

Schwedischer Weihnachtsabend

SCHLOSS RICKLINGEN. Das Trauercafé „Lieblingsplatz“ in Schloß Ricklingen veranstaltet am Samstag, 2. Dezember, einen schwedischen Weihnachtsabend. An einem typischen Julbord können alle Interessierten verschiedene schwedische Spezialitäten und den selbstgemachten Glögg genießen. Ab 18 Uhr ist der Wildgarten mit der Feuerstelle im Lönsweg 17 für rund 40 Personen geöffnet. Anmeldungen nimmt Bernd Walter unter Telefon (05031) 7069115 oder info@berndwalter-beratung.de entgegen.

FAMILIENANZEIGEN
in der **UMSCHAU**
Tel.: 0800 - 154 42 33
*kostenlose Servicenummer
E-Mail: familienanzeigen@madsack.de

Gedenkstunde zum Volkstrauertag mahnt zu Frieden

GARBSEN (stp). Anlässlich des Volkstrauertages haben auch in Garbsen Menschen in vielen Stadtteilen der Opfer von Krieg und Vertreibung gedacht. „Die Erinnerung an das Gewesene und der Schrecken des Gegenwärtigen ermahnen uns, in unserem Streben nach Frieden nicht nachzulassen“, sagte Bürgermeister Claudio Provenzano.

Auch der weitere Redner, Edgar Dogge, widmete sich dem Thema Frieden. „Spüren wir die Tränen in uns aufsteigen?“, fragte er angesichts der zahlreichen aktuellen Konflikte und mahnte dazu, in der Friedensdebatte alle Stimmen zuzulassen. Das Totengedenken sprach die stellvertretende

Ortsbürgermeisterin Ursula Zander-Porbeck. Auch in den weiteren Garbsener Stadtteilen wurde der Opfer von Krieg und Gewalt gedacht. Unter anderem legten Bürgermeister Provenzano und die Ortsbürgermeisterinnen und Ortsbürgermeister mit Vertretern der Feuerwehren und Vereine Kränze an den Ehrenmalen nieder.

Gedenken der Opfer von Krieg und Vertreibung: Landtagsabgeordneter Rüdiger Kauroff (von links), stellvertretende Ortsbürgermeisterin Ursula Zander-Porbeck, Bürgermeister Claudio Provenzano und Redner Edgar Dogge. Foto: Stadt Garbsen



Einbruch in Einfamilienhaus

FRIELINGEN. Unbekannte Täter brachen im Zeitraum vom 10. bis zum 14. November in ein Einfamilienhaus ein. Sie schlugen zwei Bewegungsmelder ab und hebelten die im rückwärtigen Bereich liegende Terrassentür auf. Das Haus wurde durchwühlt und vermutlich durch den Einstieg wieder verlassen. Die Schadenshöhe steht zurzeit noch nicht fest.

Am Nachmittag des 13. Novembers wurde durch eine Anwohnerin eine unbekannte männliche Person gemeldet, welche mit einem Bunsenbrenner am unbewohnten Nachbarhaus hantierte. Die Anwohnerin rief sofort die Polizei. Die unbekannte Person entfernte sich jedoch in dem unbeobachteten Moment in unbekannter Richtung. An dem Haus konnte im Nachgang ein beschädigtes Fenster im rückwärtigen Bereich des Hauses festgestellt werden. Die

unbekannte Person ist nicht in das Einfamilienhaus eingedrungen. Die Schadenshöhe steht zurzeit noch nicht fest. Hinweise zu den beiden Taten nimmt die Polizeiinspektion Garbsen unter der Telefonnummer (05131) 701-4515 entgegen.

Versuchter Einbruchdiebstahl

BERENBOSTEL. Im Elisenviertel kam es am Samstagabend zu einem versuchten Einbruch in ein Einfamilienhaus. Bisher unbekannte Täter beschädigten ein Fenster, um in das Haus zu gelangen. Ein Eindringen fand allerdings nicht statt. Der Schaden beläuft sich auf zirka 500 Euro. Wer hierzu sachdienliche Hinweise geben kann, wird gebeten, sich mit der Polizei in Garbsen unter Telefon (05131) 7014515 in Verbindung zu setzen.



Osterwald

Menschen & Märkte

SONDERVERÖFFENTLICHUNG

Freundschaftlicher Wettkampf zwischen Schützen und Feuerwehr

OSTERWALD. Am Freitag kamen im Schützenhaus Osterwald Oberende zahlreiche Mitglieder des Schützenvereins und der Freiwilligen Feuerwehr Osterwald Oberende zu einem freundschaftlichen Wettkampf zusammen. Das jährliche Vergleichsschießen ist besonders beliebt, weil hier der sportliche Wettstreit eingeht in eine gemütliche Abendveranstaltung, die dem gegenseitigen Austausch zwischen Schützenverein und Feuerwehr dient und das Miteinander stärkt.

