

Gemeinsamer Gottesdienst in Garbsen und Marienwerder

GARBSEN/MARIENWERDER. Christinnen und Christen der evangelischen Gemeinden in Garbsen und Marienwerder feiern einen gemeinsamen Gottesdienst am Reformationstag, 31. Oktober, um 11 Uhr in der Aula des Schulzentrums Am Planetenring. Musikalisch gestaltet wird der Gottesdienst von Kirchenkreis-kantorin Annette Samse und ihrer

Termine in Stephanus

BERENBOSTEL. Am Sonntag, 27. Oktober, findet um 10.30 Uhr der Gottesdienst.Hoch3 in der Stephanuskirche mit Gottesdienst, Kaffee, Band und Kreativität statt. In der Stephanus Kindertagesstät-te findet am Mittwoch, 6. Novem-ber, ein „Tag der offenen Tür“ statt. Interessierte Familien, die für 2025 einen Betreuungsplatz su-chen, sind eingeladen, sich in der Zeit von 16 bis 17.30 Uhr die KiTa, Rote Reihe 5, anzusehen und sich zu informieren.

Band. Superintendent Karl Lud-wig Schmidt und ein Team mit Pas-torin Linke, Pastorin Brand und Pastor Jhi haben den Gottesdienst vorbereitet. Nach dem Gottes-dienst wird ein Grußwort des er-sten stellvertretenden Bürgermeis-ters, Peter Hahne, erwartet. Die Jugendwerkstatt wird im Anschluss Kaffee und Kuchen be-reithalten.

Gräbersegnungen in Garbsen

GARBSEN. Die Gräbersegnun-gen auf den Garbsener Friedhö-fen finden zu folgenden Ter-minen statt: Samstag, 2. No-vember, 15.30 Uhr Friedhof Horst. Sonntag, 3. November, 14 Uhr Friedhof Osterwald, 14.30 Uhr Friedhof Marienwer-der, 15 Uhr Friedhof Altgarb-sen, 16 Uhr Friedhof Berenbos-tel, 16 Uhr Friedhof Planeten-ring, 16 Uhr Friedhof Schloß Ri-cklingen, 16.30 Uhr Friedhof Stelingen.

Termine der katholischen Kirchen

SEELZE. Die katholischen Kir-chengemeinden in Seelze und Let-ter geben diese Termine bekannt. Heilige Dreifaltigkeit: Samstag, 26. Oktober, 10 Uhr Treffen der Erstkommunionkinder im Pfarr-heim zum gemeinsamen Früh-stück.; 19.30 Uhr Trio-Konzert in der Kirche. Sonntag, 27. Oktober, 11 Uhr Heilige Messe mit Einfüh-rung der Messdiener und Beerd-igungsbegleiter; 14 bis 17 Uhr Klau-surtag. Dienstag, 29. Oktober, 9 Uhr Rosenkranzgebet. Freitag, 1.

November, 18.30 Uhr Allerheili-gen: Heilige Messe. Sonntag, 3. November, 11 Uhr Wort-Gottes-Feier, anschließend Kirchencafé. St. Maria Rosenkranz Letter: Samstag, 26. Oktober, 18.30 Uhr Heilige Messe. Sonntag, 27. Okto-ber, 10.30 Uhr Treffen der LAMA-Gruppe. Dienstag, 29. Oktober, 14.15 Uhr Rosenkranzgebet; 15 Uhr Heilige Messe. Samstag, 2. No-vember, 18.30 Uhr Allerseelen: 18.30 Uhr Heilige Messe mit Toten-gedenken.

