

Senioren feiern Advent

HEMMINGEN. Auch in diesem Jahr lädt die Stadt Hemmingen alle Seniorinnen und Senioren herzlich zu den traditionellen Adventsfeiern in den Ortsteilen ein. Teilnahmeberechtigt sind alle Bürgerinnen und Bürger, die bis zum 31. Dezember 2024 das 75. Lebensjahr vollendet haben. Eine Anmeldung ist bis zum 24. November 2025 erforderlich. Diese kann telefonisch oder schriftlich bei den jeweiligen Ausrichtern oder im Seniorbüro bei Susanne Giese erfolgen. Auch im Rathaus am Info-Point werden ausgefüllte Antwortkarten entgegengenommen. Die Feiern beginnen jeweils um 15 Uhr und finden wie folgt statt:

- Arnum: Freitag, 28. November, Seniorenresidenz Arnum. Anmeldung: DRK Arnum, i. V. Frau Susanne Giese, Telefon (0511) 4103286, E-Mail: susanne.giese@stadthemmingen.de
- Hemmingen-Westerfeld/Devese: Dienstag, 2. Dezember, Seniorenheim Haus Rosenpark. Anmeldung: DRK H-W/Devese, Frau Susanne Fritz, Telefon: 0176 / 24350503, E-Mail: susannefritz2312@t-online.de
- Wilkenburg: Donnerstag, 4. Dezember, Gemeinderaum der St.-Vitus-Kirche. Anmeldung: DRK Wilkenburg, Frau Marita Semke, Telefon: 0177 / 4142943, E-Mail: Semke.marita@posteo.de
- Hiddorf/Ohlendorf: Dienstag, 9. Dezember, Gemeindezentrum der Ev.-luth. Nikolai-Kirchengemeinde, Ostertorstraße 19. Anmeldung: Ev.-luth. Nikolai-Kirchengemeinde, Gemeindebüro, Telefon: (05101) 13360
- Harkenbleck: Mittwoch, 10. Dezember, Feuerwehraum, Hallerskamp 8. Anmeldung: Frau Ulrike Schottmann (SV Harkenbleck), Telefon: (05101) 2576.

► Mehr Infos beim Seniorbüro Hemmingen unter (0511) 4103286 oder seniorbuero@stadthemmingen.de

Sanierung des Pattenser Bades dauert länger als geplant

Eine FERTIGSTELLUNG ENDE 2026 ist wohl nicht mehr zu schaffen

PATTENSEN. Bröckeliger Fußboden, aufgestemmte Wände, fehlende Deckenverkleidungen und ein riesiges Baugerüst im Becken des Hallenbads: Seit mehreren Monaten sind die Abrissarbeiten im Pattenser Bad im Gange. Es ist ein Fortschritt beim Rückbau zu sehen. Doch die Arbeiten für das 10-Millionen-Euro-Projekt werden wohl nicht – wie bislang erwartet – spätestens im Dezember 2026 enden.

Die Redaktion durfte einen Blick ins Innere des Hallenbads werfen. Bei dem Rundgang ließ die Stadtverwaltung durchblicken, dass sich die Bauzeit länger hinziehen könnte als vorgesehen. „Es ist ein laufendes Projekt. Da ist man nie vor Überraschungen gefeit“, sagt Sven Proges, seit September neuer Fachbereichsleiter Technische Dienste. „Die Erfahrungen, die wir bislang mit dieser Maßnahme gemacht haben, bedeuten wohl, dass wir mit dem bisherigen Plan nicht hinkommen.“ Wie lange sich die Arbeiten noch bis ins Jahr 2027 ziehen, lässt er offen. „Das können wir nicht genau beziffern.“

PROBLEME BEIM ENTFERNEN DER ALTEN FLIESEN

Zu den Überraschungen während des Abrisses zählt unter anderem die Problematik beim Entfernen der Wandfliesen. Diese Arbeit gestaltet sich deutlich schwieriger als gedacht. „Die Mauer leidet, wenn man die Fliesen abschlägt“, sagt Bad-



Großbaustelle: Das Pattenser Bad wird umfassend saniert.

Fotos (3): Mark Bode

Geschäftsführer Fred Oeltermann. In der Wand sind teils tiefe Löcher zurückgeblieben. Nach dem Entfernen der Fliesen wurden zwei Wände im Bereich der oberen Umkleide sogar instabil. „Die müssen wir komplett neu mauern“, sagt Stadtmitarbeiter Christian Reppin.

Das Problem besteht aber nicht nur an den Wänden. So ist das Loslösen der Fußbodenfliesen zeitaufwendiger als ursprünglich angenommen. Auch diese Arbeiten hinterlassen Spuren – einen bröseligen Untergrund. „Es muss neuer Estrich rein.“

BLEIBEN FLIESEN VON 1971 ERHALTEN?

Diese Erfahrungen brachten die Verantwortlichen dazu, über den Erhalt der Fliesen im Eingangsbereich sowie im Bistro nachzudenken. „Wir werden es in der Lenkungsgruppe thematisieren“, sagt Proges. Das könnte Zeit und Geld sparen. Der Fachbereichsleiter hält die grünen Fliesen für „zeitlos und schick“. Sie seien zudem „absolut in Ordnung“. Seine Idee: In der Nähe der dort eingelassenen Kachel mit der Jahreszahl 1971 könnte womöglich eine

neue gesetzt werden, mit dem Verweis auf die Grundsanie rung ab dem Jahr 2025.

Im Bereich der Umkleide im Obergeschoss müssen alle Wände künftig bis zur Decke gemauert werden. Das ist beim alten Bau nicht der Fall gewesen. „Damit schaffen wir dann Brandabschnitte“, sagt Geschäftsführer Oeltermann. Das ist eine Vorgabe des Brandschutzgutachtens. Damit soll verhindert werden, dass sich im Falle eines Feuers Flammen schnell aus einem Bereich in einen weiteren ausbreiten können.

PATTENSER BAD OHNE EMPORE

Im Schwimmbecken steht inzwischen ein großes Gerüst, das bis unter die Hallendecke reicht. Dafür wurde vorab die Empore, auf der in der Vergangenheit beispielsweise Kindergeburtstage gefeiert werden konnten, zurückgebaut. „Die Decke kommt komplett raus“, sagt Oeltermann. Die Lichtstrahler sollen künftig nicht mehr unter der Decke angebracht werden. „Da kommt man im Zweifel ganz schwer oder eigentlich gar nicht mehr heran“, sagt Oeltermann. Das Licht soll an die Säulen montiert werden.



Die Kachel zeigt es an: Die Fliesen stammen aus dem Jahr 1971.

Die im Laufe der Jahre teils sehr milchig und wenig ansehnlich gewordenen Fenster werden ebenfalls ersetzt. „Die werden im unteren Bereich aber blickdicht sein, damit man von außen nicht mehr hineingucken kann“, sagt der Bad-Geschäftsführer.

„Es ist eine staubige Angelegenheit. Aber die Abbrucharbeiten gehen insgesamt gut voran“, sagt Reppin. Oeltermann ist weiterhin regelmäßig

im Bad. „Wir freuen uns, mit der Stadt so gut im Austausch zu sein. Jeden Tag ist jemand von uns hier“, betont er. „Wir gucken, ob abends alles richtig abgeschlossen ist. So sparen wir uns den Sicherheitsdienst.“



Kaum wiederzuerkennen: Die Empore im Hallenbadbereich ist schon verschwunden. Im Becken steht ein großes Gerüst.

ANZEIGE

SPRECHSTUNDE: Reden wir über nächtlichen Harndrang!



Mag. Dirk Meier Nährstoffexperte

Nächtlicher Harndrang betrifft sowohl Frauen als auch Männer und ist nach wie vor ein Tabuthema. Was man dagegen tun kann und was dahintersteckt – das verrät unser Experte Mag. Dirk Maier.

Häufiger Harndrang – besonders nachts – kann für Betroffene schnell zu einem großen Problem werden. Die nächtlichen Wanderungen stören den Schlaf, und am nächsten Morgen ist man erschöpft und schlecht gelaunt. Doch auch tagsüber wird eine sensible Blase oft zur Herausforderung. Man denke nur an lange Autofahrten. Darüber hinaus kann der plötzlich auftretende Harndrang auch zu Krämpfen

führen, wenn man ihm nicht schnell genug nachgibt.

FRAUEN AB 45 BESONDERS HÄUFIG BETROFFEN

Bei Frauen findet sich die Ursache meist in der hormonellen Umstellung während der Wechseljahre. Denn dadurch wird die Blasenschleimhaut dünner und leichter reizbar, wodurch sich die Blase schon bei verhältnismäßig niedrigem Füllstand meldet.

Viele Betroffene kämpfen zusätzlich zum nächtlichen Harndrang auch mit einer sogenannten „Belastungskontinenz“. Dabei fällt es schon bei kleinen körperlichen Anstrengungen (zum Beispiel Lachen oder Niesen) schwer, die Blase zu kontrollieren. Der Grund: Durch die hormonelle Veränderung wird auch die Beckenbodenmuskulatur beeinträchtigt – diese verliert dann an Kraft und übernimmt ihre wichtige Verschlussfunk-

tion nicht mehr in vollem Umfang. Auch vorangegangene Schwangerschaften können zu einer solchen Überbeanspruchung beitragen.

MÄNNER UND PROSTATA

Doch nicht nur Frauen sind betroffen, auch viele Männer haben ein Thema mit nächtlichem Harndrang. Schuld ist hier in der Regel eine gutartige

Vergrößerung der Prostata, die in weiterer Folge die Harnröhre einengt. Dadurch kann der Urin nicht mehr ungehindert fließen und ein Rest davon bleibt in der Blase zurück. Genau dieser Rest sorgt dann schnell wieder für das Gefühl, auf die Toilette zu müssen.

PFLANZLICHE HILFE

Die gute Nachricht: Es gibt eine pflanzliche Lösung, um

den nächtlichen Harndrang in den Griff zu bekommen.

Aktuelle Studien zeigen, dass bei kurmäßiger Einnahme von hochdosiertem Kürbiskern-Extrakt der nächtliche Harndrang sowohl bei Frauen als auch bei Männern um fast die Hälfte gesenkt werden kann.¹ Auch die Inkontinenzepisoden gehen signifikant zurück.² Diese Erkenntnisse haben Pharmazeuten genutzt und ein hochwertiges pflanzliches Präparat entwickelt: die Kürbis Tabletten von Dr. Böhm®. Sie enthalten einen speziellen Kürbiskern-Extrakt in besonders hoher Dosierung. Aufgrund der rein pflanzlichen Zusammensetzung sowie der Herstellung unter strengen Qualitätsbestimmungen ist das Präparat ausgezeichnet verträglich und sicher für die Langzeitanwendung.

In Österreich, wo das Produkt schon seit über 30 Jahren am Markt ist, konnten sich schon hunderttausende Betroffene von der Wirkung überzeugen.

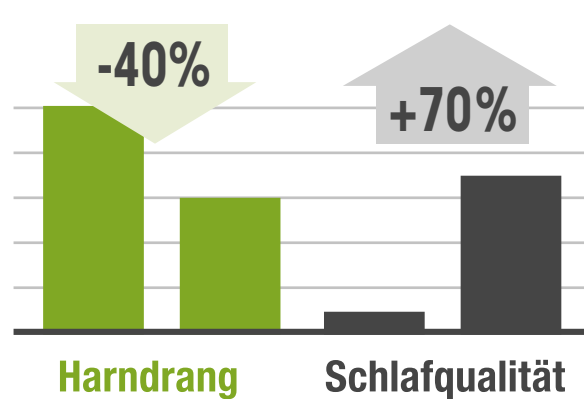
GUT ZU WISSEN

Die pflanzlichen Wirkstoffe benötigen einige Zeit, um ihre volle Kraft zu entfalten, daher wird eine Einnahme von mindestens 2 bis 3 Monaten empfohlen.

¹ Terada T. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4):551-61
² Sogabe H. Et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46:727-737

i STUDIE BESTÄTIGT

Kürbiskern-Extrakt ist bei der langfristigen Einnahme dazu in der Lage, den nächtlichen Harndrang Betroffener um fast die Hälfte zu senken.¹



HEILPFLANZE DER WOCHE

Seit Jahrzehnten bewährt

- ✓ Bei sensibler Blase und häufigem Harndrang
- ✓ Bei ungewolltem Harnverlust
- ✓ Stärkt die Blasenmuskulatur

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau
60 Stk.: PZN: 15390969

NEU auch für den Mann

- ✓ Kürbis bei nächtlichem Harndrang und für einen normalen Harnstrahl
- ✓ Ginseng unterstützt die Manneskraft
- ✓ Zink für einen normalen Testosteronspiegel

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für den Mann
30 Stk.: PZN: 19825654