



Hauptstraße in einem Abschnitt halbseitig gesperrt

OSTERWALD (STP). Die Hauptstraße in Osterwald Oberende ist seit Mitte November im Bereich „Vor der Stauriede“ halbseitig gesperrt. Grund sind Sanierungsarbeiten am dortigen Pumpwerk, die von der Stadtentwässerung Garbsen beauftragt wurden. Eine Ampelanlage wurde eingerichtet. Die Arbeiten sollen Mitte Dezember abgeschlossen sein. Pumpwerke gehören zu den technischen Anlagen des Kanalbetriebes. Ihre Aufgabe ist es, das Abwasser aus tieferen Lagen durch Druckleitungen in höhere Lagen zu befördern, von wo aus es durch die Schwerkraft weitertransportiert werden kann. Fragen beantwortet die Stadtentwässerung Garbsen gern. Sie ist unter Telefon (05131) 707244 sowie via Mail an stadtentwaeserung@garbsen.de erreichbar.

Frauenfrühstück der Kirchengemeinde Osterwald

OSTERWALD. Das nächste Frauenfrühstück in der Kirchengemeinde Osterwald findet am Donnerstag, 12. Dezember, um 9 Uhr statt. „Weihnachtliches Leuchten“ ist das Thema, das Team liest Geschichten und Gedichte zur Weihnachtszeit. Der Kostenbeitrag beträgt 13 Euro. Verbindliche Anmeldungen nehmen das Gemeindebüro unter Telefon 2270, Vera Mentz unter Telefon 53553 oder Sylvia Seegers unter Telefon 459610 entgegen.

Adventskonzert in der Barockkirche Osterwald

OSTERWALD. Der Musikverein – Musikfreunde Osterwald Unterende lädt in alter Tradition zu seinem Adventskonzert in die Osterwalder Barockkirche am 3. Advent, 15. Dezember, um 16.30 Uhr ein. „Unter der Leitung des Dirigenten Gerald Pursche hat sich das Orchester auch in diesem Jahr weiterentwickelt und viele Auftritte absolviert sowie neue Stücke erarbeitet“, so der 1.

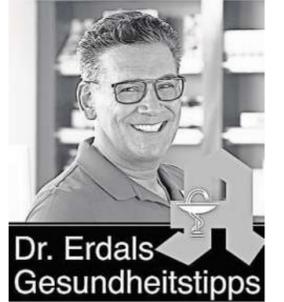
Vorsitzende Rolf-Günther Traenapp. „Wir sind ständig um Nachwuchs bemüht, um das Orchester weiterhin wachsen zu lassen.“ Dem Orchester gehören heute über 25 Musikerinnen und Musiker an, die das Repertoire selbst mitgestalten. Das Orchester wird seinen Besuchern traditionelle und internationale Weihnachtsmusik präsentieren. Neben Weihnachts-Pop-Klassikern wie „All

want for christmas is you“ von Mariah Carey oder „Heal the world“ von Michael Jackson, stehen mit „Carol of the bells“ (Jirka Kadlec) und „Alleluja“ und „Gebet“ (Anton Bruckner) unter anderem auch Stücke aus dem klassischen Bereich auf dem Programm. Bekannte und beliebte traditionelle Weihnachtslieder zum Mitsingen runden im Zusammenspiel mit der besonderen Atmosphäre

der Kirche die Veranstaltung ab. Die Moderation an diesem Nachmittag wird vom 1. Vorsitzenden Rolf-Günther Traenapp übernommen. Eintrittskarten gibt es zum Preis von 10 Euro in der Post- und Lottostelle auf dem Giebelmannhof in Osterwald. Restkarten, soweit vorhanden, werden an der Tageskasse erhältlich sein. Kinder bis zehn Jahre haben freien Eintritt.

Boreout: Diagnose Langeweile

EIN NEUES GESPENST GEHT UM IN BÜROS UND UNTERNEHMEN: VIELE MITARBEITER VERZWEIFELN AN UNTERFORDERUNG UND DESINTERESSE - SIE LEIDEN MÖGLICHERWEISE AM BOREOUT-SYNDROM, DER GEGENTEILIGEN ERFAHUNGSGENEN DES BURNOUT.