Gottesdienste der katholischen Gemeinden

GARBSEN. Folgende Gottes-dienste der katholischen Kirchen finden statt. Corpus Christi: Sonntag, 27. Oktober, 9 Uhr Heilige Messe. Mittwoch, 30. Oktober, 9 Uhr Hei-lige Messe. Samstag, 2. Novem-ber, 17 Uhr Vorabendmesse/Aller-seelen mit Totengedenken. St. Maria Regina: Mittwoch, 30. Oktober, 15 Uhr Rosenkranzge-bet, anschließend Kaffee und Ku-chen. Donnerstag, 31. Oktober, 9

Uhr Heilige Messe und Rosen-kranz, anschließend gemeinsa-mes Frühstück. Sonntag, 3. No-vember, 9 Uhr Familiengottes-dienst, anschließend Sonntagsca-fé. St. Raphael: Samstag, 26. Okto-ber, 16.30 Uhr Heilige Messe in Polnisch. Sonntag, 27. Oktober, 11 Uhr Heilige Messe. Freitag, 1. November, 17 Uhr Heilige Messe/ Allerheiligen. Sonntag, 3. Novem-ber, 11 Uhr Heilige Messe.

Bürgerbüro versteigert 25 Fahrräder und einen E-Scooter

SEELZE. Das Bürgerbüro der Stadt Seelze versteigert bis Don-nerstag, 31. Oktober, insgesamt 25 Fahrräder sowie einen E-Scoo-ter im Internet. Auf der Seite www.zoll-auktion.de können die Höchstbietenden die Fundsachen erwerben. In dem Online-Auktionshaus, das nicht abgeholte Fundsachen von Bund, Ländern und Kommu-nen versteigert, stehen aktuell vier Damenräder, zehn Herrenräder, fünf Mountainbikes, drei Trek-kingräder sowie drei Jugendräder

und einen E-Scooter aus dem Be-stand des städtischen Fundbüros zum Verkauf. Die Bieterverfahren für die einzelnen Gegenstände en-den in der Zeit von Montag, 28. Oktober, um 21 Uhr bis Donner-s-tag, 31. Oktober, um 16.10 Uhr. Die Zoll-Auktion ist eine von der Bundeszollverwaltung im Internet angebotene Form einer Versteige-rung. Die Artikel werden zu einem Mindestgebot ausgelobt. Für die Abgabe von Geboten ist unter www.zoll-auktion.de eine kosten-lose Registrierung erforderlich.

Unter einem Pseudonym können Interessierte ihre Gebote auf die gewünschte Ware abgeben. Zu-gelassen sind ausschließlich Biete-rinnen und Bieter im Alter ab 18 Jahren. Bürgerinnen und Bürger, denen ein Gegenstand gestohlen wor-den oder anderweitig abhanden-gekommen ist, können sich unter Telefon (05137) 828352 oder per E-Mail an buergerbuero@stadt-seelze.de an das Fundbüro des Bürgerbüros der Stadt Seelze, Rat-hausplatz 1, wenden.

Gräbersegnungen in Seelze

SEELZE. Die Gräbersegnungen und Gottesdienste zu Allerheili-gen und Allerseelen in Seelze finden zu folgenden Terminen statt: Freitag, 1. November, 18.30 Uhr Hl. Messe in der Kir-che Hl. Dreifaltigkeit, Seelze. Samstag, 2. November, 18.30 Uhr Hl. Messe in der Kirche St. Maria Rosenkranz, Letter im be-sonderen Gedenken und mit na-mentlicher Erwähnung der Ver-

storbenen der vergangenen zwölf Monate. Samstag, 2. No-vember, 14 Uhr Andachten auf dem Friedhof Lohnde und Fried-hof Dedensen, 15.15 Uhr An-dachten auf dem Friedhof Güm-mer und Friedhof Lathwehren. Sonntag, 3. November, 15 Uhr Andachten auf Alter Friedhof Seelze und Friedhof Letter, 16 Uhr Andacht Neuer Friedhof Seelze.



Osterwald

Menschen & Märkte

Sozialverband fährt zum Gänseessen

OSTERWALD. Der Sozialver-band Osterwald fährt am 23. November zum Gänseessen nach Ovenhausen. Abfahrt ist um 10.30 Uhr an den bekannten Haltestellen. Interessierte kön-nen sich bis 15. November bei Regina Holfelder, Telefon (05131) 488642 anmelden.

