



Benny Korn, Christian Noll, Christian Christl und Bastian Koch treten im Stadthaus auf. Foto: Privat

# Boogie Woogie und Rock'n'Roll

Jazzfreunde laden auf eine musikalische Zeitreise durch das Amerika von 1900 bis 1960 ein

**BURGDORF.** Unter dem Motto „Boogie Woogie meets Rock'n'Roll“ laden die Jazzfreunde Burgdorf zu einem Konzert ein, bei dem zwei unterschiedliche Stilrichtungen zusammentreffen. Es beginnt am Sonnabend, 8. Juni, um 20 Uhr im Stadthaus, Sorigenser Straße 31. Die Musiker Christian Christl, Bastian und Benny Korn sowie Christian Noll nehmen ihr Publikum mit auf eine musikalische Zeitreise

durch das Amerika von 1900 bis 1960. Der Pianist Christian Christl hat sich dem Blues und Boogie Woogie verschrieben und geht seit 1986 auf Tour. Er stand schon mit Ray Charles, Memphis Slim und B.B. King auf der Bühne. Bastian Korn, (Klavier, Gesang) und sein Zwillingsbruder Benny Korn (Drums) heizen dem Publikum mit Rock'n'Roll ein. Und der Blues-Harper Christian Noll hat sein Handwerk von vie-

len Größen des Chicago Blues gelernt. Bereits ab 18.30 Uhr gibt es die Gelegenheit, mit den Musikern ins Gespräch zu kommen und sich Autogramme geben zu lassen. Der Club lädt zu Sekt, Bier und Fingerfood ein. Eintrittskarten gibt es für 22 Euro im Vorverkauf bei Foto Karos, Bahnhofstraße 22, in Burgdorf. Alternativ können sie per E-Mail an [jazzfreunde-burgdorf@online.de](mailto:jazzfreunde-burgdorf@online.de) bestellt werden.

# Zuschüsse für örtliche Vereine

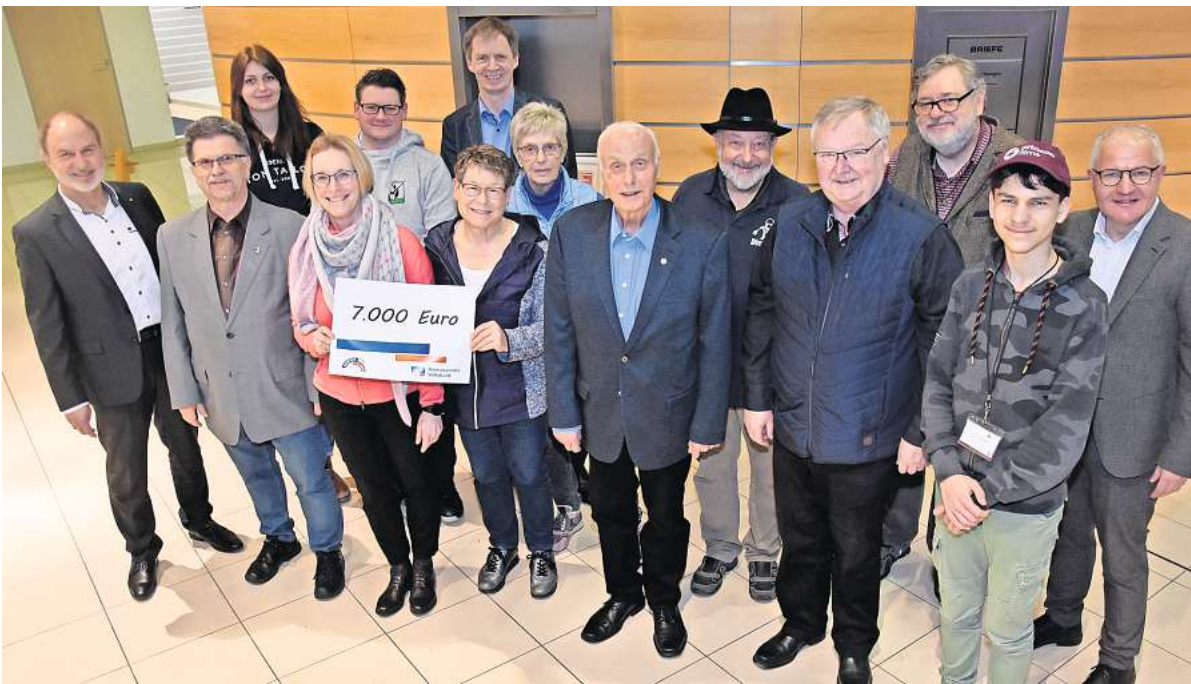
Hannoversche Volksbank unterstützt gemeinnützige Initiativen mit 7.000 Euro

