

Ohrenschmaus „Kalter Kaffee“ verspricht virtuosen Kabarettgenuss zu Thüringer Spezialitäten

SEELZE. Zu einem musikalisch-satirischen Vergnügen lädt die Kulturinitiative Seelze (KiS) für Freitag, 26. September, um 19.30 Uhr ein. Beim Ohrenschmaus mit dem Kabarett-Duo „Kalter Kaffee“ aus Erfurt kann sich das Publikum im Veranstaltungszentrum Alter Krug, Hannoversche Straße 15a, auf einen humorvollen Abend voller Musik, Wortwitz und Selbstironie

freuen. „Kalter Kaffee“ steht für Klavier, Gitarre, kluge Texte und eine gehörige Portion „Gesichtsfasching“. Das Ergebnis sind virtuos-instrumentale Darbietungen gepaart mit viel Humor und mitreißendem Entertainment, mit dem das Duo auf zahlreichen Kabarettbühnen Thüringens schon seit Langem begeistert. Passend zum musikalischen Programm serviert die

KiS einen Thüringer Spezialitätenteller, der im Eintrittspreis enthalten ist und einen doppelten Genuss verspricht. Der Ohrenschmaus mit dem Duo „Kalter Kaffee“ ist Teil des Jahresprogramms der Kulturinitiative Seelze (KiS) in Zusammenarbeit mit dem Kulturbüro der Stadt Seelze. Karten zum Preis von 25 Euro sind im Vorverkauf im Buch- und Schreibwa-

ren-Fachgeschäft Schreib Gut(h), Hannoversche Straße 13a, sowie im Internet unter anderem über die Seite www.kis-seelze.de beim Ticketanbieter Eventim erhältlich. Für diejenigen, die kein Essen möchten, gibt es Karten für 15 Euro an der Abendkasse. Weitere Informationen erhalten Interessierte im Kulturbüro der Stadt Seelze unter Telefon

(05137) 828284 oder per E-Mail an kulturbuero@stadt-seelze.de.

Das Kabarett-Duo „Kalter Kaffee“ begeistert mit virtuoso gespielter Musik, klugen Texten und einer guten Portion Selbstironie – ein Ohrenschmaus für Herz, Kopf und Lachmuskeln zugleich. Foto: Stadt Seelze



Osterwald

Menschen & Märkte

SONDERVERÖFFENTLICHUNG

Gastritis - wenn es dem Magen nicht gut geht

DAS GRIECHISCHE WORT GASTRITIS BEZEICHNET EINE ENTZÜNDUNG DER MAGENSCHLEIMHAUT, DIE AKUT ODER CHRONISCH VERLAUFEN KANN. SYMPTOME DER AKUTEN GASTRITIS SIND MAGENSCHMERZEN, ÜBELKEIT UND VÖLLEGEFÜHL. EINE CHRONISCHE GASTRI-

TIS VERLÄUFT OFT OHNE SYMPTOME. DER MAGEN HAT FÜR DIE NAHRUNGS-AUFNAHME UND DEREN VERARBEITUNG EINE ENTSCHEIDENDE BEDEUTUNG. ER FÜGT DER KLEIN ZERKAUTEN UND MIT SPEICHEL DURCHSETZTEN NAHRUNG DEN MAGENSAFT ZU. ERST DANN IST DER SPEISEBREI FÜR DEN DARM GEEIGNET.

Der Magen gibt den Mageninhalt in kleinen Portionen an den Darm ab. Das steuert ein spezieller Muskel, der Magenpförtner. Ein raffiniertes System des Körpers sorgt dafür, dass der Speisebrei portionsgerecht aufgeteilt wird: Der Magenpförtner bleibt immer solange geschlossen, bis im Zwölffingerdarm der aus dem Magen kommende saure Nahrungsbrei neutralisiert ist.

Sehr wichtig ist die Produktion von Magenschleim. Diese Schleimschicht ist immerhin einen Millimeter dick und schützt die Magenwand vor der eigenen aggressiven Magensäure. Ist das Gleichgewicht zwischen magenangreifenden und magenschützenden Stoffen gestört, kann das zu erheblichen Problemen bis hin zu ernsthaften Erkrankungen führen. Verschiedene Faktoren können diese Schutzschicht aus Schleim angreifen oder dazu führen, dass zu viel Magensäure entsteht. Eine mögliche Folge ist dann eine Gastritis. In der Medizin werden dabei zwei Formen unterschieden: Die akute Gastritis beginnt sehr plötzlich, heilt dafür aber relativ rasch wieder aus.

Die Gastritis kann aber auch schleichend und dauerhaft verlaufen, sie wird dann als chronische Gastritis bezeichnet. Eine akute Gastritis kann sehr leicht in einen chronischen Verlauf übergehen.



