



Mit Hilfe eines Hubschraubers der Bundespolizei nahm die Polizei die Verfolgung der Kupferdiebe auf. Foto: Wolfram Kastl/dpa

Polizei fasst Kupferdiebe

Hubschrauber kommt zum Einsatz

BARNTEN/VARDEGÖTZEN.

Das war spektakulär: Kupferdiebe aus Barnten im Nachbarlandkreis Hildesheim wurden bei ihrer Tat am Sonntagabend, 1. Juni, gegen 22 Uhr von Polizeibeamten ertappt. Die Täter flüchteten zunächst mit einem Auto, bauten in Pattensens Orts- teil Vardegötzen allerdings einen Unfall und flüchteten zu Fuß in ein Feld. Die Polizei war schnell mit mehreren Einsatzkräften zur Stelle.

Die Tatverdächtigen versuchten laut Polizei und Staatsanwaltschaft gegen 22 Uhr Kupferkabel aus einem Kieswerk in Barnten zu stehlen. Die Polizei erhielt einen Hinweis, dass es vor Ort „zu Unstimmigkeiten“ gekommen sei. Mehrere Streifenwagen fuhren daraufhin zum Kieswerk. Dort machte eine Streifenwagenbesatzung ein Auto ausfindig. Während der Kontrolle gab der Fahrer Gas und flüchtete mit dem Fahrzeug und weiteren Insassen mit hoher Geschwindigkeit.

Die Beamten nahmen die Verfolgung auf. An einem Feldweg in der Verlängerung der Straße Hagenkamp im Pattenser Orts-

teil Vardegötzen übersah der flüchtende Fahrer einen Graben. Er fuhr in diesen hinein und blieb mit dem Auto darin stecken. Sechs Insassen verließen laut Mitteilung fluchtartig das Auto und suchten zu Fuß das Weite. Ein Mann wurde noch in unmittelbarer Nähe gestellt.

Die anderen Männer rannten in ein Feld. Die Polizei reagierte schnell und umstellte das Areal, um die flüchtigen Personen festzusetzen. „Unterstützt wurde der Einsatz durch einen Polizeihubschrauber der Bundespolizei, der die Suche aus der Luft koordinierte, und von Diensthundeführern der Polizeidirektion Hannover“, heißt es in der Mitteilung. Kurze Zeit später fassten die Einsatzkräfte vier Personen und nahmen sie fest. Ein Tatverdächtiger ist weiterhin flüchtig (*Stand bei Redaktionsschluss*). Auf Nachfrage erklärte die Polizeiinspektion: „Der flüchtige Tatverdächtige ist mit großer Wahrscheinlichkeit weitergezogen und hält sich vermutlich nicht mehr vor Ort auf.“ Eine Gefahr für Menschen in Pattensen bestehe demnach nicht.

Alle in einem Boot

Frauenteam um Pattenser Optikerin Sabine Siegmund trainiert für Benefizregatta „**RUDERN GEGEN KREBS**“

PATTENSEN/HANNOVER. In der Abendsonne fließt die Ihme ruhig am Ufer des Deutschen Ruder-Clubs (DRC) Hannover entlang. Auf dem Bootsanleger herrscht gespannte Vorfreude. Vier Frauen aus Pattensen stehen bereit, um in ihr Trainingsboot zu steigen – darunter drei, die zum allerersten Mal ein Ruder in die Hand nehmen. Und das für einen guten Zweck.

Sabine Siegmund führt das Team an. Die Inhaberin des Augenoptik- und Hörakustikgeschäfts am Pattenser Marktplatz ist eine erfahrene Ruderin, sie hat bereits mehrfach Medaillen bei internationalen Regatten gewonnen. An diesem Abend aber ist sie vor allem eines: Teil eines engagierten Teams, das für eine gute Sache aufs Wasser geht.

RUDERREGATTA AM 28. JUNI IN HANNOVER

„Rudern gegen Krebs“ – unter diesem Motto startet die Benefizregatta, die am Sonntagabend, 28. Juni, auf dem Maschsee in Hannover ausgetragen wird. Organisatoren sind die Stiftung „Leben mit Krebs“ in Kooperation mit dem Hannoverschen Regattaverband und der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Das Besondere: In jedem Boot darf nur eine Person Rudererfahrung haben. Die anderen drei müssen Neulinge in dem Sport sein.

Diese Herausforderung hat das Team aus Siegmunds Fachgeschäft in Pattensen begeistert angenommen. „Als wir von der Aktion gehört haben, waren wir sofort Feuer und Flamme“, erzählt Annika Dziosa, Augenoptikerin in dem Betrieb. Gemeinsam mit Hörakustikmeisterin



Das Team um die Pattenser Augenoptiker- und Ruderweltmeisterin Sabine Siegmund (zweite von links) mit Steuerfrau Ulrike Weber (von links), Anne Lazar, Annika Dziosa und Amelie Zucknik übt das gemeinsame Rudern für die Benefiz-Maschsee-Regatta. Foto: Torsten Lippelt

Anne Lazar und Augenoptikmeisterin Amelie Zucknik bildet sie das Ruderteam. Dieses geht unter dem Namen „Sehen.Hören.Siegen“ ins Rennen. Das ist nicht nur ein Wortspiel – das Team will damit deutlich machen, dass es seine tägliche Arbeit mit dem sportlichen Ziel verbinden möchte, etwas Gutes zu tun.

BEI ANFÄNGERINNEN IST GEDULD GEFRAGT

Doch bevor es auf den Maschsee geht, wird auf der Ihme trainiert. „Wir haben im Ruderbecken angefangen und sind dann relativ schnell auf das Wasser gewechselt“, berichtet Siegmund. Trotz ihrer langjährigen Erfahrung – sie rudert seit ihrer Jugend – ist es auch für sie eine besondere Herausforderung: „Ich bin es gewohnt, mit erfahrenen Ruderern zu trainieren. Jetzt geht es darum, Vertrauen

aufzubauen und die Grundlagen mit viel Geduld zu vermitteln.“

Teamarbeit und Kommunikation spielen dabei eine zentrale Rolle. Denn in einem Ruderboot gibt es keine Einzelkämpfer. Jede Bewegung muss aufeinander abgestimmt sein. „Wenn eine Person aus dem Takt kommt oder verkantet, bringt das ganze Boot aus dem Gleichgewicht“, sagt Zucknik. „Wir müssen gut zuhören, uns konzentrieren und als Einheit agieren – das ist echte Teamarbeit.“

Gesteuert wird das Boot von der DRC-Steuerfrau Ulrike Weber. Sie sitzt im Heck, gibt Kommandos, korrigiert die Sitzhaltung und sorgt für Sicherheit. „Man merkt sofort, ob ein Team miteinander funktioniert“, sagt sie. Ihr erster Eindruck: „Hier stimmt die Chemie.“

Zum Team gehören nicht nur die Frauen im Boot. Auch Christine Dieng und Irina Katkow,

zwei weitere Mitarbeiterinnen aus dem Betrieb, sind fest mit dabei – wenn auch an Land. Sie unterstützen das Projekt mit organisatorischem Geschick, Motivation und ganz viel Herz. „Sie feuern uns an, helfen bei der Vorbereitung und sorgen dafür, dass wir uns ganz aufs Training konzentrieren können“, sagt Lazar. „Ohne ihren Support wäre das nicht möglich.“

TEAM WILL ÜBER SICH HINAUS WACHSEN

Die Teilnahmegebühr – gleichzeitig eine Spende in Höhe von 750 Euro – hat Siegmund übernommen. Für sie ist das soziale Engagement selbstverständlich: „Ich bin überzeugt davon, dass ein gutes Team nicht nur im Betrieb, sondern auch außerhalb funktioniert. Diese Regatta ist eine großartige Möglichkeit, gemeinsam über uns hinauszuwachsen.“

Die Stiftung „Leben mit Krebs“ richtet die Regatta seit mehr als 20 Jahren in wechselnden Städten aus. Die Einnahmen fließen direkt in Projekte, die Krebspatientinnen und -patienten helfen sollen, ihre Lebensqualität während der Therapie zu erhalten oder zu verbessern. Der Maschsee ist erstmals seit 2018 wieder Austragungsort. Erwartet werden rund 90 Mannschaften aus der Region.