**BURGDORF/UETZE (r/fh).** Die Hannoversche Volksbank unterstützt sieben Einrichtungen aus Burgdorf und Uetze mit Zuschüssen von insgesamt 7000 Euro aus den Reinerträgen des Gewinnsparens. Den symbolischen Spendenscheck überreichten Filialdirektor Eckhard Paga und Privatkundenberater Carsten Zakfeld bei einer Feierstunde im KompetenzCenter Burgdorf. Der Schulverein Gymnasium Burgdorf erhält 1.250 Euro für die Anschaffung eines Teleobjektives für die AG Archäologie. Der Reit- und Fahrverein Otze bekommt ebenfalls 1.250 Euro für die Dachrinnen der Reithalle. Und der Tennisverein Grün-Gold Ramlingen Ehlershausen freut

sich über 1.000 Euro zur Anschaffung eines Defibrillators. Der Heimatbund Hänigsen erhält 750 Euro für Informationstafeln für den Außenbereich, Vitrinen und Arbeitsplatten für Exponate. Die Landjugend Uetze bekommt 1.000 Euro für die Inneneinrichtung ihres Bauwagens: neue Regale, Tisch und Sitzgelegenheiten. Der Sozialverband Deutschland (SoVD) Hänigsen freut sich über 750 Euro für die Anschaffung eines Laptops. Und an den TuS Schwüblingsen gehen 1.000 Euro für einen Ballfangzaun. „Mit diesen Geldern stärken wir das ehrenamtliche Engagement in unserer Region“, betont Filialdirektor Eckhard Paga und

ergänzt: „Ohne diese ehrenamtliche Tätigkeit wären viele Angebote heutzutage unerschwinglich. Und zahlreiche Projekte könnten ohne finanzielle Unterstützung überhaupt nicht realisiert werden.“ Die Spenden stammen aus den Reinerträgen des VR-Gewinnsparens der genossenschaftlichen Bankengruppe. An der Lotterie können die Kunden mit einem Beitrag von 5 Euro monatlich teilnehmen – 1 Euro ist der Spieleinsatz für die Lotterie und 4 Euro werden auf einem Sparsbuch gutgeschrieben. Aus den Reinerträgen unterstützen die Volks- und Raiffeisenbanken Jahr für Jahr soziale und kulturelle Einrichtungen. Für die Vereine

und Organisationen im Geschäftsgebiet der Hannoverschen Volksbank sowie ihrer Niederlassungen Celle und Hildesheimer Börde standen in diesem Jahr insgesamt 293.759,22 Euro zur Verfügung. Davon entfallen rund 150.000 Euro auf fünf VW e-up!, welche die Hannoversche Volksbank als Elektro-VRmobile ausgeschrieben hatte. Sie werden im April an Einrichtungen übergeben, die von einer Jury aus zahlreichen Bewerbungen ausgewählt wurden. Die restlichen mehr als 140.000 Euro fließen als finanzielle Zuwendungen an gemeinnützige Vereine und Initiativen im Geschäftsgebiet der Genossenschaftsbank.



Die Filialdirektor Eckhard Paga (links) und Carsten Zakfeld (rechts) übergeben den symbolischen Scheck an die Vereinsvertreter. Foto: Privat

ANZEIGE

# Wenn die Blase schwächelt

Ob leichte Inkontinenz oder häufiger Harndrang – es gibt Unterstützung für die sensible Blase!



Bei vielen Frauen passiert es anfangs nur manchmal, dann immer öfter: Es gelingt nicht, die Blase zu kontrollieren – oft schon beim Lachen oder Niesen. Mindestens genauso unangenehm ist häufiger, nächtlicher Harndrang. Es gibt aber Mittel und Wege, um etwas dagegen zu tun.

