

## Gemeinsames Fastenbrechen

**LAATZEN.** Im Leine-Center Laatzten wird zu einem öffentlichen Fastenbrechen eingeladen. Die Veranstaltung richtet sich an Bürgerinnen und Bürger und soll Begegnungen zwischen Menschen unterschiedlicher Herkunft ermöglichen. Das Fastenbrechen beginnt am Sonntag, 8. März, ab 16.30 Uhr im Leine-Center Laatzten, Albert-Schweitzer-Straße 10. Einlass ist ab 16.30 Uhr, das Programm startet um 18 Uhr. Für die Teilnahme stehen insgesamt 200 Plätze zur Verfügung. Eintrittskarten kosten 10 Euro und sind an der Information des Leine-Centers erhältlich. Die Einnahmen werden gespendet: Begünstigt werden der Verein für krebskranke Kinder in Hannover sowie die Moschee in Laatzten.

# „Horrido“ Ingeln wählt neuen Vorstand

**JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG DES SCHÜTZENVEREINS:**  
Ehrungen, Rückblicke und Ausblicke

**LAATZEN.** Der Schützenverein „Horrido“ Ingeln hat bei seiner Jahreshauptversammlung am Sonnabend, 21. Februar, den Vorstand turnusgemäß neu besetzt. Mehrere Funktionen wurden neu vergeben, nachdem einige Amtsinhaber nicht erneut kandidierten oder künftig andere Aufgaben im Verein übernehmen. Die Versammlung bestätigte die vorgeschlagenen Personalien geschlossen.

Neu in den Vorstand gewählt wurden Tom Schneider als zweiter Vorsitzender, Simone Finke als zweite Kassenwartin sowie Ines Breitenherdt als zweite Damenwartin. Sandra Finke übernimmt für ein Jahr das Amt der ersten Jugendwartin, Andreas Kittler wurde für zwei Jahre zum zweiten Jugendwart gewählt. Im Amt bestätigt wurden Sylvia Tamme als zweite Schriftführerin und André Breitenherdt als zweiter Schießsportleiter. Damit ist die Vereinsführung wieder vollständig besetzt.



**Die Ehrennadel des Vereins erhielten (von links nach rechts) Sieglinde Meyerhoff, Adeheide Paduch, Andreas Aue und Jürgen Paduch.**  
Foto: Schützenverein „Horrido“ Ingeln von 1920 e. V.

Der Verein setzte seinen Wachstumskurs fort und zählte zum Jahresende 2025 insgesamt 443 Mitglieder, darunter 26 Neueintritte. In einer Totenehrung gedachte die Versammlung der verstorbenen Mitglieder Horst Fietje und Heinrich Strode. Das vergangene Vereinsjahr war von gut besuchten Veranstaltungen geprägt, darunter das Firmenschießen, das Weinfest und das Schützenfest. Zudem wurde der Schießstand in Eigenleistung modernisiert.

Sportlich konnte der Verein erstmals Teilnehmer zu Kreis- und Landesmeisterschaften entsenden. Besonders erfolgreich war Nele Breitenherdt, die den Titel der Landesvizemeisterin erreichte. Auch das neu eingeführte Blasrohrschießen stieß auf großes Interesse. Im Rahmen der

Versammlung wurden außerdem die Vereinsmeister 2025 und die Jahresbesten des Übungsschießens ausgezeichnet. Vereinsmeister wurden Sandra Finke bei den Damen, Tom Schneider bei den Herren sowie Iris Rohrbach in der Damen-Altersklasse.

Mehrere Mitglieder wurden für ihre langjährige Treue geehrt. Für besondere Verdienste erhielten Adelheid Paduch, Sieglinde Meyerhoff und Jürgen Paduch eine Ehrennadel. Sie engagieren sich seit vielen Jahren bei Veranstaltungen, organisatorischen Aufgaben und dem traditionellen Böllern beim Weinfest.

Auch in der Öffentlichkeitsarbeit konnte der Verein Erfolge verzeichnen.

Fördermittel aus Aktionen der Sparkasse und der Volksbank fließen vor allem in die Jugendarbeit und in die Ausstattung für den Schießsport. Aus einer Sparkasseninitiative entwickelte sich zudem eine neue Verbindung zum SSV Schulenburg. Der Verein will beim Schützenfest in Ingeln-Oesselse erstmals offiziell teilnehmen.

Zu den Höhepunkten des laufenden Jahres zählen der Schützenball am Sonnabend, 11. April, das Schützenfest von Freitag, 13. Juni, bis Sonntag, 15. Juni, sowie die Teilnahme am großen Ausmarsch in Hannover am Sonntag, 5. Juli. Außerdem plant der Verein, das Vereinsbüro zu modernisieren. **RED**

## UM HIMMELS WILLEN

# Zwei Tage mit einer Haltung

„**G**leichberechtigung – JETZT!“ steht in dicken Buchstaben auf einem Pappschild. Kalte Finger halten es fest, Sprechchöre ziehen durch die Straßen. 8. März, feministischer Kampftag.

Zwei Tage vorher ein anderes Bild: Ein Raum voller Stimmen. Lieder und Texte aus einem anderen Teil der Welt, gemeinsam gesprochenes Gebet. Frauen aus Nigeria haben in diesem Jahr den Weltgebetstag vorbereitet. Sie erzählen von ihrem Alltag, von Ungerechtigkeit und von Hoffnung. In mehr als 150 Ländern feiern Christ:innen am 6. März diesen Gottesdienst, hören die Texte und stimmen in die Lieder ein. Ein Gebet, das einmal um den Globus geht. Ein Gottesdienst, der verbindet – über Länder und Kontinente hinweg.

Demoschild hier, Gebetsheft dort. Passt das zusammen?

Ich glaube: mehr, als wir denken.

Denn wer betet, schaut nicht weg. Im Gebet höre ich von Gewalt und Ungleichheit. Ich halte sie Gott hin und merke: Es lässt mich nicht kalt. Beten ist kein Rückzug aus der Welt.

Es ist ein Innehalten, das Kraft sammelt. Und wer protestiert, glaubt im Grunde auch an Hoffnung. Sonst würde niemand losziehen, Plakate malen, die eigene Stimme riskieren.

Der Weltgebetstag erinnert: Wir sind verbunden – weltweit. Der 8. März erinnert: Meine Stimme zählt. Hier. Heute.

Zwischen Gebet und Protest liegt kein Widerspruch, sondern Solidarität; Mut, zu glauben und zu handeln.

Vielleicht braucht unsere Zeit beides: das Demoschild in der Hand und das Amen im Herzen.



**Nele Thomaier**  
Pastorin der Kirchengemeinde Bennigsen-Lüdersen

**Nele Thomaier**  
Foto: Jens Schulze

**JUWELIER COHRS**  
Machen Sie Ihr Gold zu Geld! Bei uns zum Höchstpreis verkaufen.

Gold | Silber | Platin | Zinn  
Schmuck | Juwelen | Diamanten | Silberbesteck | Zahngold (auch mit Zahn)  
Bruchgold | Altgold | Münzen | Barren | Erbschaften | Luxusuhren

2x in Hannover  
Juwelier Cohrs Edelmetall GmbH  
Bahnhofstr. 3 und Schillerstr. 33  
Telefon & WhatsApp 0511/2157937  
www.juwelier-cohrs.de

**Wir suchen Verkäufer (m/w/d)**

**Heimann**  
Fleischerei • Partyservice

**Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24**  
fleischerei-heimann@t-online.de  
Di., Do., Fr.: 8 - 12.30 Uhr u. 15 - 18 Uhr • Mi.: 8 - 12.30 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

**Wir suchen Verstärkung!**

# Spröde Nägel: Worauf Betroffene vertrauen



Wer zu spröden Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit unwohl. Da kann die Frisur noch so gut sitzen und das Outfit noch so perfekt passen – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch ungepflegt zu wirken.

Und wer wünscht sich nicht schöne und feste Fingernägel? Leider gibt es nur allzu viele Ursachen, die unsere Nägel spröde und trocken machen, wodurch sie leichter abbrechen. Oft reicht schon

häufiges Händewaschen oder der regelmäßige Kontakt mit Putzmitteln aus. Zusätzlich entziehen die kalten Außentemperaturen sowie die trockene Heizungsluft den Nägeln ebenfalls Feuchtigkeit. Die gute Nachricht: Es gibt eine Möglichkeit, die Nägel wieder zu festigen – man muss nur wissen wie!

### KEINE FRAGE DER PFLEGE

Die Schönheitsindustrie wirbt gerne mit zahlreichen Pflegeprodukten, die eine schnelle

Lösung bei Nagelproblemen versprechen. Ein gutes Beispiel hierfür ist etwa Nagelöl, das in der Drogerie gerne als Hilfe bei brüchigen Nägeln angepriesen wird. Experten sind sich jedoch einig: Nagelöl pflegt zwar die Nagelhaut, kann aber nicht in die Nagelplatte einziehen. Der Nagel wird somit in seiner inneren Struktur nicht gestärkt. Auch die richtige Schneide- bzw. Feil-Technik ist ein solcher Fall: Natürlich kann man dadurch einem häufigen Abbrechen vorbeugen (zum Beispiel indem

man die Nägel möglichst kurz trägt, sodass diese seltener einreißen), das Grundproblem eines zu trockenen bzw. spröden Nagels ist damit aber auch nicht gelöst.

### UNTERSTÜTZUNG VON INNEN

Während konsequente Pflege richtig und wichtig ist, sollte man für eine langfristige Stärkung der Nägel nicht außen,

sondern im Inneren des Nagels ansetzen. Das geht am besten mit einer optimierten Nährstoff-Versorgung. Konkret geht es dabei um folgende Nährstoffe:

- 1.) Silizium** findet sich in Kieselerde und Goldhirse wieder. Besonders letztere war bereits im Mittelalter als „Schönheitskorn“ bekannt.
- 2.) Zink und Selen** zum Erhalt normaler Nägel.
- 3.) MSM** (Schwefel) als wichtiger Strukturbaustein.

### RICHTIGE WAHL

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für Konsumenten aber nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen können. Umso vertrauenswürdiger ist es da, wenn Apotheker eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen: Besonders häufig wird hier Dr. Böhm® Haut Haare Nägel genannt, das seit Jahren meistverkaufte Präparat für feste Nägel\*.

Das Qualitätsprodukt aus Österreich enthält neben wichtigen Spurenelementen vor allem Silizium, hochreines MSM (natürlicher Schwefel) und Selen in sinnvoller Dosierung und wird nach höchsten Arzneimittelstandards produziert.

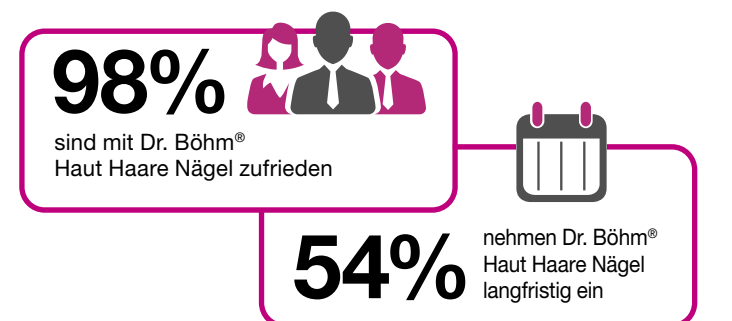
### UMFRAGE BESTÄTIGT ZUFRIEDENHEIT

Die Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender. Das unterstreicht auch eine groß angelegte

Umfrage unter Anwendern von Dr. Böhm® Haut Haare Nägel. Von über 130 Teilnehmern waren 98 % zufrieden oder sehr zufrieden. Da die besten Ergebnisse bei einer langfristigen

Einnahme (über 2 bis 3 Monate) erzielt werden, nimmt auch mehr als die Hälfte der Befragten das Präparat mehrmals pro Jahr ein.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Kundenbefragung seit 2018



## APOTHEKEN-TIPP bei spröden Nägeln

**Dr. Böhm®**  
**Haut Haare Nägel**  
Wichtige Mikronährstoffe für Haut (Biotin), Haare (Selen) und Nägel (Zink)\*  
Goldhirse-Extrakt und hochreines MSM  
60 Tabletten | Nahrungsergänzungsmittel

**NR. 1 MEISTGEKAUFT**

**Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:**

- ✓ Zink und Selen für den Erhalt normaler Nägel
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente

**Bestehen Sie auf das Original!** Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie.  
60 Stk. PZN: 15390975 | 3-Monats-Kur 180 Stk. PZN: 18851135

\*Apothekenabstatt Mittel für Haare und Nägel IT IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 11/2025.