



# Staffelübergabe bei Astrid und Lukas Gehrke

### Die VLH-Beratungsstelle bietet unkomplizierte Unterstützung bei der Einkommensteuererklärung

Der Jahreswechsel 2025 / 2026 markiert einen bedeutenden Meilenstein für die in Garbsen-Osterwald Oberende beheimatete Beratungsstelle des Lohnsteuerhilfevereins Vereinigte Lohnsteuerhilfe e. V. (VLH). Nach über drei Jahrzehnten übergibt Astrid Gehrke, die die Beratungsstelle 1995 eröffnet und darüber hinaus als VLH-Regionalleiterin 25 Jahre lang wichtige Impulse in der gesamten

Region gesetzt hatte, die Leitung an ihren Sohn Lukas Gehrke und sichert damit den Fortbestand des Familienunternehmens im VLH-Verbund.

Lukas Gehrke, seit 2017 Steuerberater und seit Mai 25W024 selbstständig, bietet gemeinsam mit seiner Mutter weiterhin Unterstützung bei der Einkommensteuererklärung für Arbeitnehmer, Beamte, Auszubildende, Studie-

rende, Rentner, Pensionäre und Unterhaltsempfänger. Auch bei Einkünften aus Vermietungen oder Kapitalvermögen von bis zu 18.000 Euro pro Person und Jahr ist er der geeignete Ansprechpartner. Besonders für Rentner gewinnt die Beratung an Bedeutung, da Rentenerhöhungen häufig zu einer Pflicht zur Abgabe der Einkommensteuererklärung führen.

Lukas und Astrid Gehrke unterstützen auch bei der Steuerklassenwahl, stellen alle Anträge auf Steuerermäßigung und übernehmen die komplette Kommunikation mit dem Finanzamt, und das für einen pauschalen Mitgliedsbeitrag, der sich fair gestaffelt nach dem Einkommen richtet. Sämtliche Leistungen stehen im Rahmen einer Mitgliedschaft bei der VLH, dem größten Lohnsteuerhilfeverein Deutschlands, zur Verfügung.

Über eine Million Mitglieder vertrauen jährlich auf die Unterstützung der VLH-Beratungsstellen – und der Beratungsbedarf nimmt stetig zu, wie auch Lukas und Astrid Gehrke seit Jahren beobachten. Daher sucht das Team aktuell dringend Verstärkung: „Steuerfachangestellte mit Freude an Einkommensteuererklärungen sind jederzeit willkommen“, so Astrid Gehrke.



Astrid Gehrke übergibt die Leitung der VLH-Beratungsstelle in Garbsen-Osterwald Oberende an ihren Sohn Lukas Gehrke.

FOTO: Ramin Faridi

# Harmonische Hauptversammlung der Unterender Schützen

**OSTERWALD.** Auf der Jahreshauptversammlung des Schützenvereins Osterwald Unterende begrüßte der 1. Vorsitzende Bert Freund Ortsbürgermeister Norbert Gehrke und den Vertreter des Kreisschützenverbandes Neustadt, Jens Stuhlemmer. Zehn neue Mitglieder gab es im vergangenen Jahr. Der 2. Vorsitzende Fabian Feise ließ mit einem Dank noch einmal die wichtigsten Feste Revue passieren. Dennis Lehmann berichtete über das erfolgreiche Schützenfest. Auch 2026 wird wieder ein großes Fest gefeiert, für das schon viele Attraktionen feststehen. Der Kreisvorsitzende Jens Stuhlemmer ehrte gemeinsam

