

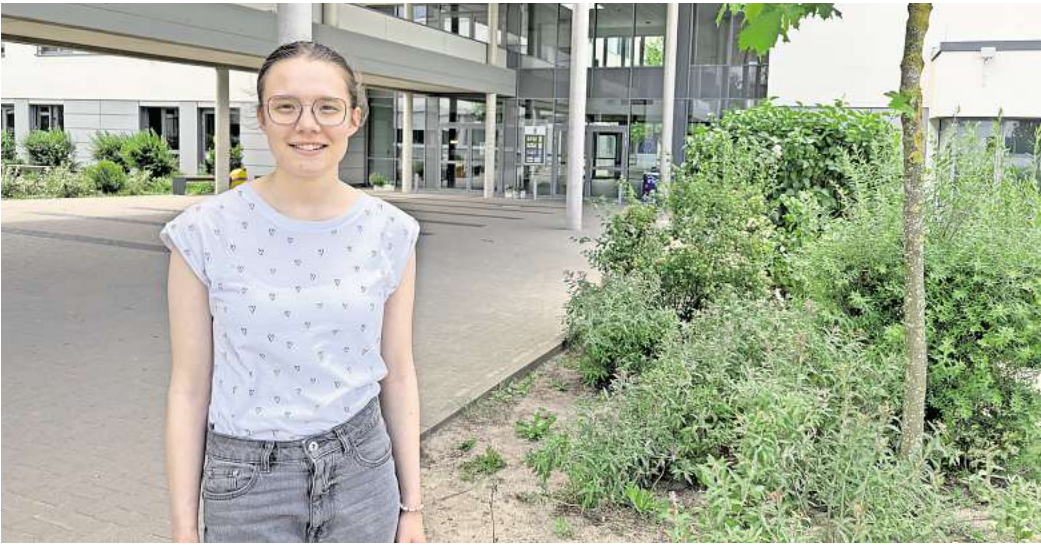
Sophie Stettner bekommt Engagementpreis vom Bund

Die **20-JÄHRIGE PATTENSERIN** engagiert sich ehrenamtlich in zahlreichen Bereichen

PATTENSEN. Sie hat sich für Klimaschutz eingesetzt, betreut Kinder mit Behinderungen, kümmert sich um das Pattenser Stadtradeln - nun erhält sie einen Preis: Die 20-jährige Pattenserin Sophie Stettner bekommt den diesjährigen Engagementpreis des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung. Bundesministerin Svenja Schulze (SPD) wird ihr den Preis am heutigen Sonnabend, 25. Mai, in Bonn überreichen.

Es entspricht Stettners Art, dass sie eher in einem Nebensatz erwähnt, dass sie sich über den Preis freue. Wichtiger ist es ihr aber hervorzuheben, dass Preise zur Anerkennung ehrenamtlicher Aktivitäten bedeutsam seien. „Es ist schön, wenn ehrenamtliche Arbeit gesehen und anerkannt wird. Sie wird an vielen Stellen als selbstverständlich angesehen“, sagt Stettner.

Bürgermeisterin Ramona Schumann (SPD) hatte Stettner ohne ihr Wissen für den Preis vorgeschlagen. „Ich war doch sehr überrascht, als Ramona mich anrief und mir mitteilte, dass ich diesen Preis bekomme“, sagt Stettner. Der Preis wird für „herausragendes Engagement in der Entwicklungszusammenarbeit“ verliehen. Ausgezeichnet werden vor allem Bürgerinnen und Bürger, die sich für die 17 Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen einsetzen, zum Beispiel die Bekämpfung von Armut und Hunger, die Förderung von Menschenrechten und Selbstbestimmung und den Kampf gegen den Klimawandel.



Bekommt den Engagementpreis 2024: Sophie Stettner.

Foto: Tobias Lehmann

VIelfältig EHRENAMTLICH AKTIV

Stettner kann bereits auf eine große Bandbreite ehrenamtlichen Engagements zurückblicken. Für den Verein Peer-Leader-International hat sie unter anderem einen Schüleraustausch zwischen der KGS Pattensen und einer Schule in Südafrika organisiert. Vor Kurzem wurde sie auch in den Vorstand des Vereins gewählt. Zudem hat sie mit weiteren Vereinsmitgliedern das Projekt „KlimaPeers on Tour“ entwickelt, das Radtouren zu nachhaltigen Klimaprojekten ausweist. Das Projekt bekam dieses Jahr beim Jugend-Klima-Wettbewerb des niedersächsischen Umweltministeriums den ersten Preis und wird mit 67.000 Euro gefördert.

