

Erlös für zwei Kriechtunnel



Mit den Kindern und den Mitgliedern des Organisationsteam freute sich auch die Kita-Leiterin Claudia von Rauchhaupt (rechts) über die neuen Spielgeräte. Foto: privat

LETTER (KÖ). Die Kinder der Kita Pavillion – hinter der Brüder-Grimm-Schule gelegen – konnten sich dieser Tage über zwei neue Krabbel-Tunnel freuen. Gesponsert wurden sie von der Flohmarktgruppe Letter, die bislang zehn Flohmärkte ausgerichtet und den Überschuss aus den Standgebühren jeweils für Anschaffungen in den Krippen, Kindertagesstätten, den Schulen sowie für die „Quelle“, dem Trägerverein der Schwimmbadhalle im Stadtteil, spendete. Da geteilte Freude in der Regel auch doppelte Freude

ist, nahmen auch die Organisatoren Gaby Bertram, Karin Schallhorn, Wolfgang Gleitz, Ralf Systemans und Ortsbürgermeister Rolf Hackbarth an der Übergabe der Krabbel-Tunnel teil.

Der nächste Flohmarkt findet am Sonntag, 1. Juni, von 11 bis 15 Uhr – wieder nur für private Anbieter – auf dem Schulhof der Brüder-Grimm-Schule statt. Die Standgebühr beträgt 3 Euro pro laufende Meter. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Flohmarktstände können ab 10 Uhr aufgebaut werden.

Stadtmeisterschaft im Pétanque

PETANQUE. Alle sechs Boule spielenden Vereine in Garbsen werden auch in diesem Jahr wieder in Hin- und Rückspielen um die „Stadtmeisterschaft der Vereine in Garbsen“ kämpfen. Los geht es am 22./23. April.

An dem jährlichen Wettbewerb nehmen die Boulesparten der Vereine SV Frielingen, TSV Horst, SV Wacker Osterwald, TSV Schloß-Ricklingen und TSV Stelingen, sowie die BSG der Stadt Garbsen teil. Letzter Spieltag ist am 16./17. September, an dem dann der siegrei-

chen Mannschaft der neue Wanderpokal überreicht wird. Die Beschaffung des neuen Wanderpokals für den Boulesport wurde von der Stadt Garbsen unterstützt. Zuschauer sind sehr willkommen.

Die Spiele beginnen immer um 16 Uhr. Der komplette Spielplan steht im Internet unter <https://www.tsv-stelingen.de/boule>. Weitere Auskünfte gibt es auch telefonisch beim Organisator Klaus Ludwig, Telefon (0151) 70006164.

Stadt Seelze zeichnet Rüdiger Arndt mit der Ehrenmedaille aus

SEELZE. Für seine großen Verdienste um das Gemeinwohl hat Rüdiger Arndt die Ehrenmedaille der Stadt Seelze erhalten. Mehr als 43 Jahre lang war der Letteraner in der Kommunalpolitik tätig und prägte diese unter anderem als Ortsratsmitglied, Ratsherr und nicht zuletzt als stellvertretender Ortsbürgermeister entscheidend mit.

„Dein kommunalpolitisches Wirken verdient unseren höchsten Respekt“, sagte Bürgermeister Alexander Masthoff bei der feierlichen Übergabe der Medaille im Rathaus. „Mit der Niederlegung deines Mandats im Ortsrat Letter geht eine beeindruckende Ära zu Ende, die von Einsatz, Verantwortung und Herzblut geprägt war“, betonte er.

Seit November 1981 bis September 1991 sowie von 2012 bis 2021 hat sich Rüdiger Arndt im Ortsrat Letter engagiert und sich dort unermüdlich für die Be-

lange der Bürgerinnen und Bürger eingesetzt. Von 1986 bis 1991, von 2006 bis 2011 sowie von 2016 bis 2021 war er darüber hinaus Mitglied des Rates der Stadt Seelze. In dieser Funktion habe er sich über die Jahre in allen Ausschüssen mit großer Sachkenntnis und Leidenschaft eingebracht, hob Alexander Masthoff hervor.

Von 2006 bis 2011 war Rüdiger Arndt zudem Mitglied der Letter-Fit-Kommission. Damit habe er einen bedeutenden Beitrag für dieses wichtige Projekt für eine soziale Stadt geleistet. Ebenso engagierte er sich als stellvertretendes Mitglied im Zweckverband der Volkshochschule Calenberger Land und habe somit zur Weiterentwicklung der Bildungsangebote in der Region Hannover beigetragen. Darüber hinaus war Rüdiger Arndt über viele Jahre als Schöffe am Amtsgericht Hannover aktiv.