Dr. Erdal
Gesundheitstipps

Podcasts und Blogs sind Zeugen für eine neue Erscheinung: Das Boreout-Syndrom. Während viel über Stress und den damit verbundenen Burnout, das Ausgebranntsein, geredet wird, sind andere Menschen in ihren Jobs gelangweilt und unterfordert. Dieses führt dann bei den Betroffenen allerdings auch zu einem Ausgebranntsein, zu einem Zustand, in dem sie sich müde, unzufrieden und depressiv fühlen. Zahlreiche anonymisierte Umfragen in Unternehmen haben ergeben, dass gerade die unterforderten Mitarbeiter sehr unzufrieden sind, weil sie gerne mehr leisten würden. Wer sich jedoch dauerhaft unzufrieden fühlt, ist nicht mehr motiviert.

Die Folge ist, dass die meisten Betroffenen Strategien entwickeln, um die Langeweile im Büro nicht zur Schau zu stellen. Es gilt, ausgelastet zu erscheinen, vielleicht sogar gestresst, obwohl eigentlich kaum etwas zu tun ist. So lesen sich die Berichte von Betroffenen für Unbeteiligte geradezu paradisiisch: Am Vormittag wurde ein wenig im Internet gesurft, nach der ausgedehnten Mittagspause gab es dann schon bald die Kaffeepause, daneben konnten private E-Mails geschrieben und verschickt werden.

Boreout ist eindeutig ein Phänomen der Büros und Verwaltungen - im Handwerk oder der Industrie ist solch eine Erscheinung undenkbar. Anfällig sind besonders Menschen, die sich nicht wirklich für ihren Beruf interessieren, die keinen Sinn in ihrer Arbeit sehen oder in der falschen Firma arbeiten. In vielen Fällen wird das Boreout auch von den Vorgesetzten gemacht. Die Betroffenen wollen eigentlich etwas leisten, ihnen wird jedoch nicht die richtige Arbeit gegeben, nichts zugehört.

Und so wie sich Gestresste ein hohes Arbeitspensum gewöhnen, so gewöhnen sich auch Unterforderte an ein zu geringes. Ab einem bestimmten Punkt halten sich dann Betroffene die Arbeit systematisch vom Leibe. Eines der Probleme des Boreout-Syndroms liegen darin, dass man sich über Unterforderung und Nichtauslastung nicht zu sprechen traut und damit auch die Gründe für die Unzufriedenheit nicht thematisiert werden. Der Arbeitnehmer befürchtet, seinen Job zu verlieren und arbeitslos zu werden. Schließlich erscheint ihm die Situation so, als sei sein Arbeitsplatz einsparbar und er als Arbeitnehmer überflüssig. Ein großes Problem besteht darin, die Symptome des Boreouts oder der inneren Kündigung zu erkennen und sie dann auch zuzugeben. Es ist vermutlich einfacher, zu gestehen, dass man Alkoholprobleme hat als dass man seine Arbeit nur vortäuscht. Alternativen sind beispielsweise ein Jobwechsel sowie Weiterbildung, Teilzeitarbeit oder ein ehrenamtliches Engagement. Wichtig ist auch ein Ausgleich zwischen Arbeitszeit und Freizeit.

Er und Sie – wer mit wem?

OSTERWALD (KÖ). Über 50 Damen und Herren nahmen am traditionellen Er&Sie-Schießen teil: ein toller Erfolg. Alle Anwesenden bekamen eine Startnummer, wobei niemand bis zur Siegerehrung wusste, wer eigentlich seine Partnerin oder sein Partner ist. Das erfuhren als erste Julia Buckendahl und Julian Ruhnke, mit zehn Schüssen 102,7 Ring beziehungsweise 104,8 Ring und einer Gesamtringzahl 207,7 den letzten Platz belegten. Wie immer hatte Schießsportleiter Frank Weiß einen flotten Spruch auf den Lippen und näherte sich so langsam den Medaillenplätzen. Platz drei und die Bronzemedaille ging an Lea Bollhorst (106,9) und Reiner Borsuk (105,7). Platz zwei belegten Charlotte Niffka (107,0) und Dennis Lehmann (105,7), die Pokale gewannen Susanne Ruhnke (106,9) und Lennart



