

Yoga-Kurs und Wellnessstag

LINDWEDEL. Schon lange im Fitnessstudio und trotzdem ver-spannt? Yoga und ganzheitliches Training können helfen, denn 90 Prozent der Rückenschmerzen sind Folgen einer funktionellen Fehlsteuerung der Muskulatur. Am Dienstag, 3. Februar, startet auf dem Sporthof Schöne Aussicht in Lindwedel um 17 Uhr und um 19.30 Uhr ein zehnstündiger, von den Krankenkassen unterstützter Kurs „Hatha Yoga und Rückengesundheit“. Der Sporthof setzt auf ganzheitliche Zusammenhänge, unkonventionelle Bewegungsabläufe, Stabilisation und Entspannung sowie

neuroathletisches Training.

Gesunde Bewegungskonzepte stehen auch beim Wellnessstag am Sonntag, 8. Februar, zwischen 13 Uhr und 19 Uhr im Mittelpunkt. Vier abwechslungsreiche Stundenformate aus der sanften Gruppenfitness führen die Teilnehmer von deepWORK und BODYART Moves über Faszientraining bis zur Yogasession im Tuch. Sauna, Naturtauchbecken, Massagen, Ruheräume und gesunde Kost runden das Programm ab. Anmeldungen unter 01607750657 oder schoene.aussicht.lindwedel@t-online.de.

S4 fährt wieder an

WEDEMARK. Nach dem vollständigen Ausfall der S-Bahn-Linie S4 nimmt der Verkehr nun schrittweise wieder Fahrt auf. Wie bekannt wurde, hat das Bahnunternehmen Transdev kurzfristig externe Dienstleistungen eingekauft. Ab Donnerstag soll die Linie zunächst im Stundentakt verkehren, ab dem 19. Januar ist ein halbstündlicher Takt vorgesehen.

Bürgermeister Helge Zychlinski wertet die Wiederaufnahme des Betriebs als Ergebnis des öffentlichen und politischen Drucks aus der Region. Der Totalausfall der Linie habe einen massiven Einschnitt in die Mobilität vieler Fahrgäste bedeutet. Zwar sei die Rückkehr der S4 ein wichtiges Signal, der entstandene Schaden bleibe jedoch bestehen.

Zychlinski betont, dass es sich bei der aktuellen Lösung lediglich um eine Übergangsmaßnahme handele. Öffentlicher Nahverkehr müsse verlässlich funktionieren und dürfe nicht erst nach massiver Kritik wiederhergestellt werden. Der Fall S4 werfe grundsätzliche Fragen zur Organisation des S-Bahn-Betriebs auf, insbesondere mit Blick auf die Verkehrswende und die Daseinsvorsorge im ländlichen Raum.

Grünkohlessen mit dem DRK

ELZE/BENNEMÜHLEN. Das alljährliche Grünkohlessen des DRK Elze-Bennemühlen e.V. steht am Sonnabend, 14. Februar, auf dem Programm. Hierzu lädt das DRK ins Gasthaus Goltermann nach Elze ein. Beginn ist um 12 Uhr. Anmeldungen nehmen die 2. Vorsitzende Gerda Brügge-mann (Tel. 05130-5068) oder Gerda Sandau (Tel. 05130-4919) bis zum 7. Februar entgegen.

Versammlung der Feuerwehr

BISSENDORF. Die diesjährige Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Bissendorf/Scherenbostel findet am Samstag, 17. Januar, um 19 Uhr im Feuerwehrhaus Bissendorf, am Pinkvoßhof 31, statt. Neben dem Bericht des Ortsbrandmeisters und Kurzberichte der Gruppenführer stehen auch Übernahmen, Beförderungen und Ehrungen auf der Tagesordnung.

