ein Grünes Heupferd von etwa acht Zentimetern Länge. „Schau mal, ist die Heuschrecke groß, und man sieht

sogar die Mundwerkzeuge“, freute sich Eden und zeigte den Behälter stolz den anderen. Beim Bestimmen der Arten merkten die Kinder schnell, dass eine sichere Zuordnung

gar nicht so einfach ist. Mithilfe verschiedener Bestimmungshilfen lernten sie, wichtige Merkmale zu erkennen und voneinander zu unterscheiden. Anschließend fertigten die Kinder auf einer Picknickdecke Skizzen von Heuschrecken, anderen heimischen Tieren oder Pflanzen an und beschrifteten sie. Auch dabei zeigte sich: Ein Tier oder eine Pflanze so zu zeichnen, dass die entscheidenden Merkmale erkennbar sind, ist gar nicht so leicht. Zum Abschluss führte NAJU-Betreuerin Susanne Brockmann mit jedem Kind in entspannter Atmosphäre eine kleine mündliche Prüfung durch. Gefragt wurde unter anderem, welche Tier- und Pflanzennamen die Kinder bereits kennen und welche Fangarten und -techniken zum Sammeln von Insekten geeignet sind. Am Ende konnten alle stolz ihr Zertifikat in den Händen halten. Spiele sorgten außerdem dafür, dass auch die Bewegung nicht zu kurz kam.



Werke aus der PASSAGE I. Foto: imago

Künstlergespräch mit Klaus G. Kohn zur Finissage

BISSENDORF. Der imago Kunstverein Wedemark lädt am Sonntag, 27. September, zur Finissage der Ausstellung mit Arbeiten des Braunschweiger Fotografen Klaus G. Kohn ein. Ab 15.15 Uhr spricht der Künstler eine Stunde lang über sein fotografisches Werk. Die Ausstellung ist an diesem Tag von 15 bis 17 Uhr geöffnet, der Eintritt ist frei.

Klaus G. Kohn setzt sich in seinen fotografischen Serien mit Menschen, ihren individuellen Geschichten und ihrer Umge-

bung auseinander. Für die Serie „ZWISCHEN_ZEIT“ kehrte der Fotograf in die Wedemark zurück, wo er einen Teil seiner Kindheit und Jugend verbrachte. Dabei entstanden ortsbezogene Schwarzweißfotografien, die Landschaft zwischen Erinnerung, vermeintlicher Idylle und Einsamkeit zeigen. Die Ausstellung vereint verschiedene Serien aus seinem Werk, darunter Menschen-, Pflanzen- und Selbstporträts. Das Künstlergespräch findet im Rahmen der Finissage statt.

Erntefest in Scherenbostel

SCHERENBOSTEL. Das Erntefest des Schützenvereins Scherenbostel findet am Sonnabend, 10. Oktober, ab 15.30 Uhr im Schützenhaus statt. Im Mittelpunkt stehen zahlreiche Spiele und Aktivitäten für Kinder. Daran beteiligen sich neben dem Schützenverein auch die SSG Scherenbostel, der Seifenkistenrennver-

ein SRS, der Tennisclub Scherenbostel sowie die Realverbände Scherenbostel, Wiechendorf und Schlage-Ickhorst. Eine Kaffeestube sorgt am Nachmittag für das leibliche Wohl. Um 18 Uhr hält Pastor Thorsten Buck unter der Erntekrone die Erntedacht. Anschließend klingt das Fest an der Feuerschale bei einem klei-

nen Imbiss aus. Das Erntefest mit seinem Schwerpunkt auf Spielen und Aktivitäten für Kinder wird seit mehr als 30 Jahren jährlich im Schützenhaus gefeiert. Weitere Informationen gibt es auf der Internetseite des Schützenvereins, www.sv-scherenbostel.de. Der Vorstand freut sich auf eine rege Teilnahme.

Pflegeberatung in Mellendorf

MELLENDORF. Der Senioren- und Pflegestützpunkt Nord bietet am Donnerstag, 1. Oktober, von 10 bis 12 Uhr eine kostenlose Pflegeberatung im Mehrgenerationenhaus, Gilborn 6, Raum 1.04, an. Beraten wird zu Fragen rund um die Pflege, unter anderem zu örtlichen

Unterstützungsangeboten, Leistungen der Pflegeversicherung und möglichen Sozialleistungen. Auch bei der Antragstellung, etwa auf einen Pflegegrad, wird Unterstützung angeboten. Das Angebot richtet sich an pflegebedürftige Menschen,

pflegende Angehörige und weitere Interessierte. Eine vorherige telefonische Terminvereinbarung unter 0511 616 201 20 ist erforderlich. Außerhalb der Sprechstunde ist ebenfalls eine telefonische Beratung möglich. Bei Bedarf werden auch Hausbesuche angeboten.

Gesundheit

ANZEIGE

„Das ist ja wohl ein Ding, dass ich jetzt von Obst zunehme! Stichwort Stoffwechselfalle...“



Annette Frier setzt auf einen Stoffwechsel-Shake für Frauen ab 40, der den verlangsamten Stoffwechsel aktiviert.

