

DER BLICK

in unsere Gemeinde

13

20. Juni 2019

Nachrichten, Informationen und Bekanntmachungen der Gemeinde Isernhagen und der Ortschaften Altwarmbüchen - Kirchhorst - Neuwarmbüchen

Isernhagen F.B. - Isernhagen H.B. - Isernhagen K.B. - Isernhagen N.B.

@blick-isernhagen.de • Tel. 05139-30 38 • Fax. 05139-30 30



der Sommer kann beginner

Blühflächen für den Insektenschutz in der Gemeinde Isernhagen



In den letzten Jahren wurden bereits Testflächen angelegt, die von Bienen, Schmetterlingen, Käfern und anderen Insektenarten gut angenommen

Mulden.
Im Interesse möglichst flächendeckend im besiedelten Gemeindegebiet Flächen für den Insektenschutz anzubieten, wurde in diesem Jahr auf Flächen in den Ortsstellen Altwarmbüchen, Neuwarmbüchen, Kirchhorst, Isernhagen FB und Isernhagen NB Wildblumenmischungen eingebracht.

Als Beitrag gegen das Insektensterben und für den Artenschutz wurden in diesem Jahr vom Baubetriebshof Blühflächen auf insgesamt rund 1.000 quadratmetern in verschiedenen Ortsteilen angelegt.

Ziel ist es durch die Anlage von vielfältigen Blütenflächen das Nahrungsund Lebensraumangebot für Insekten auf kommunalen Flächen zu versessern.

Blühaspekte werden die Flächen voraussichtlich in diesem Sommer zeigen und auch im nächsten Jahr ein
sekten bieten. Ab dem dritten Jahr ist einer Domiart der Gräser
zu rechnen, wodurch die Flächen dan eine verseigen und auch im nächsten Jahr eine verseigen versei dann erneuert werden müssen

Im Jahresverlauf werden die Blühflä-chen verschiedene Entwicklungsstu-fen zeigen, jedoch nicht immer blühen, sondern auch durch hohe Gräser in ihrem Aussehen naturnahen Feld- und Wiesenrainen ähnlich nen Feid- und Wiesenrainen annlich sein. Diese Flächen entsprechen dann nicht dem früheren Standard pflegeintensiver Grünflächen, sind aber in ihrer ökologischen Funktion von deutlich höherem Wert.

Geplant ist ein rotierendes Verfahren, durch das in jedem Jahr erneut Flächen für den Insektenschutz her-

Hachen fur den Insektenschutz her-gestellt und erneut werden. Der Aufwand ist nicht nur im Hin-blick auf den Insektenschutz und damit sekundär auch dem Schutz zahlreicher Vogel- und Säugetierarzanireicner Vogei- und Saugetierar-ten lohnend, sondern verspricht auch neue optische Eindrücke in den einzelnen Ortsteilen. Gemeinde Isernhagen, Abteilung Umwelt und Grün/ Umweltschutzbeauftragte

Abdou und Reinke vertreten den SC auf deutscher Ebene

Vom 28.05. bis zum 01.06. trafen sich Deutschlands schnellste Schwimmerinnen und Schwimmer zu den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften und der SC war mit 2 Athleten vertreten.

und der SC war mit Z Athleten vertreten. Leon Reinke qualifizierte sich im Vorfeld über die drei Rückenstrecken. Die 50 m Rücken schwamm er in 0:29,7 und erreichte damit den 17, Platz. Über 200 m Rücken schwamm er ebenfalls eine Bestzeit mit 2:17,59 erreichte jedoch den 9. Platz, mit dem er um einen Platz raus aus einer Finalteilnahme war. Aber über 100 m Rücken steigerte er seine Bestzeit
enorm auf eine 1:02,23 und zog als viertschnellster ins Finale der 15-jährigen ein. Leider hatte Reinke beim Finalstart etwas Probleme und landete
patt einer dennech auren. Zeit von 1:07. 24.4 auf den 7. Platz.

rigen ein. Leider hatte Reinke beim Finalstart etwas Probleme und landete mit einer dennoch guten Zeit von 1:02,44 auf dem 7. Platz.

Dominik Abdou qualifizierte sich über insgesamt 6 Strecken. Über 200 m Lagen und 50 m Freistil erreichte er keine Bestzeiten. Aber über 100 m und 200 m Freistil, 100 m Rücken und 50 m Schmetterling verbesserte er seine Zeit und erreichte damit über 100 m Freistil und Rücken jeweils Platz 9, was auch für ihn keinen Finalplatz über diese strecken bedeutete. Diese sicherte er sich jedoch über 50 m und 200 m Rücken. Über 50 m Bücken ungliffgrierter er sich als 7ter schwamm im Finale nochmal 2 zentel Rücken qualifizierte er sich als 7ter schwamm im Finale nochmal 2 Zentel schneller und wurde damit 6ter bei den 15-jährigen. In 200 m Rücken konnte er seine Vorlaufzeit nicht nochmal bestätigen verteidigte jedoch nen 6ten Patz aus dem Vorlauf.



Der SC ist sehr stolz auf seine beiden Kaderathleten und Teilnehmer der Deutschen Meisterschaft, Macht eiter so!

Tanita Hoppe Pressewartin SC Altwarmbüchen

Summertime -**Good News im Isernhagenhof**

Stellen Sie sich vor: Ein schöner Sommertag und nun die Frage: Was tun Musikalisch unterstützt wird der am Abend? Soll's was Abwechslungsreiches, Beschwingtes, Musikalisches chor, wie gewohnt, vom Pianisten sein, dann sei Ihnen dringend geraten, das Sommerkonzert des Good Helge Adam, außerdem hören Sie



News Chores im Isernhagenhof zu erleben. Workshop gestählt und hoch motiviert möchte der Chor Sie mit einem gewohnt abwechslungsreichem Programm in die Welt von Gospel und Pop und diesmal sogar Rap ent-

Eine Reihe Ihnen vielleicht schon bekannter Songs aus dem über hundert Hauptstraße 68 in Isernhagen, be-Eine Reihe Ihnen vielleicht schon bekannter Songs aus dem über hundert Stücke umfassenden Repertoire des Chores werden Sie ebenso zu Gehör bekommen, wie vom Chorleiter neu arrangierte Songs oder die inzwischen schon sehr bekannten und beliebten Medleys. Björn Vüllgraf versteht es immer wieder, auch bekannten Songs – wie z.B. "Viva la Vida" von "Coldplay", durch veränderte Rhythmik und Klangfarbe, ein neues, eigenes "Good-News-Gesicht" zu verleihen. Lassen Sie sich außerdem von ganz neuen "Good-News-Songs" überraschen.

Der Chor wird Sie an diesem Abend mit dem Thema Liebe mit ihren Lieban und Tiefen Songs ein ber Fraughenbef und den Gewitzbeit auch in

Der Chor wird Sie an diesem Abend mit dem Thema Liebe mit ihren Höhen und Tiefen, Songs über Freundschaft und der Gewissheit, auch in schweren Zeiten aufeinander zählen zu können, und natürlich geistlichen Lobliedern und Gospels, unterhalten. Ein ganz besonderes Highlight wird Sie in die ferne Welt Afrikas enführen. Freuen Sie sich auf einen bunten, schwungvollen, träumerischen, rhythmischen, musikalischen Abend. "We will genetzeit Vot." will entertain You"

am Bass Jörg Förster und an den Drums Thomas Richter. Der Chor freut sich, Sie am Sonntag, dem 23.06.2019 im Isernhagenhof, grüßen zu dürfen.

ritt: Erwachsene zahlen 10,-€, Ju-gendliche bis 16 Jahre 2,-€. Karten sind im Vorverkauf bei "Böhnert" Burgwedel, Tel. 05 I 39-2380 "Böhnert" Isernhagen Tel 0511-778154 ..Toto-Lotto-Bozer" in Alty Tel. 0511-5457257 Isernhagenhof, Tel. 05139-894986 und an der Abendkasse erhältlich.

Der Große Preis von Isernhagen

Von Isernhagen
Vom 27. bis zum 30. Juni 2019 wird im Reit- und Fahrverein Isernhagen wieder um das goldene Pferd von Isernhagen geritten. Ein außergewöhnliches Ambiente, Spitzensport zu Pferd und ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm bilden nun schon seit über 30 Jahren alljährlich den sportlichen und gesellschaftlichen Höhepunkt in der Region Hannover. Das Konzept aus hochkarätigem Reitsport, ländlichem Charme und Entertainment für die ganze Familie ist bei den Zuschauern aus dem Pferdeland Niedersachsen sehr belieht

liebt.

An den vier Turniertagen kämpfen die Sportler in den ca. 40 stattfindenden Spring- und Dressurprüfungen um ein Preisgeld in Höhe
von insgesamt ca. 45.000 €. In diesem Jahr ist Isernhagen erstmals
Ausrichter der Qualifikationsprüfungen für das Bundeschampionat
der 5- und 6-jährigen Dressurpferde. Außerdem stehen die 6-jährigen
fer Springpferde dieses Jahr vermehrt im Fokus und können sich in
einer eigenen Youngster- Tour mit gleichaltrigen messen. Neu im Programm ist auch die sogenannte Friends-Tour, die sich hauptsächlich
an die Amateure aus der Region Hannover richtet. Und auch die
Dressur wurde um eine Amateurprüfung der KI. M⁴⁵⁶ erweitert. "Für
viele junge Reiter oder Amateure aus der Region ist es ein großer
Traum, einmal in Isernhagen an den Start gehen zu dürfen", sagt Kristin Süßenbach vom Organisationsteam des RFV Isernhagen.
Neben den reitsportlichen Höhepunkten bringt seit einigen Jahren
sicherlich auch das legendäre Fußballspiel der Reiter am Freitagabend Stadionstimmung auf das Vereinsgelände. Für die Kleinsten
wird am Wochenende ein buntes Programm mit Märchenzelt, Kinderspringpacours und Hüpfburg geboten.
Weitere Infos: www.reitverein-isernhagen de oder auf Facebook und
Instagram https://www.facebook.com/grosserpreisvonisernhagen

Instagram https://www.facebook.com/grosserpreisvonisernhagen

Anzeigen- und Redaktionsschluss für BLICK 14 Freitag 28.6.19 12.00 Uhr





Gemeinde Isernhagen

Sanierung "Zentrum Isernhagen"
Baustart mit dem I. Bauabschnitt (BA):
Umgestaltung Bothfelder Straße Ost und Zufahrt - Bothfelder Straße östlicher Bereich (von der Einmündung Hannoverscher Straße bis zum Kreuzungsbereich Königsbergerstraße / Bothfelder Straße)
Die Arbeiten des ersten Bauabschnitts sind in fünf Phasen unterteilt und dauern voraussichtlich von Anfang Juli bis November 2019. Die Begrünung erfolgt erst später, voraussichtlich son Anfang Juli bis November 2019. Die Begrünung erfolgt erst später, voraussichtlich in 2020 gemeinsam mit dem 2. BA Bothfelder Straße Mitte. zentraler Zentrumsbereich, inkl. Rathausplatz.
Verkehrseinschränkend wird insbesondere ein Zeitraum sein, in der dieser Bereich der Bothfelder Straße nicht befahren werden kann. Dies ist voraussichtlich in Bauphase III – Fahrbahnerneuerung Bothfelder Straße Ost zeitweise der Fall und beim Umbau des Kreuzungsbereiches Königsberger Straße / Bothfelder Straße in den Herbstefrein (04. bis 18. 10.2019).
Während der Arbeiten im Gehwegbereich wird der Verkehr nur in einer Richtung möglich sein. Es wird um Verständnis gebeten.

Die Avacon führt bereits jetzt vor Beginn der gemeindlichen Maßnahme eigene Arbeiten in diesem Bereich durch

.

Zum Baustart der Maßnahme informiert die Gemeinde am 04.07.2019 auf dem Wochenmarkt und gibt Interessierten Auskunft über die Städtebauförderungsmaßnahme "Zentrum Isernhagen". Sie sind herzlich eingeladen vorbeizu-

Bauphasenplanung:
Bauphase I: nördlicher Seitenbereich der Bothfelder Straße Ost
Bauzeit ca. S Wochen
Verkehrsführung: In der Bothfelder Straße ist der Verkehr nur in eine Richtung

möglich. Bauphase II: südlicher Seitenbereich der Bothfelder Straße Ost Bauzeit ca. 6 Wochen Verkehrsführung: In der Bothfelder Straße ist der Verkehr nur in eine Richtu möglich. Der REWE-Parkplatz wird über die Anlieferzufahrt des Penny Mar

moglich. Der REWE-Parkplatz wird uber die Anlieterzufahrt des Penny Marktese erreicht.

Bauphase III: östliche Fahrbahn der Bothfelder Straße.

Bauzeit ca. 3 Wochen
Verkehrsführung:Ab der Zufahrt zum REWE-Parkplatz wird die Fahrbahndecke erneuert. Die Bothfelder Straße wird in diesem Bereich gesperrt.

Bauphase IV: Königsberger Straße und Einmündung
Bauzeit ca. 4 Wochen – Freigabe des Fahrbahnbereichs nach ca. 2 Wochen
Verkehrsführung: Königsberger Straße und der Einmündungsbereich Bothfelder Straße werden voll gesperrt. Die Buslinien werden über den Farrelweg
umgeleitet. Anlieferung zum Penny-Markt läuft über den Parkplatz des REWE-Marktes. Marktes.
Die Ausführung der Bauphase IV ist in den Herbstferien (04. bis 18.10.2019)

vorgesehen.

<u>Bauphase V: Zufahrt Penny</u>

Bauzeit ca. 3 Wochen Verkehrsführung: Anlieferung zum Penny Markt läuft über den Parkplatz des **REWE-Marktes**

Aktuelle und grundsätzliche Informationen zur Zentrumssanierung finden Sie



Kinder-Kino in N.B.

In einem Monster-Hotel steht eine Feier an: Draculas Tochter hat Ge-burtstag! Alles läuft nach Plan, bis sich Jonathan, ein Normalsterbli-cher, ins Hotel verirrt und für

Chaos sorgt. Seid ihr noch nicht auf den richtigen Titel gekommen, dann komm

in den Treff und findet das Plakat!

in den Treff und findet das Plakat!
FSK 6 J. 88 min.

Wann:
Dienstag, den 25. Juni 2019 um 16.00 Uhr
Wer:
Kinder ab 6 Jahre
Jugendtreff Isernhagen N.B./ Nedden'sche Stiftung Hartmut
Nedden, Am Ortfelde 74c, hinter dem Standesamt
Der Eintritt ist frei! Getränke und Snack dürfen gern mitgebracht werd-

Infos beim Veranstalter. Gemeinde Isernhagen, Jugendpflege, Lars Brinkmann, 0511 56369630

Sprechstunde Bauaufsicht

Die Bürgersprechstunde der Bauaufsicht der Region Hannover findet 14-täglich montags in den ungeraden Kalenderwochen statt. Nächster Termin ist der 1. Juli 2019 von 10:00 bis 12:00 Uhr. In dieser Zeit steht eine Mit-arbeiterin der Bauaufsicht den Isernhagener Bürgerinnen und Bürgern beratend zur Seite. Die Sprechstunde findet im Raum 318 (Planungsab-teilung), Bothfelder Str. 33 (Nebengebäude Rathaus) in Altwarmbüchen

In der Sprechstunde dürfen alle Themen rund um das Baugenehmigungsverfahren angesprochen werden. Isernhagener/innen können somit oft-mals den Weg nach Hannover zur Bauaufsicht sparen und alle Fragen zu ihrer "Baustelle" vor Ort klären.

Gemeinde Isernhagen, Planungsabteilung



Senioren aus Isernhagen KB gehen auf Reisen

Bitte jetzt schon vormerken. Un-sere diesjährige Fahrt mit den Se-nioren aus Isernhagen KB geht am 6. September 20 19 nach Wolfenbüttel. Die Fachwerkstadt Wolfenbüttel ist ein schöner Zielort für die Menschen

Ford Vertragspartner seit 1960 Reparatur after Fabrikate * Karosserie Spezial Betrieb Unfallinstandsetzung/Lack für alle Fabrikate



aus dem Fachwerkdorf Isernhagen. Wussten Sie, dass Wolfenbüttel einmal Landeshauptstadt werden wollte? Ein Abstecher in die Geschichte der Welfen bringt das ans Licht und noch einiges mehr. Dazu wollen wir die weltberühmte Herzog-August-Bibliothek besichtigen. Auf der Rückfahrt machen wir einen kleinen Abstecher nach Osterwald im Kreis Hameln und sehen uns dort ein Kohlebergwerk an. Ja auch so etwas gab es in Niedersachsen. Nach einem kleinen stärkenden Kaffee und lecker Kuchen wollen wir gemeinsam zurück fahren. Weitere Informationen folgen in den nächsten Ausgaben des Blick oder

in der Tagespresse. Bis dahin einen schönen Sommer und nicht vergessen den 6 September vormerken

Christian Schröder stellvertretender Ortsbürgerm

Geflügelzuchtverein

10 Jahre Isernhagener Geflügelzuchtverein – ein Grund zu feiern.

Am 29. Juni 2019 ab 18:00 Uhr laden wir alle Mitglieder, Freunde, Bekannte zum lockeren "Gockeltreffen" – Brot und Spiele – Musik und Tanz – lecker Essen und Trinken ein.
Ehrungen verdienter Mitglieder und Freunde des Vereins – und Rückblick

auf 10 Jahre IGVZ.

Wir bauten die größte Outdoorkerze Europas, backten 1750 Puffer, das größte Brot (150 cm) Isernhagens, stifteten ein selbstgen ähtes 2,50 m großte Stoffhuhn mit 60 Plüschtieren dem Sprachheilkindergarten, bauten und bemalten 30 große Holzostereier, initiierten das erste Wiesenfrühstick ur, mehr große Holzostereier, initiierten das erste Wiesenfrühstick ur, mehr große Holzostereier, initiierten das erste Wiesenfrühstick ur, mehr großen Holzostereier, initierten das erste Wiesenfrühstereier ur großen Holzostereier ur großen Holz

stück u. v. mehr. Der IGVZ mit 121 Mitgliedern ist ein etwas anderer Verein, etwas verrückt, aber ein fester Bestandteil des Dorfgeschehens – und das ist gut

Herzlich Willkommen am 29. Juni

Der Vorstand: 1.Vorsitzender Helmut Siebert 2.Vorsitzender Mario Perlitz



Juniorwahl zur Europawahl 2019 am Gymnasium Isernhagen

www.Gymnasium-Isernhagen.de Die Juniorwahl Europas symbolisiert die Europawahl, die in Deutschland am 26.05.2019 stattfand. Sie bietet den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit sich mit den aktuellen Parteien, seinen eigenen Zukunftswünschen und dem Ablauf einer Wahl auseinanderzusetzen. Zudem dient sie schen und dem Ablauf einer Wahl auseinanderzusetzen. Zudem dient sie den Politiskern als Orientierung, welche politische Meinung die jungen Leute vertreten. Damit die Schüler am GI genügend Informationen über die Europäische Union erhalten, wurde von den Schülerinnen und Schülern des Jahrgangs 10 eine Ausstellung erarbeitet, welche die anderen Schüler darüber informiert, was die EU ist und welche Länder Mitglieder in dieser sind. Die Ausstellung ist noch bis zu den Sommerferien in Raum 77 zu sehen. 77 zu sehen.

Organisiert wurde die Wahl von Frau Rohde und Frau Ladin, welche sich



zusammen mit einigen Schülern des 10. und 11. Jahrgangs zusammensetzzusammen mit einigen Schulern des 10. und 11. Jahrgangs zusammensetzten, damit diese bei der Wahl helfen konnten. Sie dienten somit als Wahlhelfer und Wahlvorstand und waren für die Auszählung der Stimmen
verantwortlich. Am 14.05., dem Tag der Wahl am Gl, wurden dann alle
wahlberechtigten Schüler des 10. und 11. Jahrgangs (unter 18 Jahre) klassenweise von den Wahlhelfern aus ihrer Klasse in den Wahlraum geleitet. wo diese dann mit ihren Mitschülern die Wahl anonym durchführten. In wo diese dann mit ihren Mitschulern die Wahl anonym durchtuhrten. In der 5. und 6. Stunde wurden dann alle Stimmen ausgezählt. Dabei kam es zu folgenden Ergebnissen:
Wahlberechtigte Schüllerinnen und Schüller: 150
Abgegebene Stimmen: 145 (Wahlbeteiligung 96,6 %)
Ungültige Stimmen: 1

Von den abgegebenen Stimmen entfielen auf die ...

CDU: 19 (13,1%) (10,34%) Tierschutzpartei: (8,27%) (0,69%) (40%) (0,69%) (1,37%) SPD 12 Freie Wähler: Die Lin Die Violetten: (0.69%)FDP: 15 (10.34%) Liebe. (2.07%) (2,07%) (4,82%) (2,07%) (2,75%) (0,69%) AFD Die Frauen: Piraten: Graue Panther: Die Partei: (5,51%)Menschliche Welt: (0.69%)Partei für Tiere: (1.37%)

Lina Breuer, Lisa Rüdiger, Sarah Rittmeyer (11a)

Wir in HB

Gelbe Westen in HB wieder in Aktion

Eine Bank, die von Randalierern samt Fundamente aus dem Boden sen war, wurde kürzlich von der Gruppe "Wir in HB" wieder eingegr us dem Boden geris-



Die Gruppe, eine Initiative der Soldatenkameradschaft HB, macht sich zum Wohle des Ortsteils HB nützlich und ist an den gelben Westen mit der Aufschrift "Wir in HB" zu erkennen.

Caspo's **Papiergeflüster**

0

Eine Vorleseveranstaltung für Erwachsene

"Seefahrt tut not"

"Das Meer ist der Raum der Hoffnung." Friedrich Schiller (1759-1805) Dramatiker, Lyriker

m

In Antik-Buchladen "Abgestaubt"
An der Riehe 31,
in Altwarmbüchen

2

in Altwarmbüchen

Der Eintritt ist frei - Getränke und Kekse gibt es gegen einen kleinen
Obolus in unsere Spendendose.Wer noch etwas in unseren Büchern stöbern möchte, kommt einfach etwas früher
Anmeldungen bitte frühzeitig an Elike Conrad unter 0511-70 81 76 53
oder direkt in der "2.HeimArt" oder über unsere Facebook-Seite: Caspo



Aktuelles aus dem **Umweltschutzverein:**

Umweltschutzverein:

I. Nachtflüge:
Wie geht es weiter?
Am II.06. fand im Rathaus Langenhagen eine Podiumsdiskussion zum Thema Nachtflüglarm statt. Eingeladen dazu hatte das Wirtschaftsministerium und war auch gleich mit 3 hochkarätigen Teilnehmern vertreten.
Herr Minister Althusmann, Herr Beisel (Hauptgeschäftsführer des Flughafenverbandes ADV) und Herr Lindner (Tül-Gruppe). Also 3 Vertreter pro Nachtflug, Als einziger Vertreter der Nachtfluggegner wurde Herr Poppe, der Sprecher der Initative BON-HA "Besser ohne Nachtflug Hannover-Airport" eingeladen.
Ein bis auf den letzten Platz besetzter Saal zeigte das große Interesse an der Veranstaltung und der überwiegende Teil waren Betroffene, die mit der Situation nicht mehr leben können.
Die von den Betroffenen und Herrn Poppe vorgetragenen Argumente fanden, weder beim Minister, noch bei den anderen Podiumsvertretern Gehör. Die esundheitsgefährdung spielt in den Abwägungen keine Rolle, sondern es wird voll auf die Argumente des Wirtschaftsstandortes gesetzt.
Durch die beabsichtige Enfristung und den Ausbau des Frachtflüges wird es in der Zukunft am hannoverschen Himmel mehr und lautere Flüge geben. Wollen wird ass wirklich über uns ergehen lassen? Neitn Wir wollen diese unnötigen Belastungen verhindern. Das wird aber nur gerichtlich möglich sein. Wir bereiten uns, gemeinsam mit unserer Kanzlei darauf vor, und benötigen dazu gemeinsame Anstrengungen. Sei es in der Mitarbeit, um viele Betroffene zu überzeugen sich uns anzuschließen oder im Bereich der finanziellen Unterer Ziel/Haßnahmen. terstützung. Hier finden Sie unsere Kontonummer https://www.bon-ha.de unter: Ziel/Maßnahmen.

2. Der Südlink betrifft uns alle!

2. Der Sudilink Detritte uns alle:
Auch wenn wir z.Z. von einem Trassenvorschlag verschont wurden, sollen wir als Stromkunde für eine unsinnige "Stromautobahn" zahlen. Beim Südlink handelt es sich bisher um 2 Stromleitungen, die eine Punkt zu Punkt-Verbindung von Nord- nach Süddeutschland herstellen. Die Investition soll der Firma Tennet mit bis zu 9% verzinst und dann auf den Strompreis aller Verbraucher um-

net mit bis zu 9% verzinst und dann auf den Strompreis aller Verbraucher umgelegt werden.

Der Bundesverband der Bürgerinitiativen gegen Südlink ist der Auffassung, dass diese Stromtrasse nicht der Energiewende dient, sondern im Gegenteil den Weiterbetrieb der Kohlekraftwerke ermöglicht. Ihr Norddeutscher Sprecher Siegfried Lemke vom Umweltschutzverein erläutert:" Unabhängige Wissenschaftler erklären uns, dass das vorhandene Höchstspannungsnetz nach Abschalten der Kohlekraftwerke auch etwaige Überschüsse aus Norddeutscher Windenergie aufnehmen kann. Es ist daher unsinnig nie die falsche Technik zu inwestieren. Wir brauchen Speicher, um das Netz zu stablisieren: "Die Bundesregierung und ihre tragenden Parteien unterstützen jedoch diesen Trassenbau mit einem Beschleunigungs-Gesetz, dass die Rechte der Bürger und Kommunen beschneidet. Ein vom Bundesverband konsultiertes Rechtsanwaltsbüro empfiehlt daher massenhafte Einsprüche, um spätere Rechte im Verfahren nicht auszuschließen. Der Verband hat dazu in Zuammenarbeit mit Aktiven der, Stromautobanh. de" einen Argumentations Baukasten bereit gestellt, der unter http://bundesverband-gegen-suedlink. de/konsultation/ zu erreichen ist. Er ermöglich grundsätzliche Einwendungen gegen Südlink sehr einfach möglich an die Bundesnetzagentur zu versenden: Nur lesen und zutreffendes Argument auswählen!

Seit 50 Jahren Bartels Elektro 🖁 Elektroinstallation



Rasenroboter Elektr. Freiflächenheizung

Alarmanlagen

Dorfstraße 46 30916 Isernhagen K.B. Telefon (0 51 39) 50 85 Mobil (01 72) 5 10 63 35

e-masters

info@bartelselektro.de · www.bartelselektro.de

Wasser & Wärme

Kauke GmbH Sanitär & Heizung

• Neue Bäder • Heizungs- und Solaranlagen • Service Reparatur- und Wartungsarbeit

Berliner Straße 6 • 30916 Isernhagen OT AWB Tel.: 0511 619154 • E-Mail: info@kauke-gmbh.de

www.kauke-gmbh.de



25 Jahre Vokal **Ensemble**

Begeben Sie sich auf unsere musikalische Reise in 25 Jahre Chorge-schichte: Auf dem Programm stehen Titel aus den musikalischen Anfängen des Chors, dem Premierenkonzert, und viele Highlighs aus den folgenden Jahren, Siegertitel aus Wettbewerben und Auszüge aus dem aktuellen Pro-



Freuen Sie sich auf Anekdoten aus 25 Jahren Chorarbeit, erfahren Sie Ge-schichten von Reisen, Wettbewerben und anderen Events, die Sie bisher nicht kannten und feiern Sie mit dem Vokal Ensemble Isernhagen dieses

Planen Sie schon jetzt und sichern Sie sich Karten. Der Vorverkauf beginnt

Isernhagenhof Samstag, 31.August 2019 19.30 Uhr lubiläumskonzeri



Sonnenwend-

ortsfeuerwehr stelle

Ortsfeuerwehr stelle

Am 22.06.2019 finde as Sonnwendfeuer der Feuerwehr Stelle am Feuerwehrhaus Moorstraße 8a statt. Start ab 19:00Uhr gegen 19:30Uhr wird das kleine Feuer durch die Jugendfeuerwehr Kirchhorst & Stelle angezündet. Für Ihr leibliches Wohl ist mit gekühlten Getränken, leckeren Speisen vom Grill und die heiß begehrten Fischbrötchen gesorgt.





Danke ... für neue Impulse

haupten, so dass wir auch in den nächsten Jahren mit einer stabilen, nachhaltigen und vorausschauenden Politik rechnen können.

und vorausschauenden Politik rechnen konnen.
An dieser Stelle möchten wir als CDU Isernhagen uns ganz ausdrücklich bedanken für fast 34% Ihrer Stimmen – deutlich über Land und Bund. Uns ist bewusst, dass dies nicht nur verbunden ist mit einem Vertrauensvorschuss, sondern auch mit Ihrer klaren Erwartung, dass wir aus dieser Wahl Iernen.
Ein Signal ist sicherlich, dass die Politik und ihre Art der Kommunikation der vergangen Jahrzehnten für die Zukunft nicht mehr ausreichen wird. Der Vorstand der CDU arbeitet bereits an einer neuen Form der Kommunikation - in beide Richtungen: wir möchten Ihnen nicht nur unsere Positionen darstellen, wir möchten vor Allem Ihr Ansprechpartner sein, zuhören und Iernen. Dazu werden wir in den kommenden Monaten auf Verbände und Vereine in Isernha-gen zugehen.

Ihre ganz persönliche Taxi-App



Kostenloser Download unter:

https://www.cab4me.com

Einfach und schnell bezahlen: Kreditkarte, EC-Karte, PayPal, Barzahlung





CDU Isernhagen unterstützt das neue Hallenbad

Isernhagen - eine

musikalische

Merm Bade und SC Altwarmbüchen für den Schwimmsport in Isernhagen und danken ihm schon an diesem Punkt des Projektes für sein Engagement für den Neubau eines Hallenbades in Isernhagen.

Die CDU und ihne Fraktion im Gemeinderat begrüßen die Aktivitäten von Herm Bade und SC Altwarmbüchen für den Schwimmsport in Isernhagen und danken ihm schon an diesem Punkt des Projektes für sein Engagement für den Neubau eines Hallenbades in Isernhagen.

Die CDU mit Ihrer Ratsfraktion befürworten den Konzeptbaustein der Erhöhenden I-Gzunesansztz. In der weiteren Diskussion und Legenschanden I-Gzunesansztz. In der weiteren Diskussion und

nung des jannichen betrags der Gemeinde auf bis zu 220000 EUR als Viervers-sprechenden Lösungsansatz. In der weiteren Diskussion und Entscheidungsfindung könnte dieser Ansatz in Verbindung mit der Realisierung auf einem Grundstück im Gemeindebesitz die Unterstützung der CDU finden. Im Zusammenhang mit der Bereitstellung eines Grundstücks favorisiert die CDU eindeutig den Standort auf dem TUS Gelände. Die damit verbundene Schaffung eines Sport-Campus für Isernhagen bietet mittel- und langfristig viele Optionen

Die CDU und die Fraktion bitten die Verwaltung daher, die Entwicklung dieses Standortes eines neuen Hallenbades zu forcieren. Ebenso richten sie an die be-teiligten Parteien des TUS als auch des SC den Wunsch, die Gespräche über den gemeinsamen Standort offen und konstruktiv im Sinne des Sportes in Isern-hagen zu führen. Berechtigte Wünsche aller Beteiligten sind dabei zu berück-sichtigen, sollten jedoch auf eine gemeinsame Lösung gerichtet sein.

An die Arbeit.

Am Dienstag hat sich die Sozialdemo-kratische Fraktion im Europäischen Parlament konstituiert. Damit ist das Fundament für fortschrittliche Politik

Ortsverein Isernhagen in Europa gelegt.
In den Verhandlungen mit den Konservativen, Liberalen und Grünen werden wir diese Politik nicht nur durch Personalvorschläge, sondern auch durch ein ehrgeiziges Programm für die neue EU-Kommission untermauern. Das Parlament gibt damit den Kurs für die eupäische Politik von

Währenddessen offenbart der Wahlsieg der dänischen Sozialdemokratie das große Potential für soziale und nachhaltige Politik in Europa. Mit diesem Wissen geht es für uns an die Arbeit.

Es grüßt Bernd Lange

SPD diskutierte mit Bürgern und Genossen -

eine Nachlese zur Europawahl

Die SPD Isernhagen hatte am 13.06. Genossinnen und Genossen sowie
interessierte Bürger ins Restaurant Amadeus in Altwarmbüchen zu einer
Nachlese zur Europawahl eingeladen. Die letzten Wochen und Monate
waren für unsere Partei und ihre Mitglieder nicht einfach. Die Europawahl haben wir nicht nur verloren, wir haben ein historisch schwaches Ergebnis erzielt, obwohl vor Ort ein engagierter Wahlkampf geführt wurde. Die SPD-nahe Wählerschaft konnte nicht von unserer grundsätzlich guten Politik.

