



Ein schöner Ausflug begeisterte die LandFrauen.

Foto: privat

## LandFrauen auf Sommerfahrt: Besuch in der „Perle des Mains“

**WEDEMARK (R/J).** Die diesjährige Sommerfahrt führte die LandFrauen in den Spessart. Viele wunderschöne Orte mit Häusern im Fachwerkstil wurden besucht. Das Städtchen Miltenberg wird zu Recht als „Perle des Main“ bezeichnet. Kulinarisch wurden die Teilnehmerinnen bei

einer Weinprobe mit Winzerplatte und einem Spanferkelessen verwöhnt.

Auf der Rückfahrt gab es noch eine längere Pause mit Stadtführung in Fulda. Mit vielen neuen Eindrücken erreichten die LandFrauen schließlich wohlbehalten wieder die Wedemark.

# Kunstblut, starke Nerven, Teamarbeit

Schulsanitätsdienst feiert erfolgreiche Premiere auf der INTERSCHUTZ

**MELLENDORF/HANNOVER.**

Was macht man, wenn jemand die Treppe heruntergestürzt ist, plötzlich wiederbelebt werden muss oder eine verletzte Person dringend Hilfe benötigt? Die Mitglieder des Schulsanitätsdienstes des Gymnasiums Mellendorf wissen inzwischen ziemlich genau, was zu tun ist. Bei den Regionswettbewerb des Schulsanitätsdienstes, die in diesem Jahr erstmals auf der INTERSCHUTZ in Hannover – der Weltleitmesse für Feuerwehr, Rettungswesen und Bevölkerungsschutz – stattfanden, konnten die Mellendorfer Nachwuchsetter ihr Können unter Beweis stellen. Bereits um 6:30 Uhr startete die Gruppe am Bahnhof Mellendorf in Richtung Messegelände. Dort warteten 20 Stationen und insgesamt 310 Schüler aus 23 Schulen auf die Teilnehmer. Mit zwei Teams ging auch das Gymnasium Mellendorf an den Start – und das bei seiner ersten Teilnahme überhaupt.

An rund der Hälfte der Stationen wurde es erstaunlich realistisch: Kunstblut, professionelle Schminke und schauspielerisch



Wedemarker Jugendliche zeigten ihre Fähigkeiten

Foto: Gymnasium Mellendorf

überzeugende „Verletzte“ sorgten dafür, dass die Szenarien manchmal verblüffend echt wirkten. Neben Herz-Lungen-Wiederbelebungen, Verbrühungen und Stürzen mussten die Teams aber auch ihre Teamfähigkeit, Kommunikation und ihr Einfühlungsvermögen unter Beweis stellen. „Manche Situationen sahen so echt aus, dass man kurz

vergessen konnte, dass es ein Wettbewerb ist“, berichtet Lehrkraft Dirk Kiebling, der den Schulsanitätsdienst am Mellendorfer Gymnasium betreut. „Unsere Schüler haben die Herausforderungen aber sehr souverän gemeistert.“ Am Ende belegten die beiden Mellendorfer Teams die Plätze 21 und 22 von insgesamt 44 Mannschaften. „Für unsere

erste Teilnahme ist das ein tolles Ergebnis“, freut sich Kiebling. „Viele andere Teams waren älter und hatten deutlich mehr Wettbewerbserfahrung. Einige unserer Teilnehmer besuchen erst die 7. Klasse.“

Für das Gymnasium Mellendorf gingen Zoe Börsing (8B), Niklas Fiedler (9D), Liah Golgath (7C), Paula Grall (7A), Livia Kühn (8B), Antonia Lutz (8B), David Meissner (9D) und Lena Schoeb (Jahrgang 13) an den Start. Besonders beeindruckt zeigte sich Kiebling vom Auftreten seiner Schützlinge: „Natürlich freut man sich über gute Platzierungen. Noch schöner war aber zu sehen, wie konzentriert, verantwortungsbewusst und als Team unsere Schüler gearbeitet haben. Genau darum geht es im Schulsanitätsdienst.“ Und eines steht nach diesem Tag fest: Wer schon morgens um halb sieben freiwillig aufsteht, um sich anschließend mit Kunstblut, Notfällen und Wiederbelebungen zu beschäftigen, bringt definitiv die richtigen Voraussetzungen für den Schulsanitätsdienst mit.

## Hochzeitsnacht der Leuchtkäfer

**RESSE.** Der NABU Wedemark lädt zu einem Vortrag über Glühwürmchen ein. Am Mittwoch, 17. Juni, gibt Diplom-Biologe Wolfgang Merten ab 19 Uhr im MOORIZ in Resse, Altes Dorf 1b, einen Einblick in die Biologie, Lebensweise und Verbreitung der heimischen Leuchtkäferarten. Der Vortrag wird durch zahlreiche Bilder ergänzt. Für NABU-Mitglieder ist die Teilnahme kostenlos, Gäste werden um eine Spende gebeten.