Mit der Verleihung der Ehrenmedaille drücke die Stadt Seelze im Namen aller Bürger den tief empfundenen Dank und die große Anerkennung für all diese Leistungen aus. „Dein Wirken war und ist von unschätzbarem Wert für unsere Stadt und insbesondere für die Menschen in Letter“, unterstrich Alexander Masthoff.

„Ich war all die Jahre mit Freude dabei und habe über die politische Arbeit viele Freundschaften in der Bevölkerung und im Rat geschlossen – aber irgendwann muss auch Schluss sein“, sagt Rüdiger Arndt sichtlich gerührt nach der Übergabe der Ehrenmedaille.

Neben Bürgermeister Alexander Masthoff waren die beiden stellvertretenden Bürgermeister Nadine Pfeiffer und Wilfried Nickel, CDU-Fraktionsvorsitzender Dr. Jens Willms sowie Letter Ortsbürgermeister Ralf Hackbarth bei der Verleihung anwe-



Besondere Auszeichnung: Bürgermeister Alexander Masthoff (links) überreicht die Ehrenmedaille der Stadt Seelze an Rüdiger Arndt. Mehr als 43 Jahre lang prägte der Letteraner die Kommunalpolitik – in den vergangenen Jahren unter anderem als stellvertretender Ortsbürgermeister. Foto: Stadt Seelze

send und drückten ihren Dank und ihre Glückwünsche für die herausragende Arbeit von Rüdiger Arndt aus. „Auch wenn ich jetzt politisch weniger aktiv sein werde, wird wohl trotzdem kei-

ne Langeweile aufkommen. Es gibt noch genug anderes zu tun“, freute sich Rüdiger Arndt über die zusätzliche freie Zeit, die nach seinem politischen Ausscheiden folgt.

Wildbienen auf Spielplätzen: Für spielende Kinder besteht keine Gefahr

SEELZE. Mit den steigenden Temperaturen sind auch die Wildbienen wieder aktiv – unter ihnen auch die Weiden-Sandbiene (*Andrena vaga*), die zu den häufigeren Wildbienen-Arten in Deutschland zählt. Sie kann seit Mitte März bis etwa Ende April beobachtet werden kann, unter anderem auf mehreren städtischen Spielplätzen. Die gute Nachricht: Die Tiere sind völlig harmlos und bedeuten keine Gefahr für spielende Kinder.

„Die Weiden-Sandbiene gehört zu den ersten heimischen Be-

stäuberinsekten, die im Frühjahr aktiv werden“, erläutert Sybille Brenner von der städtischen Abteilung Umwelt, Klima & Friedhöfe. Wie alle heimischen Bienenarten sind auch die Weiden-Sandbienen nach der Bundesartenschutzverordnung besonders geschützt.

Anders als Honigbienen leben die meisten Wildbienen-Arten solitär, das heißt, sie bilden keine Staaten. Auch die Weiden-Sandbiene legt ihre Nester einzeln an, jedoch kann es an manchen Stellen zu einer Ansammlung mehre-

rer Nester kommen. Für den Nestbau nutzt die Weiden-Sandbiene größtenteils unbewachsene, sandige Flächen. In diesen selbstgegrabenen Erdnestern legt das Weibchen ihre Eier und versieht die Brutkammern mit Proviant für die Larven, bestehend aus Weidenpollen und -nektar, bevor sie die Kammern mit Sand verschließt. Im Laufe des Jahres entwickeln sich die Larven zu ausgewachsenen Weiden-Sandbienen, die im folgenden Frühjahr schlüpfen. „Auch in Seelze kommen auf einzelnen Spielplätzen Wei-

den-Sandbienen vor“, sagt Sybille Brenner. Unter anderem fühlen sie sich auf dem Spielplatz an der Döteberger Straße sowie auf dem Spielplatz Im Brünfeld in Lohnde wohl. „Problematisch ist ihr Vorkommen auf den Spielplatzflächen allerdings nicht: Für spielende Kinder besteht keine Gefahr“, betont sie. „Zum einen sind die Weiden-Sandbienen wie die meisten Wildbienen-Arten nicht angriffslustig, zum anderen haben sie zwar einen Stachel, dieser kann die menschliche Haut jedoch nicht durchdringen.“

Zudem seien Weiden-Sandbienen nur temporäre Gäste auf dem Spielplatz. Da sie auf den Nektar und Pollen von Weiden spezialisiert sind, ist ihre Flugzeit auf den Blütezeitraum der Weiden beschränkt und endet meistens schon Ende April.

