



Volksbank-Vorstand Jürgen Wache (rechts) übergibt stellvertretend für insgesamt 83 soziale, kulturelle und gemeinnützige Einrichtungen eine Spende an Vera Neugebauer (Präsidentin Special Olympics Niedersachsen, von links), Gerd Schwesig (Geschäftsführer Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen), Irving Wolther (Vorstand Bürgerinitiative Raschplatz) und Julius Schulze-Borges (Vorstand DTV Hannover).
Foto: Volksbank

220.000 Euro für die Region

Hannoversche Volksbank unterstützt gemeinnützige und soziale Initiativen

HANNOVER. Die Hannoversche Volksbank hat im Rahmen einer kleinen Feierstunde stellvertretend für insgesamt 83 soziale, kulturelle und gemeinnützige Einrichtungen an vier Initiativen eine finanzielle Zuwendung aus ihren jährlich anfallenden Reinerträgen des Gewinnsparens überreicht. Bei einem Einsatz von 5 Euro monatlich sind 1 Euro der Spieleinsatz für die Lotterie und 4 Euro der Sparbeitrag, der auf dem Konto gutgeschrieben wird. Die Reinerträge generieren sich aus dem Spieleinsatz von 1 Euro.

Für die Vereine und Organisationen im Geschäftsgebiet der Hannoverschen Volksbank sowie ihren Niederlassungen Celle und Hildesheimer Börde standen in diesem Jahr genau 221.680,80 Euro zur Verfüg-

ung. Mit den Spendengeldern möchte die Bank das ehrenamtliche und gesellschaftliche Engagement fördern. 125.000 Euro entfallen davon auf drei VW ID.3, welche die Hannoversche Volksbank als Elektro-VRmobile ausgeschrieben hatte und die nach ihrer Auslieferung an die Einrichtungen übergeben werden, die von einer Jury aus den zahlreichen Bewerbungen ausgewählt wurden.

Die restlichen 95.000 Euro fließen als finanzielle Zuwendungen an gemeinnützige Vereine und Initiativen im Geschäftsgebiet der Genossenschaftsbank. So freut sich der DTV Hannover über eine Spende in Höhe von 1.000 Euro für die Anschaffung einer Rollstuhlrampe. Die Special Olympics Niedersachsen e.V. erhalten für

die Anschaffung eines digitalen Whiteboards einen Zuschuss in Höhe von 2.000 Euro. Auch der Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen e.V. bekommt eine Spende der Hannoverschen Volksbank. 5.000 Euro helfen bei der Anschaffung von Hilfsmitteln für Schulungen. 5.150,80 Euro erhält die Bürgerinitiative Raschplatz e.V.. Hier steht neue Beleuchtung auf dem Wunschzettel.

„Mit diesen Geldern stärken wir vor allem das ehrenamtliche Engagement in unserer Region. Ohne diese ehrenamtliche Tätigkeit wären viele Angebote heutzutage unerschwinglich. Und zahlreiche Projekte könnten ohne Unterstützung überhaupt nicht realisiert werden,“ erläutert Volksbank-Vorstand Jürgen Wache.

ANZEIGE

Wo die Tannenbäume fliegen

96 Teilnehmer sind beim „**WEIHNACHTSBAUMWEITWURF**“ auf dem Pattenser Schützenplatz dabei / Rund 180 Besucherinnen und Besucher schauten zu

PATTENSEN. Die Technik von Ian Schumacher ist denkbar einfach: „Einfach werfen, ohne mich zu verletzen.“ Immerhin hat der 21-Jährige damit die Fünfmeter-Marke geknackt, an der viele der anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmer gescheitert sind. Denn beim Weihnachtsbaumweitwurf in Pattensen sind neben der richtigen Wurftechnik vor allem Muskeln gefragt.

Insgesamt waren am Sonntag zwischen 13 und 15.30 Uhr rund 180 Besucherinnen und Besucher zum ersten Pattenser Weihnachtsbaumweitwurf gekommen. „Mit einer so großen Resonanz hatten wir gar nicht gerechnet“, sagt Stefanie Behrends vom CDU-Ortsverband, der zu der Veranstaltung eingeladen hatte. Die Idee zu dem skurrilen Wettbewerb hatte Andreas Warnecke: „Wir wollten mal etwas Neues anbieten.“

WELTREKORD LIEGT BEI 25,01 METERN

Während der Wettbewerb in Pattensen eine echte Premiere war, ist er anderswo längst Tradition. So sind die Events im Januar in einigen Orten in England, Irland, der Schweiz und in Österreich bereits eine feste Institution. Seit 2007 wird jedes Jahr in der pfälzischen Gemeinde Weidenthal die Weltmeisterschaft im Weihnachtsbaumwerfen ausgerichtet. Der Weltrekord bei den Männern liegt bei 25,01 Metern, bei den Frauen bei 20,20 Metern.

So weit flogen die Bäume auf dem Schützenplatz in Pattensen-Mitte allerdings nicht. Bei den Herren warf Yannick Winkler 6,90 Meter. Bei den Frauen katalpulierte sich Jacqueline Knauf



Kostet viel Kraft: Ian Schumacher ist einer von insgesamt 96 Teilnehmern und Teilnehmerinnen beim Weihnachtsbaumweitwurf.
Foto: Stephanie Zern

mit 5,40 Metern auf den ersten Platz. Insgesamt hatten sich 96 Teilnehmerinnen und Teilnehmer an dem Wettbewerb beteiligt. Die Regeln sind denkbar einfach: Wer den Baum am weitesten wirft, gewinnt. Lediglich das Schleudern des Baumes ist verboten. Daher warfen die meisten den Baum nach dem Speerprinzip mit der Spitze voran.