AUF EIN WORT

Good News

„Und, bist du fündig geworden?“ Bei den Worten schaue ich von meinem Handy auf. Mr. G kommt in die Küche geschlendert und macht ein Licht an. Ich sitze im Schneidersitz auf der Eckbank und habe gar nicht gemerkt, wie dunkel es bereits geworden ist. „Ach ja“, fällt mir ein. Mr. G grinst mich an. „Lass mich raten. Du hast aus Versehen die letzten (er schaut auf seine Uhr) 90 Minuten nur damit verbracht, auf dein Handy zu schauen? Missmutig nicke ich. „Ich habe dich gar nicht lachen gehört. Nichts Lustiges dabei heute?“, fragt er, stellt je eine Tasse Tee vor uns ab und setzt sich dazu. „Nee“, nörgle ich frustriert. „Das Internet ist voll mit Videos über Krieg. Dazu kommen die Beiträge von Menschen, die erzählen, warum sie irgendwen hassen. Und natürlich die Klassiker: Die Videos von Menschen, die meinen, ihr menschenverachtendes Verhalten religiös begründen zu können. Schlimm.“

„Warum schaust du dir all das an?“ Daraufhin zucke ich nur mit den Schultern. „Warum er-

Treffen des Literaturkreises

BISSENDORF. Der Literaturkreis des imago Kunstvereins lädt interessierte Leserinnen und Leser herzlich zum nächsten Treffen ein.

Am Dienstag, den 27. Januar, um 19 Uhr steht der Roman „Menschen im Hotel“ der Autorin Vicki Baum im Mittelpunkt der Diskussion.

Die Gesprächsleitung übernimmt Alexander Raabe. Ein Einstieg ist jederzeit möglich – auch für alle, die einfach nur zuhören oder spontan vorbeischaun möchten.

Die Teilnahmegebühr beträgt für Mitglieder des Kunstvereins 5 Euro, für Gäste 10 Euro. Das Treffen findet im Bürgerhaus. Am Markt 1, in Bissendorf statt. Anmeldung und Fragen gerne an literaturkreis@imago-kunstverein.de.

Infoabend zum Heizungstausch

BISSENDORF. Die Gemeinde Wedemark lädt am Dienstag, 21. Januar, zu einem Informationsabend rund um den Heizungstausch ein. Beginn ist um 18 Uhr im Saal des Bürgerhauses Bissendorf, Am Markt 1.

Unter dem Titel „Heizungstausch und GEG – Pflichten und Förderungen einfach erklärt“ richtet sich die Veranstaltung an Hauseigentümerinnen und Hauseigentümer sowie an alle Interessierten, die sich über die aktuellen Vorgaben des Gebäudeenergiegesetzes (GEG) und bestehende Fördermöglichkeiten informieren möchten.

Eva Ibrügger vom Sanierungsmanagement Bissendorf erläutert die gesetzlichen Anforderungen verständlich und gibt praxisnahe Einblicke in die Umsetzung.

Zudem werden staatliche Förderprogramme und Finanzierungsmöglichkeiten vorgestellt, die den Austausch alter Heizungsanlagen finanziell unterstützen. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung ist möglich, aber auch eine kurzfristige Teilnahme ohne Anmeldung ist erlaubt. Hintergrund der Veranstaltung ist das energetische Quartierskonzept „Grüner Faden Bissendorf. effizient – erneuerbar – klimaneutral“, dessen Umsetzung derzeit begleitet wird.

SPD lädt zur Winterwanderung

BISSENDORF. Die SPD-Wedemark lädt alle interessierten Bürgerinnen und Bürger zu einem informativen Spaziergang ins Bissendorfer Moor ein. Von Wiechendorf führt die Route zum Nordturm im Moor und wieder zurück.

Die Wanderung bietet nicht nur die Möglichkeit, die einzigartige Landschaft des Bissendorfer Moores in der Winterzeit zu erleben, sondern vermittelt auch Wissenswerte über aktiven Klimaschutz und die ökologische Bedeutung der Moore als wichtige CO2-Speicher. Dabei wird erläutert, warum die Wiedervernässung von Mooren sinnvoll und für den Klimaschutz von großer Bedeutung ist.