Selbst bei starkem Flugverkehr bestehe somit kein Grund zur Beunruhigung. Stattdessen können die nistenden Wildbienen für Naturbeobachtungen genutzt werden und so das Interesse der Kinder an ihrer Umwelt wecken.

ANZEIGE

Kinderleichte Lösung bei Verstopfung



Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen, und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? Dieses Problem kennen viele – auch die Jüngsten sind oft betroffen. So können Sie gegensteuern!

Stuhl Schmerzen oder es bleibt das ständige Gefühl einer nicht vollständigen Darmentleerung zurück. Was kann man tun, damit es gar nicht so weit kommt?

HARTER STUHL – EIN PROBLEM FÜR DIE GANZE FAMILIE

Die Vorstufe einer Verstopfung ist in der Regel harter Stuhl. Auslöser dafür sind etwa eine ballaststoffarme Ernährung aber auch Stress sowie ein mehrmaliges Aufschieben des Toilettengangs. Gerade Kin-

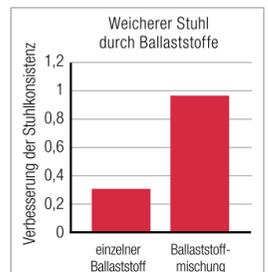
der sind hier häufig betroffen – denn einerseits halten sie den Stuhlgang häufiger zurück (z.B. aufgrund von Scham in der Schule) und andererseits bevorzugen sie häufig ballaststoffarme Lebensmittel, wie Weißbrot statt Vollkornbrot. Hinzu kommt, dass es gerade im stressigen Familienalltag ohnehin bereits schwer genug ist, täglich ballaststoffreich zu kochen. In jedem Fall gilt es, schnell zu handeln und zwar noch bevor aus dem harten Stuhl eine hartnäckige Verstopfung wird. Wir haben uns an-

gesehen, wie man am besten gegensteuert.

WIE HELFEN BALLASTSTOFFE?

Als schnelle und praktikable Lösung empfehlen medizinische Leitlinien die Einnahme eines Ballaststoff-Präparates. Anders, als der Name „Ballaststoffe“ vermuten lässt, sind sie keineswegs eine „Last“. Im Gegenteil: bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quellereffekt rasch die Darmbewegung an und sorgen gleich-

zeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz. Entscheidend ist hierbei jedoch, dass man sie schlau miteinander kombiniert. Denn während einzelne Ballaststoffe wie z. B. Flohsamen, Guarkernmehl oder Papayamus zwar bereits für sich allein genommen gut wirken, zeigen Studien, dass eine Kombination unterschiedlicher Ballaststoffe den weitaus besten Effekt bei hartem Stuhl erzielt.* Geprüfte Qualitätsprodukte mit solchen Ballaststoff-Kombinationen finden Sie in der Apotheke.



*Christodoulides S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.

PFLANZLICHE INNOVATION AUS DER APOTHEKE

Das fruchtige Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv enthält eine Kombination 5 verschiedener pflanzlicher Ballaststoffe (Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras, Yaconwurzel). Diese sorgt insbesondere dank Flohsamen für eine rasche Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung – in der Regel bereits nach 1 bis 2 Einnahmen. Das Trinkpulver wird einfach in ca. 0,25 Liter Wasser gelöst und ein- bis zweimal täglich getrunken. Besonders bei jüngeren Betroffenen kommt auch zugute, dass das pflanzliche Getränk durch seinen fruchtigen Geschmack gerne getrunken wird. Im Gegensatz zu herkömmlichen Abführmitteln bleiben aufgrund der rein pflanzlichen Formulierung auch die häufig gefürchteten Gewöhnungseffekte aus.



„Meine Tochter (7) hatte oft Verstopfung, doch mit Dr. Böhm® Darm aktiv haben wir eine sanfte, natürliche Lösung gefunden. Wir können es bei Bedarf einsetzen, ohne einen Gewöhnungseffekt zu befürchten.“

Tipp bei hartem Stuhl

Dr. Böhm® Darm aktiv

NEU

- ✓ Angenehm weicher Stuhl¹
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)

¹Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.