SPD-nahe Wählerschaft konnte nicht von unserer grundsätzlich guten Politik überzeugt werden. Die Anwesenden diskutierten insbesondere darüber, wie sich die Volkspartei SPD neu aufstellen muss. In dem Gespräch kam auch eine große Unzufriedenheit der Teilnehmer mit dem Vorgehen in den letzten Wochen und Monaten zum Ausdruck. So hat die Partei in der unionsgeführten großen Koalition zu viel auf Kompromis geachtet und zu wenig eigenes Profil gezeigt. Schließlich war auch der Umgang des Führungspersonals mit sich und Anderen Gegenstand heftiger Kritik. Konsens war, dass die SPD mit ihren Themen aus dem Koalitionsvertrag, aber auch mit neuen Themen mehr Profil gewinnen muss. Ob dies weiter in einer großen Koalition oder nur in der Opposition gehen kann, war dann Geerstand einer emotionalen Diskussion, die auch beinhaltet hat.

dann Gegenstand einer emotionalen Diskussion, die auch beinhaltet hat, ob neues Personal zur Herausarbeitung des sozialdemokratischen Mar-

ob neues Personal zur Herausarbeitung des sozialdemokratischen Mar-kenkerns erforderlich sei.

Die SPD müsse ihren Kampfgeist wiederfinden und die Themen der Zeit, insbesondere auch Fragen des Umweltschutzes, der Reformierung des Sozialstaates und der Digitalisierung der Arbeitswelt verstärkt aufgreifen und damit den Markenkern der Sozialdemokraten Deutschlands fortentwickeln und stärken. Einig war man sich dann wieder, dass es ein "weiter "Versiere Mittersche Teiler. so" keinesfalls geben kann

Reinhard Lensch.Vorsitzender der SPD Isernhagen



Europawahl 2019: FDP Isernhagen zieht positive Bilanz und dankt für den Einsatz in die **Zukunft Europas**

Zukunft Europas

Die FDP Isernhagen freut sich über die insgesamt hohe Wahlbeteiligung sowie das

Vertrauen der Wählerinnen und Wähler in allen Ortsteilen.

In der Gemeinde Isernhagen erhält die FDP im Durchschnitt 7,8 % der Stimmen - dafür möchten wir uns ganz herzlich bei Ihnen bedanken.

In den Ortsteilen haben die Wählerinnen und Wähler - auf Basis des vorläufigen Ergebnisses – wie folgt für die FDP gestimmt: Isernhagen H.B. - 8,4 %, Isernhagen N.B. - 8,3 %, Isernhagen F.B. - 7 %, Altwarmbüchen - 6,3 %, Kirchhorst. - 8 %, Neuwarmbüchen - 7 %. In Isernhagen K.B. bedanken wir uns für

13 % der Wählerstimmen und damit ein besonders hohes Ergebnis in der Region Hannover.



Tischlermeister Michael Kahlke

- · Küchen/ -renovierungen
- Finhaumöbel
- Arbeitsplattenaustausch
- · Fenster + Türen

 Badezimmerschränke · und vieles mehr...

Lassen Sie sich von uns beraten. Großhorst 33 a · 30916 Isernhagen-Kirchhorst Telefon 05136/41 62, Fax 05136/41 63, www.tischlerei-kahlke.de

Als FDP werden wir uns auch weiterhin für die Belange der Wählerinnen und Wähler einsetzen, in der Region genauso wie auf Bundesebene und in Europa. Frieden, Freiheit und Wohlstand sollen auch die nächsten Jahrzehnte gesichert sein und nicht durch rückwärtsgewandte Populisten von links und rechts be

dront werden. Im Namen des gesamten Teams des FDP-Ortsverbandes Isernhagen und der FDP-Mandatsträger dankt Ihnen ganz herzlich

Dr. Dennis B. Bertog

Dr. Dennis B. Bertog FDP-Ortsverband Isernhagen Aktuelle Termine finden Sie unter www.fdp-isernhagen.de oder auf der Facebook-Seite FDP Isernhagen



Tierschutz auf der Tagesordnung

Am Montag, den 24. Juni, treffen uns zum letzten Mal vor den Somi ferien zu einem Austausch über aktuelle politische Themen.



Angekündigt haben sich auch Vertreter des Vereins Contra Industriehuhn We-Angekundig, nader sich auch er deten der Angekens Goha andess demark, um über den Stand der geplanten Hähnchenmastanlage in unserer Nachbargemeinde zu berichten. Hintergrund ist das Vorhaben eines ansässigen Landwirts, seine Hähnchenmastställe um einen Neubau zu erweitern und die Plätze von etwa 79.000 auf mehr als

Landwirts, seine Hähnchenmastställe ur Plätze von etwa 79,000 auf mehr als 164,000 zu verdoppeln. In diesem Zusammenhang wird sicherlich auch das Urteil des Bundesverwaltungsgerichtes thematisiert werden, dass das massenhafte Töten männlicher Küken in der Legehennenzucht vorerst noch als rechtmäßig bestätigt hat. Jedes Jahr werden in Deutschland laut Bundeslandwirtschaftsministerium rund 45 Millionen männlicher Küken nach dem Schlüpfen vergast oder geschreddert. Sie sind für die Zucht von Legehennen überflüssig und eignen sich auch nicht für die Mast. Wir finden, das ist die falsche Richtung. Eine zukunftsfähige Landwirtschaft behandelt Tiere mit Würde, nicht nur als Ware. Und sie hat die Verbraucherinnen und Verbraucher im Blick und setzt auf Qualitä, Transparenz und regionale Herkunft, statt auf anonyme Massenware für den Welt-markt. Und dass dieser Ansatz funktioniert sehen wir an einigen guten

markt. Und dass dieser Ansatz funktio niert, sehen wir an einigen guten Beispielen auch in unserer Nachbar-

unser Treffen ist wie üblich öffentlich und beginnt um 20 Uhr in Begeg-nungsstätte Altwarmbüchen, An der Riehe 32. Wer Interesse hat, kann gerne einfach vorbeikommen sich im Vorfeld über die weiteren des Abends informieren. Sie er reichen uns am besten über

xtiles



Mallorca / Cala Ratjada Prinsotel La Pineda 4

Doppelzimmer / HP z. B. 02.07. - 09.07. Andalusien / Zahara de I. Atunes Melia Atlanterra 4* Doppelzimmer / HP ab 623,

z. B. 19.09. - 26.09. Marokko / Agadir

Doppelzimmer / Al ab 660,€ z. B. 17.09. - 24.09.

TUI TRAVEL Star Isernhagen Reisen

Telefon (0511) 8 66 77 info@travel24-isernhagen.de www.travel24-isernhagen.de

wohnen



m – textiles wohnen macht Phantasie in der



Wie Menschen denken und leben, so bauen und wahnen Sie:

Powerdrink zum Frühstück und für zwischendurch

Espresso-Beeren-Smoothie als gesunder Wachmacher mit Frische-Kick



Als Wachmacher beim Frühstück oder als Frische-Kick für zwischendurch geht der Trend zu gesunden, selbst gemachten Fruchtund Gemüsedrinks. Ob grüner Smoothie mit Spinat und Ingwer oder als Durstöscher ein Mix aus Kokoswasser und Mangoder Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Koffein verleiht den gesunden, vitaminreichen Drinks einen extra Energieschub. Ein spezielles Rezept für Kaffeellebhaber ist beispielsweise der Espresso-Smoothie mit frischen Beeren

Der Smoothie mit Espresso wurde für diejenigen konzipiert, die mit vie Vitaminen in den Tag starten wollen, aber zugleich morgens einen Kof-fein-Kick benötigen. Foto: djd/www.cremesso.de/stocksy united

Energie-Kick am Morgen:

Energie-Kick am Morgen:
Harmonie von Früchten und Espresso
Dieser Smoothie mit Espresso wurde von den Schweizer Kaffee-Experten von Cremesso für diejenigen entwickelt, die mit vielVitaminen in den Tag starten wollen, aber zugleich morgens einen Koffein-Kick benötigen. Ein Espresso Alba bildet mit dem fruchtigen Aroma und der lebhaften Säure die Basis für den Smoothie. Zusammen mit frischen oder teitgeferorenen Blauberern und Himbeeren plus einer Banane macht der Smoothie nicht nur wach, sondern wirkt auch sättigend. Die Früchte sorgen für die richtige Vitamin-Versorgung: Blaubeeren enthalten viel Vitamin C, die Himbeeren liefern noch die Vitamine A und B hinzu und die Banane ist ebenfalls reich an Vitaminen und Mineralstoffen, wirkt antioxidativ und stärkt obendrein das Immunsystem. Besonders gut ist die Kombination aus schnell verwertbarem Fruchtzucken, Ballaststoffen und "langsamer" Stärke. Dadurch liefert das Obst schnell Energie. Fazit: Der Espresso-Beeren-Smoothie schmeckt, macht wach und ist dabei auch noch gesund.

esso-beeren-snivourie seine gesund, gesund, en dem Espresso-Beeren-Smoothie haben die Experten des Kap-affee-Herstellers weitere Rezepte entwickelt, um die Vielfalt von ee aufzuzeigen. Zu finden sind sie auf www.cremesso.de/rezepte.

Rezepttipp: Espresso-Beeren-Smoothie Zutaten für zwei Portionen: 125g Heidelbeern (tiefgekühlt) 125g Himbeeren (tiefgekühlt)

mittelgrobe banane 00 ml kalte Milch (oder Alternativen wie Soja-, Hafer-, oder Man



Hygiene für Kinder hat keine Lobby

keine Lobby

Diese Meldung stinkt gewaltig zum Himmel: Die dringen diotige Sanierung der

Diese Meldung stinkt gewaltig zum Himmel: Die dringend nötige Sanierung der

Diese Meldung stinkt gewaltig zum Himmel: Die dringend nötige Sanierung der

Diese Meldung stinkt gewaltig zum Himmel: Die Großen. Die Steiner vor geplant, hat die Gemeinde offensichtlich keine freien Mittel mehr zur Verfügung, um den für viele Schülerinnen und Schüler ekelerregenden Notstand in den Tolletten der Grundschule nachhaltig zu beheben. Aus Sicht der AfD-Fraktion im Gemeinderat zu Isernhagen ist dieses Vorgehen nur schwer zu begreifen, wenngleich auch nachwollziehbar. Denn schaut man sich den Haushalt der Gemeinde an, füllt schnell auf, wofür wiel Geld ausgegeben wird Beispielsweise für einen imaginären Klimaschutz, der laut einer Untersuchung der Region augenscheinlich zu keinerlel positiven Effekten führt. Zutgeisthemen und ideologisches Beiwerk sollteman sich nach Auffassung der AfD-Fraktion immer erst dann leitsten, wenn man seine Kernaufgaben erfüllt hat. Dazu gehört die Sanierung der Tolletten in der Grundschule Neuwarmbüchen unbedingt dazu. Nun kann man in Fällen wie dem geschilderten vorgehen, wie es gemeinhin die Grünen machen und nach höheren Einnahmen verlangen, etwa durch die Erhöhung von Steuern, oder man entschließt sich dazu, den Haushalt an den Bedürfnissen der Bürgerinnen und Bürger auszurichten, um erst einmal dringend notwendige Projekte zu finanzieren, Pflicht vor Kür! Der ebenfalls dem HAZ-Artikel zu entnehmende Hinweis seitens der Verwaltung, mah hätte leider auch die eigenflich eingeplante Forderung aus Denkmal-schutz-Mitteln nicht erhalten, verursacht bei der AfD-Fraktion ein weiteres Kopfschütteln: Mit Geld, was man nicht hat, sollte man als seriöse Verwaltung eben nicht planen. Die AfD-Fraktion im Rat zu Isernhagen würde es begrüßen, wenn die Verwaltung bei den Haushaltsplanungen endlich dazu übergehen würde, Nötiges non Unnötigen zu unterscheiden. Zum Wohle der Bürgerinnen und Bürger unserer Gemeinde. Herzlichst Ihr

Dr. Fritz Küke, Fraktionsführer der AfD-Isernhagen im Gemeinderat www.afd-isernhagen.de



Gemeindebücherei Isernhagen Bothfelder Str. 26 Öffnungszeiten



Donnerstag 10 - 12 u. 14- 18 Uhr Freitag 15 - 18 Uhr

Officials

Montag: 15 - 18 Uhr

Dienstag: 15 - 18 Uhr

Mittwoch: 10 - 12 u. 15 - 18 Uhr Neue Urlaubslektüre

Martha Grimes: Inspektor Jury und der Weg des Mörders

Robbie Parsons kennt als Taxifahrer jeden Winkel Londons und ihn kann nichts aus der Ruhe bringen. Bis eines Tages zwei seiner Fahrgäste, David und Rebecca Moffit, beim Aussteigen wie aus dem Nichts erschossen werden – und der Mörder prompt in Robbies Taxi springt, um sich durch die Stadt chauffieren zu lassen. Doch zum Glück steigt der bewaffnete Fahr-gast am Bahnhof/Waterloo aus und verschwinder. Inspektor Jury ist scho-ckiert, als er davon erfährt, denn er hat kurz zuvor Bekanntschaft mit de sympathischen David gemacht. Eine erste Spur führt ihn in einen exklusiven Londoner Club und was er dort erfährt, stellt ihn vor ein Rätsel .

Thomas Harris: Cari Mora
Hans-Peter Schneider bedient die Gewaltfantasien schwer reicher Männer, für die Frauen nur Ware sind. Unter diesen befindet sich eine grässliche

für die Frauen nur Ware sind. Unter diesen befindet sich eine grässliche Kreatur, groß, blass und reptilienähnlich, die sich am Leid der Frauen er götzt bis sie auf Cari Mora trifft, eine Frau, die sich dem Dämon furchtlos entgegenstellt. Hannibal Lector hat einen Nachfolger!

Sofie Cramer und Kati Naumann: Nachtflug inem Mittfünfzigerin und ein smarter Jurist sitzen zufällig nebeneinander auf dem Weg von Berlin nach New York im Flugzeug. Zwischen den ungleichen Sitznachbarn entspinnt sich ein Gespräch über Sehnsüchte, falsche Entscheidingen und über, das zenz große Glütz. Denn Ingrid flier nach über der Menus urprise dungen und über das ganz große Glück. Denn Ingrid fliegt nach über drei Jahrzehnten endlich zur Liebe ihres Lebens, Jakob hingegen ist bereit, für seine Karriere alles zu opfern. Während die Maschine in Turbulenzen gerät, werden die Leben der beiden Weggefährten jedoch heftig durcheinander

lojo Moyes: Nächte, in denen Sturm aufzieht

Liza McCullen hat in dem kleinen beschaulichen Örtchen Silver Bay an der Küste Australiens für sich und ihre Tochter Hannah ein Zuhause gefunden. Die unberührten Strände, der Zusammenhalt in der kleinen Gemeinde und die majestätischen Wale, die in der Bucht leben, bedeuten ihr alles. Täglich fährt sie mit ihrem Boot raus aufs Meer und bietet Walbeobachtungstouren an für die wenigen Touristen, die sich nach Silver Bay verirren. Als der Engländer Mike Dormer anreist und sich in der Pension von Lizas Tante ein quartiert, gerät das beschauliche Leben in Gefahr.

qual der gerat das beschäuliche Leben in Gelahr. William Boyd: Blinde Liebe Brodie Moncur hat das absolute Gehör und gilt als Genie unter den Kla-vierstimmern. Als er in Paris dem grandiosen Pianisten John Kilbarron begegnet, nimmt sein Leben eine dramatische Wendung, Gemeinsam feiern sie Triumphe in ganz Europa und führen in St. Petersburg ein luxuriöses Leben, das sich Brodie nie hätte erträumen lassen. Und doch ist der wahre Grund, weshalb er in die Dienste des genialen, aber unberechenbaren Pianisten eingetreten ist, dessen Geliebte, die russische Sopranistin Lika. Bro-die weiß, dass seine Liebe unmöglich ist, und setzt doch alles für sie aufs Spiel – auch sein eigenes Leben.

Axel Milberg: Düsternbrook

Im Kieler Villenviertel Düsternbrook wächst Axel behütet auf und fühlt sich doch oft fremd. Wie er versucht, sich zurechtzufinden und die in ihn ge-setzten Erwartungen zu erfüllen, erzählt Axel Milberg mit Empathie, Humor und einem verträumten Ton. Als die populäre Theorie vom Wirken Außerirdischer die Stadt erreicht, scheint sie für Axel viele Merkwürdigkeiten zu erklären. Mit dem rätselhaften Verschwinden einiger Jungen wird die Heimat vollends unheimlich und der Wunsch auszubrechen übermächtig...