An die Veranstaltung schließt sich eine Exkursion an: Am Donnerstag, 25. Juni, geht es von 21.30 bis 23.30 Uhr auf die Suche nach den faszinierenden Insekten. Unter dem Motto „Exkursion zu den Glühwürmchen“ führt eine Waldwanderung in die Zeit der nur wenige Stunden dauernden Hochzeitsnacht der Leuchtkäfer. Informationen und Anmelde-möglichkeiten gibt es beim Vortrag am 17. Juni.

## MTV: Aktionstag für Demokratie

**MELLENDORF.** Unter dem Motto „Gemeinsam. Respektvoll. Vielfältig.“ setzt der Mellendorfer TV seine Aktionstage zur Demokratieförderung fort. Die Veranstaltungsreihe wird von der Sportjugend Niedersachsen unterstützt und verbindet Bewegung mit Themen wie Fairness, Mitbe-

stimmung, Respekt und Vielfalt. Nach der erfolgreichen Premiere im März mit rund 30 Kindern und Jugendlichen steht nun der nächste Aktionstag bevor. Dieser findet am Samstag, 20. Juni, von 10 bis 14 Uhr in der Sporthalle des MTV im Silke-Hanebuth-Sportpark statt. Organisiert wird die

Veranstaltung von Trainerinnen und Trainern der Handball- und Basketballabteilung in Zusammenarbeit mit der Margot-Friedländer-Gesamtschule Mellendorf. Im Mittelpunkt steht das demokratische Miteinander: Die Teilnehmenden entscheiden gemeinsam, welche Spiele gespielt

werden, legen Regeln fest und wählen ihre Mannschaftsführerinnen und Mannschaftsführer selbst. Auf diese Weise sollen demokratische Werte spielerisch erlebbar gemacht werden. Eingeladen sind alle Kinder ab sieben Jahren. Eine Mitgliedschaft im Mellendorfer TV ist nicht erforderlich.

ANZEIGE

## Expertenrat: Thema Cholesterinsenker Müdigkeit & Muskelprobleme



**Mag. Dr. Johannes-Paul Fladerer-Grollitsch, MSc**  
Experte

erscheinungen kommt – und was Sie dagegen tun können.

Fast acht Millionen Deutsche nehmen aufgrund eines zu hohen Cholesterinspiegels Statine (cholesterinsenkende Medikamente) ein. Diese reduzieren das Risiko zahlreicher Herzkreislauf-Erkrankungen und sind daher essenziell in der Therapie. Wie bei

den meisten Arzneimitteln kann es auch bei einer Statin-Therapie zu unerwünschten Begleiterscheinungen kommen. Ein Leser fragt nach ...

**Heinrich Zeller:** *Ich nehme seit einiger Zeit ein cholesterinsenkendes Medikament. Mein Arzt ist zufrieden mit den Werten – aber ich fühle mich oft*

*müde und antriebslos. Außerdem bemerke ich beim Spazierengehen oder bei der Gartenarbeit ein unangenehmes Ziehen in den Muskeln. Könnte das mit dem Medikament zusammenhängen?“*

**Dr. Fladerer-Grollitsch:**

Das kann tatsächlich sein. Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Im Gegensatz zum überschüssigen Cholesterin ist dieser Stoff lebenswichtig für unseren Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – so auch von Herz und Muskulatur. Ist zu wenig davon vorhanden, kann es zu den genannten Begleiterscheinungen kommen. Kardiologen empfehlen daher, neben den Cholesterinsenkern zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen. Um dem Körper genügend des essenziellen Nährstoffes zuzuführen, ist das österreichische Qualitätsprodukt Dr. Böhm® Coenzym Q10 nun auch in deutschen Apotheken erhältlich. Nur eine Kapsel liefert die empfohlene Tagesdosis von 100 mg.

**Wichtig zu wissen:**

Bei den Kapseln von Dr. Böhm® wurde der Wirkstoff in hochwertigem Olivenöl gelöst. Das ist entscheidend, denn Coenzym Q10 ist fettlöslich und kann nur so optimal über den Darm aufgenommen werden.

**APOTHEKEN-EMPFEHLUNG**

**NEU**



Nahrungsergänzungsmittel

- ✓ Nur 1x täglich  
– 100 mg Ubichinon
- ✓ Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- ✓ Sehr gute Bioverfügbarkeit  
– in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 für Sie unter:  
**PZN: 20398051 (30 Stk.)**