mit Fabian Feise folgende Mitglieder: KSSV Bronze: Dany Rittermann, Jannis Ruhnke; KSSV Neustadt Silber: Dirk Bollhorst, Peter Murr, Christoph Weckesser, Chris Wichmann; NSSV Silber: Jule Rittermann, Andreas, Patrizia, Dany und Chris Wichmann, Ingo Krüger, Olaf Klingenberg (für 15 Jahre Mitgliedschaft); DSB Silber: Maik Goldschmidt (25 Jahre Mitgliedschaft); DSB Gold: Petra Nordmeyer, Ludwig Göcke, Ralf Giesemann (40 Jahre Mitgliedschaft). Für Sigrid Spintge, Anja Bollhorst, Frank Weiß und Andreas Wichmann gibt es eine Ehrung auf dem Kreisschützenfest. Die silberne Präsidentennadel

für besondere Verdienste als Vorsitzender erhielt Bert Freund. Herausragende sportliche Leistung 2025 war die Teilnahme von Sigrid Spintge an den Deutschen Meisterschaften der Sportschützen. Bei den Wahlen wurden alle Amtsinhaber einstimmig in ihren Ämtern bestätigt. Als neue Kassenprüferin kam Gaby Murr ins Amt.

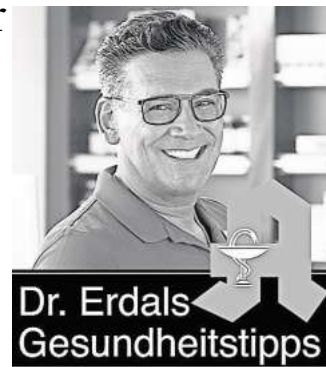
Das Foto zeigt (von links) den 1. Vorsitzenden Bert Freund und die 2. Vorsitzenden Fabian Feise und Dennis Lehmann.

Foto: privat



## Asthma im Winter

Zunächst einmal können Asthmatiker im Winter aufatmen, denn sie haben nun Ruhe vor den Pollen, die das allergische Asthma auslösen. Diejenigen, die unter chronischem Asthma leiden, haben jedoch insbesondere bei kalten Temperaturen oft Atemprobleme. Asthma ist eine der verbreitetsten chronischen Erkrankungen in den Industrienationen – und dies mit steigender Tendenz. Nach Schätzungen leiden fünf Prozent aller Erwachsenen, aber schon zehn Prozent aller Kinder und Jugendlichen unter Asthma. Die Ursache liegt in Entzündungen der Atemwege, die auf verschiedene Reize überempfindlich reagieren und zeitweise verengt sind. Zu den wichtigsten Formen gehören das allergische, das nicht-allergische und das gemischtförmige Asthma. Beim allergischen Asthma rufen Allergene wie Pflanzpollen, Schimmelpilze oder Hausstaubmilben übersteigerte Abwehrmechanismen in der Bronchialschleimhaut hervor. Auch chemische Stoffe können Auslöser der Beschwerden sein, insbesondere Zigarettenrauch in geschlossenen Räumen ist ein Risikofaktor. Beim gemischtförmigen Asthma können sowohl eine Allergie als auch nicht-allergische Reize zu Atemnot führen. Die verschiedenen auslösenden Reize können sich auch gegenseitig verstärken. Sonderformen sind das Anstrengungsasthma, bei dem ein Anfall nach einer körperlichen Anstrengung bzw. sportlicher Aktivität entsteht, sowie das Medikamenteninduzierte Asthma, bei dem die Reaktion durch bestimmte Schmerz- oder Rheumamittel provoziert wird. Eine weitere Sonderform ist das kalteinduzierte Asthma. Hier sind Kälte sowie kalte, neblige Luft die hauptsächlichsten Auslöser von Asthmaanfällen. Kälte kann die Atemwege reizen und so zu einer Verengung führen. Allerdings ist es selten, dass das kalteinduzierte Asthma als reine Form auftritt, häufig führen niedrige Temperaturen auch bei Menschen mit anderen asthmatischen Beschwerden zu



Dr. Erdal's Gesundheitstipps

Problemen. Insbesondere der Wechsel aus einem warmen Raum zur kalten Außenluft kann diesen Prozess verstärken. Um sich zu schützen, sollte man, wenn man ins Freie kommt, durch die Nase ein- und durch den Mund ausatmen. Beim Einatmen durch die Nase wird die kalte Luft angewärmt, der Kältereiz bleibt aus. Verstärken kann man diesen Effekt, indem man sich einen Schal um den Kopf wickelt. Wichtig ist insbesondere in der kalten Jahreszeit, die Wohnung richtig zu lüften, um eine ausreichende Luftfeuchtigkeit zu gewährleisten. Stoßlüften ist hier sinnvoll: zwei Mal täglich fünf bis zehn Minuten die Fenster weit öffnen. Ansonsten kann die trockene Heizungsluft eine chronische Entzündung verstärken, auch Infektionen haben ein leichteres Spiel. Für einen akuten Anfall sollten Betroffene immer ein krampflösendes Spray zur Verfügung haben. Zudem gilt es, die chronische Entzündung der überempfindlichen Schleimhaut zu behandeln: Eine Dauertherapie mit Sprays oder Pulver zum Inhalieren verhindert die Entzündung der Bronchialschleimhaut.

## Gemeinsam statt Einsam

**OSTERWALD.** Die Senioren der Kirchengemeinde Osterwald beginnen das neue Jahr am Mittwoch, 4. Februar, um 14.30 Uhr im Gemeindehaus mit einem humorvollen Kaffeemittag. Johanna Buchmann präsentiert mit einem Handpuppenspiel für Erwachsene unter dem Motto „Kindermund tut Wahrheit kund – Alice im Warzezimmer“ Anregungen zum Schmunzeln, Lachen und Nachdenken. Verbindliche Anmeldung bis 2. Februar bei M. Aschke unter Tel. (05131) 2094 (auch AB) oder unter (05131) 2270 gebeten.



## Letzter Wettkampftag bei den Unterender Schützen

**OSTERWALD.** Am letzten Wettkampftag in der Bezirksliga Neustadt startete die Mannschaft des Schützenvereins Osterwald Unterende mit Gabriele Murr, Anke Lichtatz und Heidrun Feise in Gümmer als zweite der Ergebnisliste gegen die Mannschaft vom SV Gümmer. Heidrun Feise unterlag mit 295 Ring zu 299 Ring, Gabriele Murr verlor

mit 299 Ring zu 300 Ring. Anke Lichtatz gewann mit 294 Ring zu 292 Ring. Somit ging der Sieg mit 2:1 an den SV Gümmer. Trotz dieser Niederlage blieb die Mannschaft auf dem 2. Tabellenplatz hinter dem SV Daverden. Die Siegerehrung führte Horst Bösch durch. Nach der Pokalübergabe wurde der Wettkampf mit einer Kaffeetafel beendet.



Das Foto zeigt (von links) Gaby Murr, Anke Lichtatz, Heidrun Feise.

Foto: privat

**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.  
443601\_002626

## Lange als Kampfrichter bei den Hallen Landesmeisterschaften

**OSTERWALD.** Am Wochenende fanden die Leichtathletik Hallen Landesmeisterschaften U16, U20 und BSN in Hannover statt. Thorsten Lange (Foto) vom SV Wacker Osterwald war am Samstag als Obmann beim Stabhochsprung eingeteilt. Mit übersprungenen mit 4,01 m bei M U16 gab es einen neuen Landesrekord und auch neue Deutsche Jahresbestleistung. Foto: privat

## SPD Osterwald-Heitlingen beim Neujahrsempfang der SPD Garbsen

**OSTERWALD.** Am 18. Januar nahmen Mitglieder der SPD-Abteilung Osterwald-Heitlingen am Neujahrsempfang des SPD-Ortsvereins Garbsen teil. Die Veranstaltung bot Gelegenheit zum Austausch über aktuelle politische Herausforderungen und die kommenden Aufgaben auf kommunaler und regionaler Ebene. Der Bürgermeister der Stadt Garbsen, Claudio Provenzano, sowie der Regionsabgeordnete

Karsten Vogel gaben in ihren Beiträgen Einblicke in die derzeitigen politischen Entwicklungen und die Situation in der Stadt Garbsen sowie in der Region Hannover. Dabei wurden sowohl laufende Projekte als auch zukünftige Vorhaben thematisiert. Der Neujahrsempfang unterstrich die Bedeutung des Dialogs innerhalb der SPD und den gemeinsamen Einsatz für eine soziale, gerechte und zukunftsorientierte Politik vor Ort.

## Unfall zwischen Osterwald und Frielingen

**OSTERWALD.** Auf der K316 zwischen Osterwald und Frielingen an der Ausfahrt B6/Bremer Straße ereignete sich am Freitag, 23. Januar, um 17.45 Uhr ein Verkehrsunfall mit zwei beteiligten PKW. Ein 74-Jähriger aus Neustadt wollte mit seinem VW Passat von der B6 kommend abbiegen und missachtete die

Vorfahrt eines Kia, der Richtung Osterwald unterwegs war. Die 23-jährige Fahrerin aus Wunstorf kollidierte frontal in die Fahrzeugseite des VW. Die Fahrerin wurde durch den Zusammenstoß leicht verletzt und wurde vorsorglich vor Ort durch eine Rettungswagenbesatzung unter-

sucht. An beiden Fahrzeugen entstanden hohe Sachschäden. Die Schadenshöhe wird auf rund 15.000 Euro geschätzt. Die Trümmerteile verteilten sich auf der gesamten Fahrbahn. Die Kreisstraße musste für die Unfallaufnahme einseitig gesperrt werden.

**ROSEN-APOTHEKE DR. ERDAL**  
Ihr Weg zur Gesundheit  
Hauptstraße 228 - 30826 Garbsen/Osterwald  
Telefon 0 51 31 / 45 50 30  
3651501\_002626

**Gartenanlage/Pflege Pflasterarbeiten Hausmeisterdienste Sanders GmbH**  
Hauptstraße 158 A  
30826 Garbsen  
OT Osterwald  
Tel. 05131/44 25 37  
Mobil (0172) 511 18 55  
3480001\_002626

**Roman Westerhof**  
Montage und Wartung von Fenstern und Türen  
• Fenster • Zimmertüren  
• Insekten-schutz • Rollläden  
• Haustüren  
Hauptstraße 221 • 30826 Garbsen  
Tel. (05131) 45 74 17  
www.westerhof-garbsen.de  
Mobil 0172/40 29 857  
3482201\_002626

**ZAUNHAFT IDEEN! Klingenberg**  
...wenn es um Zäune geht!  
Verkauf - Montage - Reparatur  
☎ 0 51 31 / 4 58 50  
Fax 0 51 31 / 5 63 82  
Hanosanstraße 26 - 30826 Garbsen / OT Osterwald  
www.klingenberg-zaeune.de  
Gitterzäune - Drahtzäune - Holzzäune  
Betonsockel - Kunststoffzäune - Sichtschutz  
Pergolen - Carports - Gerätehäuser  
Sonderanfertigungen - Toranlagen  
3483001\_002626

**Barbara Uelschen DATAC**  
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  
3484001\_002626

**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  
3484001\_002626

**JÄKEL**  
Klaus-Dieter  
Sanitär | Heizung | Solar | Service  
Hauptstr. 134 A  
30826 Garbsen  
☎ 05131-54005  
☎ 05131-54930  
✉ klaus-dieter.jaekel@web.de  
3480001\_002626

**Rittermann**  
Malerei- und Lackiermeister  
Osterwald, Molkereistr. 58  
Tel.: 0 51 31- 44 73 63  
3651401\_002626

**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 Notdienst  
- Beleuchtung  
- Elektroheizung  
3484501\_002626