

# 8. März

# INTERNATIONALER Frauentag

STARKE FRAUEN PRÄSENTIEREN SICH



## „Krönchen richten, weitermachen“

Katja Buttgerit führt im Tennis-Center Stelingen mit Mut und klarem Mindset

Als 21-jährige Aushilfe begann ihr Weg im Tennis-Center Stelingen. Heute steht Katja Buttgerit an der Spitze des Betriebs – hineingewachsen in die Chefrolle dank Mut, Unternehmerteil, klarem Mindset und großem Einsatz. Was sie dabei trägt? „Wir sind im Team wie eine große Familie, die füreinander da ist – auch wenn es mal schwierig ist.“

Zum Team gehören neben der Chefin zwei Köche – einer da-

von ihr Mann –, zwei Servicekräfte und zwei Reinigungskräfte. Sieben Menschen, die nicht nur zusammenarbeiten, sondern zusammenhalten. Ihr Rat an andere Frauen, die mit dem Gedanken an Selbstständigkeit spielen: keine Angst haben. Mehr als scheitern könne man nicht – wer Ideen und Kampfgeist mitbringt, finde immer einen Weg.

Für Buttgerit ist klar: Man lässt einander nicht allein. Und

wenn mal was schief geht? „Krönchen richten, weitermachen“, sagt sie. Aufgeben komme nicht infrage. Genau dieser Zusammenhalt prägt das Tennis-Center Stelingen. Für viele Menschen ist es mehr als Tennis, Hotel und Gastronomie – es ist ein Stück Zuhause geworden. **TOW**

■ **Tennis-Center Stelingen**  
Dieselstraße 4  
30827 Garbsen  
Telefon: (05131) 95117



Das Team im Tennis-Center Stelingen hält zusammen. Foto: Privat

## „Lieblingsessen“ wird mit Liebe und Leidenschaft zubereitet

Das Motto des „Lieblingsessen-Teams“ ist eindeutig: „Wir kochen und backen mit Spaß und Liebe.“ Ob leckere Stärkung in der Mittagspause, das gesellige Abendessen mit der Familie oder ein festlicher Anlass: „Lieblingsessen Garbsen“ bringt die frisch zubereiteten Speisen zur Wunschadresse. Natürlich ist der Lieferservice genauso engagiert und freundlich, wie das Küchenteam.

Die vielseitigen Catering-Angebote von „Lieblingsessen Garbsen“ lassen keine Wünsche offen. Sie überzeugen bei Meeting, Weiterbildung, Firmenevent oder Privatfeier mit individuell zusammengestellten Buffets voller Leckereien. Gesundheitsbewusste Genießende werden bei Lieblingsessen Garbsen ebenfalls lecker verwöhnt und können sich knackige Salate mit köstlichem Dressing oder geschmackvoll ab-

gestimmte, bunte Bowls sowie erfrischende Smoothies.

Die vielseitige Speisekarte bietet herzhaftes Snacks, eine große Auswahl an Pasta- und Pizzagerichten sowie süße Desserts. Natürlich arbeitet Lieblingsessen Garbsen nur mit ausgewählten Zutaten und überzeugt durch Können. Leidenschaft liefert die Extraportion Geschmack und macht jedes Gericht zu einem Lieblingsmoment.

Selbstabholer können übrigens von einem besonderen Dankeschön profitieren. Sie erhalten 25 Prozent Rabatt auf ihre Bestellung. Damit möchte das Lieblingsessen-Team seinen treuen Kundinnen und Kunden etwas zurückgeben. **CHA**

■ **Lieblingsessen Garbsen**  
Osterwalder Straße 5a  
30827 Garbsen - Berenbostel  
Fon: 05131-4420800  
www.lieblingsessen-garbsen.de



Mit Leidenschaft, Kreativität und ganz viel Herzblut: Seit zehn Jahren kocht und backt das Team für alle, die gutes Essen lieben. Foto: Privat

## Mehr Pflege, weniger Ausreden – auch für die Füße

Füße, die oft jahrelang vernachlässigt werden. Genau hier beginnt für Silvia Hettig eines der größten Missverständnisse moderner Selbstpflege: Wir kümmern uns um das Sichtbare – und vergessen das, was uns jeden einzelnen Tag durchs Leben trägt und das nicht nur in der Sommerzeit. In ihrem Studio in Osterwald setzt sie ein klares Zeichen: Füße verdienen mehr als gelegentliche Aufmerksamkeit. Sie verdienen Respekt.