Chris Carter: Blutrausch

Die beiden Detectives Robert Hunter und Carlos Garcia sind auf Morde spezialisiert, bei denen der Täter mit extremer Brutalität vorgegangen ist. Ihr neuer Fall sprengt selbst für sie alle Grenzen des Verbrechens, denn sie jagen einen Serienkiller, der die Welt einlädt, seine Galerie der Toten zu be-

Jirwood Barclay: Kenne deine Feinde
Privatdetektiv Cal Weaver soll als eine Art Bodyguard auf einen 18-Jährigen
aufpassen, der Morddrohungen erhält, seit er alkoholisiert eine Mitschillerin aupassen, der in Vordor jeremy selbst noch seine Eltern scheinen das Ganze liberfahren hat. Weder jeremy selbst noch seine Eltern scheinen das Ganze allerdings wirklich ernst zu nehmen, was Privatdetektiv Cal seinen Job nicht gerade erleichtert: In der Kleinstadt findet bald Mobbing pur gegen den Jun-gen statt und in den sozialen Medien starret ein Shitstorm - eine regelrechte

IMMER DONNERSTAGS! 13.00 bis 18.00 Uhr

Marktolatz: Bothfelder Straße 30916 Altwarmbüchen

WOCHENMARKT <u>Altwarmbüchen</u>

Herzensangelegenheit



www.attraktive-wochenmaerkte-gmbh.de

bernd wöllschläger

malermeister

beratung · planung · ausführung

bernd wollschläge

asphalweg 29a 30916 Isernhagen K.B. telefon: (05139) 98 56 7 fax: (05139) 98 230 16

Hexenjagd beginnt. Als der Privatermittler zufällig herausfindet, dass Jeremy für den tödlichen Autounfall gar nicht verantwortlich sein kann, stolpert e mitten in eine Schlangengrube aus Verrat, Gier und tödlicher Skrupellosig-

> Gemeinde Isernhagen Amt für Jugend, Bildung und Sport



Bilderbuchkino!

macht Ferien" an. Eine gemütliche Lesestunde mit viel Zeit in der Gemeindebücherei Isern-hagen in Altwarmbüchen, Bothfelder Str. 26.

Gemeinde Isernhagen Amt für Jugend, Bildung und Sport



Bücherei Isernhagen N.B.

Auf dem Windmühlenberge 4 Tel. 724 54 48

Öffnungszeiten: Montag: 15.00 – 17.30 Uhr Donnerstag: 15.00 – 17.30 Uhr

Menu surprise Das Feld Gelateria Paradiso Martin Walser Robert Seethaler Stefanie Gerstenberger Raynor Winn Der Salzpfad Kati Naumann Was uns erinnern lässt lean-Luc Bannalec

Was uns erinnern lasst
Bretonisches Leuchten Dupins sechster Fall
Das Haus der Verlassenen
Deine letzte Lüge
Wolfszeit Harald Jähner Herkunft

Hörbücher für Erwachsene: Ferdinand von Schirach Brigitte Glaser Brigitte Glaser Katrine Engberg Kaffee und Zigaretten Bühlerhöhe Rheinblick Blutmond

Der Löwe brüllt mmy Jaud Bücher für Jugendliche: Unsterblich mein

Emily Boldt Lauren De Stefano

Fallende Stadt Stefanie Höfler Der große schwarze Vogel
Franziska Biermann Jacky Marrone – Jagt die Goldpfote
Nom, ein Spaziergang

Bilderbücher für die Kleinsten:

Zwei für mich, einer für dich Jörg Mühle Mach auf, schau rein! Hallo, kleines Kuschelkind Guck mal, schieb mich!
Das Dschungelbuch
Mein Fühlbuch : Meine Tiere

Jahreszeiten Wimmelbuch : Dinos

B.Könecke - Fuhrberg



Öffnungszeiten: reitag: 9.00 bis 18.00 Uhr Montag - Freitag: 9.00 bis 18.00 Uhr Samstag: 9.00 bis 13.00 Uhr

www.lesenest.de \cdot info@lesenest.de Tel. 0511/300 79 60 \cdot Fax: 0511/300 79 61 Inh. Olaf Kopinke · Bothfelder Str. 26 · 30916 Isernhagen AWB

Anzeigen- und Redaktionsschluss für BLICK 14

Freitag 28.6.2019 · 12.00 Uhr

...... Ihr Meisterbetrieb in Isernhagen und Umgebung



ZERTIFIZIERT FACHVERBAND FLIESEN UND NATURSTEIN

Ausführung sämtlicher Fliesenarbeiten

Tel.: 0 51 39-24 69 Mobil: 0177-666 24 69 Mail: goebel-fliesen@t-online.de

An Wenking 10D 30016 bernugen FB

Telefon G 51 39 - 679 53 Telefan 0.51.59 - 89.41.79 Noldlene 0.172 - 415.58.09

herbart bean isomheper Stronins.de www.bauer.shik.de





Eine Anmeldung ist für alle Angebote erforderlich: www.unren-ferlenprogramm.de/isernhagen

Für Kinder und Jugendliche vom 4. Juli - 14. August 2019

Anmeldungen online oder offline ab Dienstag, 26. Mai 2019 - Die Verlosung finder am 12/11, Juni statt.

Dienstag, 23-juli 1981



Thomas jungst Tel. 0511 6153-4636















































"Der Blick"

Termine im Blick 13 Fr. 21.06 Jagdgenossenschaft KB, Stelldichein, Krögers Scheune Caspo, Vorleseveranstaltung für Erwachsene, Antikbuchl an der Riehe Isernhagener Hopfenfest an der St. Marien-Kirche in KB Freiwillige Feuerwehr Stelle, Sonnenwendfeuer, Feuerwehrhaus Moorstr. 8a Norddeutsches Bauernhausmuseum, Ausstellung "Reinlichkeit und Gesundheit" "Offene Pforte", Backtag Chor. Good News Sommerkonzert Isernhagenhof Sa. 22.06 11-17 So. 23.06 11.00 18.00 Chor Good News, Sommerkonzert, Isernhagenhof 9.30-11.30 Beratungsangebot für Menschen mit Behinderungen, Rathaus Mo. 24.06. 30 BertatungswagAwb. Bilderbuchkino, Gemeindebücherei Kinderkino, Jugendtreff Isernhagen NB Caspo Brutzelclub, Gemeinsam Kochen und Essen, Familienzentrum St. Margarete Norddeutsches Bauernhausmuseum, Ausstellung "Reinlichkei 16.00 Di. 25.06 Fr. 28.06. So. 30.06 Bürgersprechstunde Bauaufsicht, Rathaus Altwarmbüchen, Raum 318 Mo. 01.07 Kaum 318 Gemeinde Isernhagen, Information Baustart "Zentrum Isernhagen", Wochenmarkt Fragen an den Schiedsmann, Rathaus Awb, Raum 104 Norddeutsches Bauernhausmuseum, Ausstellung "Reinlichkeit und Gesundheit" Do. 04.07 So. 07.07 und Gesundeit:" Frauen Union, Stammtisch, Restaurant Heinrichs Norddeutsches Bauernhausmuseum, Ausstellung "Reinlichkeit und Gesundheit:" "Offene Pforte", Backtag Caspo, Vorleseveranstaltung für Erwachsene, Antikbuchladen an der Riehe Do. 11.07. 11.00 18.30 Fr. 19.07 an der Riehe Norddeutsches Bauernhausmuseum,Ausstellung "Reinlichkeit und Gesundheit" Fr. 26.07. 12.00 Caspo Brutzelclub, Gemeinsam Kochen und Essen, Familienzentrum St. Margarete So. 28.07. 11-17 Norddeutsches Bauernhausmuseum,Ausstellung "Reinlichkeit und Gesundheit" So. 04.08. 11-17 Norddeutsches Bauernhausmuseum,Ausstellung "Reinlichkeit und Gesundheit" Do. 08.08. 18.00 Frauen Union, Stammtisch, Restaurant Heinrichs

Bürgermeister-Sprechstunde jeden Donnerstag von 15.00 bis 16.00 Uhr, Bothfelder Str. 29, 4. Stock, Rathaus Altwarmbüchen, Telefon Büro des Bürgermeisters 0511/6153-1011

Büro des Bürgermeisters 0511/6153-1011
Sprechstunde des Ortsbürgermeisters von Isernhagen
K.B. an jedem letzten Donnerstag eines Monats (ggf. abweichender Termin s.o.) von 17:00 bis 18:00
in der Alten Schule, An der Marienkirche I in K.B., sowie nach individueller Terminabsprache unter Tel. 05139 9509008 oder obm-

kol@kenzier.info
Sprechstunde des Ortsbürgermeisters Kirchhorst jeden
Donnerstag von 15.30 bis 16.30 "Begegnungsstätte Alte Schule" Schulweg 3, Kirchhorst, sowie nach individueller Terminabsprache: Telefon
0162-8514045 oder 05136-5275 oder obm.kirchhorst@-online.de
Wochenmarkt jeden Donnerstag 08.00 - 12.00 Uhr in
Neuwarmbüchen, 13.00 - 18.00 Uhr in Altwarmbüchen

Ihre Anotheke in Isernhaaen

LIFFERSERVICE



XXX **Anzeigen- und Redaktionsschluss** "DER BLICK" Ausgabe 14 Freitag 28. Juni 2019 12.00 Uhr

IMPRESSUM

Herausgeber: Christian Schröder Verlag: KonzeptArt Werbe- und Verlagsgesellschaft mbH Veröffentlichung von Beiträgen Dorfstraße 37 30916 Isernhagen K.B. Verantwortlich i.S.d.P Christian Schröder Tel.: 05139 / 3038 Fax.: 05139 / 3030 Produktion: Anke Reck redaktion@blick-isernhagen.de trages anerkannt werden. Druck: Auf Anfrage Anzeigenannahme bis freitags und Verbänden stellen nicht die vor Erscheinen! Ausnahmen Meinung der Redaktion dar. siehe Erscheinungsplan Auflage: I I.800 Stück Erscheinungsweise: 14-täglich

Verteiler: kostenlos an alle erreichbaren Haushaltungen der Gemeinde Isernhagen Redaktionelle Beiträge: Für die

durch Vereinigungen, Verbände, Parteien, Kirchen u.a. gelten unsere jeweils aktuellen "Richtlinien und Grundsätze der Veröffentlichungen" (www.blick-isernhagen.de), die

mit dem Einreichen eines Bei-.Beiträge von Parteien, Vereinen

Vom Verlag gestaltete Anzeigen. Grafiken etc. unterliegen dem Urheberrecht. Jede Nutzung Ausnahmen siehe Erscheinungs- durch Dritte bedarf einer schriftlichen Genehmigung!

Service für ältere Menschen und ihre Angehörigen

Bei der Stelle für Seniorenangelegenheiten in der Gemeindeverwaltung Isernhagen können sich Bürgerinnen und Bürger über das örtliche (Pflege) Dienstleistungs- und Freizeitangebot für den Personenkreis 60+ informieren und erhalten Hilfestellung bei der Suche nach Ansprechpartnerinnen/Ansprechpartnern im konkreten Einzelfall. Unter Anderem können folgende Hilfestellungen vermittelt werden: -ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe im Rahmen des Projektes "Senioren helfen Senioren"

helfen Senioren'

- helten Senioren

 DUO-Partner für eine niederschwellige ehrenamtliche Begleitung
 Fahrdienst in besonderen Situationen für Menschen mit geringem Ein-
- Fahrdienest in besonderen Situationen für Menschen mit geringem Ein-kommen und erheblichen Mobilitätiseinschränkungen Informationen und Formulare zur Patienten-, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht Sprechstundentermine der Region Hannover (Betreuungsstelle und
- vvonnraumberatung)
 regelmäßige Angebote in den jeweiligen Begegnungsstätten.
 Ideen und Anregungen sowie ehrenamtliche Unterstützungsangebote
 sind jederzeit willkommen.
 Ihr Ansprechpartner:
 Raff Henneberg

0511 6153-2515

ralf.henneberg@isernhagen.de Büro im Nebengebäude des Rathauses in der Bothfelder Straße 33, 2. OG, Raum 207

OG, Raum 207 Sprechzeiten: montags und donnerstags in der Zeit von 08:30 - 12:00 Uhr und don-nerstags von 14:00 - 18:00 Uhr. Weitere Termine nach Vereinbarung und telefonisch nach Erreichbarkeit.

Bei Mobilitätseinschränkungen können Hausbesuche vereinbart werden.
Gemeinde Isernhagen, Ordnungs- und Sozialamt

Lebensberatung Ishg. FB., Am Lohner Hof 7 Tel. (05139) 89 28 28

do 8.30 -17.00 Uhr,

fr. 8.30 - 13.00 Uhr

konfliktberatung

Anmeldungen für Beratun-

/Jugendlichen für alle Fragen der Erzie-hung unter folgender Rufnummer zur Verfügung: 05139-807117. Bothfelder Str. 29, Zi. 113, Di. 13.30

- 15.30 Uhr, Fr. 8.30 - 10.30 Uhr

Sozialpsychiatrischer Dienst Die sozialpsych.Beratungsstelle der Re-gion Hannover bietet Hilfestellungen für Menschen in seelischen Ausnahmesitua-Sprechstunde in Altwarmbüchen do. von 17.00 - 18.00 Uhr im Familirienschen in seeitschen Ausnamestrua-tionen und psychischen Erkrankungen an. Ebenfalls gibt es Gesprächsangebote bei Suchterkrankungen sowie bei geisti-ger Behinderung Die Beratungsstelle befinder sich in Langenhagen, Ostpassage 7a und ist te-lefonisch unter der Nr.0511-590940-0 zu er-Dienste der Region Hannover Jugendamt. Die Jugendhilfestation für Burgwedel, Isernhagen, Uetze und nach Vereinbarung). reichen.Allgemeine Öffnungszeiten: Mo. - Do. 9.00 - 15.00 Uhr: Fr. 9.00 - 12.30 Uhr (Termine

Apotheken in Isernhagen

Die aktuellen Notdienstzeiten sind den Informationstafeln der Apotheken zu entnehmen!

Apotheke im A2 Center Apotheke am Fasanenkrug Libra Apotheke Apotheke Isernhagen Delphin-Apotheke

Kirchhorster Apotheke

Opelstr. 3-5 Burgwedeler Str. 31 Bothfelder Str. 33 Weizenkamp 4 Am Ortfelde 65

Tel. 26 09 30 - 50 Diana-Apotheke Burgwedeler Str. 10 Tel. 6 49 71 21 Erlen Apotheke Am Rathaus Bothfelder Str. 21 Tel. 61 21 21 Binsenweg 2 Tel 05136-88 87 - 0

Tel. 6 16 89 - 0

Tel. 90 59 40

Tel. 61 21 25

Tel 77 54 74

TAXI (0511) 73 01 01

Total für il serihaden wir nachen mobili

Rufen Sie uns an! oder online bestellen: taxi.eu

💼 Blaues Kreuz in der evang. Kirche Ortsgruppe Altwarmbüchen

Gruppenabend . nstags 19-21 Uhr in der Christophorus Kirchengemeinde, 30916 Isernhagen.

Altwarmbüchen, Bernhard-Rehkopf-Straße 13

Erster Kontakt bitte über Telefon: Lothar Kühnel, Tel. 0511/619597

Wir können bei Suchtproblemen helfen

Diakonie III

Diakoniestation Burgwedel

Burgwedel | Isemhagen

Tel. (05139) 27002

Notrufnummer

Für Altwarmbüchen, Kirchhorst, Neuwarmbüchen, Isernhagen H.B., N.B., K.B. und F.B.

Bei ärztlichen Notfällen ist nur noch die zentrale Notrufnummer 116 117 zuständig.

Unter dieser Notrufnummer erreicht man rund um die Uhr, kostenlos und sowohl vom Festnetz als auch vom Mobiltelefon den ärztlichen Bereitschaftsdienst - ohne Vorwahl ... einfach die 116 117 wählen.

Damit ergibt sich für Fälle, in denen man sonst den Hausarzt angerufen oder aufgesucht hätte, eine neue Kontaktmöglichkeit. Wichtig: sie ersetzt nicht den Notruf 112, der weiterhin für lebensbedrohliche und schwerwiegende Fälle da ist. Die 116 117 ergänzt den Notruf. Die zentrale Notrufnummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes 116 117 gehört in iedes Telefonbuch: egal ob zu Hause, im Mobiltelefon oder als Hinweis in der Hausapotheke.

Zahnärztlicher Notdienst der Kreisstelle Burgdorf. Zu erfragen unter Tel. (05138) 2560

Krankentransport: Tel. 19 222

DRK-Krankenbeförderung Behinderten-Transport u. Hausnotruf: Tel. (0511) 61 27 28 o. Tel. (05136) 44 40 + (05139) 44 40

Notruf Feuerwehr <u>II2</u> Allgemeiner Notrof <u>II0</u> Polizei Altwarmbüchen (0511) 61 94 22 Polizei Burgwedel (05139) 99 10

Störungsstellen Energiewerke Isernhagen Tel. 08004 282266 Tel. 08000 282266 Strom/Wasser/Wärme öffentliche Beleuchtungsanlagen Tel. 08000 282266 Retriebsstelle Avacon AG Tel. 01801 282266



Senioren -Landhaus Kirchhorst

aktivierende Pflege in familiärer Atmosphäre

Inh. K. Lawson Tel. Heim (05136) 8 48 13 Büro (05136) 8 20 13 10 Fax (05136) 8 15 51 e-mail: aph-hagenhoff@htp-tel.de





Erstes Altwarmbüchener Bestattungs-Institut



Erd-, Feuer-, See-, Friedwald-, anonyme Bestattungen, Überführungen, Übernahme d. Formalitäten Bestattungsvorsorge, Sterbegeldversicherung, Treuhandkonten, Trauerbegleitung

Eigene Trauerfeierhalle und Abschiedsräume

Isernhagen - Awb Königsberger Str. 20

Tel.: 0511 / 6 15 16 17

Fachgeprüfter Bestatter. Erd-, Feuer-, See- und nonyme Bestattungen

Überführungen

Bestattungsvorsorge

Sterbegeldversicherungen

Dorfstraße 67 Telefon (0 51 39) 8 73 42 Fax (0 51 39) 89 45 42 Erledigung der Formalitäten

30916 Isernhagen-Altwarmbüchen

30916 Isernhagen KB

Gudrun und Reiner Löhdefink





Öffnungszeiten:
Die Geschäftsstelle der Volkshochschule, Hannoversche Str. 23, Altwarmbüchen ist montags, mittwochs und freitags von 9:00 bis 12:00 Uhr geöffnet. Sie
können sich hier beraten lassen und persönlich anmelden. Telefon:

<u>ieion.</u> Iefonisch erreichen Sie uns auch außerhalb dieser Öffnungszeiten unter der Nummer 0511 / 2208222 in der Geschäftsstelle in Isernhagen. Ihr Anruf wird dann automatisch an die Geschäftsstelle in Lehrte weitergeleitet. Oder Sie rufen direkt die VHS-Geschäftsstelle in Lehrte unter der Telefonnummer 05132 /

Shre schriftliche, telefonische Anmeldung oder Ihre online-Anmeldung über un-sere homepage (www.vhs-ostkreis-hannover.de) nehmen wir gerne entgegen. In folgenden Kursen und Veranstaltungen sind noch Plätze frei, bitte melden Sie sich vorher an:

bitte melden Sie sich vorher an:

Wirbelsäulengymnastik
Es handelt sich hierbei um eine zielgerichtete ausgewogene Gymnastik, die sich speziell auf die physiologischen Bewegungen des Skeletts, insbesondere aber der Wirbelsäule, konzentriert. Ein vielsetiges Angebot krankengymnastischer Techniken, integriert in ein ganzheitliches Konzept, erwartet Sie. Die Gymnastik dient vor allem der Prophjauxe, es wird jedoch auch auf ewentuelle Vorschädigungen der Wirbelsäule und auf eine intensive Gymnastik für die Beckenbodemnuskulatur eingegangen (z.B. wegen des Problems der Harninkontinenz); denn alle Übungen für die Wirbelsäule sind auch für die Kräftigung und Entlastung der Beckenbodemmuskulatur geeignet.

Teilnehmer/innen mit akuten Rückenerkrankungen müssen vor Kursbeginn unberliner ihren Arzt befrazen.

Teilnehmer/innen mit akuten Rückenerkrankungen müssen vor Kursbeş bedingt ihren Arzt befragen. Bitte bringen Sie Turnschuhe, lockere Sportkleidung und ein Handtuch Nicolas Moreno Lorite mittwochs, 17.07.2019 bis 04.09.2019, jeweils von 11:30 - 12:30 Uhr Altwarmbüchen, VHS-Gebäude, Hannoversche Str. 23, Bewegungsraum Preis: 80,00 €, Kursnummer P 302 272 S

Vorankündigung:

Vorankundigung: Zum 100-jährigen Jubiläum der Volkshochschulen wird bundesweit in vielen VHSen eine lange Nacht durchge-

führt. Auch die VHS Ostkreis Hannover macht mit! Am Freitag, 20. September 2019 von 18 – 22 Uhr werden zahlreiche Schnupperkurse am Standort in Burgdorf, Bergstr. 4-6 angeboten. Das Programm wird im nächsten VHS-Prospekt ab Ende Juli veröffentlicht.

Cantamus

Chorkonzert mit Cantamus Da capo!

Von Barock bis Musical

von Barock bis irusical Am Sonntag, den 30. Juni 2019, ist der gemischte Chor Cantamus Kirch-horst e.V. in der langenhagener Liebfrauenkirche, Karl-Kellner-Straße, zu Gast. Konzertbeginn ist 17 Uhr.



"Noch einmal bitte!" könnte man diesen italienischen Ausdruck frei übe "Noch einmal bitte!" konnte man diesen italienischen Ausdruck frei über-setzen – denn nach dem für Publikum und Chormitglieder gleichermaßen gelungenen Konzert vor knapp zwei Jahren war den Organisatoren auf beiden Seiten schnell klar, dass eine Wiederholung stattfinden muss. Detion Detions in Child Harr, dass eine Wiedernolung stattlinden muss. Geschickt und einfühlsam gestaltet der Chor seine Konzerte, so dass die Mischung aus geistlichen a-cappella- Werken, Hits aus Film und Musical, ironischen Volksliedbearbeitungen oder auch wunderschönen Kunstliedsätzen von den ersten Tönen an überzeugt., "Die Mischung unserer Konzertprogramme ist vielleicht auf den ersten Blick etwas ungewöhnlich", erklärt Chorleiter Martin Schulte schmunzelnd. Doch die vielen positiven Blickmeldungen nach der Konzerten in der Region seine immer wieder Rückmeldungen nach den Konzerten in der Region seien immer Bestätigung, dass der Chor mit seiner Programmgestaltung den Ge-schmack des Publikums treffe. "Und wenn es uns gelingt, das Publikum sowohl zum schmunzeln als auch zum nachdenken anzuregen, dann ist für

sowoni zum schmunzein als auch zum nachdenken anzuregen, dann ist für uns ein Konzert gelungen", ergänzt der Musiker.

Am Klavier begleitet den Chor Christina Worthmann, die Leitung hat Martin Schulte.

Freuen Sie sich auf einen abwechslungsreichen Abend – CANTAMUS freut sich auf Sie!

Der Eintritt ist frei. Der Chor bittet um eine Spende zur Deckung der

Nähere Informationen finden Interessierte unter www.cantamus-chor.de

Ihre ganz persönliche Taxi-App



Kostenioser Download unter-

https://www.cab4me.com

Einfach und schnell bezahlen: Kreditkarte, EC-Karte, PayPal, Barzahlung



- DER BLICK

Rollläden - Jalousien - Markisen /erdunklungsanlagen · Rollto

DATIVER



NABU: Schwalben suchen ein Zuhause

letzt die Somr us" auszeichnen lasse

Haus" auszeichnen lassen Hannover – Schwalben gelten als typische Sommerboten: Kehren sie im April und Mai aus ihren afrikanischen Winterquartieren nach Deutschland zurück, lässt der Sommer nicht mehr lange auf sich warten. Doch die gern gesehenen Gäste werden hierzulande immer weniger. Grund däfür ist ein Mangel an ihrer Nahrungsgrundlage, den Fluginsekten. Außerdem fehlen zunehmend geeignete Nistplätze an Häusern. Daher ruft der NABU Niedersachsen mit seiner Aktion "Schwalbenfreundliches Haus" jetzt dazu auf, Rauch- und Mehlschwalben zu unterstützen und ihnen an den eigenen vier Wänden eine Unterkunft zu bieten.
Um Rauch- und Mehlschwalben aktiv zu unterstützen, können Haus- und Gartenbesitzer vor allem zwei Dinge unternehmen: Zum einen sollten sie Dachovsrprünge oder andere Einflugmöglichkeiten für die Schwalben frei-

Dachvorsprünge oder andere Einflugmöglichkeiten für die Schwalben freihalten und diese nicht verbauen. Damit sich Schwalben auch tatsächlich natren und diese nicht verbauen. Damit sich schwaiben auch tatsachlich niederlassen, können Hausbestizer zudem Pfützen anlegen und diese über den Sommer feucht halten. Denn für ihren Nestbau sind Schwalben auf Lehm angewiesen, den sie aus den Pfützen sammeln. Aus dem feuchten Baumaterial formen sie ihre typischen halbrunden Kugelnester, die vor allem von den schwarz-weißen Mehlschwalben bewohnt werden. Schwalben sied wie Geraden begieben 4 den siedelijken seine der geste den seine der den schwalzen. ben sind außerdem typische Koloniebrüter, meist brüten gleich mehrere Paare dicht nebeneinander.

Zum anderen können Hausbesitzer künstliche Nester für Schwalben an Zum anderen konnen Hausbesitzer kunstliche Nester für Schwalben an ihren Gebäuden anbringen. Vor allem in Städten verschwinden natürliche Schwalbennester zusehends, etwa durch unbedachte Sanierungsmaßnahmen. Häufig werden die Nester auch illegal abgeschlagen – und das, obwohl Schwalben streng geschützt sind und das Zerstören ihrer Brutstätten unter Strafe steht. Ein solches künstliches, im Handel erhältliches Schwalbennest besteht meist aus einer Sägemehl-Gips-Mischung und sollte am besten zusammen mit einem unterliegenden Brett montiert werden, sodass Gehwege und Hauseingänge nicht vom Kot der Schwalben

werden, soass Genwege und Hauseingange nicht vom Aot der Schwaiben getroffen werden. Hausbesitzer sollten zudem ein wenig Geduld mitbringen: Oft werden solch künstliche Unterkünfte erst nach ein, zwei Jahren von den Schwalben entdeckt und dann auch bewohnt. Grundsätzlich siedeln sich die Flugsakrobaten an Orten an, in deren Nähe sie fliegende Insekten finden. Dies gilt vor allem für Grünflächen in Städten, aber auch für Gewässer sowie reiche Wiesen und Felder

ar teil reine viviseer in dir teiler. Die Unterstützung der Sommerboten an Gebäudefassaden verdient An-erkennung, Mit einem solchen wertvollen und wichtigen Artenschutzbei-trag werden schwalbenfreundliche Häuser ausgezeichnet. Per E-Mail oder Post kann man sich mit einem ausgefüllten Antrag für die beliebte Plakette bewerben. Diesen kann man entweder im Internet unter www.nabu-nie-dersachsen.de/schwalben herunterladen oder einfach beim NABU Niedersachen per Mail unter info@nabu-niedersachsen.de oder per Brief an

oersachen per 1-rail mitten intolganderheuterschiedende oper brief an Alleestraße 36, 30167 Hannover anfordern. Die wichtigsten Fakten zu Schwalben sowie der gesetzlichen Situation hat der NABU im Schnellüberblick unter https://niedersachsen.nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/vogelarten/schwalben/20437.html zusammengefasst

Anzeigen- und Redaktionsschluss für BLICK 14

Freitag 28.6.2019 · 12.00 Uhr



Gottesdienst

23.06.10.00.1 lbr. Gottes dienst – Pn. Jähnert-Müller Sonntag, 30.06, 10.00 Uhr Jubiläum Gottesdienst mit Landessuperintendentin Bahr - P. Müller mit anschließendem Empfang Sonntag, 07.07, 10.00 Uhr SOM-MERKIRCHE - Pn. & P. Jürgens in St. Marties Isansberge. Marien Isernhagen
SOMMERKONZERT

VON EINEM ORT ZUM ANDE-

Samstag, 29.06, um 17.00 Uhr Zur 50-Jahrfeier wollen wir etwas Neues wagen, und so soll unser Sommerkonzert erstmalig als KONZERTSPAZIERGANG stattfin-

den. Um 17:00 Uhr beginnt der 1. Programmteil in der katholischen Kirgrammtell in der katnolischen Klif-che "Heilig Kreuz" in der Königsberger Straße (AWB) und dann geht es mit einem Spaziergang hinüber zur evangelischen Christo-phoruskirche, in der ab 18:00 Uhr

der 2.Teil zu hören sein wird. Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Kompositionen, die von der Renaissance bis in die heutige Zeit reichen – u. a. mit mehrchöriger Musik von Johann Pachelbel und Mi-

Unter der Leitung von Susanne Fiedler und Harald Wittig musizie-ren alle musikalischen Gruppen und Chöre der Christophorusge-

Auch für die Zuhörer wird es wieder die Gelegenheit zum gemeinsamen Singen geben.

50 Jahre

Christophorusgemeinde Am I. Januar 1969 fand in der da-mals noch namenlosen evangelischen Kirchengemeinde Altwarmbüchen ein besonderer Gottesdienst statt. War bisher Alt-warmbüchen "Filialgemeinde" der benachbarten Nikolaikirche zu Kirchhorst gewesen, so durfte sie sich nun als eigenständige Kirchen-gemeinde bezeichnen. 50 Jahre ist das nun her, ein Grund zum für uns das nun her, ein Grund zum für uns zur Freude und zum Feiern. Wir möchten Sie herzlich einladen: Am Sonntag, 30. Juni um 10:00 Uhr zum Festgottesdienst, der von der Landessuperintendentin Frau Dr. Petra Bahr gehalten wird. Im Anschluss an den Gottesdienst

laden wir zu einem Empfang rund um unser Gemeindezentrum. Über Ihr Kommen würden wir uns

Senioren-Nachmittag

Der nächste Senioren-Nach findet am Donnerstag, dem 04.07.

um 15.00 Uhr statt.
Dieses Mal mit Liedern, Geschichten und Rätseln rund um den Sommer mit Pastor Müller.

Kath. Kirchengemeinde HEILIG GEIST

HEILIG KREU7

Pfarramt, Königsbergerstr. 2A Tel 0511/652101 Tel./Fax 0511/61 39 01

So., 23.06. Keine Heilige Messe, herzliche Einladung nach Heilig Geist, Kurze-Kamp-Straße, um 10.00 Uhr

Mo., 24.06. 12.30 Uhr Mittagsgebet Mi., 26.06, 8.30 Uhr Rosenkranzge-

MI., 26.06, 8.30 Uhr Rosenkranzgebet, 9.00 Uhr Heilige Messe
Do., 27.06, 18.15 Uhr Abendgebet
So., 30.06, 9.00 Uhr Heilige Messe
mit musikalischer Gestaltung, +
Helga Körner

Veranstaltungen

Das Kirchencafe ist jeweils
montags von 11.30 bis 14.00 Uhr,
mittwochs von 10.00 bis 12.00 Uhr
und donnerstags von 15.00 bis
19.00 Uhr geoffnet.
Am Montag, 17.06, trifft sich die
Kolpingfamlie um 15.50 Uhr mit Jürner Herser zur Wichschung von Alt

gen Hoseas zur Wanderung von Alt-Laatzen nach Wilkenburg. Treffpunkt ist die Haltestelle Awb/Zentrum.

Abfahrt um 15.56 Uhr Herzliche Einladung zum ven Tanz am Dienstag, 18.06., um 15.00 Uhr in der Heilig Kreuz-Kirche. Alle Interessierten sind will-

Am Mittwoch 19 06 um 19 00 Uhr

Kreuz-Kirche.

Nach dem Gottesdienst am <u>Do.</u>, rina

20.06., grillen mit der Kolpingfamilie. ren Um Salatspenden wird gebeten; Gäste sind herzlich willkommen.

Der Familienkreis trifft sich zur Fahrradtour am 22.06. um 10.00 Uhr, Abfahrt von der Heilig Kreuz-

Ev.-luth.

Seliger)

St. Nikolai

Kiho.Nwb.

Kirchengemeinde

Kirchhorst, Steller Str. 15

Tel. 05136/36 22 Fax 8781 01

onntag, 23.06.10.00 Uhr Abendahls-Gottesdienst in Kirchham (2

Sonntag, 30.06. 10.00 Uhr Regiona-

ler Fest-Gottesdienst in Altwarmbü-chen zum 50. Jubiläum der

19:30 Uhr Chorprobe "Cantamus

19:30 Unr Chorprobe "Cantamus im Gemeindehaus in Kirchhorst Mittwoch 10:00 Uhr Eltern-Kind-Gruppe "Kleine Leute" (0-3 J.) im Gemeindehaus in Kirchhorst 19:00 Uhr Quiltgruppe (jeden 1. Mittwoch/Monat) im Gemeindehaus in Kirchhorst

haus in Kirchhorst



Gottesdienst

<u>Do., 20.06</u>, 18.00 Uhr Heilige Messe, <u>Sonntag, 23.06</u>, 10.00 Uhr Gottes-anschl. Grillen <u>Sonntag, 23.06</u>, 10.00 Uhr Gottes-dienst Pn. Jürgens im Anschluss Kirchencafé

Freitag, 28.06. 9.30 Uhr Gottesdienst im Lindenhof P. Henkmann Samstag, 29.06, 14.00 Uhr Taufgottesdienst Pn. Jürgens Sonntag, 30.06, 10.00 Uhr reg. Got-

tesdienst zum 50. Geb. der Christophorus KG

<u>Dienstag. 02.07.</u> 10.15 Uhr Abschluss-GD für die 4.-Klässler der Grundschule NB Dn. Anika Schneider

Sonstige Veranstaltungen
Do., 20.6. 15.00 Seniorengesprächskreis Ltg. Kunna Stobbe Fahrt in die
kath. Kirche nach Awb. incl. Führung
So., 23.6. 17.00 Abendmusik im
Kirchraum gefördert von der Stiftung St. Machal

tung St. Marien
Di., 25.6. 10.00 PC-Sprechstunde Werner Bruncke & Team
Di., 25.6. 19.00 Bibelgesprächskreis

Mi., 26.6. 16.00 KIDS CLUB (f. Kinder v. 7 bis 11)) Singen, Spielen, Basteln, Freunde treffen, Glaubensfragen mit Dn. Anika Schneider &

Mi., 26.6. 17.00 Werkstatt St. Marien mit Elke Tacke Mi. 26.6. 19.30 Probe Kirchenchor Roland Baumgarte Mo., 1.7. 15.30 Kinderchor mit Sa-rina Schneider für Kinder ab 5 Jah-

Kath, Kirchengemeinde



nnegarten 2, 30938 Großburgwedel Tel. 05139/4916

Gottesdienst

Donnerstag. 20.06. Fronleichnam 19.00 Uhr Hl. Messe Samstag. 22.06. 18.00 Uhr: Hl. Messe

23.06., 09.00 Uhr: Hl. Sonntag, 23.06., 09.00 Uhr: HI. Messe, 09.00 Uhr: Kinderkirche im Pfarrheim 18 00 Uhr: HI Messe onnerstag, 27.06., 09.00 Uhr Hl.

Samstag, 29.06., 18.00 Uhr:Andacht Sonntag, 30.06., 11.00 Uhr: HI. Messe Pfarrfest Dienstag, 02.07., 18.00 Uhr: HI.





Tel. 05139-9528440 www.efgis.de







Beratungsangebot für Menschen mit Behinderungen im Rathaus der Ge-

meinde Isernhagen

meinde Isernhagen

Zeit Anfang des Jahres wird im Rathaus der Gemeinde Isernhagen die Ergänzende Unabhängige Teilhaberatung (EUTB) angeboten.

Die EUTB unterstützt und berät Menschen mit Behinderungen, von Behinderung bedrohte Menschen sowie deren Angehörige und Freunde. Die EUTB ist ein bundesweites Beratungsangebot und wird zum überwiegenden Teil von Beraterinnen und Beratern durchgeführt, die selbst betroffen sind und auf Augenhöhe zu Tragen der Rehabilitation und Teilhabe Auskunft geben können. Hier vor Ort wird die Beratung vom BSK (Bereich Selbsthilfe Körperbehinderter Hannover und Umgebung e.V.), Frua Buchmann durchgeführt. Die Beratung findet jeden letzten Montag im Monat von 9.30 bis 11.30 Uhr im Beratungsraum (direkt neben der Infozentrale) im Erdgeschoss des Rathausse der Gemeinde Isernhagen, Bothfelder Straße 29 in Altwarmbüchen statt. In dieser Zeit ist Frau Buchmann unter der Teil: 0511 6153-1340 zu erreichen. Der Zugang ist barrierefrei.

Sie können ohne Voranmeldung kommen. Die Beratung ist kostenlos.

Gemeinde Isernhagen, Beauftragte für Gleichstellung, Integration und Inklusion

Fragen an den Schiedsmann?

Am Donnerstag, dem 04.07.2019 in der Zeit von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr wird ein weiterer Beratungstermin durch den Schiedsmann angeboten. An diesem Tag steht Ihnen Herr Dr. Nolte zu Fragen und persönlicher Beratung im Rahaus, Bothfelder Str. 29 im Raum 104 zur Verfügung. Zu allen Fragen über Nachbarschaftsstreitigkeiten jeder Art, Geldforderungen, Bedrohung und Sachbeschädigungen, Beleidigung und einfacher Körperverletzung und vielen anderen Streitigkeiten des täglichen Lebens, wird der Schiedsmann ausführlich beraten.

Gemeinde Isernhagen, Ordnungs- und Sozialamt

Ausschreibungshinweis Hinweis auf eine Öffentliche Ausschreibung gemäß &12 Nr.

Hinweis auf eine Öffentliche Ausschreibung gemäß §12 Nr.I VOB/A zu: Schmutzwasserkanal für die Kita Birkenwäldchen, Sübmission am 02.07.2019. Nähere Angaben zum Leistungsumfang und den Bewerbungsbedingungen finden Sie auf unserer Homepage www.isernhagen.de oder über das Vergabeportal https://www.dtvp.de/Center/company/welcome.do

Gemeinde Isernhagen, Vergabestelle

Schließung der Verwaltungssprechstelle Isernhagen N.B. während der Sommerferien 2019

In der Zeit vom

In der Zeit vom

4. Juli 2019 bis 14. August 2019
ist die Verwaltungssprechstelle in Isernhagen N.B. geschlossen.
Die beantragten Ausweise und Reisepässe können im Bürgerbüro
in Altwarmbüchen, Bothfelder Str. 29, abgeholt werden.

Öffnungszeiten des Bürgerbüros in Altwarmbüchen:



8.00 Uhr bis 15.30 Uhr Montag: Dienstag: 8.00 Uhr bis 15.30 Uhr 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr Mittwoch: Donnerstag: 8.00 Uhr bis 18.00 Uhr 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr Freitag:

Gemeinde Isernhagen, Ihr Bürgerbüro

Aktuelle Aktionen:

April - Juli Matjesbuffet

ab 19,50 € pro Person

Freitags, 21.06./28.06./05.07./12.07./

18.00 - 22.00 Uhr

Behutsam im Fass gereift. schmeckt der Matjes mit Sherry, Kräutern, Tomaten oder ganz klassisch - bei unserem Matjesbuffet erleben Sie die ganze Vielfalt der norddeutschen Spezialtät.

Sein Sie auch als Gastgeber Gast und geben Sie Ihre

Betriebs- und Familienfeiern aller Art

in unsere erfahrenen Hände.

Hannoversche Str. 40 30916 Isernhagen Tel.: 0511 / 9 01 80 Fax: 0511 / 9 01 82 99 rezeption@hotel-hennies.de www.hotel-hennies.de

Täglich durchgehend geöffnet

Mittagstisch von 12 bis 14.30 Uhr Abends warme Küche von 18 bis 22 Uhr

8



nsstr. 16 · 30916 Isernhage Tel. 0511-611277 www.naehmaschinen-scherf.de



KAUFEN SIE IHREN SCHMUCK NICHT IRGENDWO. SIE SIND JA AUCH NICHT IRGENDWER.

SILBERSCHMUCK

ANEEDTICING LIND LIM APREL TUNG AUS EIGENER WERKSTATT ÖFFNUNGSZEITEN: Mo. - Fr. 9.00 - 18.00 UHR MI. + SA. GESCHLOSSEN

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH

GOLDSCHMIEDEMEISTER MICHAELGRAEBER Am ORTFELDE 65 30916 ISERNHAGEN N.B. TEL. 0511/77 10 22



Einladung Sitzung des Rates

Die nächste öffentliche Sitzung des Rates findet am Montag, dem 01.07.2019, um 19.15 Uhr im Saal des Rathauses in Altwarmbüchen, Bothfelder Str. 29 statt.

- Tagesordnung

 5. Einwohnerfragestunde

- Einwonnerragestunde Bericht des Bürgermeisters Ehrung Frau Müller-Koenig 15 Jahre Gemeinde/NSGB Hallenbad Grundsatzbeschluss zum weiteren Vorgehen Eckwerte zum Haushalt 2020 Erstellung und Beschluss einer Informationsfreiheitssatzung;Antrag der AfD-Fraktion
- Neuausrichtung der Förderstruktur von Frauenberatungsstellen in der Region Hannover
- der Region Hannover Projekt direkte Ausbildung von Fachkräften in den Kindertagesstätten: Duale Ausbildung für Sozialassistenten/innen/Erzieherinnen/Erzieher ab 2019 in der Gemeinde Isernhagen für 2-3 Auszubildende in unseren Kindertagesstätten; Antrag der SPD Fraktion Projekt direkte Ausbildung von Fachkräften in den Kindertagesstätten: Duale Ausbildung für Sozialassistenten/innen/Erzieherinnen/Erziehen Seulingen der Auspildung von Stachkräften in den Kindertagesstätten: Duale Ausbildung für Sozialassistenten/innen/Erzieherinnen/Erziehen Seulingen der der Stachen Seulingen der Stachen Seulingen der der Stachen Seulingen der Stach

- ten: Duale Ausbildung für Sozialassistenten/innen/Erzieherinnen/Erzieher; Stellugnahme der Verwaltung Sanierung des Grundschulgebäudes in Neuwarmbüchen hier: Aufschub der Sanierung der Toiletten; Antrag der CDU Ratsfraktion Mietgünstiger Wohnungsbau Antrag der SPD-Fraktion und Bürgerinitiative Isernhagen
 Mietgünstiger Wohnungsbau Antrag der SPD-Fraktion und Bürgerinitiative Isernhagen
- initiative Isernhagen

- initiative Isernhagen
 Stellungnahme der Verwaltung
 Bebauungsplan Nr. 2/6 "Ortsmitte", 2. Änderung, Altwarmbüchen
 Satzungsbeschluss
 35. Änderung des Hächennutzungsplans ("Hundeschule")
 Feststellungsbeschluss
 Anpflanzung im Eingangsbereich zum Gewerbegebiet "Südlich Tren-
- Anfrage aus dem Ortsrat Kirchhorst vom 20.02.2019
- Antrage aus dem Ortsrat Kircnnorst vom 2002.2019
 Anwendung der Gestaltungssatzung "Isernhagen Dörfer" auch für
 gültige Bebauungspläne; Antrag der CDU-Fraktion
 Anwendung der Gestaltungssatzung "Isernhagen Dörfer" auch für
 gültige Bebauungspläne; Antrag der CDU-Fraktion vom 05.02.2019
 Lärmaktionsplan der Gemeinde Isernhagen Abwägungsvorschlag
 und Endbericht

- Larmaktonspian der Gemeinde isernnagen Abwagungsvorschlag und Endbericht
 Resolution i.S. Lärmaktionsplan der Gemeinde Isernhagen; Antrag des Ratsmitgliedes Herr Löffler
 Ein (Obst) Baum für Isernhagen Isernhagen eine grüne und gesunde Stadt; Antrag der AfD-Fraktion
 Ein (Obst) Baum für Isernhagen; Stellungnahme der Verwaltung
 Arbeitsprogramm Tiefbauabteilung
 Sachstand über die wessentlichen Projekte im HH-Jahr 2019
 Arbeitsprogramm Planungsabteilung
 Sachstand Bauleitplanverfahren im HH-Jahr 2019
 Integriertes Stadtentwicklungskonzept (ISEK) 2009 Fortschreibung Projektbericht 2019
 Verkehrskreisel: Gestaltung und Pflege; Antrag der FDP-Fraktion
 Stellungnahme der Verwaltung
 Verkehrskreisel: Gestaltung und Pflege; Antrag der FDP-Fraktion
 Neuregelung der Betriebsbeschränkungen (u.a. Nachflügregelung) Verkeinskrieser: executionig und niege; Antrag der FDF-Fraktion Neurregelung der Betriebsbeschränkungen (u.a. Nachfügeregelung) für den Flughafen Hannover-Langenhagen - Stellungnahme der Ge-meinde Isernhagen Einbringungsanträge Prüfung von Carsharing-Angeboten in Isernhagen - Antrag der FDP-Fraktion
- Annahme von Spenden, Schenkungen oder ähnlicher Zuwendungen (über 2.000,-€)

(über 2.000, €)

30. Mitteilungen der Verwaltung und des Rates

31. Anfragen aus dem Rat gem. § 10 der Geschäftsordnung des Rates
Auf den Abdruck der Formalpunkte wurde verzichtet.

21. Beginn des öffentlichen Teils der Sitzung werden gem. der Geschäftsordnung des Rates vom Ausschuss, den Fraktionen, einzelnen Ausschussmitgliedern oder der Verwaltung Fragen der Einwohnerinnen und
Einwohner zu Beratungsgegenständen und anderen Gemeindeangelegenheiten beantworter heiten beantwortet.

gez. Bogya (Bürgermeister)

Einladung

des Ortsrates Altwarmbüchen Eine Sondersitzung des Ortsrates Altwarmbüchen (gemeinsam mit dem Rat) findet am Montag, dem 01.07.2019, um 19:15 Uhr im Saal des Rathauses in Altwarmbüchen, Bothfelder Str. 29 statt.

hauses in Altwarmbüchen, Bothfelder Str. 29 statt.

Tagesordnung
5. Einwohnerfragestunde
6. Hallenbad - Grundsatzbeschluss zum weiteren Vorgehen
Auf den Abdruck der Formalpunkte wurde verzichtet.

Zu Beginn des öffentlichen Teils der Sitzung werden vom Ortsrat, den
Ortsratsfraktionen oder der Verwaltung Fragen der Einwohnerinnen und
Einwohner zu Beratungsgegenständen und den anderen Gemeindeangelegenheiten beantwortet.

gez. Neessen (Ortsbürger (Ortsbürgermeister) veröffentlicht gem. § 12 Abs. 5 der Hauptsatzung der Gemeinde Isernhagen gez. Bogya (Bürgermeister)

Einladung des Ortsrates Kirchhorst

Die nächste Sitzung des Ortsrates Kirchhorst findet am Dienstag, dem 25.06.2019, um 19:00 Uhr in den Räumlichkeiten von Trainwerk GmbH, Steller Straße 72, Kirchhorst statt.

- Steller Straise 12, Airchhorst statt.

 Tagesordnung
 9. Einwohnerfragestunde
 11. Bericht des Ortsbürgermeisters
 12. Einrichtung Drop-Punkt Friedhofsparkplatz mit sicherem Überweg westlich Stichbruch in Höhe Von-Cramm-Weg
 13. Verlängerung Anordnung Tempo 30 bis Schulweg
 14. Anpflanzung im Eingangsbereich zum Gewerbegebiet "Südlich Trennemoor"

nemoor age aus dem Ortsrat Kirchhorst vom 20.02.2019 Beschädigung des Grafiti auf den Containern am Kirchhorster See - weiteres Vorgehen

- Anträge des Ortsrates zum Haushaltspan 2020 Mitteilungen der Verwaltung und des Ortsrates Anfragen aus dem Ortsrat gem. § 10 der Geschäftsordnung des 18.

nates
Auf den Abdruck der Formalpunkte wurde verzichtet.
Zu Beginn des öffentlichen Teils der Sitzung werden vom Ortsrat, den
Ortsratsfraktionen oder der Verwaltung Fragen der Einwohnerinnen und
Einwohner zu Beratungsgegenständen und den anderen Gemeindeangelegenheiten beantwortet.

gez. Löffler (Ortsbürgermeister) veröffentlicht gem. § 12 Abs. 5 der Hauptsatzung der Gemeinde Isernhagen gez. Bogya

Warum Schlaf so wichtig ist

Immer mehr Menschen leiden unter durchwachten Nächten

So wie ein Akku, der neu aufgeladen werden muss, um zu funktionieren, braucht der Mensch erholsamen Schlaf. Kaum zu glauben, aber während wir Nacht für Nacht in den Kissen liegen und selig schlummern, herrscht im Körper Hochbetrieb. Regenerations- und Zellerneuerungsprozesse finden statt, das Immunsystem wird gestärkt und auch die Wundheilung ist dann besonders aktiv. Der Organismus entgiftet und im Oberstübchen herrscht Kopfkino. Dort werden tagsüber gewonnene Eindrücke verarbeitet und gespeichert. Schlafforscher warnen: Bei Schlafmangel kommt es nicht nur zu Tagesmüdigkeit und Konzentrationsproblemen. Auch lebenswichtige Körperfunktionen wie Atmung, Herzschlag. Blutdruck und die Hormonproduktion geraten durcheinander. Auf Dauer erhöht fehlender Schlaf das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Depressionen, fördert Übergewicht und Diabetes.



Reihen sich schlaflose Nächte aneinander, leiden Körper und Seele

Schlafprobleme nehmen immer mehr zu In einer Welt voller Stress und Reizüberflutung ist die nächtliche Erholung umso wertvoller. Doch leider nimmt die Zahl der Menschen mit Schlafproblemen immer mehr zu. Laut DAK-Gesundheitsreport 2017 schlafen etwa 80 Prozent der Erwerbstätigen schlecht. Viele Arbeitnehmer kümmern sich auch nach Feierabend um berufliche Angelegenheiten, nehmen ihre Sorgen und Probleme quasi mit ins Bett. Die Konsequenz: Jeder zweite von Schlafstörungen Geplagte greift zu Schlafmitteln. Dabei ist jedoch Vorsicht geboten. Viele syntetische Schlafmittel können einen Gewöhnungseffekt bewirken und auch am nächsten Tag noch nachwirken, das Ergebnis ist der sogenannte Hangover. Deshalb gibt es viele Schlafmittel nur auf Rezept. Eine sinnvolle Alternative können pflanzliche Arzneimittel wie Sedacur forte aus der Apotheke sein. Sie können mit einem Mix aus Baldrian, Hopfen und Melisse den Schlaf fördern und auf natürliche Weise beruhigend wirken. Mit diesen pflanzlichen Arzneien gibt es keine Gewöhnungs- oder Hangover-Effekte.

ist noch keine Schlafstörung

Von chronischen Schlafstörungen sprechen Mediziner erst dann, wenn der Patient pro Woche etwa drei Nächte nicht richtig schlafen kann und dieser Zustand länger als einen Monat anhält. Auf der Suche nach der Ursache für ihr Wachliegen überwachen manche Betroffene ihren Schlaf mit Fitness-Trackern und Schlaf-Apps. Die meisten Geräte können bisher ausschließlich Bewegung oder Schnarch-Geräusche und den Puls erfassen. Daher bieten sie nur Anhaltspunkte. Für eine professionelle Schlafanalyse verweist der Arzt deshalb auf ein Schlafanbor. Entspannungstechniken und Maßnahmen zur Verbesserung der Schlaffbygiene unterstützen den erholsamen Schlaf zusätzlich. Unter sedacur.schlafstoerung tips gibt es mehr Infos dazu.

- wegung an der frischen Luft vertreibt den Alltagsstress und cht müde, trotzdem gilt: keine Höchstleistungen direkt vor dem macht mude, ti Schlafengehen.

- Schlafengehen.

 Schwere Speisen und Rohkost belasten die Verdauung: Besser Leichtes am Abend genießen.

 Vorsicht vor Alkohol: Erst fühlt man sich müde, doch später kann es zu Durchschlafstörungen kommen.

 Schlafzimmer lüften: Die optimale Raumtemperatur zum Schlafen ist zwischen 16 und 19 Grad.

 Im Dunkeln schlafen und vor dem Schlafengehen Handy, Tablet und Co. ausschalten, ein heller Bildschirm kann die Produktion des Schlafhormons Melatonin hemmen.

 Einschlafritual entwickeln und beibehalten: Sanfte Musik, ein Buch lesen, ein Entspannungsbad oder eine Tasse heißer Tee kündigen dem Körper die Nachtruhe an.



Installateur- und Heizungsbau-Meister

Hannoversche Str. 56 A

30916 Isernhagen E-mail: f.paulus@arcor.de Tel 0511 / 45 98 91-2 0511 / 45 98 91-3 Fax Mobil 0170 / 8 07 94 31 www.fabian-paulus.com

Bei Vorlage dieser Anzeige ist die Anfahrt für Se kostenfrei THE R YOUR Rohrreinigungs - Schnell - Dienst Andreas Eckhardt Tections & a court have Spezialunternehmen für Rohrreinigungstechnik regung von Takerien und Additionen unkannen kingoldien hat unkandensowe 30 - 158 ber Harmover Isemhagen 05 11 - 67 23 30 0 51 35 - 9 74 68 77

Salz - der Alleskönner im Haushalt

Tipps und Tricks für die Küche und eine saubere Wohnung



Kruste vom Schweinebraten oder ein strahlendes Zahnputzglas: Ohne Salz geht's nicht im Haushalt. Foto: djd/Verband der Kali- und Salzindus-

Dass Salz beim Kochen defti-Dass Saiz beim Kocnen detti-ger Speisen unverzichtbar ist, weiß jeder. Viele Koch- und Back-Fans wissen auch, dass Kuchen und Süßspeisen ihr Aroma dank einer Prise Salz gleich viel ausdrucksvoller präsentieren. Doch damit sind in vielen Haushalten die Einin Vielen Hausnatten die Einsatzgebiete von Salz auch schon erschöpft. Dabei kann das weiße Gold noch viel mehr: Wer einen deftigen Schweinebraten im Ofen hat und zum Ende der Bratzeit in des die Vielen und zum Ende der bratzeit besorgt ist, dass die Kruste nicht kross wird, der greift mit Erfolg zum Salzfass. Und zwar kräftig, Einfach ordentlich Salz auf die Schwarte geben und den Braten noch eine Weile im Ofen lassen. Viele Hobby-köche schwäcen auf diesen köche schwören auf diesen Trick und genießen im An-schluss eine krosse und zu-gleich leichte Kruste.

Salzhering und Sauerkraut

Salz ist aber auch ein Profi beim Haltbarmachen von Lebensmitteln. Ein Klassiker ist das Einsalzen von Fisch. Salz kann nämlich im Lebensmittel vorhandenes Wasser binden, wodurch unerwünschten Mikroorganismen eine Lebens- und Vermehrungsgrundlage entzogen wird. Auf www.vks-kalisalz.de kann man nachlesen, wie das Pökeln und die Mikhsäuregärung funktionieren. Mik letzterer kann man auch daheim feines Sauerkraut herstellen und für den Winter haltbar ma-

Salz, der geheime Saubermacher

Auch in Sachen Sauberkeit ist Salz ein zuverlässiger Helfer. Rotweinflecken lassen sich mit seiner Hilfe bekämpfen: Ist der Rotwein übers tiecken lassen sich mit seiner Hilfe bekämpfen: Ist der Rotwein übers Tischtuch geflossen, streut man Salz darauf, sodass man den Wein nicht mehr durchschimmern sieht. Dann wartet man zehn Minuten, bis der Wein aufgesaugt wurde und entfernt dann das Salz, das nun rötlich schimmert. Wer gern mit unbeschichteten Eisenpfannen brät, hat oft schon gute Erfahrungen mit dem Saubermacher Salz gemacht: Nach dem Braten einfach kräftig Salz in die Pfanne geben, die Pfanne ein bisschen erwärmen und dann mit Küchenpapier und dem Salz die Pfanne kräftig sauber reiben.

Vom Bügeleisen bis zum Zahnputzglas

Und wer musste sich nicht schon über die stumpfe Sohle eines Bügeleisens ärgern? Auch diese wird in Kürze wieder blitzblank, wenn sie mit einer Mischung aus Salz und Essig eingestrichen und dann mit einem sauberen Tuch abgerieben wird. Auch das Zahnputzglas kommt ohne weißen Belag aus, wenn es wöchentlich mit einer warmen Kochsalzlösung ausgewaschen wird.

Drei Spezial-Tricks mit Salz

Wer sich auskennt, kann sich in vielen Situationen mit diesen drei

- Wurde eine Speise versalzen, kann man sie mithilfe von Kartoffeln oft noch retten. Man kocht sie unter Zugabe von einigen rohen Kartoffelscheiben einfach noch einmal auf. Die Kartoffeln werden dann wieder aus dem Gericht genommen.
- Soll der Senf im Glas nicht so schnell austrocknen, gibt man ein bisschen Salz ins Senfglas.
- Filterkaffee wird milder, wenn man eine Prise Salz in das Kaffeepulver gibt. Sogar beim erneuten Erwärmen von Kaffee soll eine Prise Salz den Geschmack retten.

Mehr Tipps rund ums Salz gibt es unter www.vks-kalisalz.de.



Rotweinflecken lassen sich mit einer kräftigen Schicht Salz beseitigen. Foto: djd/Verband der Kali- und Salzindustrie e.V./Getty



- Dachkonstruktionen

- Dachkonstruktione
 Dachausbau
 Dachgauben/Erker
 Carports
 Fachwerk
 Reparatur u. Sanie
 Trockenbau
 Cohäudeanovsiebo

Am Wienkamp 6 · 30916 Isernhagen FB · Tel : 05139/8 80 37 · Fax: 05139/44 74 www.lopian-holzbau.de · e-mail: info@lopian-holzbau.de



TuS Leichtathletik

TuS AWB belegt 2. bzw. 3. Platz in der Regionswertung Sportabzeichen 2018 Bei der LA Abt. des TuS Altwarmbüchen haben 2018 insgesamt 276 Per-

Sportabzeichen 2018

Bei der LA Abt. des Tüs Altwarmbüchen haben 2018 insgesamt 276 Personen das Sportabzeichen erworben.
Dafür wurde der Sportabzeichenwart der Abteilung, Herr Jürgen Hennig, vom Regionssportbund Hannover zur Ehrung anlässlich des 44. Sportabzeichenwettbewerbs des Regionssportbundes Hannover, am 08. 05. 2019, ins Haus des Sports, in Hannover eingeladen.
Bei der Ehrung wurde mitgeteilt, daß der Tüs in der Region Hannover, bei insgesamt 77 teilnehmenden Vereinen, in der Gesamtwertung, mit den 276 Abnahmen, den dritten Platz belegt hat; hinter dem TSV Neustadt und TSV Pattensen. Damit noch nicht genug; in der Wetrung der Vereine von 1201 – 2000 Mitglieder, belegte der Tüs AWB, den hervorragenden 2. Platz; hinter dem TSV Neustadt.
Der Tüs Will auch 2019 wieder einen der vorderen Plätze in der Regionswertung erreichen. Dafür bietet er seit Dienstag, dem 07. 05. 19, wieder die Möglichkeit der Sportabzeichenbanhme auf dem Sportplatz am Schulzentrum in Altwarmbüchen. Die Abnahme läuft bis Ende September, immer Dienstag, von 18.00 – 20.00 Uhr, auch in den Sommerferien. Weitere Auskümfre erteilt der Sportabzeichenwart Jürgen Hennig unter der Tel-Nr. 0511 6 13279; Sondertermine sind auf der Homepage der LA Abteilung, www.tus-altwarmbuechen.de, nachzulesen.

Der Vorstand der LA Abt. bedankt sich außerordentlich beim Sportabzeichenwart Jürgen Hennig und seinem Team, für den tollen Einsatz, zur Abnahme des Sportabzeichens.

Joshua Maschke wird immer schneller

Immer schneller

Am Samstag, 07. 06. 19, ist Joshua beim 38. Nationalen Pfingstsportfest in
Zeven über 100 m an den Start gegangen und hat seine Saisonbestzeit
um fast 2 zehntel Sekunden verbessert.
Im starken Teilnehmerfeld mit 7 Vorläufen lief Joshua in seinem Vorlauf
11,14 Sek. und verpasste damit knapp den Einzug in den A Endlauf. Im B
Endlauf legte Joshua noch mal alles rein und lief mit guten 11,09 Sek. auf
den zweiten Platz.

Till Cherkeh stößt neue Bestweite

Am Pfingstsonntag, 09, 06, 19, sind die Brüder Leo und Till Cherkeh zum Sportfest nach Edemissen gefahren.
Till, M 14, ging in seiner Paradedisziplin, dem Kugelstoßen, an den Start und stieß die Kugel auf die neue pers. Bestweite von 9,54 m; damit belegte er in seiner AK den 2. Platz.

er in seiner AK den Z. Platz. Leo, M 10, ging gleich 4 mal an den Start. In den starken Teilnehmerfeldern erzielte er gute Platzierung, Im Hochsprung belegte er mit 1,16 m den 5. Platz, jeweils den 4. Pl. belegte er im Schlagballwurf mit 32 m und über 5. m in 8,14 Sek und im Weitsprung belegte er mit 3,66 m den 5. Platz. *HF*

15. Bezirksoffene Schülersportfest des TuS AWB am 29. 06. 19

des TuS AWB am 29. 06. 19

Am Samstag, dem 29. 06. 19 ab 14.00 Uhr, veranstaltet die LA Abteilung des TuS AWB auf der Außensportanlage des Schulzentrums in Altwarmbüchen. Helleweg, das 15. Bezirksoffene Schülersportfest.

Angeboten wird für Schüler/innen von 5 – 15 Jahren (U 16) ein Dreikampf , bestehend aus, je nach Alter, 50 m / 75 m / 100 m Lauf Sallwurffkugelstoßen und Weitsprung , Staffelläufe, 4 x 50 m, 4 x 75 m und 4 x 100 m sowie 800 m.

Die Ausschreibung und der Zeitplan sind auf der Homepage des TuS Altwarmbüchen, unter tus-altwarmbuechen.de -Leichtathletikabteilung-Veranstaltungen -, eingestellt.

TuS Tennis

Laura Schomburg **U18 Regionsmeisterin 2019** TUS-Tennisabteilung setzt Maßstäbe mit neuer Tennistrainerin

Mainstabe mit neuer Tennistrainerin Laura Schomburg aus Altwarmbüchen ist grade mal 15 Jahre alt und seit dem Pfingstwochenende Regionsmeisterin bei den U 18 geworden. Die überaus erfolgreiche und hoch motivierte Tennisspielerin mit der Leistungsklasse I !!! steht nun auch seit dem Sommer dieses Jahres für die Tenniskinder zur Verfügung. Ein unwahrscheinlicher Glücksgriff für die Tennissparte vom TUS. So ist Laura selbst sehr spiel- und turniererfahren und kann dieses Wissen in ihren Trainingseinheiten schon den Kleinsten vermitzeln.

Wer der jungen Dame einmal dabei zusehen möchte, der kann gerne

dienstags um 17 Uhr einmal bei ihrem Training zusehen.

Laura wurde in der U18 Regionsmeisterin und hat sich gegen ihre
Mannschaftskollegin Alexandra Strauß LK 1 durchgesetzt.



Sanitär- und Heizungstechnik $\textbf{Gasger\"{a}tewartung} \cdot \textbf{Reparaturen}$ Badezimmer-Sanierung

30167 Hannover · Königsworther Str. 35 Tel. (0511) 131 80 78 · Fax (0511) 131 90 92 · e-mail: fa.alt@t-online.de

Elektro-Skusa Installation u. Haustechnik

Hartmut Skusa Elektroinstallateur

Schulweg 22 · 30916 Isernhagen/Kirchhorst Telefon 05136-8 18 47

Vielleicht werden wir beim Tennis in den nächsten Jahren immer wieder talentierte junge Spieler und Spielerinnen haben, die selber einmal auf die Trainerseite wechseln. Bei den Mädchen haben sich schon Neele Fredrich und Pia Gorny einen Namen gemacht. Beide konnten ebenfalls an Pfings-ten bei den Regionsmeisterschaften, in den Gruppen U 13 und U 14 den dritten Platz erreichen. An alle drei Damen an dieser Stelle einen Herzli-chen Glückwunsch!

chen Gluckwunsch! Alle anderen Mannschaften sind noch fleißig am Punkte holen,, ob bei den Damen, den Herren oder im Jugendbereich bis hin zum Kleinfeld. Es bleibt

Viel Spaß beim **Kuddel-Muddel Turnier**

Apropos Spaß: am Pfingstsonntag waren alle Plätze von begeisterten Tennisspielerinnen und Tennisspielerm belegt: das traditionelle Kuddel-Muddel Turnier wollten sich die meisten Vereinsmitglieder nicht entgehen lassen Diesmal gab es zum Auftakt für jeden ein herrlich prickelndes Glas mit Hugo. Den Holunderblütensirup dafür hatte Heike Steineke selber angesetzt und er schmeckte einfach köstlich! Eine schöne Idee. Gespielt wurde dann nach fröhlicher Teilnehmerauslosung, bunt gemischt im Doppelpack. Von 10 Uhr bis 16 Uhr wurden Bälle geschlagen. Nur zwei kurze Unterperburgen zah es einmal zu Mitrasesen und zum anschließenden Kafbrechungen gab es: einmal zu Mittagessen und zum anschließenden Kaf-feetrinken. Schön wars! Danke an alle – Helfer und Mitspieler. TUS-Tennis: dort spielen, wo es Spaß macht.

UBSI

TuS Volleyball

Beachvolleyballsommer in Altwarmbüchen

In Altwarmbuchen
In den letzten Wochen gab es fünf Beachvolleyballturniere in Altwarmbüchen. Den Beginn machte ein C-Cup Frauen der niedersächsischen Beachvolleyballserie am 12.5. Den ersten Platz erreichte das Team Langner/Moritz aus Hannover, das beste Team aus AWB mit Nadja Twarloh kam auf den 4. Platz. Weiter ging es am 26.5. mit dem D-Cup Männer-Dort wurde das Team Deitermann/Wehrstedt aus Hannover erste. Den 5. Platz erreichte Moritz Ahlborn, der in der kommenden Saison für AWB soielt.

5.-Hatz erreichte Moritz-Aniborn, der in der kommenden Saison für AVVB spielt.

Als "Unterbrechung" gab dann an Himmelfahrt ein Quattro-Mixed-Spaßturnier. Den ersten Platz erreichte das Team "Doppelkopfrunde" aus Hannover. Als bestes Team mit Altwarmbüchener Beteiligung kam "Traktor
Kaltenweide" auf den II. Platz. Insgesamt waren 15 Mannschaften aus
Hannover und der Region am Start.
Weiter mit Ranglistenpunkten ging es am 1.6. für die Männer mit einem
C-Cup. Dort kam das Team Schütter/Vollbrecht aus Oldenburg und Göttingen auf den ersten Platz. Auf den 4 kam Felix Barra aus AWB mit seien Partnar Zium Schluss fand dann poch ein D.-C. up Ersulen am 2.6 start.

nem Partner. Zum Schluss fand dann noch ein D-Cup Frauen am 2.6. statt. Dort war dann das Team Proksch/Wenzel aus Halle(Westfalen) am bes-Doit Wai damit das etam Fronschirverlizer auf an andevenderien) an Des ten. Bei diesem Turnier war die höchste Beteiligung an AWBer Teams: auf Platz 9 Leonard/Töllner, auf 12 Gehrke/ von Pander und Keric/Kollorsz Kurz vor den Sommerferien findet am 29.6. noch ein Beachvolleyballcamp für unsere U12 und U13 statt.

Anzeigen- und Redaktionsschluss für BLICK 14

Freitag 28.6.2019. · 12.00 Uhr

Malermeister Zelle -**Vollendung in Farbe**

olger Zelle · Am Wienkamp 10 i · 30916 Isernhagen Tel. 0 5139/3636 · Fax 0 51 39/89 11 35 Mobil 0171/2024804 · www.malermeister-zelle.de



- Bluetooth-Freisprec
- Kofferraumvolumen von bis zu 1.312 I

Kraftstoffverbrauch für den Korando 2.0 Quartz, ZWD, in 1/100 km: innerorts 9,7; außerorts 6,2; kombiniert 7,5; CO,-Emission kombiniert in g/km: 175 (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007).

Autoport Isernhagen GmbH

Potsdamer Straße 2 · 30916 Isernhagen/AWB Tel. 0511-700 40 70 www.autoport-isernhagen.de





Alt und Jung schwimmen gemeinsam Am 11.05. fand in O

Schwimmclub
Altwarmbüchen

1.Vorsitzender E. Bade 0511-619562
www.sc-altwarmbuehen.de
2010. Beide konnten sich über die 50 m Strecken unter die 70 p Ten schwimmen. Bei den Masters traten Martin Jahn in der Altersklasse 20 an und wurde 2-facher Vizemeister über 50 m Freistil und Schmetterling. Dietmar Langer,Altersklasse 65, siegte ebenfalls über alle vier 100 m Strecken.

Tanita Hoppe, Pressewartin SC Altwarmbüchen



SSV Turnen Einladung zum Grillen

I. Vorsitzender C. Possienke 0177-5345669 www.ssvkirchhorst.de Wo: Garten von MayVoss, Moorstraße Anmeldung: Liste in Turnhalle oder Angelika Tel. 972 944
Bringt bitte Salat oder Dessert mit! Wir freuen uns auf Euer Kommen!



Gemeinde-

gesellschaft Isernhagen K. B. v. 1904

legren Lieneke Dusche, Orkan Ibraguimov (beide Jugendkasse) und Marie Kues (Schüler) den I. Platz. Kevin Munsch (beide Jugendkasse) und Marie Kues (Schüler) den I. Platz. Kevin Munsch (Jugend) wurde ebenso Zweiter wie auch unser Neuzugang Peer M. in der Schülerklasse Die ersten 3 Plätze in der weiblichen Schülerklasse teilien sich unsere Mädels - I. Marie Kues, 2 Frida Lindig und 3. Hanna-Sophie Röhling, In der Klasse "LG Freihand - Jugend" errang Lieneke Dusche auch hier den I. und Kevin Munsch den 4. Platz in der Damehlasse auch hier ihr Können. Heinrich Stücke wurde Zweiter bei den Senioren I und Kai Röhling Verrer in der Herrenaltersklasse. Wir gratulieren unseren Gemeindemeistern und den Platzierten zu den hervorragenden Ergebnissen.

Da die SG KB als Weranstalter bei der großen Teilnehmerzahl in den eigenen Räumen ein Platzproblem bekommen hätte, stellte der SV FB seine Räumlichkeiten für den Schießwettbewerb sowie auch für die Siegerehrung und das anschließende Grillen zur Verfügung, Für diese Gastfreundschaft und die Unterstützung ganz herzlichen Dank!

Bürgerkönig 2019

Bürgerkönig 2019

Nun steht es fest, welchen Giebel die Scheibe für 2019 schmücken wird. Neuer Bürgerkönig von Isernhagen KB ist Stefan Lindig. Es war ein harter Kampf, denn Alexandra May erreichte wie Stefan 48 Ring. Somit war der beste Teiler entscheidend. Stefan gelang ein sensationeller Teiler 8,8, aber auch Alexandras Teiler 15 war hervorragend. Mit solchen Teilern kann man auch Schützenkönig werden, aber dazu muss man Vereinsmitglied sein. Also ein Annetz für das nächste Jahr, was auch für Horst Oppermann zutrifft, denn mit 47 Ring belegte er Platz 3.

Der Bürgerkönig erhält seine Scheibe - wie auch die anderen Könige - anlässlich des Schützenfest (24-26. August)

Termine 2019

- . n. 20. juni von 17:30 21:00 Uhr Übungsschießen + Schießen um den Jubiliaumspokalpokal
 So. 30. Juni Schützenausmarsch Hannover
 Mi. 10. Juli von 19:30 21:00 Uhr Übungsschießen + Schießen um den Pokal der Könige
 So. 21. Juli ab 11:00 Frühschoppen
 Mi. 14. Aug. von 19:30 21:00 Uhr Übungsschießen
 Die Jugend trifft sich Donnerstags, außer in den Ferien, von 17:30 bis 19:00 Uhr 26. Juni von 19:30 - 21:00 Uhr Übungsschießen + Schießen um den Ju

Informationen, Berichte und Fotos finden Sie auch auf unserer Homepage www.schuetzengesellschaft-isernhagen-kb.de

Du hast 100 Ausreden.

Aber nur eine Zukunft!

d dich nicht JETZT!

Die VGH Ansprechpartner in Ihrer Nähe:

Isernhagen Isernhagen Rainer Dräger Hannoversche Str. 46 B Hannoversche Str. 56 A Tel. 0511 6137272 Tel. 0511 6466780

Mach heute den Anfang: Wir helfen dir bei deiner Vorsorge mit unserer ganzheitlichen Beratung. Speziell für dich – und deine Zukunft.

www.vgh.de/vorsorge





Fasten ohne

Sanft, basisch und effektiv: So gelingt der Start in ein gesünderes Leben

Traditionell ist das Frühjahr eine klassische Fastenzeit. Die Motivation, Iraditionell ist das Frunjanr eine klässische rastenzeit. Die Protivation, sich von alten Gewohnheiten und überflüssigem Ballast zu befreien, steigt wie von selbst, wenn auch die Natur langsam wieder erwacht. Vielen Menschen fehlt jedoch die Zeit, sich einige Tage aus dem Alltagherauszuziehen, ganz auf feste Nahrung zu verzichten und auch in nerlich zur Ruhe zu kommen. Für sie kann Basenfasten der richtige Weg sein, denn diese Methode lässt sich gut mit Beruf und Familie vereinbaren.



Genuss statt Magenknurren: Beim Basenfasten liefern köstliche Re zepte vom Smoothie bis zum International/puhhha - Fotolia hie bis zum Auflauf neue Energie. Foto: djd/Jentschura

Basisch fasten

Aus naturheilkundlicher Sicht ist ein ausgeglichener Säure-BasenHaushalt die Voraussetzung für Gesundheit, Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. Unser moderner Lebensstil führt jedoch häufig zu
einer Übersäuerung des Organismus, vor allem durch eine unausgewogene Ernährung mit vielen tierischen Produkten, Zucker, Weißmehl, Kaffee und Softdrinks. Dieses Zuviel an Säuren kann der Körper
oftmals nicht neutralisieren und ausscheiden. Der Überschuss wird
im Gewebe deponiert und kann dort den Zellstoffwechsel stören.
Die Folgen können hartnäckiges Übergewicht, ein schlaffes Gewebe,
aber auch Immunschwäche und Leistungsminderung sein.

Schadstoffe aus dem Körper spülen
Beim vierwöchigen Basenfasten wird dieser Teufelskreis durchbrochen. Durch eine basische Ernährung, basische Körperpflege, moderate Bewegung und vor allem durch reichliches Trinken. Dadurch sollen Schlacken gezielt aus dem Gewebe "gespüli" werden. Ein bis anderthalb Liter stilles Wasser sollten es täglich sein, dazu basische Teerinschungen wie etwa "7x7 Kräutertee". Sie regen die Entschlackung zusätzlich an. Innerhalb der ersten Woche wird die Teemenge von 250 ml auf einen Liter pro Tag gesteigert. Bis zum Ende der Kurstehen täglich mindestens je ein Liter Wasser und Tee auf dem Fastenplan. Ebenso wichtig ist es, die Ausscheidung über die Haut anzukurbeln. Das geschieht durch tägliche Bäder, Wickel oder Duschen mit basischen Körperpflegesalzen. Erhältlich sind basische Tees und Pflegeprodukte in Bioläden und Reformhäusern.

Gehungert wird während des Basenfastens nicht, im Gegenteil: Gerichte aus Gemüse und Obst, Getreide, Nüssen, Kartoffeln und hochwertigen Ölen schmecken und machen wirklich satt. Statt strenger Regeln gilt, dass das Verhältnis von basischen zu säurebildenden Lebensmitteln 80 zu 20 betragen sollte. Ganz meiden sollte man während der vierwöchigen Kur allerdings Schweinefleisch, Wurst, Weißmehl, Zucker und Süßigkeiten. Rezeptideen bietet zum Beispiel das neue Kochbuch "Basisch kulinarisch. Genussküche von einfach bis raffiniert" (10 Euro UVP) von P. Jentschura, erhältlich etwa unter www.p-jentschura.com.

Diese Lebensmittel sind beim Basenfasten erlaubt: Gemüse, Obst, Kartoffeln, Salat, Sprossen, frische Kräuter, Nüsse, Mandeln, Hirse, Quinoa,Amaranth, Buchweizen, Reis., Hafer, Mandelmilch, hochwertige Pflanzenöle, Butter und Sahne. In Maßen sind Fisch, Fleisch, Eier, Soja, (Dinkel-)Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte, Milch und Joghurt okay.

okay. Meiden sollte man Schweinefleisch, Wurst, Zucker, Fertigprodukte, Weißmehl und Alkohol. Generell gilt: Der Speiseplan sollte zu 80 Pro-zent aus basischen Zutaten bestehen. Mehr Infos dazu gibt es auch

Aufarbeiten und Beziehen von Polstermöbeln

POLSTEREI

WERNER JAKUBIETZ



Hannoversche Str. 90c · 30916 Isernhagen/Awb. · Tel & Fax: 0511/6 15 18 97

Schewe lektroanlagen

Kundendienst und Installation

Sprech- und Telefonanlagen - Durchlauferhitzer Sat-Anlagen - Neubauinstallation

Tel. 0511 61 65 179

XXX Kleinanzeigen

"Wir bitten auch unsere Kleinanzeigen-Liebhaber um Beachtung des An zeigen-Abgabeschlusses jeweils FREITAGS vor Erscheinen des "Blick ir

bitte schriftlich aufgeben: Fax 05139/3030, e-mail

Anzeigen Order schmidter aufgeben. 143 0313/13030, e-Han. redaktion@blick-isernhagen.de Da uns nur ein begrenzter Platz für kostenlose Anzeigen (max. 5 Zeilen) zur Verfügung steht, können wir nicht immer alle berücksichtigen.

Stellenangebote allgem. Garagen

Wir suchen nette Kollegen für die häusliche Pflegebetreuung unserer Kunden! Auch Quereinsteiger sind willkommen! Wir freuen uns Sie kennenzulernen! Kontakt unter www.pflegezentrum-grote.de oder 0511/90 1180 (Hr. Grote)

Putzhilfe für Familie in Alt-warmbüchen gesucht. Grundreinigung der Raume. 4-5 Stunden pro Woche. Minijobanstel-lung bei Familie. Kontakt über pme Familienservice 0511-700200-19, hannover@familienservice.de

Suche Hausmeister für zwei Mehrfamilienhäuser in Isern-hagen NB und Altwarmbüchen auf 450 EUR-Basis. Bitte melden unter 0175 4157407.

Suche Garage in AWB, Bothfelder Str./ Füllenfeldstr./ Liegnitzer Str., Tel: 0151-20139096

Verkaufe Ford KA Klimaan-lage, 90.000km gelaufen, Scheckheft gepflegt, TÜV 09/2019 (ohne Pro-bleme), Winterreifen, Benziner, Er-satzreifen, VB € 3.400,00

Verschiedenes Astrologietreff – Tel.: 0511-6409136

Heckenschnitt! Garten-pflege! Baum- und Gehölz-schnitt! T. 05139/6966968



Tagestour des ADFC-Isernhagen zur Bauhaussiedlung

bietet am Samstag, den 22. Juni eine von Tourenleiter Volker Reemts geführte Fahrradtour nach Celle an mit Besuch des dortigen Baubausmusseums. Start ist um 10.00 Uhr in Kirchhorst auf dem Parkplatz gegenüber der Nikolaikirche. Von hier aus geht es auf gut ausgebauten Radwegen und ruhigen Nebenstraßen über Heeßel, Sorgensen, Weferlingsen, Nienhagen nach Celle. Für 12.00 Uhr ist in der dortigen Bauhaussiedlung eine Führung durch eine Ausstellung vorgesehen. Eintritt 5 6 pro Person, Dauer ca. 60-90 Minuten. Nach der Führung ist eine Rast am Celler Schloß geplant. Die Rückkehr nach Kirchhorst über Wietzenbruch, Wettmar und Engensen ist für ca. 17.00 Uhr vorgesehen.

Für Verpflegung und Getränke während der Tour ist jeder selbst zuständig. Die Fur Verpriegung und Getranke wannen der lour ist jeder seibst zustangig. Die Streckenlange für Hin- u. Rückfahrt wird ca. 60 km betragen, Jeder Teilnehmer fährt auf eigene Gefähr und sollte über ein verkehrssicheres Fährrad verfügen. Auch Pedelec-Fahrer sind willkommen. Nichtmitglieder werden um eine Spende von 2 € als Gästebeitrag gebeten. Wegen der Museumsführung wird um eine verbindliche Anmeldung ibs zum 18. Juni beim Tourenleiter gebeten. Bei schlechtem Wetter findet die Fahrt nicht statt.

Nähere Hinweise zur Radtour bei Tourenleiter Volker Reemts. Telefon 05 I 39-892994 Mobil 0171-5816862 E-Mail Volker.Reemts@gmx.de



Erfolg der Voltigierer des Reit- und Voltigiervereins Kirchhorst -Stadtgut Stelle

Eine Gruppe der Voltigierabteilung des RVK nahm am 02. Juni 2019 beim Breitensportfestival des Reit- und Fahrvereins "St. Georg" Osterwald teil und belegte unter der Leitung von Voltigiertrainerin Gabi Harms auf "Diddle" einen tollen 4. Platz.



Der RVK bietet derzeit in drei nach Alter und Leistungsstand organisierten Gruppen Voltiergiertraining an. Weitere Informationen sind unter www.reit-verein-kirchhorst.de zu finden.

VIEL MEHR ALS FARBE...



Großhorst 33 · 30916 Isernhagen Tel.: 05136-86668 · www.lardin