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

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

Klaus-Dieter JÄKEL
Sanitär | Heizung | Solar | Service

Hauptstr. 134 A
30826 Garbsen

☎ 05131-54005
☎ 05131-54930
✉ klaus-dieter.jaekel@web.de

ZAUNHAFTE IDEEN!

Verkauf • Montage • Reparatur
☎ 0 51 31 / 4 58 50
Fax 0 51 31 / 5 63 82
Hanonsstraße 26 • 30826 Garbsen / OT Osterwald
www.klingenberg-zaeune.de
Gitterzäune • Drahtzäune • Holzzäune
Belonsckel • Kunststoffzäune • Sichtschutz
Pergolen • Carports • Gerätehäuser
Sonderanfertigungen • Toranlagen

Herrenabend mit Karabiner 98

OSTERWALD (KÖ). Sechs Teams nahmen am traditionellen Wettkampf mit dem Karabiner 98 (mit verminderter Treibladung) im Schützenhaus in Oberende teil: neben den beiden Oster-walder Schützenvereinen auch die Feuerwehren des Stadtteils, der Treckerklub Osterwald und der Schützenverein Heitlingen. Pro Mannschaft wurden acht Schützen aufgestellt, die fünf Schuss abgeben mussten, wobei die ersten drei Schuss für die Mannschaftswertung zählten. Während in der Schießsportan-lage die Karabinerschüsse knall-ten, stärkten sich die anderen mit Leberkäse, Speckkartoffelsalat und Brezeln. Der mit Spannung erwartete Pokalsieg ging in die-sem Jahr an den Schützenverein aus Oberende mit 210 Ring vor dem Schützenverein Heitlingen (204 Ring) und dem Schützenver-ein aus Unterende mit 195 Ring. Der Treckerklub „Bulldogs“ kam auf Rang 4 (191 Ring) vor den Ortsfeuerwehren aus Oberende (190 Ring) und Unterende (174 Ring). Die Einzelwertung gewann Heinz Henning Finke aus Heitlin-gen vor Daniel Niffka vom Schüt-zenverein Unterende und Niclas Reupke von der Feuerwehr aus Oberende.



Die Organisatoren Marcel Prellinger (links) und Chris Wichmann (Zweiter von rechts) ehrten das Siegerteam mit Andreas Wichmann (von rechts), Charlotte Niffka und Bert Freund. Foto: privat

TEAMSCHIEßEN

In der Woche zuvor war das Schießsportcenter in Unterende gut gefüllt beim Teamschießen, das zum vierten Mal ausgetragen wurde. Sieben Dreiermannschaf-ten wurden ausgelost und muss-ten mehrere Durchgänge à fünf Schuss mit dem Luftgewehr ab-solvieren, ehe das Team „Die Schöne & die Biester“ mit Char-lotte Niffka, dem Vorsitzenden Bert Freund und Andreas Wich-mann, das nach Ringzehntel-Wertung ein Gesamtergebnis von 159,6 Ring erzielte, den Wan-derpokal in Empfang nehmen konnte. Knapp dahinter war das

Team „Ruhestand“ mit Jürgen Runkehl, Lennart Gieselmann und Hans-Joachim Spintke mit 158,6 Ring platziert. Vor der Siegerehrung gab es von den Organisatoren Marcel Prellinger und Chris Wich-mann noch „Hochprozentig-es“ für Jürgen Runkehl als besten Einzelschützen und Klaus Peter Murr für den bes-ten Teiler. Ein dickes Lob gab es wieder für „die IT-ler“ Thorben Bohle und Patrik Runkehl für die reibungslose Auswertung und die Übertragung der Er-gebnisse auf eine Leinwand im Klubraum, wo die Teilnehmer mit Spannung warteten.

