

Seniorenbeirat und Stadt bieten Kurse für Smartphones und Computer an

SEELZE. Seniorinnen und Senioren, die sich im Umgang mit digitalen Medien fortbilden möchten, erhalten neue Möglichkeiten dazu: Ab Februar bieten der Seniorenbeirat und die Stadt Seelze im Veranstaltungszentrum Alter Krug zwei Kurse zur Nutzung von Smartphones sowie einen weiteren zu Computern und Tablets an.

„Das ist ein hervorragendes Angebot für alle, die ihre Kompetenzen im alltäglichen Umgang mit Apps, digitalen Karten oder auch dem neuen E-Rezept erweitern wollen“, lobt

Bürgermeister Alexander Masthoff das Engagement insbesondere des Seniorenbeirats für die Realisierung. „Mithilfe von Fördermitteln der Bürgerstiftung Hannover können wir diese lange von uns gewünschten Kurse für Seniorinnen und Senioren nun in Kooperation mit der Volkshochschule Calenberger Land umsetzen“, sagt Iris Jauert, Vorsitzende des Seniorenbeirats Seelze, erfreut. Die Kurse seien speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten und würden vielfältige Lerninhalte bieten.

Die erste Kursreihe zur Nutzung des Smartphones startet bereits am Dienstag, 6. Februar, um 10 Uhr. Während der rund eineinhalbstündigen Treffen lernen die Teilnehmenden an diesem und vier weiteren Terminen jeweils dienstags von 10 bis 11.30 Uhr die Funktionen ihres Smartphones besser kennen. Dazu zählen die Grundlagen der Bedienung ebenso wie das Fotografieren und die Fotoorganisation sowie die Nutzung des neuen E-Rezepts. Bei einem zusätzlichen Termin mit Carolin Henke, Kontaktbeamtin des

Polizeikommissariats Seelze, steht zudem die Sicherheit mit dem Smartphone im Mittelpunkt. Eine zweite Kursreihe mit identischem Programm beginnt am Dienstag, 20. Februar, um 10 Uhr. Auch in diesem Fall sind vier weitere Kurstermine jeweils dienstags von 10 bis 11.30 Uhr sowie ein gesonderter Termin mit der Kontaktbeamtin geplant. Die Kursgebühr für beide Smartphone-Kurse beträgt dank der Förderung durch die Bürgerstiftung Hannover lediglich 20 Euro. Der Einstieg in den Umgang mit dem Computer oder Tablet steht im Mittelpunkt des dritten Kurses. Bei den rund zweieinhalbstündigen Treffen am Dienstag, 28. Februar, sowie am Dienstag, 6. März, jeweils ab 15.30 Uhr, lernen die Beteiligten wichtige Funktionen kennen und üben den bekannten und sicheren Umgang mit der elektronischen Datenverarbeitung. Die Gebühr für dieses Angebot beträgt 15 Euro.

„Jede Kursreihe ist auf sieben Teilnehmende begrenzt“, betont Iris

Jauert. Treffpunkt ist jeweils im Veranstaltungszentrum Alter Krug, Hannoversche Straße 15a. Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle der Volkshochschule Calenberger Land unter Angabe der Kursnummer 241-54001L per E-Mail an seelze@vhs-cl.de oder unter Telefon (0511) 26043664 entgegen.

Unabhängig von diesen Kursen hält der Seniorenbeirat weitere bewährte Hilfsangebote für den Umgang mit digitalen Medien aufrecht. Wie bisher stehen Digital-Expertinnen und -Experten des Seniorenbeirats für Hausbesuche bereit. „Unsere Expertinnen und Experten sind ab Dienstag, 6. Februar, zudem künftig an jedem ersten Dienstag im Monat von 15.30 bis 17.30 Uhr mit Rat und Hilfe vor Ort“, erläutert Iris Jauert. Eine Anmeldung für diese regelmäßige Beratung, die im Rathaus, Rathausplatz 1, in Raum E73 erfolgt, sei nicht erforderlich. Für diese ehrenamtliche Hilfe sowie für die allgemeine Seniorenarbeit suche der Seniorenbeirat allerdings weiterhin Verstärkung.



Peter Funks Musik ging richtig ans Herz.

Foto: privat

Peter Funks Gitarrenklänge berühren die Zuhörer zutiefst

HARENBERG (kö). Trotz der schwierigen Anreise bei Nieselregen und Glatteis schaffte es Peter Funk sehr schnell, die Besucher der ersten 12xk-Veranstaltung im neuen Jahr bei hawaiianischen Klängen träumen zu lassen. Dabei benutzte er unterschiedliche Gitarren, die ähnlich alt sind wie die Melodien selbst: rund 100 Jahre.

