



Für eine Ernährungsstudie werden Menschen gesucht, die unter Schlafstörungen leiden.
Symbolfoto: Cottonbro / Pexels

Studie zu Schlafproblemen

LUH sucht Probandinnen und Probanden

REGION. Guter Schlaf ist wichtig für unsere Gesundheit, doch viele Menschen leiden unter Schlafstörungen. Diese können langfristig zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Gewichtszunahme und psychischen Störungen führen. Obwohl verschiedenen Nahrungsmitteln, wie zum Beispiel Safran, eine positive Wirkung auf den Schlaf nachgesagt wird, fehlt es an wissenschaftlichen Belegen. Das Institut für Lebensmittelwissenschaft und Humanernährung der Leibniz Universität Hannover (LUH) unter der Leitung von Prof. Dr. Andreas Hahn nimmt sich dieses Themas an. Im Rahmen einer vierwöchigen deutschlandweiten Studie soll die Wirkung von Safranpräparaten bei schlechtem Schlaf untersucht werden. Teilnehmen können Menschen im Alter von 18 bis 65 Jahren, die unter Schlafstörungen leiden und bereit sind, vier Wochen lang ein Safranpräparat einzunehmen.

Die Schlafqualität wird mit Hilfe einer Sportuhr und von Fragebögen gemessen. Die Studienteilnehmer werden in drei Gruppen aufgeteilt: Die erste Gruppe erhält das Safranpräparat in niedriger Dosierung, die zweite Gruppe in höherer Dosierung und die dritte Gruppe ein Placebo. Die Teilnehmenden der Kontrollgruppe erhalten am Ende der Studie das Safranpräparat und profitieren somit auch von dessen Wirkung. Die Teilnahme an der gesamten Studie ist bequem von zu Hause aus möglich. Ein Besuch vor Ort ist nicht erforderlich.

An der Studie Interessierte können direkt den Screeningfragebogen ausfüllen (Dauer rund zehn Minuten), um zu erfahren, ob sie als Teilnehmende geeignet sind: <https://survey.uni-hannover.de/423598>. Kontakt für Fragen betreffend der Studienteilnahme: E-Mail: schlafstudie@nutrition.uni-hannover.de

Sanierung soll fast 600.000 Euro teurer werden

Die **DREIFELDSPORTHALLE** der KGS wird derzeit schon saniert, nun soll eine neue Wärmeversorgung beschlossen werden

PATTENSEN. An der Dreifeldhalle der KGS Pattensen am Platz Saint Aubin wird eifrig gearbeitet. Aus dem Gebäude dringt immer wieder Baulärm nach draußen. Die ursprünglich von der Stadtverwaltung geschätzten Baukosten von rund 4,1 Millionen Euro korrigierte Pattensens Erster Stadtrat und Fachbereichsleiter Technische Dienste, Axel Müller, bereits nach oben und rechnet tendenziell mit Kosten von etwa 5 Millionen Euro. 400.000 Euro dieser Kosten übernimmt das Land Niedersachsen. Doch nun könnten die Gesamtkosten noch um weitere 600.000 Euro steigen: Die Stadtverwaltung schlägt die Umstellung der Wärmeversorgung auf eine Luft-Wärmepumpe vor, um die etwa 30 Jahre alten Gaskessel zu ersetzen.

Wieso diese Drucksache erst jetzt aufkommt, da die Arbeiten schon in vollem Gange sind, verwundert viele Beteiligte. „Die Notwendigkeit wurde von der Verwaltung zuvor nicht gesehen. Deshalb überrascht die plötzliche Wendung schon etwas“, sagt der CDU-Fraktionsvorsitzende Georg Thomas. Müller gesteht ein: „Da hätte man auch schon früher drauf kommen können. Diese Kritik müssen wir uns sicher anziehen.“ Als die KGS vor etwa acht Jahren erweitert wurde, waren die Kessel bereits gut 20 Jahre alt. „Damals wurde gesagt: Wir regeln das später“, sagt Müller. Nun habe der Planer den Vorschlag eingebracht, eine autarke



Sanierung ist im Gang: Die Dreifeldhalle der KGS Pattensen wird derzeit grundlegend erneuert und soll nun auch noch eine neue Energieversorgung erhalten.

Foto: Mark Bode

Wärmeversorgung für die Sporthalle zu schaffen. „Es wäre fatal, wenn wir es nicht jetzt machen, wenn ohnehin gerade gebaut wird. Jetzt ist die Chance, die Wände sind offen“, sagt Müller.

