

Feuerwehr Döteberg: Beförderungen, Ehrungen und ein neues Feuerwehrhaus



Das Foto zeigt (von links) Bürgermeister Alexander Masthoff, Kristof Schwake, Rainer Struß, Ernst Wagemann, Jan-Philipp Müller, Lutz Pinkerneil, Andreas Hartmann, Andy Reichstein, Holger Gastrich, Sören Rindfleisch, Michael Lorenz und Christian Kielhorn.

Foto Feuerwehr Döteberg

DÖTEBERG. Am Samstag, 7. Februar, fand die Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Döteberg im Dorfgemeinschaftshaus in Döteberg statt. Es wurden Holger Gastrich und Andy Reichstein zum Hauptfeuerwehrmann, Sören Rindfleisch zum 1. Hauptfeuerwehrmann und Jan-Philipp Müller zum Löschmeister befördert. Lutz Pinkerneil wurde für 40 Jahre Mitgliedschaft in der Feuer-

wehr geehrt. Anna Radtke ist als neues aktives Mitglied aufgenommen worden und Heinrich Volker in die Altersabteilung gewechselt. Somit hat die Feuerwehr Döteberg 35 aktive Mitglieder und neun Kameraden in der Altersabteilung. Im vergangenen Jahr gab es 14 Einsätze. Mit Spannung wird der Spatenstich für das neue Feuerwehrhaus im Laufe dieses Jahres erwartet.

Bald wieder Backtage in Schloß Ricklingen

SCHLOSS RICKLINGEN. Die vielen Aktiven für Wiederaufbau des Backhauses und Planung von regelmäßigen Backtagen rund um Klaus von Fehrn-Stender laden am Sonntag, 15. März, von 15 bis 17 Uhr im Gemeindehaus zu einer Backhaus-Infoveranstaltung ein. Bei Kaffee und Kuchen informieren sie über die Baupläne und wie dann später außer Brot auch Kuchen oder Pizza im neuen Holzbackofen für Feste und Dorfbacktage gebacken werden soll.

Bei den Bauplänen wird gezeigt, wie beim alten Backhaus der Backofen wiederaufgebaut und mit einem Nebengebäude ergänzt werden soll. Alle interessierten Mitbürger sind eingeladen, sich zu informieren, Fragen zu stellen und das Projekt im Rahmen der persönlichen Möglichkeiten vielfältig zu unterstützen. Besonders beim Sanieren und Bauen ist jede helfende und gebende Hand gern gesehen und willkommen.

Musikalische Genussreise mit den Ladies AHOI

Birgit Lünsmann und Natalie Böttcher bringen französisches Flair und Lebensfreude in den Alten Krug

SEELZE (BUDO). Einen guten Griff hat die Kulturinitiative Seelze am letzten Freitag mit dem Engagement von Birgit Lünsmann und Natalie Böttcher getan, denn das Publikum hat den Auftritt des Hamburger Duos im Alten Krug sehr genossen. Zur Einstimmung auf das Konzert wurde den Besuchern ein original französischer Käseteller gereicht.



Instrument des Jahres: Auf ihrem Akkordeon begleitet Natalie Böttcher ihre Kollegin Birgit Lünsmann beim französischen Liederabend.

Hinter Ladies AHOI stehen mit Birgit Lünsmann und Natalie Böttcher zwei erfahrene Künstlerinnen der Hamburger Kulturszene. Beide sind in Gesang, Schauspiel und Akkordeonspiel ausgebildet und seit vielen Jahren auf renommierten Bühnen zu Hause. Seit rund zehn Jahren treten sie gemeinsam auf und verbinden musikalische Virtuosität mit Witz, Charme und einer feinen Balance zwischen Tiefgang und Leichtigkeit.

Nun also waren die Ladies mit ihrem sehens- und hörenswerten frankophilen Programm mit dem eingedeutschten Titel „Wulevu“ im Alten Krug angekommen. Vorab verkündete die russische Akkordeonistin Natalie Böttcher noch, dass das Akkordeon von den deutschen Landesmusikräten zum Instrument des Jahres 2026 gekürt worden ist. Das Instrument wird für seine enorme Vielseitigkeit gewürdigt, die von Barock über Tango bis zu Pop und moderner Musik reicht.

Bei ihrem charmanten „Käse-Wein-Baguette-Konzert“ nahmen die Künstlerinnen das Publikum mit auf eine unterhaltsame Reise durch das französische Chanson- und Pop-Repertoire.