Treffpunkt für alle Interessierten ist am Samstag, 31. Januar, um 14 Uhr an der Bushaltestelle Schnippheide in Wiechendorf. Die Wanderung dauert etwa zweieinhalb Stunden. Eine Anmeldung ist erforderlich und kann per E-Mail an veranstaltung@spd-wedemark.de erfolgen.

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird empfohlen, festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung zu tragen. Zum Abschluss der Wanderung möchte die SPD alle Teilnehmenden mit einem kleinen Hand- und Magenwärmer belohnen.

DRK lädt zur Kaffeestube

ELZE-BENNEMÜHLEN. Am Samstag, 31. Januar, öffnet das Deutsche Rote Kreuz (DRK) in Elze erneut seine Türen zur alljährlichen Winter-Kaffeestube. Ab 14.30 Uhr sind Gäste herzlich eingeladen, in den Räumlichkeiten des DRK in der Poststraße einen gemütlichen Nachmittag zu verbringen.

Für reichlich Kaffee und eine vielfältige Auswahl an Kuchen und Torten ist gesorgt. Auch in diesem Jahr dürfen sich die Besucherinnen und Besucher auf liebevoll zubereitete Backwaren freuen, die in entspannter Atmosphäre genossen werden können. Im Mittelpunkt stehen dabei das gesellige Beisammensein und nette Gespräche.

Das DRK Elze freut sich bereits jetzt auf zahlreiche Gäste und einen gelungenen gemeinsamen Nachmittag.

dem Heiligabendgottesdienst befestigt. Am Rand habe ich mir einen Satz des Krippenspiels notiert: „Ich will keine Botschaft mehr ausrufen, die den Menschen Angst macht!“ Das sagte der Azubi des kaiserlichen Boten. Ein Lächeln kehrt auf mein Gesicht zurück. Die Kinder haben die Geschichte so toll dargestellt. Und ich weiß noch, wie ermutigt und selig ich die Kirche verlassen habe. Mit dem Friedenslicht in der einen Hand und dem Liederzettel in der anderen Hand. Ja, schlechte Nachrichten gibt es genügend. Und gerade bei politischen Konflikten ist es wichtig, nicht wegzuschauen. Aber trotzdem kann ich selbst entscheiden, mit welcher Botschaft ich in die Welt gehe. Und ich erzähle lieber Geschichten über Freundschaften, über helfende Hände, über zweite Chancen, über Versöhnung und andere Hoffnungsbotschaften der Welt. Denn auch davon ist die Welt voll. Und das ist eine gute Botschaft!

Annika Kruse, Diakonin in der Emmaus-Kirchengemeinde

NOTDIENSTE

NOTRUF

Polizei: Tel. 110
Feuerwehr/Rettungsdienst: Tel. 112
Krankentransporte Region Hannover: Tel. (0511) 1 92 22
Polizeikommissariat Mellendorf: Tel. (05130) 97 70
Ärzte-Notdienst: bundesweite Rufnummer 116 117
Giftinformationszentrum-Nord: Tel. (0551) 1 92 40
Zahnärztl. Notdienst: Tel. (0511) 31 10 31
Tierärztl. Notdienst: 17.01./18.01.: Tiergesundheitszentrum Isernhagen, Burgwedeler Straße 71a, Isernhagen, Tel.: (0511) 72 59 520 40

APOTHEKEN

► **Hinweis: Die Apothekerkammer Niedersachsen informiert, dass ab dem 1. Januar 2025 keinen gedruckten Notdienstpläne mehr für Apotheken zur Verfügung gestellt werden. Online ist jeweils tagesaktuell abzurufen, welche Apotheke dienstbereit ist: www.apothekerkammer-nds.de oder www.aponet.de.**