MEHR SICHERHEIT MIT JEDEM TRAINING

Für das Pattenser Team stehen in den kommenden Wochen noch mehrere Trainingseinheiten an – immer abends nach Feierabend. „Es ist körperlich anstrengend, aber auch unglaublich bereichernd“, sagt Dziosa. „Jeder Runderschlag ist ein kleines Stück mehr Sicherheit.“

Auch der sportliche Ehrgeiz wächst. „Natürlich möchten wir bei der Regatta eine gute Figur machen“, meint Lazar mit einem Lächeln. „Aber noch wichtiger ist das Erlebnis. Wir lernen gerade, wie viel in uns steckt, wenn wir gemeinsam etwas Neues wagen.“

Die vier Frauen aus Pattensen bekommen das alles unter den Ansagen von Steuerfrau Weber gut hin. Schnell legt das Boot die ersten paar Hundert Meter flussaufwärts zurück und verschwindet dann hinter einem Ihmeknick. Am Bootsanleger ist es nun ruhig. Ein Teichhuhn hat den sportlichen Einsatz aus sicherer Entfernung beobachtet. Schließlich kommen die Frauen wieder zurück – ohne dass es Probleme gab. Die Regatta kann kommen.

Gesundheit

ANZEIGE

Probleme im Schlaf? Magnesiummangel?

Experten klären auf, was dahintersteckt und warum ein neuartiger Magnesium-Komplex jetzt in Deutschland für Aufsehen sorgt!

Mega-Trend aus den USA: Immer mehr Amerikaner verzichten auf chemische Hilfen und setzen stattdessen auf einen Mineralstoff, der den Körper während der Nacht bei seiner Erholung unterstützen soll: Magnesium! Auch in Deutschland steigt die Nachfrage nach Magnesiumpräparaten rasant. Kein Wunder: Viele Probleme im Schlaf stehen mit Magnesium in Verbindung.

Die Gründe für eine schlechte Nacht sind unterschiedlich: Muskelkrämpfe, psychischer Druck oder erschöpftes Nervensystem durch zu viel Stress. Eines können sie jedoch gemeinsam haben: Eine unzureichende Versorgung mit Magnesium kann ein Mitauslöser sein.

Mittlerweile setzen daher immer mehr Menschen auf das Mineral Magnesium, das eine wichtige Rolle für die Muskeln und Regenerationsprozesse im Körper spielt – auch in der Nacht.

Magnesium als essenzieller Unterstützer

Magnesium ist an über 300 Vorgängen im Körper beteiligt und unterstützt die normale Funktion von Muskeln und Nerven.^{1,2} Besonders Menschen, die nachts unter Muskelkrämp-



fen oder innerer Unruhe leiden, sollten auf eine ausreichende Zufuhr achten. Denn Magnesium aktiviert das parasympathische Nervensystem, den sogenannten „Ruhemodus“ des Körpers, und ermöglicht so die wichtigen Ruhephasen für den Organismus.

Auch Alltagsorgen und Beziehungsprobleme, die den Kopf nachts beschäftigen und uns psychisch belasten, stehen mit einem Magnesiummangel in Verbindung. Denn Magnesium

trägt auch zu einer normalen psychischen Funktion bei.³ Viele Probleme im Schlaf lassen sich also mit einer unzureichenden Magnesiumversorgung erklären.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium

In Nahrungsergänzungspräparaten liegt Magnesium nie allein vor, sondern ist immer an Bindungspart-

ner gekoppelt – und nicht jede Verbindung wird gleich gut vom Körper aufgenommen. Deshalb empfiehlt sich ein Magnesium-Komplex mit verschiedenen Magnesiumformen, der Muskeln, Nerven und Psyche umfassend unterstützen kann.

Besonders empfehlenswert ist Magnesium in der Verbindung mit der Aminosäure Glycin als sogenanntes Magnesiumbisglycinat. Dieses gilt als sehr hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit. Glycin ist zudem für seine entspannungsfördernden Eigenschaften bekannt.

Trimagnesiumdicitrat kann der Körper ebenfalls gut verwerten. Es trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und psychischen Funktion bei und unterstützt damit die Regeneration. Magnesiumoxid hingegen trägt zur Entspannung der Muskeln bei. Unser Fazit: Die richtige Kombination ist ausschlaggebend!

Neu von der Expertenmarke Baldriparan

Baldriparan gehört seit über 70 Jahren zu den führenden Marken in deutschen Apotheken und sorgt seit jeher für einen erholsamen Start in den Tag. Nun gibt es einen innovativen Premium-Magnesium-Komplex von Baldriparan, der sich genau aus der Kombination Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid zusammensetzt.

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

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Magnesium
(PZN 19553871)
www.baldriparan.de