Den typischen Hawaii-Sound erzeugt er dabei mit einem Metallröhrchen am kleinen Finger der linken Hand: Wenn Funk damit über die Saiten rutscht, entstehen vor dem inneren Auge der Zuhörer Bilder von Meer, Palmen und Blumenkränzen. Allerdings müssen die Instrumente genau gestimmt sein, um das Hawaii-Feeling erzeugen zu können, klärte er die Zuhörenden auf.

Das Feeling hatten die Besuchenden übrigens selbst bei der österreichischen Nationalhymne, die sich ebenfalls so nahtlos in das Programm einfügte wie Funks eigene Kompositionen. Die haben allerdings ihre eigene Geschichte und ihren eigenen Sound, wie zum

Beispiel der Song, der auf einer China-Reise entstand. Und wenn Funk dazu singt, fühlt man sich an „Satchmo“ Louis Armstrong erinnert.

Wie gut Pete Funk bei den Besuchenden ankam, zeigte sich schon zur Pause, als die mitgebrachten CDs schnell ausverkauft waren. Klar, dass auch niemand ohne Zugabe nach Hause ging.

Klezmer im Februar

Susi Evans und Szilvia Carankó (Klarinette, Akkordeon und Klavier) sind zwei außergewöhnliche Musikerinnen, die sich der Tradition der Klezmermusik verschrieben haben. In ihrem Programm am 12. Februar greifen sie auf das Material der wiederentdeckten Kieselgolf-Konovetski-Sammlung zurück. Der Eintritt beträgt 17 Euro; Beginn in der Barbarikirche ist um 19 Uhr. Karten gibt es im Vorverkauf wie immer bei Petri&Waller in Seelze und in der Total-Tankstelle in Harenberg.

Rat tagt hybrid

GARBSEN (stp). Der Rat der Stadt Garbsen trifft sich am Montag, 22. Januar, um 18.15 Uhr zu einer öffentlichen Sitzung. Sie findet in hybrider Form im Ratssaal des Rathauses statt. Zu Sitzungsbeginn haben Interessierte wie immer die Möglichkeit, sich im Rahmen der Einwohnerfragestunde einzubringen. Die Tagesordnung ist dem Rat-sinformati-onssystem auf der städtischen Internetseite zu entnehmen.

Wer über das elektronische Programm WebEx an der Sitzung teilnehmen möchte, kann sich dafür bis zum Sitzungstag um 12 Uhr anmelden – mittels formloser E-Mail an ratsinfo@garbsen.de sowie unter Telefon (05131) 707-324 oder -345.

Der Zugangslink zu der Sitzung sowie weitere Informationen werden dann rechtzeitig per E-Mail zugesendet.

Heitlinger Sportschützen sichern den Klassenerhalt



HEITLINGEN. Eine weitere Saison in Folge konnte eine Mannschaft des Schützenvereins Germania Heitlingen in der Bezirksliga Hannover in der Disziplin stehend freihand an den Start gehen. Nach insgesamt sieben aufregenden Wettkämpfen hat die Mannschaft, bestehend aus Britta Bennigstorf (von links), Finn Gesener, Frank Evers, Justin Krause und Laura Mesenbrink, die Saison im Januar beendet und sich auch die Liga-Teilnahme für das Jahr 24/25 gesichert.

Foto: privat

Meine Nachrichten. Mein NP-E-Paper. Meine doppelte Tablet-Freude.

Sichern Sie sich ein Tablet und die NP als E-Paper inklusive NP+. Dazu erhalten Sie ein zweites Tablet zum Vorzugspreis oder 100 € geschenkt.

Verlängert bis 31.01.24

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

Zweites Tablet zum Vorzugspreis oder 100 € geschenkt!

Neue Presse NP

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (rnd)

Gesundheit

ANZEIGE

Winterblues in den Muskeln?

Zahlreiche Menschen profitieren von diesem CBD Gel

Die eisige Kälte im Winter strapaziert die Muskeln, Bewegung und sportliche Aktivitäten beanspruchen sie zusätzlich. Ein wahrer Winterblues für die Muskeln. Viele Menschen verlassen sich daher auf Rubaxx Cannabis CBD Gel – dem Nr. 1 Gel aus der Apotheke für die Pflege beanspruchter Muskeln.