RAT UND HILFE

Kinderärztliche Notfallambulanz auf der Bult: Tel. (0511) 81 15-33 00
Gemeindeverwaltung Wedemark: Tel. (05130) 5 81-0
Bauhof nach Dienstschluss: Mo. bis Fr. bis 22 Uhr, Sa., So., Feiertag 7-22 Uhr, Tel. (0172) 4 39 79 21
Störung bei Abwasserbeseitigung: Tel. (01520) 9 38 68 70
Störungs-Nr. Avacon AG: Strom: Tel. (0800) 0 28 22 66 Gas: Tel. (0800) 4 28 22 66
Wasserverband Garbsen-Neustadt: Tel. (05137) 8 79 90
Wasserverband Nordhannover: Tel. (05139) 80 78-0
Kinder- und Jugendtelefon: (Freecall) Tel. (0800) 1 11 03 33
Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Wedemark: Tel. (05130) 37 74 07
Weisser Ring: Hilfe für Kriminalitätsoffer Tel. (05101) 5 82 42

GOTTESDIENSTE

► **Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Georg, Mellendorf, So., 18.01.,** kein Gottesdienst in Mellendorf
 ► **Kath. Kirchengem. Wedemark St. Maria Immaculata, So., 18.01.,** 11 Uhr, Heilige Messe und Kinderkirche
 ► **Ev.-luth. St.-Michaelis-Gemeinde Bissendorf, So., 18.01.,** 18 Uhr: GospelSegen & Empfang, Sup. Jonas und P. Buck
 ► **Christliche Gemeinde Bissendorf, Langer Acker 6, So., 18.01.,** 10 Uhr: Gottesdienst

Ophelia Beratungszentrum für Frauen und Mädchen mit Gewalterfahrung e.V.: Kastanienallee 10, 30851 Langenhagen, Tel. (0511) 7 24 05 05, Öffnungszeiten: Mo. bis Do. von 9-16 Uhr, Fr. 9-12 Uhr.
Beratungsstelle gegen sexuelle Missbrauch von Kindern und Jugendlichen: Region Hannover Tel. (0511) 61 62-21 60
Elternschule: Beratung, Austausch und Schulung für Eltern, Kostenfreie Sprechstunde Mo. 10-12 Uhr, Tel. (05130) 5 86 44 41

Lebensberatungsstelle Burgwedel, Isernhagen und Wedemark: Tel. (05139) 89 28 28

Lebensberatungsstelle Langenhagen: Tel. (0511) 72 38 04

Hospizverein Langenhagen e.V.: Langenhagen, Walsroder Straße 65, Tel. (0511) 9 40 21 22, info@hospiz-langenhagen.de

Ambulanter Hospizdienst Burgwedel – Isernhagen – Wedemark: Burgwedel, Auf dem Amtshof 3, Tel. (05139) 9 70 34 31

Senioren- und Pflegestützpunkt Nord: Ostpassage 11, 30853 Langenhagen, SPN.Nord@region-hannover.de, Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8.15-12 Uhr, Mo. 13-16 Uhr, Do. 15-18 Uhr, Tel. (0511) 70 02 01 20

Suchtberatung: Freie Selbsthilfegruppe Bissendorf bei Alkohol- und Suchtkrankheiten, Mo. 19-21 Uhr, Nebenräume MZW Halle, Tel. (05130) 95 40 25

Anonyme Alkoholiker: Kontakttelefon (05130) 92 55 69

Psychosozialer/Psychiatrischer Krisendienst in der Region und der Landeshauptstadt: Podbielskistraße 168, Fr. 15-20 Uhr, Wochenende/Feiertage 12-20 Uhr, Tel. (0511) 30 03 34 70

Sozialpsychiatrische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und deren Familien der Region Hannover: Mo. bis Do. 9-15 Uhr, Fr. 9-12.30 Uhr, E-Mail: beratungsstelle.kjp@region-hannover.de, Tel. (0511) 61 62 65 35

Ärztlicher Notdienst für Soldaten: Sanitätszentrum Hannover, Tel. (0511) 67 83-35 12