Dr. Erdal's Gesundheitstipps

Wie schnell die Magenschleimhaut empfindlich reagiert, zeigt sich bei vielen Menschen schon, wenn sie über einen längeren Zeitraum hinweg viel Alkohol, Kaffee und Zigaretten konsumieren. Negativ auf den Magen wirkt sich auch psychischer oder körperlicher Stress aus.

Eine weitere Gefahr droht auch bei der Einnahme bestimmter Medikamente wie Cortison oder nichtsteroidalen Antirheumatika. Diese führen meist zu einer akuten Gastritis, also einer Einzelreaktion der Magenschleimhaut aufgrund einer außergewöhnlichen Reizung. Deshalb werden oftmals bei Medikamenten, von denen diese Nebenwirkungen zu erwarten sind, noch zusätzlich schonende Magenmittel verschrieben.

Am häufigsten wird eine Gastritis vom Typ B diagnostiziert. Sie wird durch das Bakterium Helicobacter pylori verursacht, welches viele Menschen in sich tragen, ohne jemals zu erkranken. Das heißt folglich, dass allein die Anwesenheit des Keims noch keine Gastritis verursacht. Erst wenn dadurch die Regulation der Magensäureproduktion aus dem Gleichgewicht gerät, treten die Symptome auf.

Viele Aktionen und Angebote beim Heitlinger Herbstmarkt

HEITLINGEN (KÖ). Seit vielen Jahren laden die Heitlinger Ortsfeuerwehr, der Schützenverein Germania und die „Heitlinger Jungs“ zum Herbstmarkt auf

dem Heitlinger Gut ein. Mehr als 60 Helferinnen und Helfer werden am kommenden Sonntag die Besucher aus nah und fern mit kulinarischen Köstlichkeiten

in flüssiger und fester Form verwöhnen, wobei ab 14 Uhr die große Kaffeetafel mit über 60 Torten ins Auge sticht. Für die musikalische Unterhaltung sorgt erstmals das Young Spirit Orchestra aus Kaltenweide.

Wie immer werden kunsthandwerkliche Produkte wie Holzarbeiten, Schmuck und Mode sowie frisches Obst und Gemüse, Blumen und Gestecke und Kürbisse in allen Größen angeboten.

Die Kinder und Jugendlichen können bei der Feuerwehr Löschübungen absolvieren, bei den Schützen mit dem Blasrohr schießen oder einfach nur in der Hüpfburg toben.

Wer eine Radtour zum Herbstmarkt unternehmen möchte, kann sie mit einem Besuch am Stand des ADFC Garbsen verbinden und sein Zweirad codieren lassen. Allerdings muss er einen

Eigentumsbeleg vorweisen. Autofahrern stehen ausreichend Parkplätze zur Verfügung.

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

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.
419601_002625

JÄKEL
Klaus-Dieter
Sanitär | Heizung | Solar | Service
Hauptstr. 134 A
30826 Garbsen
05131-54005
05131-54930
klaus-dieter.jaekel@web.de
4012101_002625

INNES elektro GmbH
Kleine Straße 20 · 30826 Garbsen
Tel. 0 51 31 / 60 03
Fax 0 51 31 / 47 81 91
- Planung
- Wartung
- Kunden- und Nordienst
- Beleuchtung
- Elektroheizung
4012101_002625

DATA C
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
33314701_002624

Tafel Garbsen sammelt haltbare Lebensmittel in Osterwald

OSTERWALD. Zum dritten Mal in diesem Jahr veranstaltet die Tafel Garbsen die Lebensmittel-Sammelaktion „Kauf eins mehr“: Am Freitag, 5. September, stehen die Ehrenamtlichen vor dem EDEKA-Markt in Osterwald bei EDEKA Kirchhoff, Hauptstr. 169, und bitten die Osterwalder Bürgerinnen und Bürger darum, ein oder mehrere haltbare Lebensmittel zu kaufen und es anschließend am Tafelstand zu spenden. Gleichzeitig sorgen die Ehrenamtlichen in ihren knallorangenen Schürzen für

eine deutliche Sichtbarkeit der Tafel Garbsen. Sie werben damit nicht nur für eine Lebensmittel-spende sondern auch um Interessenten, die bereit sind, sich im Tafel-Team zu engagieren. Sei es als Fahrer, beim Sortieren der Waren oder bei der Ausgabe am Mittwoch oder Samstag: Die Tafel braucht dringend Verstärkung!

Interessenten können sich gerne bei Ursel Teubert unter Telefon (0163) 2439708 melden und einen Termin zum „Schnuppern“ vereinbaren.



Bei schönem Wetter werden Festzelt und Stände gut besucht sein. Foto: privat

Energieversorger Avacon zeichnet SV Wacker Osterwald aus

OSTERWALD. 2023 hat der regionale Energieversorger Avacon den Lokal Pokal ins Leben gerufen, einen Wettbewerb, der das vielfältige und engagierte Wirken gemeinnütziger Vereine in der Region Hannover sichtbar macht. Seitdem wurden in mehreren regionalen Clustern jeweils drei Projekte ausgezeichnet, die mit kreativen Ideen und großem Einsatz das Miteinander vor Ort stärken. Jedes Gewinnerprojekt erhält ein Preisgeld in Höhe von 1.000 Euro. Zusätzlich erhalten alle weiteren Bewerber eine Anerkennungsprämie in Höhe von 100 Euro als Zeichen der Wertschätzung.

Mit der Würdigung der Gewinnereine aus den Clustern Nord (Wedemark, Burgwedel, Langenhagen, Isernhagen) und West (Neustadt am Rübenberge, Wunstorf, Garbsen, Seelze) geht die aktuelle Wettbewerbsrunde nun zu Ende. Auch dieses Mal überzeugten die ausgezeichneten Projekte durch ihre gesellschaftliche Relevanz, ihren inklusiven Ansatz und den konkreten Nutzen für die Menschen vor Ort.

Im Cluster West wurde unter anderem der SV Wacker Osterwald aus Garbsen ausgezeichnet, der mit einem inklusiven Selbstverteidigungskurs für Menschen mit und ohne Handicap überzeugte. Das Projekt vermittelt praktische Techniken zur Selbstverteidigung und Gewaltprävention durch ein professionelles Jiu-Jitsu-Trainer-Team und stärkt damit nicht nur das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden, sondern auch ihre soziale Teilhabe.



FOTO: PRIVAT

Lange für sein langjähriges Ehrenamt geehrt



OSTERWALD. Im Rahmen der Sportlerehrung 2025 der Stadt Garbsen, moderiert von Christoph Dannowski, wurde Thorsten Lange vom SV Wacker Osterwald (rechts) am Samstag auf der Bühne vor dem Rathaus von Garbsen Bürgermeister Claudio Provenzano (links) für sein Engagement im Ehrenamt für seinen Sportverein geehrt. Er bekam ein graviertes Etui mit Kugelschreiber aus Holz und eine Flasche Wein als Dank überreicht. Der Vorsitzende des Regionsportbund Hannover e.V. (RSB), Ulf Meldau, nutzte die Gelegenheit und überreichte ihm eine Urkunde und Jutebeutel mit nützlichen Geschenken vom RSB und bedankte sich auch im Namen aller Sportler der Region. Foto: privat

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
33314401_002624

ZAUNHAFT IDEEN!
Klingenberg
...wenn es um Zäune geht!
Verkauf - Montage - Reparatur
0 51 31 / 4 58 50
Fax 0 51 31 / 5 63 82
Hansonstraße 26 - 30826 Garbsen / OT Osterwald
www.klingenberg-zaeune.de
Gitterzäune - Drahtzäune - Holzzäune
Betonsockel - Kunststoffzäune - Sichtschutz
Pergolen - Carports - Gerätehäuser
Sonderanfertigungen - Toranlagen
2974101_002625

Gartenanlage/Pflege Pflasterarbeiten Hausmeisterdienste Sanders GmbH
Hauptstraße 158 A
30826 Garbsen
OT Osterwald
Tel. 05131/44 25 37
Mobil (0172) 511 18 55
2974801_002625

Herbstmarkt auf dem Heitlinger Gut
Wir bieten an:
Verschiedene kunsthandwerkliche Produkte
Unsere Spezialitäten:
Frisches Obst/Gemüse Schmidts Hoffladen, Schmuck, Mode, Kürbisse, Blumen und Gestecke, Holzarbeiten
Für das leibliche Wohl:
Tortenbuffet ab 14 Uhr
Bratwurst, Pommies, Fischbrötchen, Gutshof Suppe, Federweißer und Zwiebelkuchen, Pilzpfanne, leckere Weine und kaltes Bier
Für die Kinder und Jugendlichen:
Löschen mit der Freiwilligen Feuerwehr, Ausstellung der Schützenjugend/Blasrohrschießen, Hüpfburg für die jüngsten Besucher
Codierung durch den ADFC Garbsen Kommt gerne mit dem Rad
Musikalische Unterhaltung durch das Young Spirit Orchestra Kaltenweide
Gut Heitlingen - Vor den Höfen 40 - 30826 Garbsen/Heitlingen
Sonntag, 07. September 2025
12 - 17 Uhr
27530301_002625