Damit alle die gleichen Chancen hatten, kam stets der gleiche, abgeschmückte Weihnachtsbaum von Andreas Warnecke zum Einsatz. „Ich habe ihn auf 1,50 Meter gekürzt“, sagt er. „So wiegt er etwa zehn Kilogramm.“ Leid tat ihm sein ehemaliger Weihnachtsbaum dabei nicht. „Er hat mir lange genug im Weg herumgestanden, und so haben wir wenigstens eine Nachnutzung.“ Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer durfte die Nordmantanne dreimal durch die

Luft werfen. Der weiteste Wurf zählte.

„Das hat großen Spaß gemacht, aber noch einmal muss ich das nicht machen“, sagte die 67-jährige Christa Wienke, nachdem sie den Baum dreimal geworfen hatte. „Das ist mir einfach zu anstrengend.“ Teilnehmer Paul Raabe kann das nur bestätigen: „Es war ganz schön anstrengend und wegen des Gegenwinds ein kleiner Kraftakt“, sagt der 20-Jährige. „Spaß gemacht hat es aber trotzdem.“

ABGEBEBENE BÄUME FÜR DAS OSTERFEUER

Für die 15 besten Werfer hatten die Christdemokraten Preise von Pattenser Sponsoren organisiert. Erster Preis war ein frischer Weihnachtsbaum für das Fest im nächsten Jahr vom Stanze Gartencenter, der zweite ein Gut-

schein vom Hotel und Restaurant Zeitlos. Die Preise überreichte der CDU-Bundestagsabgeordnete Tilman Kuban. Gegen die Kälte gab es heißen Glühwein und Bratwürstchen sowie Bier, Alster und Softgetränke.

Wer wollte, konnte auch seinen ausgerichteten Weihnachtsbaum auf dem Schützenplatz abgeben. „Die sammeln wir und verbrennen sie bei unserem Osterfeuer auf dem MSC-Platz“, kündigte Stefanie Behrends an.

„Ich bin überwältigt, dass die Veranstaltung so gut angenommen wird“, freute sich Initiator Andreas Warnecke, der mit seinen Mitstreiterinnen und Mitstreitern drei Wochen für die Organisation und Beschaffung der Sponsorenpreise benötigt hatte. Angesichts der großen Resonanz steht bereits fest: Im nächsten Jahr sollen in Pattensen erneut die Weihnachtsbäume fliegen.

Gesundheit

ANZEIGE

Neues „Schlaf-Wunder“ Magnesium?

Schlaf-Hype aus den USA: Experten erklären, was dahintersteckt

Statt Schlaftabletten und teurer Medikamente schwören immer mehr Amerikaner auf den Mineralstoff, der für einen tieferen und ruhigeren Schlaf sorgen soll. Die Nachfrage nach Magnesiumpräparaten für den Schlaf schießt regelrecht in die Höhe. Experten bestätigen: Ein Magnesiummangel kann oft ein Auslöser für Schlafprobleme sein. Aber Vorsicht! Magnesium ist nicht gleich Magnesium.

Schlafprobleme resultieren aus den unterschiedlichsten Lebensumständen. Was auch immer Betroffene wachhält, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Lösung, die den Körper nicht belastet und den natürlichen Schlaf-Rhythmus wieder ins Gleichgewicht bringt. Der neue Schlaf-trend aus den USA ist daher nicht verwunderlich.

Magnesium als Schlaf-Unterstützer?

Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im menschlichen Körper beteiligt. Es unterstützt eine normale Muskelfunktion¹ und damit Muskelentspannung im Körper. Es trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems¹ bei und unterstützt die Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin,



die für die Stimmung und den Schlaf-Wach-Rhythmus mitverantwortlich sind.

Wenn der Körper unter Stress Hormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf. Magnesium reguliert die Produktion und Freisetzung von Cortisol in den Nebennieren mit. Damit fördert Magnesium auch eine normale psychische Funktion.¹ Es ist daher wenig verwunderlich, dass es sich mit einem zu niedrigen Magnesiumspiegel nicht gut schlafen lässt.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Der menschliche Körper kann nicht alle Formen von Magnesiumverbindungen auf die gleiche

Weise verwerten. Besonders eine Verbindung mit Glycin, dem sogenannten Magnesiumbisglycinat, ist zu empfehlen. Es gilt als die hochwertigste und bioverfügbare Form von Magnesium und ermöglicht eine besonders gute Aufnahme im Körper. Glycin ist bekannt als „beruhigende Aminosäure“ und hat eine entspannende

Wirkung auf das Zentralnervensystem. Trimagnesiumdicitrat ist wiederum an der Regulation der Aktivität von Neurotransmittern wie GABA (Gamma-Aminobuttersäure) beteiligt, die eine entspannende Wirkung auf das Gehirn haben. Magnesiumoxid trägt zur Entspannung der Muskeln bei. Die richtige Kombination ist also wichtig.

Neu vom Nr. 1* Schlafexperten in Deutschland

Baldriparan ist seit über 65 Jahren der Nr. 1* Schlafexperte für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Nun haben die Schlafexperten von

Baldriparan einen innovativen Premium-Magnesiumkomplex entwickelt, der genau die Kombination aus Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid enthält.

Es enthält entsprechend den offiziellen Expertenempfehlungen 300 mg Magnesium pro Tagesdosis, ist vegan, zuckerfrei und ohne künstliche Zusätze.

Baldriparan Magnesium ist ganz neu. Sollte Ihre Apotheke es noch nicht auf Lager haben, kann sie es sofort über den Großhandel bestellen. Es ist dann in wenigen Stunden abholbereit. Man kann es auch einfach online bestellen.



Für Ihre Apotheke:
Baldriparan Magnesium
(PZN 19553871)

www.baldriparan.de



Baldriparan®