Jobcenter f. d. Wedemark Großburgwedel, Rathausplatz 3, Tel. (05139) 99 42-0

► **Ev.-luth. St. Martini-Gemeinde Brelingen, So., 18.01.,** 10 Uhr: kein Gottesdienst in Brelingen, 10 Uhr: Gottesdienst in Elze
 ► **Ev.-luth. Auferstehungs-Kirchengemeinde Elze-Bennemühlen, So., 18.01.,** 10 Uhr: Gottesdienst, P. Schwarz
 ► **Ev.-luth. Kirchengemeinde Helstorf-Abbensen, So., 18.01.,** 11 Uhr: Gottesdienst in Helstorf

Seniorenbeirat lädt zu verschiedenen Themen ein

WEDEMARK. Der Seniorenbeirat der Gemeinde Wedemark lädt am Mittwoch, 28. Januar, um 10.30 Uhr, zu seiner nächsten öffentlichen Sitzung in das Bürgerhaus in Bissendorf ein. Eingeladen dazu sind alle Interessierten und Interessenten, es ist keine Bedingung den „Senioren-Status“ bereits erreicht zu haben.

Als Gast wird an der Sitzung Cornelia Gudehus vom Pflegestützpunkt Langenhagen teilnehmen. Dabei wird es Informationen rund um die Hilfsangebote und Leistungen der Pflege aus erster Hand geben. Fragen können nicht nur von den Mitgliedern des Seniorenbeirates gestellt werden, sondern ebenso vom Publikum.

Weiter stehen bereits folgende öffentliche Termine des Seniorenbeirates im Kalender: Am Mittwoch, 25. Februar, um 10.30 Uhr, findet eine Info-Veranstaltung über die unterschiedlichen Bestattungsformen auf dem kirchlichen Friedhof in Brelingen statt, Treffpunkt dafür ist die Friedhofskapelle.

Für den Monat März ist aus aktuellem Anlass nach dem großflächigen Stromausfall in Berlin eine Infoveranstaltung mit den entsprechenden Fachleuten zum Thema Zivilschutz beziehungsweise Bevölkerungsschutz geplant und zukünftig soll ein fester Treff zum losen Gedankenaustausch für Senioren von Senioren und allen anderen Bürgern der Wedemark installiert werden. Genauere Infos zu Ort und Termin werden rechtzeitig bekannt gegeben.

IMPRESSUM

EXTRA Verlagsgesellschaft mbH



Erscheinungsweise:

wöchentlich sonnabends

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

Patrick Bludau

Redaktion:

Redaktionsleitung: Carsten Bergmann
 Redaktion Langenhagen,
 Wedemark und Schwarmstedt:
 Oliver Krebs (ok)

E-Mail

redaktion@langenhagener-echo.de
 redaktion@wedemark-echo.de

Weder wird für Satzfehler im Anzeigen- oder Textteil Haftung übernehmen noch für eingesandte Artikel oder Fotos. Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor.

Zustellung:

WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH,
 August-Madsack-Straße 1, 30559 Hannover

Unter www.extra-verlag.de können Sie uns ganz einfach mit zwei Klicks melden, wenn Sie die Zeitung nicht bekommen haben.

z.Zt. gültige Preisliste unter mediadaten.online

Redaktions- und Anzeigenschluss:

jeweils Mittwoch 16 Uhr

Verlagsanschrift:

30853 Langenhagen, Marktplatz 5 im CCL
 E-Mail: service@wedemark-echo.de
service@langenhagener-echo.de

Druck:

Schweiger & Pick Verlag, Celle

Wir weisen darauf hin, dass die von uns gestalteten und gesetzten Anzeigen und Texte nur mit Genehmigung für andere Druckzeugnisse (auch auszugsweise) nachdruckt oder reproduziert werden dürfen.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeerbsaufkleber mit dem Zusatzhinweis
 ► bitte keine kostenlosen Zeitungen ◀ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de