Mitglied ist die 20-Jährige auch im Verein Freizeit ohne Barrieren und betreut dort Kinder und Erwachsene mit körperlichen und geistigen Behinderungen auf verschiedenen Reisen. „Dieses Jahr fahre ich im Sommer mit Kindern mit geistiger Behinderung an den Alfter in Osnabrück und anschließend mit Erwachsenen mit körperlichen Behinderungen nach Usedom“, sagt Stettner. Die vorbereitenden Lehrgänge hat sie besucht. „Bei der Pflege von Menschen mit körperlichen Behinderungen ist es wichtig zu wissen, wo und wie sie angefasst werden müssen“, sagt Stettner.

Im Bereich Klimaschutz ist Stettner vielfältig aktiv, betreut unter anderem seit Jahren die Teilnahme der KGS Pattensen am Projekt Stadtradeln und war

gerade erst für ein Inklusionsprojekt an der Eberhard-Schomburg-Schule in Laatzen am Bau eines Insektenhotels beteiligt. Zum World-Cleanup-Day hat im vergangenen Jahr hatte sie eine große Müllsammelaktion organisiert.

Weiterhin hat Stettner bei einem niedersächsischen Jugend-Barcamp gemeinsam mit anderen Jugendlichen ein Projekt dazu gestartet, wie Gedenkstätten neu gedacht und erschlossen werden können. Vor dem Rat in Pattensen hat sich Stettner maßgeblich dafür eingesetzt, dass Tampons und Binden auf den Schultoiletten kostenlos angeboten werden, was dann auch mehrheitlich beschlossen wurde. Woher nimmt sie die Kraft, das alles zu bewältigen? „Mir macht es Freude, an-

deren Menschen zu helfen. Das gibt mir Kraft“, sagt Stettner. Sie fügt aber auch hinzu, dass sie ihre Grenzen kennt und diese auch nach außen vertritt. „Es sollte nicht das Ziel sein, im Ehrenamt auszubrennen“, sagt sie. In ihrer Freizeit trifft sie sich gerne mit Freunden, geht wandern oder schwimmen.

Die 20-Jährige ist in Pattensen aufgewachsen und hat im vergangenen Jahr ihr Abitur an der KGS bestanden. Sie blieb noch für ein Freiwilliges Soziales Jahr an der Schule, das jetzt endet. Ab Oktober wird sie in Hannover Sonderpädagogik studieren.

Vorher will Sophie Stettner in Pattensen wohnen bleiben, sie wird vermutlich noch das ein oder andere Projekt anschieben. Aktuell tauscht sie sich mit Schumann darüber aus, ob es nicht Möglichkeiten gibt, Kinder und Jugendliche aufzufangen, die sich im bestehenden Schulsystem nicht wiederfinden. „Wir müssen anerkennen, dass die Interessen facettenreich sind und die Welt unterschiedlich wahrgenommen wird“, sagt Stettner.

Sieht sie sich auch in einer Art Vorbildrolle für andere? Da winkt die 20-Jährige ab. „Ehrenamtliches Engagement ist immer ein Zusatz, ein Add-On“, sagt die Pattenserin. Das sollte nicht von anderen Menschen erwartet werden. „Viele Menschen haben aus finanziellen oder anderen Gründen genug damit zu tun, das Leben überhaupt zu bewältigen. Da ist ehrenamtliches Engagement dann einfach nicht möglich.“



Vieles für Hobby, Haus und Garten gibt es am 1. Juni beim Flohmarkt in Ingeln-Oesselse zu entdecken. Foto: Torsten Lippelt

Großer Flohmarkt im Doppeldorf

INGELN-OESSELSE. Möbel, Kleidung, Spielzeug, Medien, Haushaltsware, Werkzeug sowie mehr für Hobby, Haus und Garten. Dies alles gibt es am Samstag, 1. Juni, von 11 bis 17 Uhr beim nächsten Dorfflohmarkt in Ingeln-Oesselse zu entdecken.

Der Verein Ingeln-Oesselse aktiv organisiert das bunte Treiben mit voraussichtlich mehr als 60 privaten Verkaufsstellen. Die Meldefrist läuft noch bis Monatsende. Zudem lädt der Verein am Veranstaltungstag ab 17 Uhr erstmals zum „Après-Sale“-Chill-out auf das Gelände des Schützenvereins Horrido Ingeln, Gleidinger Straße 41, ein.

„Wir machen eine kleine Mini-Party für alle“, sagt der Vereinsvorsitzende Marc Gronenberg. Ein gemütliches Beisammensein nach Ende des offiziellen Teils habe es zwar schon mal gegeben, doch war dies den Standbetreibern vorbehalten, die tagsüber keine Zeit zum Bratwurstessen und Entspannen hatten. Da das Sportplatzgelände wegen des Grundschulneubaus nicht zur Verfügung steht, werden die Buden, ebenso wie der Infostand des 2020 gegründeten Vereins Ingeln-Oesselse aktiv, auf dem Horrido-Gelände, gegenüber von Edeka, aufgebaut. Die Verkaufsstände sind

im Ort verteilt: in Vorgärten, Garagen und unter Carports. „Wir wollen Bewegung in unser Dorf bringen“, betont Gronenberg. „Einen zentralen Flohmarkt wird es dieses Jahr nicht geben.“ Zwar sei bei der Umfrage beim vorletzten Flohmarkt das Interesse daran groß gewesen, tatsächlich gab es bei der Premiere 2023 aber nur fünf Stände. Zudem fehle die Fläche am Sportgelände.

Ins Leben gerufen hatten den Dorfflohmarkt 2019 die Schwägerinnen Daniela und Carolin Cukic, auch mit dem Ziel, das Kennenlernen im Dorf zu fördern. Seit 2021 kümmert sich der aus der gleichnamigen Initiative hervorgegangene Verein Ingeln-Oesselse aktiv um den Dorfflohmarkt.

Besucher können am Veranstaltungstag auf eigene Faust durchs Dorf streifen, es gibt aber auch Übersichtskarten: beim Verein Ingeln-Oesselse aktiv auf dem SV-Gelände und bei den Verkaufsständen selbst.

Wer selbst noch auf seinem Grundstück etwas anbieten will, muss sich bis Donnerstag, 30. Mai, anmelden über die Internetseite <https://www.ioeaktiv.de/anmeldung-dorfflohmarkt-2024>. Gebühr: 2 Euro. Sie werden am Tag selbst eingesammelt.

Medizin

ANZEIGE

Arthroseschmerzen schnell bekämpfen

Das hilft doppelt so schnell¹ im Vergleich zu klassischen Schmerztabletten

Schnellere Schmerzlinderung bei Gelenkbeschwerden? Ja, das geht: mit dem deutschen Qualitätsprodukt Spalt Forte (rezeptfrei, Apotheke). Wir klären auf, was dahintersteckt und was das Arzneimittel mit flüssigem Ibuprofenkern so besonders macht.

Arthrose ist die weltweit häufigste Gelenkerkrankung. Wenn sich der Knorpel abbaut und die Knochen aufeinander reiben, kommt es zu Entzündungen im Gelenk, die äußerst schmerzhaft sein können. Betroffene benötigen daher eine schnelle Schmerzlinderung.

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke,



bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu Entzündungen, die wiederum Schmerzen verursachen. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke z. B. in der Hüfte oder im Knie steif anfühlen oder anschwellen.

Doppelt so schnell¹ – dank flüssigem Ibuprofenkern

Mit Spalt Forte haben Wissenschaftler eine Flüssigkapsel entwickelt, mit der Arthrose-Betroffene eine schnellere Schmerzlinderung erzielen können und die schmerzstillende Wirkung dabei über mehrere Stunden anhalten kann. Das innovative Arzneimittel bietet, als Vorreiter in Europa, 400 mg Ibuprofen in einer speziellen patentierten Flüssigkapsel an, welche durch den besonderen

flüssigen Ibuprofenkern in der Kapsel einen deutlich schnelleren Wirkeintritt liefert. Das

Ergebnis: Spalt Forte wird doppelt so schnell vom Körper aufgenommen wie herkömmliche Ibuprofen-Schmerztabletten. Damit nicht genug – das rezeptfreie Arzneimittel reduziert nachweislich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen. Spalt Forte hilft nicht nur bei leichten, sondern auch bei mäßig starken Schmerzen.

Im Netz findet man inzwischen zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern, so berichtet eine Anwenderin beispielsweise: „Ich nehme immer dieses Präparat, wenn ich eine Schmerztablette benötige. Durch den Flüssigwirkstoff wirken sie schneller als andere Präparate. Und sie sind für mich gut verträglich.“ (Lisa M.)

Wegen **MIGRÄNE** nicht den Kopf zerbrechen

Nein zu Migräne – mit der Nr. 1: Formigran

- Wirkt gezielt an der Schmerz-Stelle
- Bekämpft die Migräne-Ursache
- Mildert zusätzlich Begleitscheinungen

Für Ihre Apotheke: **Formigran** (PZN 02195485)



www.formigran.de

*Absatz nach Packungen, OTC Arzneimittel mit Naratriptan und Almotriptan; Quelle: Insight Health, MAT 12/2022 • Vor der Einnahme sollte Rücksprache mit einem Arzt gehalten werden. FORMIGRAN 2,5 mg Filmtablette. Wirkstoff: Naratriptan (als Naratriptanhydrochlorid). Akute Behandlung der Kopfschmerzphasen von Migräneanfällen mit und ohne Aura. Enthält Lactose. www.formigran.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

¹PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert. SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen, Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! www.spalt-online.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing