

Präventionskurs „Fit und Gesund“

startet am 15. April 2025 – offen für alle und von der Krankenkasse bezuschusst

Der Sportverein „Aktiv in Bewegung“ lädt alle Interessierten ein: Ab dem 15. April 2025 startet der Präventionskurs „Fit und Gesund“ in den Räumen der Sportinsel in Isernhagen K.B. – und das nicht nur für Vereinsmitglieder. Dank der Zertifizierung als Präventionsmaßnahme nach § 20 SGB V werden die Teilnahmegebühren durch die gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst, sodass auch Nicht-Mitglieder von attraktiven Konditionen profitieren können.

Unter der fachkundigen Leitung der zertifizierten Gesundheitstrainerin Anna Zekri erwartet

die Teilnehmer ein abwechslungsreiches 60-minütiges Programm, das gezielt mehrere Kernbereiche der Gesundheit fördert:

- **Ausdauertraining:** Moderates Herz-Kreislauf-Training steigert in jeder Einheit die Ausdauer und trägt zur nachhaltigen Erhöhung der Leistungsfähigkeit bei.
- **Kraftaufbau:** Funktionelle Übungen stärken die Muskulatur und verbessern die allgemeine Stabilität des Körpers.
- **Koordination und Beweglichkeit:** Spezielle Übungen fördern das Gleichgewicht und erleichtern alltägliche Bewegungs-

abläufe, wodurch das Verletzungsrisiko reduziert wird.

- **Verschiedene Entspannungstechniken:** wie gezielten Atemübungen werden Stress abgebaut und das seelische Gleichgewicht unterstützt.

Die Teilnahme am Kurs ist für Vereinsmitglieder kostenfrei. Nicht-Mitglieder zahlen eine Gebühr von 120 Euro, die nach Abschluss des Kurses – dank eines üblichen Krankenkassenzuschusses in Höhe von ca. 80 Euro – effektiv reduziert wird. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl von 15 Personen wird eine frühzeitige An-

meldung empfohlen. Der Kurs umfasst 12 Einheiten und endet am 01.07.2025.

Mit dem Kurs „Fit und Gesund“ setzt der Sportverein „Aktiv in Bewegung“ erneut auf ein ganzheitliches Trainingskonzept, das sowohl körperliche als auch mentale Gesundheit in den Fokus stellt. Wer aktiv etwas für seine Gesundheit tun möchte, hat hier die ideale Gelegenheit dazu.

Anmeldungen und weitere Informationen erhalten Sie unter der Telefonnummer 01575/8878399 oder per Mail an info@aktiv-in-hannover.de.



Kulturelle Förderung in Isernhagen

Am 01.01.2025 ist die Kulturförderrichtlinie der Gemeinde Isernhagen in Kraft getreten. Der Gemeinderat hatte diese zuvor im Dezember 2024 beschlossen, um eine gerechte und transparente Fördergrundlage zur Stärkung des kulturellen Gemeinwesens zu schaffen. Nach Maßgabe der Kulturförderrichtlinie vergibt die Gemeinde Isernhagen künftig Zuwendungen für kulturelle Projekt- und Vertragsförderungen. Als Projektförderungen gelten einzelne, zeitlich und inhaltlich abgegrenzte kulturelle Vorhaben. Bei Vertragsförderungen handelt es sich um längerfristige, vertraglich vereinbarte kulturelle Maßnahmen.

Die Antragstellung erfolgt

elektronisch. Zu dem Zweck steht auf der Internetseite der Gemeinde Isernhagen im Bereich Online-Services ein Antragsformular zur Verfügung.

Zuwendungsanträge können grundsätzlich bis zum 29.04. des laufenden Jahres gestellt werden. Später eingehende Anträge können nur berücksichtigt werden, sofern noch Fördermittel zur Verfügung stehen. Die Voraussetzungen für eine Antragstellung können der Kulturförderrichtlinie entnommen werden. Diese finden Sie ebenfalls auf der Internetseite der Gemeinde Isernhagen. Gemeinde Isernhagen Abteilung Schulen, Kultur und Sport

Geplante Flurbereinigung Altwarmbüchener Moor, Region Hannover

Information zur Bekanntmachung im Rahmen des Amtshilfeersuchens – öffentliche Bekanntmachung des Amtes für regionale Landesentwicklung Leine-Weser

Die Bekanntmachung ist im Bekanntmachungskasten am Rat-

hauseingang in Altwarmbüchen, Bothfelder Straße 29, bis zum 06.03.25 ausgehängt.

Sie ist auch auf der homepage unter www.isernhagen.de einsehbar.



Macht Lust auf mehr Grün im Leben:
ein Blick auf www.baumschule-gehlhaar.de

Hannoversche Straße 123, 30916 Isernhagen,
0511 612879, www.baumschule-gehlhaar.de

Gehlhaar
GartenBaumschule

8730901_002625

Internationales Frauenfest

Anlässlich des Internationalen Frauentages, am 08. März 2025, wird in der Gemeinde Isernhagen ein Internationales Frauenfest gefeiert. Vor allem in den aktuell turbulenten Zeiten ist internationaler Zusammenhalt und Solidarität umso wichtiger. Aus diesem Grund möchten die Vereine Caspo e.V. und Helfernetzwerk Isernhagen e.V. sowie die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Isernhagen zum gemeinsamen Essen, Tanzen und miteinander ins Gespräch kommen, einladen. Es wird ein Buffet mit verschiedenen internationalen Speisen und Getränken ge-

ben, welche die Frauen mitbringen.

Wir würden uns freuen, wenn Sie etwas zum Buffet beitragen. Falls Bedarf besteht, ist für den Abend eine kleine Kinderbetreuung vor Ort organisiert.

Zeit: Samstag, den 08.03.2025, ab 17:30 Uhr
Ort: Familienzentrum St. Margarete der Caritas Hannover Wietzeau 2, 30916 Isernhagen

Wir freuen uns, Sie bei dem Fest zu begrüßen!
Caspo e.V.
Helfernetzwerk Isernhagen e.V.
Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Isernhagen

Außensprechstunde des Senioren- und Pflegestützpunktes Nord in Isernhagen

Regelmäßig berät eine Expertin oder ein Experte des Senioren- und Pflegestützpunktes Nord in Isernhagen pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige

Es handelt sich um eine kostenlose, neutrale und unabhängige Pflegeberatung. Der nächste Termin ist am Mittwoch, 05.03.2025, in der Zeit von 14 bis 16 Uhr in der Begegnungsstätte Altwarmbüchen, An der Riehe 32, Altwarmbüchen an.

Die Beratungskräfte informieren und beraten zu allen Fragen rund um das Thema Pflege – wie zu örtlichen Hilfe- und Unterstützungsangeboten, Leistungen der Pflegeversicherung oder möglichen Sozialleistungen. Sie unterstützen außerdem bei der Antragstellung, zum Beispiel auf einen

Pflegegrad.

Das Angebot richtet sich an pflegebedürftige Menschen, pflegende Angehörige sowie alle Interessierte und Personen, die sich ehrenamtlich im Seniorenbereich engagieren möchten.

Zur besseren Planbarkeit wird um eine vorherige Terminvereinbarung unter der Telefonnummer 0511 - 700 201 - 20 gebeten.

Außerhalb der Sprechstunden können sich die Bürgerinnen und Bürger auch telefonisch beraten lassen oder vorab einen Gesprächstermin vereinbaren. Bei Bedarf bietet der Senioren- und Pflegestützpunkt Hausbesuche in der Wohnung des Ratsuchenden an.

Gemeinde Isernhagen, Abteilung für Soziales

IMPRESSUM

Der Blick in unsere Gemeinde

Herausgeber:
Christian Schröder

Verlag:
KonzeptArt Werbe- und
Verlagsgesellschaft mbH
Dorfstraße 37
30916 Isernhagen K.B.

Verantwortlich Redaktion i.S.d.P.:
Thorsten Schirmer

Verantwortlich für den
Anzeigenteil:
Thorsten Schirmer, Tel.: (05139) 30 38

Produktion:
Anke Reck
E-Mail: redaktion@der-blick-iserhagen.de

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen,
Rodenberg

Anzeigenschluss:
Anzeigenannahme bis freitags, 8 Tage vor
Erscheinen! Ausnahmen siehe
Erscheinungsplan

Auflage:
Druckzentrum Niedersachsen,
11.800 Stück

Erscheinungsweise:
14-täglich

Verteiler:
Kostenlos an alle erreichbaren
Haushaltungen der Gemeinde
Isernhagen.

Redaktionelle Beiträge:
Für die Veröffentlichung von Beiträgen durch Vereinigungen, Verbände, Parteien, Kirchen u.a. gelten unsere jeweils aktuellen „Richtlinien und Grundsätze der Veröffentlichungen“ (www.der-blick-iserhagen.de), die mit dem Einreichen eines Beitrages anerkannt werden. Beiträge von Parteien, Vereinen und Verbänden stellen nicht die Meinung der Redaktion dar. Vom Verlag gestaltete Anzeigen, Grafiken etc. unterliegen dem Urheberrecht. Jede Nutzung durch Dritte bedarf einer schriftlichen Genehmigung!

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbebotschaftsaufkleber mit dem Zusatzhinweis: „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de