Eine sensible Blase kann jeden treffen. Besonders oft tritt sie jedoch bei Frauen ab dem 40. Lebensjahr auf. Häufig kommt es dann zu sogenannten „Inkontinenz-Epi-

soden“. Das bedeutet, dass es schon bei kleinen körperlichen Anstrengungen schwerfällt, den Harn zu halten. Die Folge: Man fühlt sich in der Öffentlichkeit unwohl oder hat Hemmungen, sich dem eigenen Partner zu nähern.

## WARUM SCHWÄCHELT DIE BLASE?

Die Ursache für das Problem findet sich meist im Bereich der Blasen- und Beckenbodenmuskulatur. Diese kann durch Schwangerschaften bzw. Geburten elastischer

und weicher werden. Dadurch erfüllt sie ihre Stützfunktion nicht mehr so gut und bereits kleine Beanspruchungen (z. B. Lachen, Niesen, Heben schwerer Gegenstände) können zu einem Malheur führen.

## NÄCHTLICHER HARNDRANG

Neben leichter Inkontinenz gibt es noch eine weitere Ausprägungsform der sensiblen Blase – nämlich häufigen Harndrang, der vor allem nachts besonders mühsam sein kann. Hier ist meist eine

Reizung der Blasenwand im Spiel. Dadurch wird den Nerven ein falscher Füllstand übermittelt, wodurch man plötzlich dringend auf die Toilette muss – auch wenn die Blase noch gar nicht voll ist. Zumeist treten beide Formen (Inkontinenz und nächtlicher Harndrang) in Kombination auf. Eine Frage bleibt jedoch: Was kann man dagegen tun?

## WAS EXPERTEN EMPFEHLEN

Um die Blase zu unterstützen, ist ein kräftiger Beckenboden

das A und O. Es macht also Sinn, Beckenbodentraining in den Alltag zu integrieren – siehe Infobox. Neben solchen Übungen empfehlen Experten außerdem die Einnahme eines speziellen Kürbiskern-Extraktes. Der Kürbis wird bereits seit jeher in der Pflanzenheilkunde verwendet – heute gibt es zu seiner Wirkung auch wissenschaftliche Belege. So untermauern Studien, dass sich schon nach wenigen Wochen der Einnahme eines hochkonzentrierten Kürbiskern-Extraktes ein positiver Effekt zeigt: Die Zahl der ungewollten Harnabgänge verringerte sich von 7,3 auf 1,5 pro Tag.<sup>1</sup> Auch der nächtliche Harndrang konnte damit um fast die Hälfte gesenkt werden.<sup>2</sup>

## GEHEIMTIPP AUS ÖSTERREICH

Ein Produkt, das österreichische Apotheker in diesem Zusammenhang bereits seit Jahren empfehlen, ist Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die Tabletten enthalten einen hochkonzentrierten Extrakt aus steirischen Kürbiskernen und konnten bereits hunderttausende Frauen überzeugen. Bis dato kannten nur einige wenige das Präparat von ihren Österreich-Urlauben. Mit der Zeit wurde es aber auch immer häufiger im Bekannten- und Freundeskreis weiterempfohlen und in den Apotheken nachgefragt. Nicht zuletzt deshalb ist die Marke Dr. Böhm® (unter anderem mit den angesprochenen Kürbis-Tabletten) mittlerweile auch in Deutschland erhältlich und überzeugt Anwender mit spürbaren Ergebnissen.

**WICHTIG:** Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mind. 3 Monate) eingenommen und mit Beckenbodentraining kombiniert.

<sup>1</sup>Sogabe H. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727-737  
<sup>2</sup>Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61

## Beckenbodentraining für Zuhause

Für einen starken Beckenboden brauchen Sie weder ein Fitness-Studio noch eine Ausrüstung.

Unter dem folgenden Link finden Sie ein umfassendes Beckenbodentraining, das Sie ohne viel Aufwand zuhause durchführen können: [www.drboehm-info.de/uebungen](http://www.drboehm-info.de/uebungen)





## Empfehlung der Woche

### Dr. Böhm® Kürbis für die Frau



Hochwertiger Kürbiskern-Extrakt  
20-fach konzentriert  
Nahrungsergänzungsmittel  
60 Tabletten

- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurmäßige Einnahme empfohlen

Bestehen Sie auf das Original! Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke noch nicht vorrätig sein, bestellt es Ihre Apotheke gerne für Sie: **PZN 15390969**