Seit nun mehr 23 Jahren steht Silvia Hettig für fachkundige,

achtsame und individuelle Pflege. Für sie sind Kundinnen und Kunden keine Termine zwischen Tür und Angel, sondern Menschen mit eigenen Bedürfnissen, Empfindlichkeiten und Geschichten. Besonders bei der professionellen Fußpflege zeigt sich ihre Haltung: Präzision ist alles. Hornhaut wird nicht einfach entfernt – sie wird fachgerecht und mit Fingerspitzengefühl abgetragen. Nicht zu viel, nicht zu wenig. Denn nachhaltige Entlastung entsteht nicht durch radikale Kurzlösungen, sondern

durch Wissen, Erfahrung und das richtige Maß.

„Ich gehe wie auf Wolken“ – diesen Satz hört sie immer wieder. Und genau das ist ihr Anspruch: spürbare Leichtigkeit durch präventive Pflege. Ein Gefühl, das bleibt und Probleme an den Füßen entgegen geht.

Für Silvia Hettig ist Fußpflege kein Nebenthema, sondern ein essenzieller Teil ganzheitlichen Wohlbefindens. Sie steht für eine neue Selbstverständlichkeit in der Pflege – eine, die nicht nur verschönert, sondern stärkt. Mit

Kompetenz, Leidenschaft und dem Mut, auch unbequeme Wahrheiten auszusprechen, erinnert sie daran: Wer sich wirklich etwas Gutes tun will, beginnt am besten dort, wo jeder Schritt beginnt – bei den Füßen. **TOW**

■ **Silvia Hettig Make up Institut**  
Fußpflege nach  
medizinischer Basis

Hauptstraße 199  
30826 Garbsen  
Telefon: (05131) 467990  
www.silviahettig.de



„Ich gehe wie auf Wolken“ – diesen Satz hört Silvia Hettig immer wieder. Foto: Privat

## Reichlich Frauenpower für Garbsens Gesundheit

Die Apotheke Dr. Buttler in Garbsen steht für persönliche Beratung und starke lokale Präsenz. In einem Team, das überwiegend aus Frauen besteht, prägt Frauenpower den Alltag. Kundinnen und Kunden werden hier nicht nur als Rezeptüberbringer gesehen, sondern als vertraute Gesprächspartner. „Unsere kompetente Beratung stärkt Vertrauen und Gesundheit. Oft entstehen neue Impulse, die vorher nicht bedacht wurden“, sagt die Inhaberin Dr. Ilona Buttler. Die Apotheke ist damit

häufig erste Anlaufstelle vor dem Arztbesuch.

Auch digital zeigt sich die Apotheke modern aufgestellt: Über die App gesund.de lassen sich Rezepte unkompliziert einlösen und Medikamente direkt bei der Apotheke vor Ort vorbeistellen. Hier trifft persönliche Beratung auf zeitgemäßen Service und kurze Wege.

Im vergangenen Jahr wurde die Apotheke zudem umfassend umgestaltet. Der gesamte Beratungs- und Verkaufsbereich präsentiert sich funktional neu strukturiert

und deutlich großzügiger. Arbeitsabläufe wurden neu organisiert, im hinteren Bereich entstanden zusätzliche Arbeitsplätze und ein modernisiertes Warenlager. So verbindet die Apotheke Dr. Buttler eine zeitgemäße räumliche Gestaltung mit effizienten internen Prozessen. „Diese Investitionen trotz schwieriger Rahmenbedingungen in der Gesundheitsbranche sind für uns ein klares Bekenntnis in Richtung Zukunft, zum Standort Garbsen und zur Verbundenheit mit den Menschen vor Ort“, betont die Inhaberin. **TOW**



■ **Apotheke Dr. Buttler**  
Rote Reihe 18  
30827 Garbsen  
www.apotheke-dr-buttler.de

Dr. Ilona Buttler (Dritte von links) hat ein kompetentes Team um sich geschart. Foto: Privat

## Zahnmedizinerin Raquel Gonzalez Belfort hat ihre Praxis im Lieblingsort Horst

Es ist einfach schön in Horst“, findet Raquel Gonzalez Belfort. Die Zahnmedizinerin ist bereits in der Welt herumgekommen. Sie hat eine brasilianische und eine deutsche Approbation in Zahnheilkunde und findet die Atmosphäre in Garbsens Stadtteil Horst besonders ansprechend. „Bevor ich 2014 in die Praxis gekommen bin und sie 2015 übernommen habe, behandelte ich acht Jahre in Hannover. Aber hier ist es noch ein bisschen schöner!“, findet die Zahnmedizinerin.

