

Garbsen hat viele Osterfeuer zu bieten

GARBSEN (STP). Wer am Sonnabend vor Ostern ein Osterfeuer besuchen möchte, hat in Garbsen die Qual der Wahl. Fünf Veranstaltungen im Stadtgebiet wurden bei der Stadt Garbsen für Sonnabend, 4. April, angemeldet. Sie werden jeweils von 18 bis 24 Uhr veranstaltet. Eine weitere Aktion findet am Ostersonntag, 5. April, statt.

Der Schützenverein Osterwald Unterende lädt auf den Festplatz an der Straße Zum Jagdschloß ein. Die Ortsfeuerwehr Schloß Ricklingen richtet ihr Osterfeuer auf dem Festplatz an der Burgstraße aus. Die Ortsfeuerwehr Frielingen veranstaltet ihr Event auf dem Feuerwehrübungsplatz am Lärchenweg. Auf Oberheus Wiese in Mey-

enfeld findet das Osterfeuer der Ortsfeuerwehr Meyenfeld statt. In Horst richtet die Ortsfeuerwehr das Osterfeuer an Speckmanns-Teich an der Triftstraße aus. Am Sonntag legt die Ortsfeuerwehr Heitlingen nach. Sie veranstaltet ihr Osterfeuer von 17 bis 23 Uhr auf ihrem Gelände an der Straße Vor den Höfen.

Osterpreisschießen beim SV Havelse

HAVELSE. Das Osterpokal- und Ostereierschießen des Schützenvereins Havelse findet am Mittwoch, 1. April, und am Don-

nerstag, 2. April, jeweils in der Zeit von 18 bis 21 Uhr statt. Am Donnerstag ist die Preisverteilung gegen 21 Uhr.

Die Hauptversammlung des SV Havelse findet am Samstag, 28. März, ab 17 Uhr statt.

Zwei junge Männer bei Unfall lebensgefährlich verletzt

GARBSEN. In der Nacht von Freitag, 20. März, auf Samstag, 21. März, hat sich im Stadtteil Auf der Horst ein schwerer Verkehrsunfall mit einem beteiligten Mercedes-Benz und einem Rover MINI ereignet. Der Unfallverursacher und sein Beifahrer sind lebensgefährlich verletzt. Vier weitere Personen, die in den Unfallautos saßen, sind mit leichten Verletzungen im Krankenhaus.

Nach bisherigen Erkenntnissen des Verkehrsunfalldienstes Hannover befuhr ein 18-Jähriger

gegen 1.15 Uhr gemeinsam mit einem 16-jährigen Beifahrer und einer 16-jährigen Mitfahrerin die Straße „Auf der Horst“ in Garbsen in Richtung Ortskern. Zur gleichen Zeit befuhren ein 41-jähriger Mercedes-Benz-Fahrer und sein 36-jähriger Beifahrer sowie eine 30-jährige Mitfahrerin die Schönebecker Allee in Richtung Planetenring. Im Kreuzungsbereich der beiden Straßen missachtete der Rover-Fahrer die rote Ampel und kollidierte mit dem bevorrechtigten Mercedes. Durch die Intensität

des Aufpralls wurden sowohl der Fahrer als auch der Beifahrer des Rovers lebensgefährlich verletzt. Ein Streifenwagen der Polizei traf zufällig noch vor einem Notruf an der Unfallstelle ein und alarmierte weitere Rettungskräfte. Diese brachten die lebensgefährlich Verletzten in umliegende Krankenhäuser. Auch alle anderen Fahrzeuginsassen bedurften einer medizinischen Behandlung und wurden mit leichten Verletzungen in Krankenhäuser transportiert. Im Rahmen der Kollision wur-

den ebenso ein Ampelmast und ein Verteilerkasten im unmittelbaren Nahbereich der Unfallkreuzung beschädigt.

Der Verkehrsunfalldienst Hannover hat die Ermittlungen zur Unfallursache und zum Unfallhergang aufgenommen. Hierzu fanden mehrere Stunden lang intensive Spurensicherungsmaßnahmen am Unfallort statt. Die Ermittlungen zur Höhe des Gesamtschadens und zu den Eigentumsverhältnissen des unfallverursachenden Fahrzeugs dauern an.