AUTARKE ENERGIEVERSORGUNG

Die Verwaltung plant, die Dreifeldsporthalle vom zentralen Heizungssystem der Ernst-Reu-

ter-Schule abzukoppeln. „Ein Konzept zur zukünftigen Versorgung der gesamten Schule mit Wärme wird darauf basieren, dass sich die einzelnen Gebäude autark und nicht mehr über die Heizzentrale im A-Trakt versorgen“, heißt es in der Drucksache. „Die Dreifeldsporthalle würde somit den Anfang des neuen Wärmeversorgungskonzeptes darstellen“, schreibt die Verwaltung weiter. Mit der Um-

setzung könnten die bestehenden Gaskessel entlastet werden. Auch eine bessere Dämmung ist vorgesehen, ebenso das Verfüllen der Hohlräume in den Außenwandelementen. „Die Beheizung mit einer Vorlauftemperatur von 55 Grad Celsius bedingt eine entsprechende Wärmedämmung der Gebäudeaußenhülle“, schreibt die Verwaltung. Die Warmwasserversorgung soll auf ein dezentrales

System mit Elektrogeräten an jedem Abnehmer umgestellt werden, beispielsweise Durchlauf-erhitzer. Durch die direkte Führung der Energie zu den Entnahmestellen wird die Wärmepumpe laut Verwaltung entlastet. „Zudem wird bei diesem System nur ein Kaltwassernetz benötigt. Das Rohrleitungsnetz des Warmwassers entfällt und damit auch die in der Vergangenheit immer wieder aufgetretenen Belastungen des Warmwassers mit Legionellen“, teilt die Verwaltung schriftlich mit.

Grundsätzlich erhält die Verwaltung für das Vorhaben die Rückendeckung aus den meisten im Stadtrat vertretenen Fraktionen. Thomas hält dies Vorhaben für „absolut notwendig“. Der SPD-Fraktionsvorsitzende Jens Ernst stimmt ihm zu: „Es macht Sinn und ist natürlich besser, als in ein oder zwei Jahren alles wieder aufzureißen.“ Die Grünen unterstützen den Einsatz erneuerbaren Energien bei öffentlichen Bau- und Umbaumaßnahmen, sagt deren Ratschherr Michael Dreves. Auch hält er die Dämmung des Sockels sowie die verfüllten Hohlräume für „zwingend notwendig“. Für Günter Kleuker (UWJ) ist das Vorhaben „absolut nachvollziehbar und es rechnet sich langfristig“.

Final beschließen die Mitglieder des Stadtrates die Drucksache am Donnerstag, 29. Februar. Diese beginnt ebenfalls um 19 Uhr. Veranstaltungsort dafür ist die Aula der KGS Pattensen.

hallo

wochenende

LESERREISEN

Osterreisen 2024

Ihr
Reisepreis ab
€885
pro Person
im DZ

Ostern in Wien genießen

Herrliche Walzerstadt mit Stift Melk

Reisetermin 6-Tage-Reise/HP/ÜF: Mi. 27.03. - Mo. 01.04.24 - Ostern

Eine Reise nach Wien zur Frühlingszeit ist eine wahrhaft zauberhafte Erfahrung. Die festlichen Osterbräuche & die reiche kulturelle Vielfalt erwarten Sie! Erkunden Sie die traditionellen Ostermärkte, bewundern Sie die prachtvollen Sehenswürdigkeiten und genießen Sie das einzigartige Flair dieser Stadt in der Osterzeit.

Leistungen:

✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 1 x Zwischenübernachtung mit Halbpension im BW Novina Hotel**** in Regensburg ✓ 4 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Intercity Hotel Wien**** oder im HILTON Hotel Vienna***** ✓ Besuch Benediktinerkloster Stift Melk mit Führung ✓ Ganztägige Stadtrundfahrt mit Stadtführer in Wien ✓ Fahrt nach Grinzing zum Heurigen

Reisepreis pro Person:

im DZ/Intercity Wienab € 885
im DZ/HILTON Viennaab € 998

Extrakosten pro Person:

Einzelzimmer-Zuschlag Intercity Wien€ 245
Einzelzimmer-Zuschlag HILTON Vienna€ 399
Ausflug Auf den Spuren der Habsburger inklusive
Eintritt Klosterneuburg € 55

Ihr
Reisepreis ab
€599
pro Person
im DZ

Osterreise Paris und Eiffelturm

Frühlingszauber an der Seine

Reisetermin 4-Tage-Reise/HP: Fr. 29.03. - Mo. 01.04.24 - Ostern

Die Ostertage eignen sich ganz hervorragend für einen ausgedehnten Abstecher nach Paris. Von Karfreitag bis Ostermontag erkunden Sie die Highlights der Stadt. Genießen Sie den Aufenthalt in der Stadt mit Charme & Esprit! Zwischendurch haben Sie Zeit, um die Sehenswürdigkeiten in Paris auch auf eigene Faust zu erkunden.

So wohnen Sie:

Im sehr guten Mercure Hotel La Défense**** alle Zimmer mit DU/WC, Telefon, SAT-TV und Radio.

Leistungen:

✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 3 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Mercure Hotel La Devensé Paris**** ✓ Ganztägige Stadtrundfahrt Paris mit Stadtführer ✓ Bootsfahrt am Abend auf der Seine (1 Std.) ✓ Inklusive City-Tax

Extrakosten pro Person:

Einzelzimmer-Zuschlag€ 189
Ausflug Versailles inklusive Eintritt Park mit Reiseleitung € 49

BUCHUNG UND BERATUNG (Montag – Freitag 9.00 – 16.00 Uhr): Pülm Reisen GmbH // Kennwort: 3061 // Tel.: (0 53 84) 9 60 60

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Alle Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. Veranstalter: Pülm Reisen GmbH, www.puelmreisen.de

33696101_002623