Im sportlichen Teil des Abends gab jeder Teilnehmer jeweils drei Wertungsschüsse mit dem KK-Gewehr und mit der Armbrust ab. Viele Teilnehmer erzielten dabei die höchstmögliche Ringzahl, so dass es für die Einzelwertung zu spannenden Endausscheidungen kam, sowohl bei KK als auch bei Armbrust. Am Ende setzte sich in der Mannschaftswertung Armbrust die Feuerwehr mit 323 Ring gegenüber 322 Ring bei den Schützen durch. Und beim Kleinkaliber siegten die Schützen mit 322 Ring. In der Einzelwertung Armbrust lag Frank Reupke (SV) auf Platz eins vor Dr. Heiko Munkel (SV) und Jerome Böhm (FW). Auch mit dem Kleinkalibergewehr belegte Frank Reupke in der Einzelwertung den ersten Platz, Zweite wurde Ramona Haase und Dritte Lorena Garcia-Aschke.



Das Foto zeigt die Einzelsieger und Mannschaftskapitäne mit ihren Trophäen.

Foto: privat

Schützen freuen sich über neue Trikots



HEITLINGEN. Pünktlich zur neuen Kreisliga- und Bezirksliga-Saison dürfen sich die Jugendabteilung sowie erwachsene Sportschützen vom Schützenverein Germania Heitlingen über neue Shirts und Trainingsanzüge freuen. Sie wurden von Gohlas Dienstleistungen GmbH sowie RKS Retzbach Klima Service GmbH gespendet. Das Foto zeigt in grün die Jugendabteilung und in weiß die Sportschützen in ihren neuen Trikots gemeinsam mit Vertretern der Sponsoren.

Foto: privat

Spanferkelessen der Schützen



OSTERWALD (kö). Lecker Essen, ausreichend Getränke und gute Gespräche: Zum 14. Mal trafen sich die Herrenabteilungen der beiden Osterwalder Schützenvereine zum Spanferkelessen. Ein Termin, der zum festen Programm beider Vereine zählt. In diesem Jahr traf man sich in der Remise auf der Naturerlebniswiese, die der Heimatverein freundlicherweise zur Verfügung stellte. Geschützt vor dem Regen und gewärmt von diversen Heizstrahlern hatten sich über 30 Personen eingefunden, die vom „Hausheerrn“ Hartmut Spotte begrüßt und von Dirk Teipel, dem 1. Vorsitzenden des Oberender Schützenvereins, bewirtet wurden. Das Spanferkel war auf den Punkt gegart, fachmännisch zerteilt (siehe Foto) und wurde mit Heißbunzer verzehrt. Der Abend klang dann mit launigen Gesprächen, viel Lachen und mit dem Versprechen, diese Veranstaltung fortzusetzen, aus.

Foto: privat



Erkältungskrankheiten auf Fernreisen

Nicht selten ist man bereits bei Reisebeginn leicht erkältet. Hier können abschwellende Nasensprays und schleimlösende Mittel für Abhilfe während des Fluges sorgen. Mit einer ausgewachsenen Nebenhöhlenentzündung sollte man jedoch auf Flugreisen besser verzichten, um sich nicht selbst zu gefährden.

Viele Menschen werden gleich in den ersten Urlaubstagen krank. Ursache dafür ist oftmals das so genannte Open-Window-Phänomen. Meist nehmen kurz vor dem Urlaub Arbeitsmenge und Zeitdruck zu. Dazu kommt Stress bei der Urlaubsvorbereitung. Wenn dann zu Beginn des eigentlichen Urlaubs die Anspannung abfällt, kommt es oftmals zu Krankheiten. Bei Stress läuft das körpereigene Immunsystem auf Hochtouren, die Zahl der für die Immunabwehr zuständigen Killerzellen und Lymphozyten steigt zunächst an. Sobald die Erholung einsetzt, fällt ihre Anzahl jedoch unter das normale Niveau - Krankheitserreger haben leichtes Spiel.

Insbesondere im Urlaub möchte man nicht lang durch eine Erkältung behindert werden. Hat man sich doch auf Ausflüge, neue Eindrücke, den Strand oder die Berge gefreut. Daher ist schnelle Hilfe gefragt. Bei Schnupfen mit laufender oder verstopfter Nase, Krübeln und Niesen können beispielsweise Nasensprays mit einer Salzlösung hilfreich sein. Auch Inhalationen mit Salz oder Kamille sind empfehlenswert. Zudem sollte man die Luftfeuchtigkeit erhöhen, z.B. mit feuchten Tüchern vor dem Fenster. Nasensprays oder Tropfen, die die Schleimhäute abschwellen lassen und so die verstopften Nasengänge öffnen, sind ebenfalls hilfreich. Extrakte aus Eukalyptusblättern oder weitere Heilpflanzenkombinationen tragen zudem zur Schleimlösung bei.