Osterwald

Menschen & Märkte

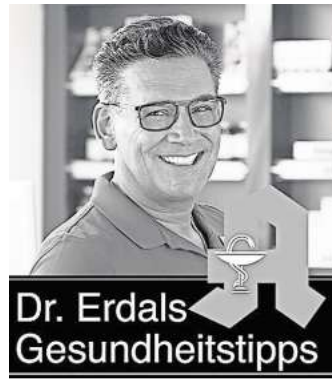
SONDERVERÖFFENTLICHUNG

Ernährung und Migräne

Betroffene bemerken oftmals einen Zusammenhang zwischen ihrer Migräne und der Ernährung. Häufig folgen die Attacken auf den Genuss bestimmter Lebensmittel – z.B. auf Rotwein, Käse, Zitrusfrüchte oder Süßigkeiten. Auch der Geschmacksverstärker Glutamat, Konservierungsstoffe, der Neurotransmitter Histamin oder der künstliche Süßstoff Aspartam werden für Kopfschmerzattacken verantwortlich gemacht.

Was genau und warum Migräne auslöst, ist allerdings noch nicht endgültig erforscht. Es ist jedoch inzwischen klar, dass es sich um eine angeborene Besonderheit der Reizverarbeitung im Gehirn handelt. Menschen, die an Migräne erkrankt sind, reagieren empfindlicher auf Reize, sind grundsätzlich aktiver sowie leistungsfähiger und kommen so auf einen konstant hohen Energieverbrauch. Und genau diese Energie ist es, die kontinuierlich zugeführt werden sollte, damit es nicht bei zusätzlichen auslösenden Reizen (sog. Triggern) zu Kopfweg kommt. Zu den Triggern gehören beispielsweise Stress, eine Änderung der Hormonlage oder bestimmte Nahrungsmittel.

Um auszuloten, ob und welches Nahrungsmittel als Trigger infrage kommt, bietet sich ein Ernährungs- und Kopfschmerztagebuch an. In dieses werden detailliert die aufgenommenen Nahrungsmittel, die Uhrzeiten sowie Besonderheiten eingetragen, dazu eventuell auftre-



Dr. Erdals
Gesundheitstipps

tende Schmerzen. In Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt lässt sich dann vielleicht eine Lebensmittel-überempfindlichkeit ermitteln.

Basierend auf Unverträglichkeiten auf das Pökelsalz Nitrit, das beim Haltbarmachen von Wurst und Fleisch verwendet wird, sowie auf den Geschmacksverstärker Glutamat, der in vielen asiatischen Gerichten zum Einsatz kommt, spricht man auch von Hot-Dog-Kopfschmerz und Chinarestaurant-Syndrom. Experten gehen davon aus, dass z.B. Glutamat im Organismus wie ein Botenstoff wirkt, der durch eine Überaktivierung der Nervenzellen im Gehirn die Kopfweg auslöst. Aber auch Taubheitsgefühle im Gesicht, Nackensteife oder Magenschmerzen sind mögliche Folgen eines „Genusses“ von Glutamat. Dieser kritische Stoff steckt vielfach in Fertiggerichtchen, Chips oder Sojasoßen. Ein Hinweis auf der Verpackung ist „Mononatriumglutamat“ oder auch „E621“.

Doch nicht nur diese Zusatzstoffe können Kopfschmerzen und Migräne auslösen, auch Zucker spielt eine wichtige Rolle. Betroffene kennen das Phänomen, dass ein Heißhunger auf Süßes oder Hochkalorisches einem Anfall vorausgeht. Vielfach wird dann der rasch verzehrten Süßigkeit die Schuld am Schmerz anfall gegeben. Neue Forschungen zeigen jedoch, dass das Naschen nicht den Schmerz auslöst, sondern eine letzte, meist verborgene Schutzreaktion des Körpers ist, einem Energiedefizit in den Nervenzellen vorzubeugen.

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

Möbel-Design Tischlerei Innenausbau
Möbel Valentin Michailoff-Tischlerei GmbH & Co. KG
Tischlerei
Molkereistr. 66
30826 Garbsen
Telefon 05131 / 4859671
Info@MVM-Tischlerei.de
www.MVM-Tischlerei.de

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

Erfolgreicher Waffensachkundelehrgang

OSTERWALD. Der Kreissport-schützenverband Neustadt a. Rbge. hat 22 Schützinnen und Schützen aus zwölf Vereinen in Kooperation mit dem Kreisschützenverband Wedemark-Langenhagen zu sachkundigen und verantwortlichen Aufsichtspersonen ausgebildet. Geleitet wurde der Lehrgang erstmals von Stefan Steckel, der auf dem Kreisschützertag im Februar neu in das Amt des Referenten Waffenrecht des Kreisverbandes Neustadt a. Rbge. gewählt wurde.