Mit Ausstrahlung und Stimme: Im stilechten Trikolore-Umhang interpretiert Frontlady Birgit Lünsmann französische Chansons im Alten Krug. Fotos: Hans-Werner Burdgraff

Mit den Ladies AHOI ging es in einem Taxi nach Paris (Felix de Luxe), zu der nichts bereuenden Edith Piaf (Non rien de rien), zu einem Sonntag in Avignon (Mireille Mathieu), direkt zur schönen Nathalie (Gilbert Beaud), die sinnlich angeschmachtet wird am Akkordeon. Gekonnt mischten die Ladies AHOI unter anderem Klassiker von Adamo,

La Boum, Alexandra, Dalida, Dalilah Lavi, Zaz und das originale Voulez-Vous (ABBA) zu ganz neuen Arrangements - mal elegant, mal poppig - mit einem atemberaubenden Mix aus Französisch und Deutsch.

Ergänzt wurde der Auftritt durch ständig wechselnde original französische Requisiten, die das Publikum stets zum Lachen

veranlasste. So verging die Zeit wie im Fluge, denn es wurden insgesamt 22 überwiegend französische Titel gespielt. Doch auch ihre Hamburger Herkunft verleugneten die Ladies nicht, in dem sie den Titel „He, hast Du Feuer, Seemann“ darboten. Viel Beifall und Standing Ovations des Publikums und es folgte noch die Zugabe „Milord“.

Bücherflohmarkt in der Stadtbibliothek

SEELZE. Der Freundeskreis der Stadtbibliothek Seelze und die Stadtbibliothek Seelze laden für Sonnabend, 14. März, zum nächsten Bücherflohmarkt im Veranstaltungszentrum Alter Krug ein. An rund 20 Ständen können die Besucherinnen und

Besucher von 14 bis 16 Uhr ausgiebig stöbern. Neben einer vielfältigen Auswahl an Büchern für leidenschaftliche Leserinnen und Leser stehen auch zahlreiche Medien wie DVDs und Tonie-Figuren sowie Gesellschaftsspiele und Puzzles zum Verkauf. Neben vielen

privaten Anbieterinnen und Anbietern sind auch die Pfadfinderinnen und Pfadfinder aus Lohnde, die Bürgerstiftung Seelze und der Freundeskreis der Stadtbibliothek Seelze mit eigenen Ständen dabei. Mit dem Kauf an diesen Ständen unterstützen die

Besucherinnen und Besucher die Projekte des jeweiligen Vereins. Für das leibliche Wohl sorgt der Freundeskreis der Stadtbibliothek mit einem Torten- und Kuchenbuffet sowie Kaffee und weiteren Getränken. Die Standgebühren, der Erlös der Bücherverkaufs am

vereinseigenen Stand sowie der Verkaufserlös der Kaffeestube kommen dem gemeinnützigen Freundeskreis zugute. Mit seinen Spenden fördert der Verein die Arbeit der Stadtbibliothek und erweitert deren Angebot auf diese Weise regelmäßig.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Wundermittel Schlaf: ein Traum für die Gesundheit

Wie wichtig guter Schlaf ist und was bei Ein- und Durchschlafproblemen wirklich helfen kann

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50% der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70% Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.



Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden

und Erkältungen oder Infekte befürchten.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich

zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit über 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und

das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)

www.baldriparan.de



Baldriparan



Neuer „Gute Nacht Drink“ macht Einschlafen zum Genuss

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Rituale Sicherheit geben und Stress senken können. Schon kleine Gewohnheiten am Abend aktivieren das „Entspannungsnervensystem“. Doch unser Körper braucht auch die richtigen Nährstoffe, um zu entspannen. Mit dem neuen Baldriparan Gute Nacht Drink fällt es noch leichter, den Tag loszulassen. Es ist ein Abendritual, das Schlaf und Genuss miteinander verbindet.



Der Premium-Einschlafbegleiter

Der neue Abendmoment wird getragen von einer Kombination bewährter Inhaltsstoffe. Melatonin, das zentrale Schlafhormon, verkürzt nachweislich die Einschlafzeit. Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion sowie zu einem normalen Nervensystem bei. Einfach das Pulver – mit natürlichem Vanillegesmack – kurz vor dem Schlafengehen in Ihr Lieblingsgetränk einrühren, warm oder kalt genießen – und sanft einschlafen. Der Baldriparan Gute Nacht Drink (PZN 20092398) ist jetzt in Ihrer Apotheke erhältlich.

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildungen Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 62186 Gräfenleng
Baldriparan® Gute Nacht Drink ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung