

Hilfe bei ADHS

PATTENSEN. Eine Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit ADHS trifft sich in Pattensen. Das Angebot richtet sich an Familien, die sich gegenseitig unterstützen möchten. Die Treffen finden jeweils am ersten Mittwoch im Monat statt, das nächste Mal am Mittwoch, 1. April, von 18.30 bis 21 Uhr im Mehrgenerationenhaus „Mobile“, Göttinger Straße 25a. Bei Interesse ist eine Anmeldung per E-Mail an rg.calenberger-land@adhs-deutschland.de oder telefonisch unter (05101) 855042 möglich.

Chorprobe

HEMMINGEN. Der DRK-Ortsverein Hemmingen lädt zum gemeinsamen Singen ein. Der „Heart Chor“ trifft sich regelmäßig im Gemeindesaal der Trinitatiskirche. Die Proben finden jeweils am ersten und dritten Montag im Monat von 16 bis 17.30 Uhr statt. Auch ohne musikalische Vorkenntnisse sind Interessierte willkommen, im Mittelpunkt steht die Freude am gemeinsamen Üben. Weitere Informationen gibt Carolin Birkholz unter 0152 / 23506355.

Woche gegen Rassismus soll feste Institution werden

Aktion in Pattensen endet mit **ÖFFENTLICHEM ZUCKERFEST** in der Grundschule. Stadt vergibt Integrationspreis an Sari Slo.

PATTENSEN. Mit dem Zuckerfest endete die „Woche gegen Rassismus“ in Pattensen. Die Organisatoren kündigen an, künftig jährlich an der internationalen Aktionswoche teilzunehmen. Bei der Abschlussveranstaltung übergaben Vertreterinnen der Stadt einen Integrationspreis.

Die Stadt Pattensen hat die „Woche gegen Rassismus“ mit dem in der Aula der Grundschule ausgerichtetem Zuckerfest beendet. Bürgermeisterin Ramona Schumann (SPD) und Belinda Djamen, Leiterin des städtischen Sozialdienstes, zeigten sich von den Projekten in der Woche begeistert. Die Stadt hatte erstmals an dieser internationalen Aktion teilgenommen. „Das werden wir jetzt jedes Jahr machen“, kündigte Schumann an. Djamen hat auch schon Pläne für 2027. „Ich möchte gerne ein großes multikulturelles Fest auf dem Marktplatz gestalten. Das wird in der Öffentlichkeit noch stärker wahrgenommen“, sagte sie.

Das Zuckerfest in der Aula besuchten rund 100 Gäste. Im Vordergrund stehe dabei die Vielfalt und nicht die Religion, sagte Djamen: Mit dabei waren Vertreterinnen und Vertreter verschiedener Glaubensrichtungen – nicht nur des Islam, der mit dem Zuckerfest jährlich den Fastenmonat Ramadan beendet. Djamen vergab den Integrationspreis der Stadt an die Jesidin Sari Slo. Die 40-jährige alleinerziehende Mutter von drei Kindern war vor fünf Jahren aus dem Irak nach



Die Cheerleader „Volcanos“ des BSV Gleidingen sorgen mit ihrer Show für beste Stimmung. Foto: Tobias Lehmann

Deutschland geflüchtet und lebt seitdem in Pattensen. „Slo nimmt an gefühlten allen Integrationsangeboten teil und unterstützt die Stadt dabei auch aktiv“, sagte Djamen.

Slo war angesichts der Ehrung den Freudentränen nahe. „Meinen Kindern und mir gefällt es hier in Pattensen. Ich helfe immer gerne mit, wenn ich kann“, sagte sie. Sie erhielt für ihre Familie einen Gutschein für einen eintägigen Besuch im Freizeitpark Rasti-Land. „Wir kümmern uns an diesem Tag um alles. Auch für den Transport ist gesorgt“, sagte Schumann.

Speisen gab es am dem Nachmittag beim Mitbringbuffet. Dort bediente sich auch Peter Winter, Vertreter der katholischen Kirche und Mitglied des Flüchtlingsnetzwerks. Das Netzwerk hatte 2025 erstmals ein Zu-

ckerfest in der Stadt auf die Beine gestellt. „Ich bin aber froh, dass die Verantwortung dieses Jahr hauptsächlich in den Händen der Stadt lag. Die Organisation ist für unser Netzwerk doch sehr aufwendig“, sagte er. Er dankte Verwaltungsmitarbeiterin Anna Wegener, die neben Djamen den Hauptteil der Koordination des Festes übernommen hatte.

Zum Zuckerfest gekommen war auch Klaudia Uaidat, die mit ihrer Familie seit vier Jahren in Pattensen lebt. Die Muslimin hat 30 Tage tagsüber gefastet. „Das Zuckerfest am Ende des Ramadans ist eines der wichtigsten Feste in unserer Religion“, sagte sie. Viele muslimische Familien feierten es zu Hause. Doch Uaidat freute sich auch darüber, dass es in Pattensen eine öffentliche Veranstaltung dazu gibt.

Für die Unterhaltung sorgten an dem Nachmittag unter anderem mehrere Kindergruppen, darunter die Cheerleader „Volcanos“ des BSV Gleidingen. Am Ende des offiziellen Teils der Veranstaltung wurde die „Bank der Vielfalt“ enthüllt, die zeitnah vor dem Rathaus aufgestellt werden soll. Schülerinnen und Schüler der KGS Pattensen hatten sie in der Woche gemeinsam mit dem Schlaumeier Club aus Laatzen gestaltet. Zu den Mitgliedern des Clubs zählen Hayat Hajjali und Hadi Zamat, die in der Woche in der Grundschule Pattensen und der Ernst-Reuter-Schule unter anderem über Alltagsrassismus gesprochen haben. „Auf der Bank der Vielfalt haben wir Handabdrücke in verschiedenen Farben aufgetragen. Das soll die Einigkeit in der Vielfalt zeigen“, sagte Hajjali.

Abfuhrtermine verschoben

REGION HANNOVER. Rund um die Osterfeiertage ändern sich die Termine für die Abfuhr von Abfällen und Wertstoffen in der Region Hannover. Wie die Abfallwirtschaft Region Hannover (aha) mitteilt, werden die Leerungen in der Woche vor Karfreitag vorgezogen. Bereits am Sonntag, 28. März, beginnen die Touren der Müllabfuhr. An diesem Tag werden auch die Abholungen vom Montag, 30. März, erledigt. In den folgenden Tagen verschieben sich die Termine jeweils um einen Tag nach vorn. Die ursprünglich für Karfreitag, 3. April, geplante Abfuhr erfolgt bereits am Donnerstag, 2. April. Nach den Feiertagen gilt die umgekehrte Regelung: In der Woche ab Ostermontag, 5. April, werden alle Termine jeweils einen Tag nach hinten verlegt. Die Änderungen betreffen auch die Abholung der Wertstoffe im Umland der Region Hannover. Zusätzlich bleiben die Deponien und Wertstoffhöfe an Karfreitag und Ostermontag geschlossen, ebenso sind die Service- und Gebührenhotlines an diesen Tagen nicht erreichbar. Detaillierte Termine können online im Abfuhrkalender von aha auf aha-region.de eingesehen werden.

Treffen des Initiativkreises

LAATZEN. Der Initiativkreis Menschen mit Behinderungen in Laatzen kommt am Mittwoch, 1. April, von 17.30 bis 19.30 Uhr im Stadthaus Laatzen, Marktplatz 2, im Bistro im Erdgeschoss zusammen. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem ein möglicher Bericht zum betreuten Wohnen, Planungen für eine Ortsbegehung in Ingeln und ein Flyer-Entwurf. Interessierte sind willkommen.

+++ SOFORT BARGELD +++ SOFORT BARGELD +++

OPHIRUM Deutschlands größter Filialist

REKORDSTÄNDE IM GOLDPREIS! JETZT IHR ALTGOLD VERKAUFEN!

WIR SIND FÜR SIE VOR ORT IN **HANNOVER** CALENBERGER ESPLANADE 1-8

GOLDFUXX BRAUNSCHWEIG Wendenstr. 57 38100 Braunschweig

OPHIRUM MAGDEBURG Breiter Weg 213 39104 Magdeburg

GOLDFUXX BREMEN Fedelhöfen 12 28203 Bremen

Bundesweit 42 Standorte

- Qualitätsbarren & -münzen
- Schnelle & professionelle Abwicklung
- Anonymer Goldkauf
- Beste Preise für ihr Altgold

www.ophirum.de

Gesundheit

ANZEIGE

Schönheitsprotein Kollagen? Studie liefert Belege

Glattere Haut, glänzendes Haar, festere Nägel – kann ein Pulver wirklich dabei unterstützen? Immer mehr Menschen schwören auf Kollagen, wenn es um ihre tägliche Beauty-Routine geht. Das körpereigene Strukturprotein Kollagen gibt der Haut Halt und Spannkraft. Eine klinische Studie deutet darauf hin, dass spezielle Kollagenpeptide bereits nach wenigen Wochen sichtbare Effekte auf die Haut haben können.

Ab Mitte Zwanzig läuft im Körper unbemerkt ein Prozess ab, den viele erst Jahre später im Spiegel bemerken: Die Produktion von Kollagen nimmt ab. Die Haut verliert nach und nach an Elastizität, kleine Linien werden sichtbar, und sie wirkt trockener und müder. Kollagen ist das zentrale Strukturprotein, das unsere Haut glatt und widerstandsfähig hält. Es stützt das Bindegewebe, sorgt für Spannkraft und trägt dazu bei, dass die Haut ihre jugendliche Frische länger bewahrt.

Doch hochreines Kollagenpulver mit ausgewählten Mineralstoffen kann hier eine reichhaltige Unterstützung für schöne Haut, volles Haar und feste Nägel sein. Mit der Zeit kann sich die Haut geschmeidiger anfühlen, feine Trockenheits-



fältchen wirken gemildert, und das Gesamtbild erscheint ebenmäßiger und gepflegter. Viele Anwenderinnen beschreiben, dass ihr Teint frischer aussieht und sie sich insgesamt wohler in ihrer Haut fühlen.

Was Studien zu Kollagen zeigen

Spannend ist, dass es nicht nur subjektive Eindrücke sind, die für Kollagen sprechen. In einer klinischen Untersuchung mit speziellen Kollagenpeptiden zeigte sich, dass sich

Parameter wie Hautelastizität, Hautfestigkeit und Hautfeuchtigkeit nach einigen Wochen täglicher Anwendung verbessern können.¹ Die Haut reagiert also messbar auf die regelmäßige Zufuhr dieser Peptide.

Diese Ergebnisse unterstützen die Idee, dass Kollagen nicht nur ein kurzfristiger Beauty-Trend ist, sondern eine sinnvolle Ergänzung für alle, die ihre Haut langfristig stärken möchten. Wichtig ist dabei die Qualität des verwendeten Kollagens: Es sollte in Form gut verfügbarer Peptide vorliegen, die der Körper optimal aufnehmen und verwerten kann.

Natürliche Beauty

Genau hier setzt der pharmazeutische Hersteller von pureSGP Kollagen Peptide an. pureSGP setzt auf hochreines, zertifiziertes Premium-Kollagenhydrolysat, das aus natürlichen und kollagenreichen Materialien und durch ein streng kontrolliertes Verfahren gewonnen wird. Das Besondere: Durch eine enzymatische Verarbeitung entstehen kleine, bioaktive Peptide, die vom Körper leicht aufgenommen und effektiv verwertet werden können. Ergänzend enthält es Vitamin C, was der Körper für die Kollagensynthese benötigt.²

Biotin, Zink und Kupfer unterstützen zusätzlich Haut, Haare, Nägel und Bindegewebe.³

Einfach integrierbar in den Alltag

pureSGP Kollagen Peptide ist geschmacksneutral und löst sich sehr gut auf – ideal, um es morgens in den Kaffee, Tee, Smoothie oder ins Müsli zu rühren. Auch in Joghurt oder einer Suppe lässt sich das Pulver unauffällig integrieren. Ein Löffel täglich genügt, um der Haut auf Dauer etwas Gutes zu tun.

Die Nr. 1 aus der Apotheke

pureSGP Kollagen Peptide ist in Apotheken und online erhältlich. So lässt es sich problemlos in den persönlichen Beauty-Plan integrieren – für alle, die ihre Haut, Haare und Nägel nicht dem Zufall überlassen möchten, sondern ihre natürliche Ausstrahlung Tag für Tag gezielt mit reinstem Kollagen unterstützen wollen.

Für Ihre Apotheke:
pureSGP Kollagen Peptide
(PZN 19120155)

pureSGP

Das **NR.1** Kollagenpulver in Apotheken



Reinstes Kollagen in Apothekenqualität

Online Shop:
www.pureSGP.de