Viele Frauen ab 40 erleben täglichen Frust: Die Lieblingsjeans geht nicht mehr zu. Der Bauch fühlt sich aufgedunsen an. Die Waage steigt weiter – obwohl sie genauso oder weniger essen wie früher. Doch die Forschung weiß heute: Das Problem ist nicht ihr Wille – es ist ihr Stoffwechsel, der sich ab 40 grundlegend verändert. Viele Frauen geraten unbemerkt in eine biologische Stoffwechselfalle, die lange unterschätzt wurde: die sogenannte Glykation – die „Verzuckerung“ im Körper.

Schon kleine Blutzuckerspitzen durch die „harmlose“ Banane zwischendurch, den Latte macchiato oder den Snack sorgen dafür, dass der Blutzucker hochschnellt und der Körper in den Speichermodus schaltet: Energie wird eingelagert statt verbrannt, besonders am Bauch. Klassische Diäten funktionieren deshalb ab 40 oft nicht mehr. Noch mehr Verzicht bremst den Stoffwechsel. Der Körper schaltet in den Sparmodus, hält jede Kalorie fest. Gleichzeitig sinkt ab 40 der Östrogenspiegel, die Muskelmasse nimmt ab – we-

niger Muskeln verbrennen weniger Energie.

Der pureSGP Stoffwechsel-Shake¹ wurde speziell für den veränderten Stoffwechsel ab 40 entwickelt. Ein evidenzbasiertes Abnehmprodukt aus der Apotheke, das genau dort ansetzt, wo herkömmliche Diäten scheitern²:

- › Die zuckerfreie Formulierung aktiviert den Stoffwechsel und vermeidet Blutzuckerspitzen
- › Hochwertige, reine Proteine unterstützen die Muskelmasse
- › Wertvolle Ballaststoffe sorgen für ein angenehmes Sättigungsgefühl
- › Essenzielle Mikronährstoffe beugen Mangelerscheinungen vor

Das Geniale: Dieser Shake ist ein purer Genuss. Einfach an fünf Tagen pro Woche zwei Mahlzeiten durch den cremigen Shake ersetzen – flexibel, wann Sie wollen.

NEU
in der Apotheke

Für Ihre Apotheke:
pureSGP Stoffwechsel-Shake
(Vanille: PZN 20584687)

Schmerz lass nach

Seit 1932 schaltet Spalt den Schmerz ab – heute doppelt so schnell¹ mit flüssigem Ibuprofen



Spalt hat den Turbo gegen Schmerzen gezündet: Als erster Anbieter in Deutschland brachte die Marke Ibuprofen komplett gelöst in die Kapsel. Heute steckt diese Innovation in Spalt Forte – 400 mg Ibuprofen, doppelt so schnell¹ aufgenommen wie aus einer Tablette.

Es beginnt meist harmlos. Ein leichter Druck hinter der Stirn, ein Ziehen im Kiefer. Doch der Schmerz wird immer stärker, bis er jeden Gedanken überlagert. Dann zählt nur noch eines: Wie werde ich ihn schnell wieder los?

Eine klare Antwort auf den Schmerz – seit 1932

Wer sich das vor gut neunzig Jahren fragte, tastete nach einer Tablette mit einer tiefen Kerbe. Sie gab der Marke Spalt 1932 ihren Namen. Bis heute arbeitet Spalt daran, den Wirkstoff schneller dorthin zu bringen, wo er gebraucht wird.

Von der Tablette zur innovativen Flüssigkapsel
Tabletten müssen sich im Körper erst auflösen, bevor der Wirkstoff zur Verfügung steht. Zeit, die im Schmerz besonders

lang erscheint. Genau hier setzt Spalt an: Als erster Anbieter in Deutschland brachte die Marke ein Schmerzmittel auf den Markt, in dem Ibuprofen bereits vollständig gelöst in einer Kapsel vorliegt.

Heute steht diese Kapsel in jeder Apotheke – als Spalt Forte (rezeptfrei). Sie enthält 400 mg Ibuprofen in vollständig gelöster Form. Der Clou: Da der Wirkstoff bereits frei verfügbar vorliegt, wird die maximale Konzentration im Blutplasma doppelt so schnell¹ erreicht wie bei Ibuprofen-Tabletten. Für Sie heißt das: weniger Wartezeit. Dazu sind die Kapseln angenehm leicht zu schlucken.

Spalt schaltet den Schmerz ab - schnell!

Für Ihre Apotheke:
Spalt Forte
(PZN 00793839)

¹Zink trägt zu einem normalen Fettsäurestoffwechsel, zu einem normalen Kohlenhydrat-Stoffwechsel und zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei. • ²Das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch einen solchen Mahlzeitenersatz trägt zur Gewichtsabnahme bei.

¹PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022. • ²Bild KI-generiert
SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht länger Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing