

Film und Seminar zum Frauentag

LAATZEN. Anlässlich des Equal Pay Days am 27. Februar und des Internationalen Frauentags am 8. März präsentiert die Stadt Laatzen einen satirischen Kurzfilm. In „Tina und Sören“ unterhalten sich zwei als Marionetten dargestellte Figuren über Vorurteile und strukturelle Benachteiligungen. Während Sören trotz Dokortitels auf Äußerlichkeiten reduziert wird, ist Tina nach einem langen Arbeitsleben von Altersarmut betroffen. Der Film versteht sich als Impuls für gesellschaftspolitische Gespräche und ist auf der Internetseite der Stadt Laatzen sowie in den sozialen Medien der Stadt zu sehen.

MINIBUCH ÜBER ARMUT

Zudem weist die Laatzens Gleichstellungsbeauftragte Nicole Hendrych auf das digitale Minibuch „Armut, die – Substantiv, feminin Armut“ der Bundesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros und

Gleichstellungsstellen hin. Die rund 40 Seiten umfassende Publikation schildert exemplarische Fälle von Frauenarmut und ergänzt diese um statistische Daten und politische Forderungen. Gedruckte Exemplare sind im Team Gleichstellung im Rathaus erhältlich. Auch die Zeitung des Hannoverschen Frauenbündnisses mit einem Beitrag Hendrychs liegt dort aus.

SEMINAR IM MÄRZ

Ein Empowerment-Seminar für Frauen findet am Freitag, 27. März, von 10 bis 16 Uhr im Rathaus Laatzen statt. Unter Leitung von Führungskräftecoach Bernhard Schrand geht es um die Stärkung der persönlichen Widerstandskraft, die Reflexion der eigenen Lebenssituation und die Entwicklung von Zukunftsperspektiven. Veranstalterin ist die Stadt Laatzen. Anmeldungen sind per E-Mail an Glove@Laatzen.de oder telefonisch unter (0511) 82051902 möglich.

Heimatstube öffnet

PATTENSEN. Anlässlich des Tags der Archive öffnet auch die Heimatstube Pattensen, Steinstraße 9, am Sonntag, 8. März, von 14 bis 17 Uhr. Gezeigt werden unter anderem alte Bücher aus Pattensener Handwerksbetrieben, die Ausstattung einer Schneiderei sowie einer Schuhmacherwerkstatt und Regale aus der ehemaligen Druckerei Biester. Die zugehörigen Meisterbriefe sind ausgestellt.

Auf historischen Schulbänken können Gäste in Poesialben und in Ausgaben des „Herold“ seit 1973 blättern. Mit-

glieder des Fördervereins Stadtmuseum Pattensen stehen für Gespräche bereit. Der Eintritt ist frei.

Unabhängig davon ist die Heimatstube jeden Donnerstag von 15 bis 18 Uhr geöffnet.

Zudem werden neue Mitglieder gesucht, die sich mit ihren Ideen und Fähigkeiten einbringen möchten. Für Auszubildende und Studierende bis zum 25. Lebensjahr ist diese Mitgliedschaft kostenlos.

➤ Nähere Informationen: heimatstube-pattensen.de

Mit Herz und Leidenschaft

Cheerleaderinnen Volcanos Fire vom **BSV HANNOVERA GLEIDINGEN** wollen in den USA auf Platz eins.

Schon das Aufwärmprogramm der Cheerleaderinnen wirkt wie eine einstudierte Choreografie. Eine Anleitung der Trainerinnen ist nicht nötig. Die Mädchen wissen, was zu tun ist. Sie springen über die Weichbodenmatten, dehnen ihre Muskeln und bringen den Kreislauf in Schwung. Zwischendurch blödeln sie ein wenig herum. Doch mit einem Mal werden die Gesichter ernst. Als die Musik einsetzt, herrscht plötzlich volle Konzentration. Dann probt die Gruppe ihre Wettkampf-Kür – die 18 Mädchen fliegen durch die Luft, gehen in einen Spagat oder setzen einen Flic-Flac an den nächsten.

Die Volcanos Fire vom BSV Hannovera Gleidingen stecken mitten in den Vorbereitungen auf die größte Herausforderung ihres Lebens. In den USA treten sie in Ontario (Los Angeles) bei ihrer ersten internationalen Meisterschaft an und messen sich mit Teams aus aller Welt.

Dass es irgendwann auf die größtmögliche internationale Bühne geht, war für die Gruppe lange nicht abzusehen. Bei den ersten beiden Turnierteilnahmen belegten sie den letzten und vorletzten Platz. „Als wir das Ganze hier angefangen haben, war unser einziges Ziel, nicht zu versagen. Das haben wir aber“, sagt Trainerin Azin Meyer. Nach den ersten Misserfolgen wechselten einige Cheerleaderinnen sogar zu etablierteren Teams. „Das hat uns Trainerinnen, aber auch den anderen Mädels ganz schön zugesetzt“, sagt Meyer. Doch die, die geblieben waren, packte der Ehrgeiz. Die Trainingszeit wurde verdoppelt, das Trainerteam aufgestockt. Und nicht nur die Umstände wurden verändert, auch die Dynamik innerhalb des Teams veränderte sich. „Die Mädels ha-



Gut aufgestellt: Bei ihrer ersten internationalen Meisterschaft wollen die Cheerleaderinnen Platz eins.

Foto: Florian Petrow

ben viel Eigeninitiative gezeigt. Nach dem Schmerz kam die klassische Jetzt-erst-recht-Einstellung“, erklärt Meyer. Das wird auch in der Trainingseinheit deutlich. Bei einer Figur, die nur fünf Cheerleaderinnen üben, fiebert die anderen mit. Als der Salto gelingt, applaudiert das ganze Team. Die Fünfergruppe lächelt stolz.

Bei der dritten Meisterschaftsteilnahme in Lemgo, nur zwei Jahre nach ihrer Gründung, war dann alles anders. Im Dezember 2024 qualifizierten sich die Volcanos als absolute Außenseiter für

die internationale Meisterschaft in den USA in der Altersgruppe 10 bis 16 Jahre. Damals noch ohne richtige Cheer-Uniform, nur in Leggings und T-Shirts. Mit einer fehlerfreien Performance zählte das Team aus rund 200 Mannschaften zu den vier besten des Turniers. „Wir haben nie gedacht, dass so etwas dabei herauskommt“, sagt Meyer.

Seitdem die Mannschaft die Reise in die Vereinigten Staaten plant, „ist der Zusammenhalt noch größer geworden“, sagt Trainerin Sonja Förster. „Irgendwann merken die Kinder, was es

bedeutet, in einem Team zu sein“, ergänzt Meyer. Die Cheerleaderinnen haben viel Freizeit geopfert, um Geld zusammenzubekommen. Doch die benötigten 35.000 Euro sind zu viel für Kuchenverkauf und Spenden. Ein Fall für die NP-Sportstiftung! Mit 2500 Euro unterstützen wir neben vielen anderen Helfern die Volcanos auf ihrer Reise in die USA.

Bei einer der letzten Trainingseinheiten steht die Kür bereits und wird wieder und wieder trainiert. Trotzdem lassen Meyer und Förster Raum für Veränderungen.

„Wir passen nochmal etwas an. Auf der drei schaut ihr nach oben“, ruft Meyer nach einem Durchgang. „Macht das mal intuitiv.“

Vor dem Wettkampf auf internationaler Bühne sind die Cheerleaderinnen aufgeregt. „Wir üben schon sehr lange dafür“, sagt Mina Lauenstein. „Die Vorfreude, in den USA auf der Matte zu stehen, ist riesig. Wir arbeiten alle für das gleiche Ziel.“ Und das ist klar formuliert: „Wir wollen ein ‚Hit Zero‘, eine fehlerfreie Performance“, sagt Meyer. „Und Platz eins.“

Gesundheit

ANZEIGE

NEU Rubaxx CBD Gel PLUS – das Kraft-Upgrade mit über 1000 mg CBD

Innovativer CBD-PLUS-KOMPLEX für strapazierte Muskel- und Gelenkzonen

Die einen spüren abends die Belastung des Tages in Beinen, Rücken oder Schultern. Die anderen kämpfen mit verspannten oder müden Muskeln nach einseitiger Belastung oder Sport. Eine schnelle und spürbare Versorgung der strapazierten Körperzonen ist dann enorm wichtig. Genau das leistet das neue Rubaxx CBD Gel PLUS mit CBD-PLUS-KOMPLEX mit 3-fach-Aktiv-Prinzip:

1. Aktivierung der Haut

Menthol ist dafür bekannt, bestimmte Ionenkanäle der Haut, die sogenannten TRPM8, zu aktivieren. Menthol kann außerdem die lokale Mikrozirkulation erhöhen. Durch



Aktiviert die Haut

+ Kühleffekt

+ 1080 mg CBD

das Einmassieren des Gels sorgt es so für eine sanfte Steigerung der Durchblutung und eine bessere lokale Verteilung der Inhaltsstoffe.

2. Sofortiger Frische-Effekt

Durch die Stimulierung der Kälte-Rezeptoren in der Haut liefert Menthol ein sofortiges angenehm kühlendes Frischegefühl auf der Haut. Perfekt

ergänzt wird der Vorgang durch Minzöl, welches das Frischegefühl intensiviert.

3. Das Plus an CBD

Entwickelt von einem deutschen Forscherteam, enthält Rubaxx CBD Gel PLUS nun 1080 mg reines CBD und ist damit das höchstdosierte Gel in deutschen Apotheken. THC ist dabei vollständig ausgeschlos-

sen, ebenso wie unerwünschte Pflanzenbestandteile.

Neu in der Apotheke

Rubaxx CBD Gel PLUS kombiniert modernste Geltechnologie mit einem intelligenten CBD-PLUS-KOMPLEX. Durch regelmäßiges Einmassieren können Muskeln und Gelenkregionen gelockert und entspannt sowie die Durchblutung gefördert werden. Das Gel eignet sich insbesondere nach täglicher Anstrengung, einseitigen Belastungen sowie langem Sitzen, Stehen oder Laufen. Ideal für Körperpartien, die sich angespannt oder überlastet anfühlen.

Rubaxx CBD Gel PLUS ist ganz neu in der Apotheke erhältlich. Sollte es Ihre Apotheke vor Ort noch nicht vorrätig haben, ist es in wenigen Stunden für Sie abholbereit. Alternativ ist Rubaxx CBD Gel PLUS auch online erhältlich.

Für Ihre Apotheke:
**Rubaxx
CBD Gel PLUS**
(PZN 20136718)

www.rubaxx.de

NEU

Mit dem
extra **PLUS.**



Von der Nr. 1*

Rubaxx®