Damit jeder Schütze mit den von ihm benutzten Waffen so umgehen kann, dass durch deren Handhabung keine Gefahr ausgeht, wurde den Lehrgangsteilnehmern in 30 Unterrichtseinheiten das erforderliche Wissen über Waffentechnik und waffenrechtliche Vorschriften vermittelt. Außer dem praktischen Schießen mit Kurz- und Langwaffen unter Aufsicht der Ausbilder auf dem Schießstand des Schützenvereins Osterwald Unterende lernten die Teilneh-



Die Teilnehmer des Waffensachkundekurses des KSSV Neustadt am Rübenberge. Foto: Andreas Stieber

mer während des Lehrgangs an fünf Unterrichtstagen im Februar und März insbesondere die Kennzeichnungen von Schusswaffen sowie die gesetzlichen Bestimmungen zum Erwerben, Besitzen, Überlassen, Aufbewahren, Transportieren und Schießen und das Notwehrrecht kennen. Die Dozenten vermittelten die Themen anhand vieler Anschauungsobjekte, Fallbeispiele und Bilder. Die aus 100 Fragen bestehende schriftliche

Prüfung am 21. März vor dem Prüfungsausschuss des Niedersächsischen Sportschützenverbandes unter Vorsitz von Uwe Kaché haben aus Garbsen neben weiteren Teilnehmern aus der Region Karolin Göhns, Hendrik Herbst (SV Meyenfeld), Jayson Greatorex, Matthias Streiffing (SV Osterwald Oberende), Gaby Albrecht, Gitta Burkhardt, Tjark Arndt Langreder und Sebastian Zimmermann (SV Stelingen) erfolgreich bestanden.

Das Bestehen der Sachkundeprüfung gehört zu den Grundvoraussetzungen, um den Schießbetrieb eigenverantwortlich durchführen, eigene Sportwaffen erwerben und weiterführende Lehrgänge des Deutschen Schützenbundes besuchen zu können. Zum Prüfungserfolg beigetragen hat auch die zuverlässige Organisation durch den Schützenverein Stelingen und die gute Bewirtung im Sporthof Stelingen.

Freundschaftsschießen der Osterwalder Schützenvereine



Das Foto zeigt (von links) die erfolgreichen Senioren des Freundschaftsschießens Andreas Wichmann, Frank Reupke und Marian Kaiser. Foto: privat

OSTERWALD. Das Freundschaftsschießen der Osterwalder Schützenvereine findet seit 1955 statt; seit 1982 wird auch ein Grünes Band der Senioren ausgesprochen, früher die Olympiade von Osterwald genannt. In diesem Jahr traten jeweils acht Schützen vor die Scheiben.

Da das Oberender Schützenhaus zu diesem festgelegten Termin am 21. März nicht zur Verfügung stand, fand der Wettbewerb unter Oberender Leitung im Schießsportcenter „Zum Jagdschloß“ statt, wo sich Ober- und Unterender Schützen trafen.

Nachdem zunächst geschos-

sen wurde, stärkten sich die Schützen anschließend mit einer deftigen Mahlzeit, bevor die Einzelwertungen mehrfach ausgetostet werden mussten. Wie schon 2023 und 2024 gewannen die Schützen und die Senioren aus Osterwald Unterende die Bänder, bei den Schützen mit 394 zu 385 Ring, bei den Senioren mit 393 zu 385 Ring.

Bei den Schützen belegt Thorben Bohle Platz 1, Ron William Platz 2 und Rainer Borsuk Platz 3, alle Schützen kommen aus Unterende. Bei den Senioren gewann Frank Reupke aus Oberende vor Marian Kaiser (Oberende) und Andreas Wichmann (Unterende).

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

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.

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

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 • Holz- und Betonsäule • Kunststoffzäune • Sichtschutz
Pergolen • Carports • Gerätehäuser
Sonderanfertigungen • Terranlagen

Barbara Uelschen
DATAAC
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.dataac.de

DATAAC
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

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