Besonders in der kalten Jahreszeit klagen viele Menschen über beanspruchte Muskeln.

Helmut W. liebt wie viele den Wintersport, doch entsprechend strapaziert sind seine Muskeln nach einem Tag in den Bergen. Denn durch körperliche Aktivitäten werden die Muskeln beansprucht, dazu gehören im fortgeschrittenen Alter auch schon alltägliche Bewegungen wie ausgiebige Winterspaziergänge. Daher ist es wichtig, die beanspruchten Muskeln und Verspannungen zu pflegen.

Seine Frau Ulrike ist froh, dass er Rubaxx entdeckt hat:

„Mein Mann ist mehr als zufrieden, er meinte, das Gel ist das Beste, das er bisher verwendet hat, er geht mit Freude wieder Ski fahren!“ Schnell hat

sich das im Bekannten- und Familienkreis herumgesprochen, erzählt Ulrike weiter: „Seine Schwester hat es nun auch, sie ist auch sehr begeistert.“ Immer

mehr Menschen greifen zum Nr. 1 CBD Gel aus der Apotheke: Rubaxx Cannabis CBD Gel. Was steckt dahinter?

Zertifiziertes Cannabis Gel mit hohem CBD-Gehalt

Experten haben sich umfassend mit dem Trendstoff CBD aus der Cannabispflanze beschäftigt und konnten aus der Cannabissorte sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren. Mit einer Dosierung von ~600 mg CBD ist Rubaxx Cannabis CBD Gel das Nr. 1 CBD Gel in deutschen Apotheken! Das Cannabis CBD Gel ist mit Menthol und Minzöl angereichert, zur Pflege beanspruchter Muskeln und wird unter höchsten Qualitätsstandards in Deutschland hergestellt. Bei jeder Produktion wird streng darauf geachtet, dass die geforderte Menge an CBD im Produkt enthalten ist. Verbraucher können das Gel je nach Bedarf mehrmals täglich auf die Haut auftragen. Das Gel wird ganz einfach an der entsprechenden Körperstelle einmassiert. Aufgrund der leichten Formel zieht das Gel schnell ein und fettet nicht.

Testen Sie das Produkt jetzt selbst! Einfach Code scannen und online bestellen.



- ✓ Das Nr. 1 Cannabis Gel mit ~600 mg CBD
- ✓ Geprüfte Qualität aus Deutschland
- ✓ Erhältlich in der Apotheke



Wegen MIGRÄNE nicht den Kopf zerbrechen



Nein zu Migräne – mit der Nr. 1: Formigran

- Wirkt gezielt an der Schmerz-Stelle
- Bekämpft die Migräne-Ursache
- Mildert zusätzlich Begleiterscheinungen

Für Ihre Apotheke: **Formigran** (PZN 02195485)

FORMIGRAN bei MIGRÄNE

www.formigran.de

*Absatz nach Packungen, OTC Arzneimittel mit Naratriptan und Almotriptan. Quelle: Insight Health, MAT 06/2023 • Vor der Einnahme sollte Rücksprache mit einem Arzt gehalten werden.

FORMIGRAN 2,5mg Filmtablette, Wirkstoff: Naratriptan (als Naratriptanhydrochlorid). Akute Behandlung der Kopfschmerzphasen von Migräneanfällen mit und ohne Aura. Enthält Lactose. www.formigran.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Weitere Erfolgsgeschichten von Rubaxx Cannabis CBD Gel



„Ich habe Rubaxx öfters nach dem Sport aufgetragen und die Muskeln entspannen sich dadurch deutlich. Es lässt sich leicht auftragen. Sehr empfehlenswertes Produkt!“

(Irene T.)



„Dieses Gel sollte man zwar ein paar Mal am Tag anwenden, aber es hält mindestens für 2-3 Stunden, was es verspricht! Wesentlich besser als alle Cremes und Gele, die ich aus den Apotheken ausprobiert habe!“

(Johannes B.)



„Rubaxx ist für mich was ganz Neues gewesen, es hat mir tatsächlich sehr gut geholfen. Es hat mich überzeugt, es muss nicht immer mit Medikation sein. Ich kann es nur weiterempfehlen und werde es auch weiterhin kaufen.“

(Marlene S.)

Quelle: von 250 Anwendern auf kjerjo.com getestet, 11/2022, n=219 • *CBD Gele; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 06/2023 • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 600 mg CBD, kein THC. • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Namen geändert