

Testwochen bei bettenhaus welge

Bis zum 15.04.2024 bietet das bettenhaus welge, Zentrum für gesunden Schlaf, Testwochen für individuell angepasste Nackenstützkissen an

Wenn man sich morgens kaum erholt fühlt, es in den Armen kribbelt oder der Nacken völlig verspannt ist, könnte aus orthopädischer Sicht ein maßgeschneidertes Nackenstützkissen Abhilfe schaffen. Diese Spezialkissen fördern eine gesunde Haltung im Schlaf, die den Nackenbereich nachhaltig entlastet.

„Jeder Mensch hat eine individuelle Kopf- und Nackenform, unterschiedliche Schulterbreite und ganz persönliche Schlafgewohnheiten. Deshalb ist das Kopfkissen wichtiger Bestandteil der Bettausstattung“, weiß Regina Rosenbaum. Sie ist die Inhaberin des bettenhauses welge und führt das Unternehmen in der 5. Generation.

Einseitige, wiederkehrende Haltungen im Arbeitsalltag und mangelnde Bewegung bleiben nicht folgenlos. Die Wirbelsäule, die den Körper stützt, wird fehl- oder überlastet. Die Muskulatur der Halswirbelsäule reagiert häufig besonders empfindlich.

Angepasste Nackenkissen können aus orthopädischer Sicht tatsächlich Menschen helfen, die häufig über eine verspannte Halsmuskulatur klagen. Zusätzlich verbessert das anatomisch korrekte Liegen den entspannten Schlaf.

So wird der gesamte Körper durch die Wahl des richtigen



Bettsystems während des Schlafens entlastet wird, unterstützt das maßgeschneiderte Nackenstützkissen die Halswirbelsäule optimal. Diese Spezialkissen fördern durch Anpassung an Kopf und Nacken des Schlafers eine gesunde Schlafhaltung, die dann den Nackenbereich nachhaltig entlastet.

Im Rahmen der aktuellen Testwochen liegen im Zentrum für gesunden Schlaf im bettenhaus welge, Burgdorferstr. 11-15 in Lehrte, Tel.05132/2374, bis zum 15. April Nackenstützkissen bereit, die kostenlos zu Testzwecken ausgeliehen werden können.

Dank wissenschaftlich fundierter Analyse und gestützt auf medizintechnisches Gerät wird der optimale Kissenbedarf ermittelt. Mit dem kostenlosen Leihkissen geht es nach Hause und in den erholsamen Schlaf, wenn nicht, kann das Kissen einfach umgetauscht werden – falls man das Kopfkissen nach der ersten Nacht überhaupt noch hergeben möchte.

10.000 Euro bei Sternsingeraktion

Gemeinde hat für Kinder in Not gesammelt

BURGDORF/UETZE (r/fh).

Rund um den Dreikönigstag am 6. Januar haben in Hänigsen wieder Sternsinger der katholischen St.-Nikolaus-Pfarrgemeinde den Segen \*C+B+M\* überbracht. Sie besuchten Wohnungen, Häuser und öffentliche Einrichtungen. Da sich in Burgdorf und Uetze in diesem Jahr nicht ausreichend Kinder bereitfanden, konnte die Aktion dort in diesem Jahr nicht in gewohnter Form stattfinden.

Anstelle der Hausbesuche wurde der Segen mit der Sternsinger-Post verteilt. Mit der Aktion ist Jahr für Jahr auch ein Spendenaufruf verbunden, um Kindern in Not zu helfen. In der St.-Nikolaus-Gemeinde kamen insgesamt rund 10.000 Euro zusammen. Die Summe resultiert

aus den Sammelergebnissen von Burgdorf mit 3.728 Euro, Uetze mit 1.080 Euro, Hänigsen mit 2.489 Euro und Dollbergen mit 2.656 Euro.

In diesem Jahr standen die Sternsinger-Aktion und der Spendenaufruf unter dem Motto „Gemeinsam für unsere Erde – in Amazonien und weltweit“. Dabei ging es um die Bewahrung der Schöpfung und den respektvollen Umgang mit der Natur. Brandrodung, Abholzung und die rücksichtslose Ausbeutung von Ressourcen zerstören die Lebensgrundlage der einheimischen Bevölkerung. Dort setzen sich Partnerorganisationen der Sternsinger dafür ein, dass das Recht der Kinder auf eine geschützte Umwelt umgesetzt wird.

Auto überschlägt sich bei Otze

Unfall an der B 3: Fahrer hat keinen Führerschein und steht unter Drogeneinfluss

OTZE (Ih). An der B 3 bei Otze hat sich am Sonntag, 10. März, ein Auto überschlagen, vermutlich wegen überhöhter Geschwindigkeit. Der 43-jährige Fahrer aus Hannover stand laut Polizei unter Drogeneinfluss und besaß offenbar keinen Führerschein. Die Polizei hat nun gegen den Verursacher des Unfalls Ermittlungen wegen der Gefährdung des Straßenverkehrs, Fahrens ohne Fahrerlaubnis und fahrlässiger Körperverletzung eingeleitet. Der Mann war gegen 9.10

Uhr auf der B3 in Richtung Celle unterwegs. Mit seinem Pkw Golf geriet er an der Ausfahrt Otze von der Fahrbahn ab. Das Fahrzeug überschlug sich und war anschließend aufgrund eines Totalschadens nicht mehr fahrbereit. Der 26-jährige Beifahrer erlitt leichte Verletzungen an den Händen und am Kopf und wurde an der Unfallstelle von der Besatzung eines Rettungswagens medizinisch versorgt. Der Totalschaden am Auto wird laut Polizeiangaben auf etwa 5000 Euro geschätzt.

Krimi-Lesung in der alten Kapelle

Spannende Literatur wird in besonderer Atmosphäre präsentiert

BURGDORF (r/fh). Eine Krimi-Lesung in ganz besonderer Atmosphäre findet demnächst in der Magdalenenkapelle auf dem alten Friedhof unter der Hochbrücke statt. Sie beginnt am Donnerstag, 4. April, um 18.30 Uhr. Es wird ein kleiner Imbiss bereitgestellt; der Eintritt ist frei.

Organisiert wird die Veranstaltung von Petra Zink, der Leiterin des Krimi-Lesekreises im Verkehrs- und Verschönerungsverein (VVV). „Die Teilnehmer sind aufgerufen, sich auf einen rundum überraschenden Krimiabend einzulassen“, sagt sie. Denn sie gibt vorher nicht bekannt, welches Werk vorgestellt wird und wer daraus vorlesen wird. Sie verrät nur, dass es sich um ein Buch einer renommierten schwedischen Krimi-Autorin handelt und dass die Stimme eines bekannten Burgdorfers zu



Der VVV-Krimi-Lesekreis lädt zu einer Veranstaltung in der Magdalenenkapelle ein.

Foto: VVV

hören sein werde, der sich seit Jahrzehnten im Laien-Theaterspiel engagiert.

Die Teilnehmer treffen sich um 18 Uhr an der KulturWerkStadt, Poststraße 2, und begeben sich von dort aus zu Fuß zur Magdalenenkapelle. Anmeldungen sind erbeten bei Bleich Drucken und Stempeln, Braunschweiger

Straße 2, Telefon (05136) 1862. Wer direkt zur Lesung kommen möchte, sollte dies dort angeben. Petra Zink steht als Ansprechpartnerin zur Verfügung und ist für weitere Informationen über die E-Mail-Adresse petra.zink@t-online.de oder telefonisch unter (0160) 8303902 erreichbar.

BUTT bestätigt Vorstand

BURGDORF (r/fh). Bei der Jahresversammlung des Burgdorfer Talente-Tauschings (BUTT) haben die Mitglieder ihrem Vorstand einstimmig das Vertrauen ausgesprochen. Erster Vorsitzender bleibt Wolf Melloh aus Otze. Frank Schubert betreut weiterhin die Webseite der Initiative und auch die übrigen Vorstandsmitglieder wurden in ihren Ämtern bestätigt. Eine Erhöhung des Stundensatzes für die BUTT-Währung Talente lehnte die Versammlung ab und einigte sich darauf, dass von Fall zu Fall der Wert einer Hilfeleistung individuell angepasst werden kann. Im März findet das mo-

natliche Treffen wegen Karfreitag eine Woche früher statt. Es beginnt am Freitag, 22. März, um 17 Uhr im Frauen- und Mütterzentrum, Wallgartenstraße

33/34. Weitere Infos gibt es beim Vorsitzenden Wolf Melloh, unter Telefon (05136) 894313 und auf der Internetseite www.butt-web.de.



Die Mitglieder des Burgdorfer Talente-Tauschings sind zur Jahresversammlung zusammengekommen.

Foto: Privat

Ihr digitaler Draht

zum Marktspiegel

auf

www.marktspiegel-verlag.de

FAMILIE & DAHEIM

BÜRO & BETRIEB

Mittagessen

täglich frisch gekocht

Meyer Menü

LIEFERT LECKER

-20%\*

Neukunden Aktion!