Liegt vor allem Husten vor, so hilft es, viel zu trinken. Dabei sollten Wasser und Kräutertees bevorzugt werden. Zum Inhalieren bieten sich Thymian, Salbei und ätherische Öle an. Gegen Halsschmerzen helfen beispielsweise Extrakte aus Salbei, Thymian und Isländisch Moos - als Gurgellösungen, Pastillen, Saft, Tees oder Tropfen. Lutschtabletten mit örtlich wirkenden Schmerzmitteln können bei hartnäckigen Halsbeschwerden zum Einsatz kommen. Bei heftigen Kopf- oder Gliederschmerzen helfen Schmerzmittel mit Paracetamol, Acetylsalicylsäure oder Ibuprofen. Es bietet sich an, entsprechende Mittel in der Reiseapotheke mit sich zu führen. Kommt man mit Fieber oder Durchfall aus fernen Ländern zurück, sollte geklärt werden, ob es sich dabei vielleicht um eine Malaria- oder Dengue-Fieber-Erkrankung handeln könnte. Dies gilt nicht nur unmittelbar nach der Reise, sondern in einigen Fällen auch noch bis zu einem Jahr danach.

DATA C
Astrid Gehrke
Bürodienstleistungen
Hauptstr. 374 · 30826 Garbsen
Tel. 05131 - 45 68 83
Fax 05131 - 45 68 82
gehrke@astrid-gehrke.de
Kontierung · Erfassung
Existenzgründungsberatung
EDV · Textverarbeitung
Lohnabrechnung

ZAUNHAFT IDEEN!
Klingenberg
...wenn es um Zäune geht!
Verkauf - Montage - Reparatur
☎ 0 51 31 / 4 58 50
Fax 0 51 31 / 5 63 82
Hansonsstraße 26 · 30826 Garbsen / OT Osterwald
www.klingenberg-zaeune.de
Gitterzäune · Drahtzäune · Holz-
betonsockel · Kunststoffzäune · Sichtschutz
Pergolen · Carports · Gerätehäuser
Sonderanfertigungen · Toranlagen

Barbara Uelschen
DATA C
Buchführungsbüro
sortieren · kontieren · erfassen
Lfd. Finanz- u. Lohnbuchhaltung
gem. § 6 Nr. 3 + 4 StBerG
Hauptstr. 124 · 30826 Garbsen
Tel. 05131/4459929
Mobil 0160/2850638 · Fax 05131/2740
wb-uelschen@t-online.de
www.uelschen.datac.de

Mitarbeiter (m/w/d) gesucht
0152/53714049
Roman Westerhof
Montage und Wartung
von Fenstern und Türen
• Fenster • Zimmertüren
• Insekten- • Rollläden
schutz • Haustüren
Hauptstraße 221 · 30826 Garbsen
Tel. (05131) 45 74 17
www.westerhof-garbsen.de
Mobil 0172/40 29 857

Gartenanlage/Pflege
Pflasterarbeiten
Hausmeisterdienste
Sanders
GmbH
Hauptstraße 158 A
30826 Garbsen
OT Osterwald
Tel. 05131/44 25 37
Mobil
(0172) 511 18 55

Möbel-Design Tischlerei Innenausbau
Möbel Valentin Michailoff-Tischlerei
GmbH & Co. KG
Tischlerei
Möbel · Fenster · Türen · Bodenbelag
Molkereistr. 66 · 30826 Garbsen
Telefon 05131/48 59 671
Info@MVM-Tischlerei.de
www.MVM-Tischlerei.de

Osterwalder Polsterschmiede
Inh. Oliver Vogel
Wir möbeln Sie auf!
Möbel und KFZ
aller Art sowie Kutschen, Boote,
Motorräder, Sonderanfertigungen
und vieles mehr.
Tel. 05131/443 146 · Fax: 467 457
Mobil: 0177/352 79 41
E-Mail: osterwalderpolsterschmiede@web.de
Werkstatt: Hauptstr. 239
30826 Garbsen/OT Osterwald
Öffnungszeiten: Mo. - Do. 9 - 13 u. 15 - 18 Uhr u. n. Verein

JÄKEL
Klaus-Dieter
Sanitär | Heizung | Solar | Service
Hauptstr. 134 A
30826 Garbsen
☎ 05131-54005
☎ 05131-54930
✉ klaus-dieter.jaekel@web.de

Kothe-Bedachungen GmbH
Hauptstr. 295
Garbsen/Osterwald
Bedachungen
Fassadenbau
Schornsteinreparaturen
Bankklemnarbeiten
Telefax 0 51 31 / 20 12
Telefon 0 51 31 / 5 12 04
D1 Fu 01 71 - 5 26 22 05

Planung
Wartung
Kunden- und
Notdienst
Beleuchtung
Elektroheizung
INNES elektro GmbH
Kleine Straße 20 · 30826 Garbsen
Tel. 0 51 31 / 60 03
Fax 0 51 31 / 47 81 91

Rittermann
Malerei- und Lackiermeister
Osterwald, Molkereistr. 58
Tel: 0 51 31 - 44 73 63

ROSEN-APOTHEKE DR. ERDAL
Ihr Weg zur Gesundheit
Hauptstraße 228 · 30826 Garbsen/Osterwald
Telefon 0 51 31 / 45 50 30