Ob Kinder, Jugendliche oder erwachsene Patienten – sie fin-

det für jeden eine passende Behandlungsform. „Bei Kindern lege ich besonders großen Wert auf Vorsorge, damit sie möglichst lebenslang von ihrem eigenen, intakten Gebiss profitieren können“, erläutert Raquel Gonzalez Belfort die Bedeutung der Kinder- und Jugend-Zahnprophylaxe. Natürlich zählen auch konservierende und chirurgische Behandlungen zu ihrem Leistungsspektrum.

Dabei wird Bedeutung und Wirkung eines intakten Kiefergelenks im Alltag schnell unterschätzt. Auch hier bietet Raquel Gonzalez Belfort von der Funk-

tionsanalyse bis zur weiterführenden Behandlung zielgenaue Unterstützung an. Mit zunehmendem Alter gewinnt dann Parodontologie und Prothetik an Bedeutung. Außerdem bietet die Zahnmedizinerin mit ihrem engagierten Team optimale Lösungen für ein ebenso ästhetisch aussehendes wie funktionales Gebiss an. Geduld, Fingerspitzengefühl und zahnmedizinische Professionalität zeichnen Raquel Gonzalez Belfort aus. Menschen, die sich im Wartezimmer umschauen, können noch ein weiteres ihrer Talente entdecken. Die sportliche Zahnmedi-

zinerin ist eine erfahrene Langstreckenläuferin. Zahlreiche Urkunden spiegeln die erfolgreichen Etappen ihrer Läuferkarriere wider. „In Horst nehmen sich die



Menschen wahr. Das finde ich angenehm“, resümiert die Zahnmedizinerin über den Ort und seine Menschen an ihrem Lieblingsarbeitsplatz. **CHA**

Raquel Gonzalez Belfort (von links) und ihre Mitarbeiterinnen Aline Bothe, Anja Bollhorst und Ines Lichtenberg bieten eine umfangreiche zahnmedizinische Versorgung an. Foto: Patricia Chadde

**Tennis-Center Stelingen**  
Tennis • Hotel  
Restaurant

Dieselstraße 4 • 30827 Garbsen  
Tel. 05131 / 96492 und 95117  
Fax 05131 / 96756  
Inhaberin:  
Katja Buttgerit  
tenniscenter@kabelmail.de  
www.tenniscenter-stelingen.de

## Lieblingsessen

GENUSS AUF BESTELLUNG

Osterwalder Str. 5A  
30827 Garbsen

05131- 44 20 800

www.lieblingsessen-garbsen.de

**Silvia Hettig**  
FUSSPFLEGE NACH  
MEDIZINISCHER ART

Maniküre • Make up • Hairstyling

Anschrift  
SH Lifestyle und  
Makeup Atelier  
Hauptstrasse 199  
30826 Garbsen  
Telefon:  
05131 467990  
E-Mail:  
info@silviahettig.de  
www.silviahettig.de

Gemeinsam. Stark. Vor Ort!

APOTHEKE  
**DR. BUTTLER**

5 € Sofortrabatt\*  
bleibgesund!



einlösen  
in der App

APOTHEKE DR. BUTTLER  
ROTE REIHE 18 · GARBSEN-BERENBOSTEL  
TEL. 05131/92044 · bestellung@apodrbuttle.de  
www.apotheke-dr-buttler.de

Wir sind eine kleine Zahnarztpraxis  
in Garbsen OT Horst mit einem familiären  
Patientenstamm und suchen einen

**Zahntechniker m/w/d**  
und eine

**zahnmedizinische  
Fachangestellte in TZ m/w/d**  
zur Verstärkung.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.  
Bei Interesse rufen sie uns bitte an:  
Telefon-Nr. 05131 54988



**R. GONZALEZ BELFORT**  
ZAHNÄRZTIN  
Andreaestraße 30-32 | 30826 Garbsen  
Telefon: 05131 / 5 49 88 | Telefax 05131 / 5 49 89  
info@zahnarzt-in-horst.de | www.zahnarzt-in-horst.de