Menüpreis 9,50€

inkl. Lieferung und Dessert

\* Nur für Neukunden. Wenn Sie an 5 aufeinander folgenden Tagen bestellen, bezahlen Sie nur für 4 Tage. Gültig bis zum 31.03.2024

Montag – 18.03.2024	Dienstag – 19.03.2024	Mittwoch – 20.03.2024	Donnerstag – 21.03.2024	Freitag – 22.03.2024	Samstag – 23.03.2024
<div>Menü 1</div> <div>1 Rostbratwurst mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Zwiebelsauce</div>	<div>1 2 Hacksteaks in Pfefferrahmsauce mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln</div>	<div>1 Frische Gulaschsuppe mit Champignons und Paprika, dazu 1 Brötchen</div>	<div>1 Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln</div>	<div>1 Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladensauce</div>	<div>1 2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln</div>
<div>Menü 2</div> <div>2 Geflügel-Geschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Reis</div>	<div>2 Schweineschnitzel Art "Cordon bleu" in Sauce mit Leipziger Allerteil und Salzkartoffeln</div>	<div>2 Paprika-Rahmbraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln</div>	<div>2 vegetarisch 3 Apfel-Pfannkuchen mit Vanillesauce</div>	<div>2 Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüserais</div>	<div>2 fettarm Rinderbraten "Esterhazy" in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln</div>
<div>Menü 3</div> <div>3 Spaghetti Carbonara mit Speck und Schinken in Sahnesauce</div>	<div>3 fettarm Gedünstetes Seehechtfilet auf einer cremigen Gemüsesauce, dazu Petersilienkartoffeln</div>	<div>3 Chicken Crossies in knuspriger Panade mit Barbecuesauce und Broccoli-Tomaten Nudeln</div>	<div>3 fettarm Zitronenhähnchen "Toscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln</div>	<div>3 Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauce aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesankäse abgeschmeckt</div>	<div>3 Sonntag-Menü (gekühlt) – Lieferung am Freitag</div>
<div>Menü 4</div> <div>4 Linsensuppe mit Gemüse und 2 Wiener Würstchen</div>	<div>4 Mageres Kasseler mit Sauerkraut und Kartoffelpüree</div>	<div>4 2 Bratwürstchen "Thüringer Art" auf Blattspinat mit Salzkartoffeln</div>	<div>4 Badisches Rahm-geschnetzeltes mit Möhrengemüse und Nudeln</div>	<div>4 Kräuterröhrei mit Schinken dazu Spinat und Salzkartoffeln</div>	<div>3 Sonntag – 24.03.2024</div>
<div>Vegetarisch</div> <div>5 vegetarisch Käsetortellini in rahmiger Tomaten-Basilikumsauce</div>	<div>5 vegetarisch Gefüllte Kartoffeltaschen mit bunter Gemüseplatte und Sauce Hollandaise</div>	<div>5 vegetarisch Frische Champignons in Rahmsauce mit Salbei und getrockneten Tomaten, dazu Kräuterspätzle</div>	<div>5 vegetarisch Winter-Gemüse-eintopf mit Wirsing, Karotten, Porree, Steckrüben und Grießklößchen, dazu ein kleines Brötchen</div>	<div>5 vegetarisch 2 Couscous-Gemüsetaler mit einer Gemüsebolognese</div>	<div>1 Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art" mit hausgemachten Spätzle</div>
<div>Kaltes Menü</div> <div>6 2 Heringfilets in süß-saurer Apfel-Zwiebelsauce mit Kartoffel-Specksalat ohne Mayonnaise</div>	<div>6 vegetarisch Griechischer Nudelsalat mit Gemüse, Hirtenkäse und Oliven, dazu Olivenbrot und Tsatsiki</div>	<div>6 Geflügelsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter</div>	<div>6 Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat</div>	<div>6 Italienischer Pastasalat "Capri" mit frischem Gemüse und gewürfeltem Hähnchenfilet, dazu Olivenbrot und Butter</div>	<div>2 fettarm Putenschnitzel "natur" in Sahnesauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln</div>
<div>Salat</div> <div>7 vegetarisch Salat Bella Italia frischer Salat mit Mozzarella, Rucola, Cocktail-Tomaten, marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen</div>	<div>7 vegetarisch Caesar-Salat Römersalat mit Cocktailltomaten, Gurke, Croutons und gehobelm Grana Padano, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen</div>	<div>7 vegetarisch Levante Salat Rote Bete Falafel-Bällchen, Eisbergsalat, Minze, Karotten, Gurken, Walnüssen und Fetakäse dazu Joghurt Dressing und 1 kleines Brötchen</div>	<div>7 Orientalischer Salat bunter Salat mit marinierten Kichererbsen, Geflügelfrikadellen und Tomaten, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Brötchen</div>	<div>7 vegetarisch Salat "4-Jahreszeiten" frischer Blattsalat mit rote Bete, gebratenen Champignons, Apfelspalten und Ziegenkäse, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen</div>	

Einfach bestellen: Tel. 0800-150 150 5 nur Festnetz • lokale Tel. 05144-698 823 0 • www.meyer-menue.de