

Das Ecki-Programm 2025 ist da

SEELZE. Die Begegnungs- und Integrationsstätte Ecki hat ihr Programm für das Jahr 2025 vorgestellt. Neben etlichen wöchentlichen und monatlichen Angeboten zählen auch unregelmäßige Sprechstunden und Beratungen zu vielen interessanten Themen dazu. Für den Auftakt sorgt die Polizei mit „Achtung dunkle Jahreszeit!“ am Dienstag, 28. Januar, von 14 bis 16 Uhr.

„Ich lade alle Interessierten ein, sich mit mir über die Sicherheit und den Einbruchschutz insbesondere während der dunklen Jahreszeit auszutauschen“, sagt Carolin Henke, Kontaktbeamtin des Polizeikommissariats Seelze. Im direkten Gespräch beantwortete sie gern ganz konkrete Fragen dazu, aber bei Bedarf auch zu vielen anderen Themen. Eine Anmeldung zu der offenen Sprechstunde sei nicht erforderlich.

„Frauenfrühstück – Special Edition“ heißt es am Freitag, 7. März, von 9 bis 12 Uhr: In Kooperation mit der AWO-Frauenberatungsstelle und der städtischen Gleichstellungsbeauftragten Joyce Feig lädt das Ecki anlässlich des Weltfrauentags zu dieser besonderen

Aktion ein. Dabei können die teilnehmenden Frauen in entspannter Atmosphäre zusammen frühstücken, sich austauschen und eine schöne gemeinsame Zeit verbringen. „Jede bringt eine Kleinigkeit mit und für Brötchen sorgen wir“, sagt Ann-Kathrin Weinreich von der städtischen Abteilung Soziale Dienste. „Für alle Besuchenden wird es zudem ein Kreativangebot geben“, kündigt sie an.

Zu einem Informationsnachmittag zum passenden Handyvertrag lädt das Ecki für Mittwoch, 12. März, von 14 bis 16 Uhr ein. Beschäftigte der Verbraucherzentrale Niedersachsen geben den Teilnehmenden praktische Tipps, um Geld zu sparen und den Überblick über die unterschiedlichen Vertragsarten und Tarife sowie Laufzeiten und Kündigungsfristen zu behalten.

Bei der „Berufsinfo Polizei“ geben Einstellungsberaterinnen und -berater des Polizeikommissariats Seelze am Freitag, 4. April, ab 13 Uhr Einblicke in ihren spannenden und vielseitigen Beruf. Zwei Stunden lang stehen sie allen Interessierten unter anderem

für Fragen zum Thema Einstellungstest und Studium zur Verfügung. „Dieses Angebot richtet sich natürlich ganz besonders an alle Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die sich für eine Laufbahn bei der Polizei interessieren“, betont Carolin Henke.

Passend zum Frühling bietet die Polizei Seelze wenig später mit der Aktion „Rauf auf's Rad“ am Dienstag, 29. April, von 14 bis 16 Uhr eine kostenlose Fahrradcodierung, eine Helmberatung sowie Hinweise zur Größeneinstellung am Fahrrad an. „Außerdem haben wir eine Rauschbrille dabei, die die Auswirkungen von Alkohol simuliert“, erläutert Carolin Henke. Für die Fahrradcodierung bittet die Kontaktbeamtin alle Teilnehmenden, ein Ausweisdokument sowie einen Kaufbeleg mitzubringen.

Zu den weiteren Angeboten zählen ein Informationsnachmittag der Verbraucherzentrale Niedersachsen zur Internetkriminalität, Verhaltenstipps der Polizei Seelze zum Schutz der eigenen vier Wände während der urlaubsbedingten Abwesenheit und mehrere Treffen zum Lachyoga

sowie zur Selbstbehauptung von Frauen.

„Sowohl bei den regelmäßigen als auch bei den unregelmäßigen und einmaligen Angeboten ist uns eine große Bandbreite der Themen wichtig“, betont Ecki-Koordinator Philipp Peters von der Abteilung Soziale Dienste der Stadt Seelze. Die Begegnungs- und Integrationsstätte setzte darauf, Menschen aus allen Alters- und Bevölkerungsgruppen anzusprechen und zu erreichen. Dies gelte bei den regelmäßigen Angeboten unter anderem für den offenen Tagestreff und für die wöchentliche Bewerbungshilfe, aber auch für den „Job-Talk“, den die Bundesagentur für Arbeit an jedem vierten Dienstag im Monat von 15 bis 17 Uhr im Ecki anbietet. In der niedrigschwelligen und kostenfreien Beratung können alle Bürgerinnen und Bürger ohne Anmeldung ihre Fragen unter anderem zur Berufsfindung, zum Wiedereinstieg in den Beruf, etwa nach einer Eltern- oder Pflegezeit, oder zu beruflichen Veränderungswünschen oder Weiterbildungsmöglichkeiten stellen.

Rechtsberatung für Frauen

GARBSEN/SEELZE. Die Frauenberatung Seelze und Garbsen der AWO Region Hannover setzt auch im Jahr 2025 ihr Angebot zur Rechtsberatung in Seelze und Garbsen fort. Rechtsanwältin Ilka Nigge berät ratsuchende Frauen an beiden Standorten zu rechtlichen Aspekten. Das Angebot ist kostenfrei und richtet sich an Frauen, die bisher noch nicht durch eine Rechtsanwältin vertreten werden.

Die Beratungen finden wechselnd in den Räumen der AWO Frauenberatungsstelle in der Schillerstraße 2 in Seelze und in der Hermann-Löns-Straße 30 in Berenbostel statt.

Die nächsten Termine sind am 29. Januar in Garbsen, am 26. Februar in Seelze und am 26. März in Garbsen, jeweils von 13 bis 15 Uhr für 30 Minuten. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Telefon (05137) 1434696 oder (0179) 4493417 oder per E-Mail an frauenberatung.SeelzeGarbsen@awo-hannover.de.



Keine Lust auf viel Staub und Schmutz während des Badumbaus? Wir können helfen!

Strauß
Duschen aus Glas
MEISTERBETRIEB

Ausstellung: Termine nach Absprache.
Pechriede 4 - 30900 Wedemark
E-Mail: info@duschenausglas.com
www.strausseduschen.de
05130-95 32 11

Deine Spende rettet Leben!
SOS Humanity steht für mehr Menschlichkeit auf dem Mittelmeer.

Spende jetzt für die Seenotrettung!
SOS Humanity
IBAN: DE 04 1005 0000 0190 4184 51
sos-humanity.org/spenden



„Der Schuh“ macht im Februar zu

SEELZE (KÖ). Woranuch Möller, der Pächterin des Schuh-Fachgeschäftes „Der Schuh“ in der Bremer Straße in Seelze, steht das Bedauern ins Gesicht geschrieben, wenn sie ihren Kunden sagt „Ich schließe Mitte Februar“. „Ich habe mir diesen Schritt lange überlegt, denn ich bin in der Schuhbranche groß geworden und berate meine Kunden gern und nach bestem Wissen und Gewissen“. Aber sie hat vergeblich nach einer Fachverkäuferin gesucht, die sie zumindest teilweise entlasten kann.

Das habe dazu geführt, dass sie in den letzten drei Jahren kaum Urlaub machen konnte. „Ich möchte gern leben und

das Zusammensein mit meiner Familie nicht immer nur auf einige Stunden beschränken müssen“, bricht es aus ihr heraus. Sie hat seit der Übernahme des Fachgeschäftes vor 16 Jahren viel Kraft in den Aufbau einer Stammkundschaft gesteckt. Das ist auch gelungen, aber vornehmlich in den umliegenden Seelzer Stadtteilen sowie in Marienwerder, Havelse, Garbsen, Berenbostel und Osterwald. „Die Seelzer selbst waren und sind bis heute sehr zurückhaltend“. Ein Beispiel dafür ist in der unmittelbaren Nähe auch der Seelzer Wochenmarkt, der nahezu seit seiner Einrichtung vor sich hin darbt.



Schweren Herzens gibt Woranuch Möller ihr Schuh-Fachgeschäft in der Bremer Straße auf. Foto: Kögel

Bis Mitte Februar lohnt sich auch für die Einheimischen der Weg in die Bremer Straße, denn

Woranuch Möller hat die Preise für den Ausverkauf radikal gesenkt.

Nasse Keller? Feuchte Wände? Undichter Balkon?

- über 25 Jahre Erfahrung
- 10 Jahre Gewährleistung
- TÜV-zertifiziert
- qualifiziertes Fachpersonal
- Festpreis- & Sauberkeitsgarantie

BDSF
Fachbetrieb für Bauteenschutz

innotech
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke

Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60



Bei Blähungen, Völlegefühl und Magenkrämpfen: Bauch und Magen schnell entspannen

„Essen macht mir überhaupt keinen Spaß mehr – danach hab‘ ich nur Probleme!“ Wer hat das nicht schon selbst erlebt? Dabei ist es überhaupt nicht nötig, nach dem Essen unter Magenkrämpfen zu leiden oder verschämt Blähungen zu unterdrücken. Dank GASTEO Magen-Tropfen kehrt die Freude am Genuss zurück.

EINZIGARTIGE HEILPFLANZEN-KOMBINATION

Einzigartig und so nur in GASTEO

Magen-Tropfen, sorgen sechs clever kombinierte natürliche Wirkstoffe für eine deutlich spürbare, schnelle „Erste Magen- und Verdauungshilfe“. Bitterstoffe aus Wermut-, Benediktenkraut und Angelikawurzel steigern rasch die Speichelproduktion und stoßen im Magen-Darm-Trakt die Produktion von Gallensaft und Magensäure an.^{1,2} Dank Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel sowie Kamillenblüten entspannen Magen und Darm.



Endlich wieder ein entspanntes Bauchgefühl

Und da ist es wieder: Das gute Bauchgefühl.

ÜBERALL UND JEDERZEIT – SOFORT BEREIT

Vorbereitung ist alles – auch für unterwegs! Gut, dass GASTEO Magen-

Tropfen im praktischen Dosierfläschchen in jede Tasche passen und nach dem ersten Gebrauch noch ganze zwölf Monate verwendbar bleiben. Damit Essen jederzeit und überall ein Genuss bleibt.

Blähungen? Völlegefühl? Magenkrämpfe?

GASTEO®
hilft Deiner Verdauung über den Berg



Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach!



PZN 10738439, AVP 10,89 €

1 Liszt es al. (2017) PNAS; 114(30). E6260 E6269; 2 Inge Depoortere (2014) Gut; 63:179-190.

GASTEO® Flüssigkeit zum Einnehmen. **Wirkstoffe:** Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Benediktenkraut, Wermutkraut, Kamillenblüten. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Enthält 40 Vol.-% Alkohol.** (Stand: 11/2022). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunnattstraße 20, 76532 Baden-Baden