Faszinierende Faszien

LANGE ZEIT SPIELTEN DIE FASZIEN NUR EINE UNTER-GEORDNETE ROLLE. INZWISCHEN SIND SIE JEDOCH BE-STANDTEIL FAST JEDEN AM-BITIONIERTEN TRAININGS. DIE KOLLAGENEN, FASERIGEN BINDEGEWEBE, DIE DIE MUSKELN UND ORGANE UMGEBEN, WERDEN MIT SPEZIELLEN ROLLEN AKTI-VIERT. Der Begriff Faszien stammt von dem lateinischen „fascia“ und bedeutet so viel wie „Band, Ver-bund, verbinden“. Heute wird er weitgehend synonym zum Begriff Bindegewebe verwendet. Die Fas-zien umhüllen und stützen als Netz-werk alle Muskeln und Organe im

menschlichen Körper. Dabei schützen sie beispielsweise die Muskeln vor Verletzungen, un-terstützen den Körper bei der Fortbe-wegung, enthalten Lymphflüssig-keit und viele Nervenenden. Während man bis vor einigen Jahrzehnten die Faszien höchstens einmal im Zusammenhang mit Cellulite wahrgenommen hat, werden die vielfältigen Funktio-nen des kollagenen Gewebes seit Beginn dieses Jahrhunderts inten-siv erforscht. Einige Wissenschaf-ler bezeichnen das Fasziengewe-be sogar als eines der wichtigsten Sinnesorgane des Menschen auf-grund der Vielzahl an Rezeptoren und Nervenzellen. Die Faszien rei-

Dr. Erdals
Gesundheitstipps

chen vom Oberflächengewebe der Haut bis in die tiefsten Schich-ten, bis hin zum Skelett. Da die Fas-bie Halt, Stabilität und Struktur geben, werden sie auch als Struk-turproteine bezeichnet. Sie sind leicht dehnbar - und trotzdem sehr reißfest. Je nach Körperregion sind die Fasern hauchdünn bis zu eini-gen Millimetern dick. Um sich das

Spatenstich für Gewerbeareal Koppelknechtsdamm

OSTERWALD. Die Nähe zur Autobahn, die Nähe zur B6 und eine gute Infrastruktur. Das sind nur eini-ge Gründe dafür, dass sich immer mehr kleine und mittelständische Unternehmen in Garbsen ansiedeln wollen. Um das zu ermöglichen, richtet die Stadt Garbsen derzeit ein neues Gewerbegebiet im Stadtteil Osterwald Unterende ein. Nun gab es auf dem Areal, das den Namen „Nördlich Koppelknechtsdamm“ trägt, den ersten symbolischen Spa-tenstich. „Garbsen ist als Wirt-schaftsstandort hochattraktiv. Wir reagieren zukunftsgerichtet auf die hohe Nachfrage nach Gewerbe-grundstücken“, sagte Bürgermeis-ter Claudio Provenzano (SPD) vor Ort. Der Bedarf an kleineren und mit-telgroßen Flächen für Handwerks-, Produktions- und sonstige Dienst-leistungen sei groß. Die Erschließungsarbeiten auf der rund 14 Hektar großen Fläche sind nach Angaben der Stadt Garbsen „bereits weit fortgeschritten“. Eine asphaltierte Baustraße ist bereits fer-tig. Versorgungsleitungen wurden verlegt und ein Regenrückhaltebe-cken gebaut. Außerdem wurde für eine neue Linksabbiegespur der Geh- und Radweg verlegt. Später sollen Parkplätze geschaffen und Grünflächen angelegt werden. Auch die Erschließungsstraße hat schon einen Namen: Sie wird nach dem 2020 verstorbenen SPD-Politi-

ker und Ortsbürgermeister von Os-terwald Unterende benannt und Henry-Biester-Ring heißen. Derzeit führt die Stadt Garbsen Gespräche mit ersten potenziellen Interessenten, die sich an dem Ge-werbebestandort ansiedeln könnten. Der Fokus liegt auf kleinen und mit-telständischen Unternehmen.

WAGO SIEDELT SICH GANZ IN DER NÄHE AN

Nur wenige Hundert Meter Luftlinie entfernt entsteht das rund 17 Hektar große Gewerbegebiet Farrel zwi-schen Koppelknechtsdamm, Rönt-genstraße und Philipp-Reis-Straße. Dort siedelt sich unter anderem der



Andreas Richter, Abteilungsleiter Verkehr und Straßenbau (von links), Erster Stadtrat Christian Peters, Ortsbürgermeister Norbert Gehrke, Bürgermeister Claudio Provenzano und Christoffer Pieper, technischer Leiter der Stadtentwässerung, beim Spa-tenstich für das Gewerbegebiet „Nördlich Koppelknechtsdamm“. Foto: Stadt Garbsen

Verschleiß der Gelenke. Auch un-spezifische Rücken-schmerzen werden auf verklebte Faszien zu-rückgeführt, genau wie Span-nungskopfschmerzen und Ein-schränkungen der Leistungs-fähigkeit.

Doch Faszien haben nicht nur erstaunliche Fähigkeiten - so sind sie oft nur einen Millimeter dick, können aber eine Zugkraft von mehr als 60 Kilogramm aushalten - sie sind auch sehr anpassungs-fähig und können durch ein speziel-es Training ihre ursprüngliche Ge-schmeidigkeit zurückgewinnen. Ein wesentlicher Aspekt des Fas-zientrainings ist die Massage - ent-weder mit einer Faszienrolle oder einem Tennisball. Über den Druck wirkt die Massage auf die tiefen Re-zeptoren ein.

Elektronikhersteller Wago aus Min-den an. Das Unternehmen hat ein zwölf Hektar großes Grundstück ge-kauft und errichtet dort den größten seiner vier Firmensitze. Deutschland-weit arbeiten rund 4000 Menschen bei Wago, weltweit sind es etwa 8600. Wie viele Arbeitsplätze mit dem Bau in Garbsen entstehen, ist nicht bekannt. In dem Gewerbege-biet ist auch eine rund 2,6 Hektar große öffentliche Grünfläche ge-plant.

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 29 657

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Vereinigte Lohnsteuerhilfe

Astrid Gehrke
Hauptstr. 374
30826 Garbsen
BST 3101
Tel.: 05131-456881,
E-Mail: Astrid.Gehrke@VLH.de

www.VLH.de
Mit unseren Mitgliedern im Arbeitnehmer & Job 33-Stellen

Buchführungsbüro
sortieren • kontieren • erfassen
Lfd. Finanz- u. Lohnbuchhaltung
gem. § 6 Nr. 3 + 4 StbG

Hauptstr. 124 • 30826 Garbsen
Tel. 05131/4459929
Mobil 0160/2850638 • Fax 05131/2740
wb-uelschen@t-online.de
www.uelschen.datac.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. Vereinb.

- 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

ROSEN-APOTHEKE DR. ERDAL

Ihr Weg zur Gesundheit
Hauptstraße 228 • 30826 Garbsen/Osterwald
Telefon 0 51 31 / 45 50 30

Kothe-Bedachungen GmbH

Hauptstr. 295, Garbsen/Osterwald
post@kothe-bedachungen.de

Bedachungen
Fassadenbau
Schornsteinreparaturen
Bauklempnerarbeiten

Telefon 0 51 31 / 51204
Handy 01 71 - 6200829

Gartenanlage/Pflege
Pflasterarbeiten
Hausmeisterdienste

Sanders
GmbH

Hauptstraße 158 A
30826 Garbsen
OT Osterwald
Tel. 05131/44 25 37
Mobil
(0172) 511 18 55

Rittmann

Maler- und Lackiermeister

Osterwald, Molkereistr. 58
Tel.: 0 51 31- 44 73 63