Gieselmann (106,6). Getoppt wurden die Ergebnisse von Josi Gieselmann, die mit 1,43 den besten Einzerteiler und mit

107,2 das beste Gesamtergebnis erzielte. Groß war die Freude bei dem Siegerpaar und den Platzierten (von links): Reiner

Borsuk, Lea Bollhorst, Lennart Gieselmann, Susanne Ruhnke, Charlotte Niffka und Dennis Lehmann. Foto: privat

Osterwald wird „erleuchtet“: Bulldogs Osterwald starten wieder eine Lichterfahrt



OSTERWALD. Pünktlich zum 1. Advent am Sonntag, 1. Dezember, werden die Bulldogs Osterwald wieder ihre Lichterfahrt durch Osterwald Unterende und Osterwald Oberende durchführen. Geplanter Startpunkt ist um 17 Uhr am Schützenplatz Osterwald Unterende, Zum Jagdschloß. Die festlich beleuchteten Traktoren, aus den Jahren 1940 bis 1970, werden dann durch ganz Osterwald fahren und etwas Licht in die dunkle Jahreszeit bringen. Die Fahrt endet zum Feuerwehr-Advent am Gerätehaus der Freiwilligen Feuerwehr in Osterwald Oberende. Wer die Traktoren genauer anschauen möchte, ist willkommen und darf dies gerne am Start und Zielpunkt tun. Foto: privat

Wacker-Läufer beim Birkhahnlauf in Schneeren



LEICHTATHLETIK. Seit über 25 Jahren starten Läufer des SV Wacker Osterwald am letzten Wochenende im Oktober beim Birkhahnlauf in den Wäldern von Schneeren am Engelkenberg in fünf Cross-Strecken. Dabei waren die Läufer von Wacker in ihren verschiedenen Altersklassen mit 1. und 2. Plätzen erfolgreich. Spartenleiter Felix Jacobus und Übungsleiter Thorsten Lange (Zweiter von links) liefen wie immer mit ihren Athleten mit. Die Siegerehrung mit Urkundenübergabe fand traditionell mit Unterstützung der Jagdhornbläser auf einem Treckeranhänger mit Siegespodest statt. Foto: privat

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

INNES elektro GmbH
Kleine Straße 20 · 30826 Garbsen
Tel. 0 51 31 / 60 03
Fax 0 51 31 / 47 81 91

Tischlerei
Möbel • Fenster • Türen • Bodenbelag
Molkereistr. 66 · 30826 Garbsen
Telefon 05131/4859671
Info@MVM-Tischlerei.de
www.MVM-Tischlerei.de

Klingenberg
Verkauf - Montage - Reparatur
0 51 31 / 4 58 50
Hanosanstraße 26 · 30826 Garbsen / OT Osterwald
www.klingenberg-zaeune.de

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

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

Roman Westerhof
Montage und Wartung von Fenstern und Türen
Fenster • Insektenschutz
Zimmertüren • Rollläden • Haustüren
Hauptstraße 221 • 30826 Garbsen
Tel. (05131) 45 74 17
www.westerhof-garbsen.de
Mobil 0172/40 29 857

Steuern? Wir machen das. VLH.
Vereinigte Lohnsteuerhilfe
Astrid Gehrke
Hauptstr. 374
30826 Garbsen
BST 3101
Tel.: 05131-456881,
E-Mail: Astrid.Gehrke@VLH.de

Barbara Uelschen
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

DATAc
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

Kothe-Bedachungen GmbH
Hauptstr. 295, Garbsen/Osterwald
post@kothe-bedachungen.de
Bedachungen
Fassadenbau
Schornsteinreparaturen
Baumkammerarbeiten
Telefon 0 51 31 / 5 12 04
Handy 01 71 - 620 08 29

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.

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