

# Spende für das Dorfjubiläum

Edeka Ersu übergibt 1000 Euro an den Ortsrat

**DOLLBERGEN (r/fh).** Der Edeka-Ersu-Markt in Dollbergen hat eine Pfandspende von 1000 Euro an den Ortsrat übergeben. Das Geld soll der Feier zum 800-jährigen Dorfjubiläum zugutekommen. Ermöglicht wurde der Zuschuss von vielen Kunden, die bei der Rückgabe ihres Leertums die Pfandbons nicht eingele-

öst, sondern in eine Spendenbox geworfen haben. Auf diese Weise addierten sich viele kleine Beträge zu der stolzen Summe, die Inhaber Cengiz Ersu schließlich noch aufgerundete. „Eine starke Aktion aus der Mitte des Ortes“, fasst Ortsbürgermeister Stefan Heuer zusammen.



Freuen sich über die Pfandspende für das Dorfjubiläum: Mahsum Tayan (von links) und Cengiz Ersu vom Edeka-Markt sowie Stefan Heuer und Rainer Richter vom Ortsrat. Foto: privat

# Region misst Geschwindigkeit

**REGION (r/fh).** In den kommenden Wochen ist die Region Hannover wieder mit ihren mobilen Blitzern unterwegs. Die nächsten Geschwindigkeitskontrollen sind in Burgdorf am 3., 19. und 26. Juni

sowie in Uetze am 2. und 18. Juni. Die genauen Standorte der Blitzer gibt die Region Hannover vorher nicht bekannt. In der Regel werden sie an Unfallschwerpunkten installiert.

# Tiere lassen Vertrauen wachsen

Hunde, Zwergesel und ein Huhn: Die spezielle Therapie ist Balsam für die Seele der Heimbewohner in Köthenwald

**SEHNDE.** Es ist einer dieser Nachmittage, an denen die Sonnenstrahlen guttun nach einer kalten Nacht und frischen Temperaturen am Morgen. Doch es ist auch eine andere Wärme, die von den Bewohnerinnen und Bewohnern des Gebäudes Zum Kreisel 7 im Klinikum Wahrenndorff in Sehnde-Köthenwald genossen wird. Das Institut für soziales Lernen mit Tieren aus Lindwedel ist zu Gast und entführt die Menschen mit Intelligenzminderung für einige Stunden in eine Welt der rein positiven Art.

Zwei Esel, zwei Hunde, sechs Meerschweinchen und ein Huhn hat Institutsleiterin Ingrid Stephan mit ihrem Team diesmal mitgebracht. Und wie die Bewohnerinnen und Bewohner auf der Wiese vor ihrem Wohnkomplex auf die Tiere reagieren, zeigt, dass der Kontakt Balsam für die Seele ist.



Heimbewohner des Klinikums Wahrenndorff bei der tiergestützten Intervention mit Esel Momo, dahinter Ingrid Stephan (Leiterin des Instituts für soziales Lernen mit Tieren) mit Esel Carlotta Foto: David Lidón

## DER KONTAKT ZU TIEREN AKTIVIERT ALLE SINNE

„Ganz weich ist das, ganz weich“, sagt eine Bewohnerin begeistert, die das Meerschweinchen Coco streichelt. Tiergestützte Intervention lautet der Fachausdruck für die Therapieform, bei der wohltuende Effekte im Zusammenspiel zwischen Mensch und Tier erzielt werden sollen. Durch ihr authentisches Wesen schaffen Tiere eine Atmosphäre, in der Vertrauen wachsen kann.

„Das ist mehr als ein Streichelzoo“, sagt Uri Sorrentino. Der 59-jährige Sozialarbeiter ist Heimleiter und seit 33 Jahren für Wahrenndorff tätig. Schwierigkeiten mit Nähe und Distanz und dem Beziehungsaufbau seien charakteristisch für Menschen mit Intelligenzminderung, doch

davon ist an diesem Nachmittag kaum etwas zu bemerken. Ganz behutsam füttert die Bewohnerin das Meerschweinchen mit Gemüse. Die Verbindung ist einfach da, wie bei einem eigenen Haustier.

Alle zwei Wochen fährt das Institut nach Köthenwald, 135 Minuten dauert der Aufenthalt. Ihre Helfer holt Stephan aus Tierheimen. „Viele Tiere haben eine ähnliche Vergangenheit wie die Menschen in den Einrichtungen, die wir besuchen. Da gibt es viele Ansatzpunkte“, sagt die 68-jährige Diplom-Sozialpädagogin. Sie weiß genau, welches Tier zu welchem Einsatz passt und wie lange es seinen „Job“ machen darf und soll. So wie Zwergesel Momo, der mit einem Bewohner auf eine Spazerrunde geht.

„Unsere Esel sind echte Menschenfreunde“, sagt sie.

Die Stimmungsaufheller aus Lindwedel schaffen es, Bewohner nach draußen zu locken, die sonst nur selten die vier Wände verlassen. Der Heimaltag hat seine festen Strukturen und einen gleichförmigen Aufbau. Wenn das Institut da ist, werde das aufgebrochen. „Man merkt, wie die Bewohner bei den Aktionen mit den Tieren aufblühen“, sagt Evelin Misselhorn, Heilpädagogin bei Wahrenndorff.

Es wird für die Tiere gebastelt, zu Weihnachten gibt es Geschenke. Obwohl oft eine kognitive Einschränkung vorhanden ist, können sich einige Bewohner sogar die Namen der Tiere merken. „Wer sonst zurückhaltend ist und wenig redet, lebt bei

den Tieren auf“, sagt die 58-Jährige. Die tiergestützte Intervention unterstütze überdies das sogenannte Snoezelen, womit in Köthenwald gearbeitet wird. Das aus den Niederlanden stammende Snoezelen-Konzept befasst sich mit einem bewusst ausgewählten Anbieten primärer Reize in einer angenehmen Atmosphäre.

„Snoezelen ist angelegt auf Wahrnehmung und die Bedürfnisse des einzelnen Bewohners. Und bei der tiergestützten Intervention ist jeder Sinn abgedeckt“, sagt Gabriele Hoins (62), Heilerziehungspflegerin im Klinikum. Die Tiere zu beobachten, zu berühren und sie zu fühlen, das stimuliere die Tiefenwahrnehmung. „Und es wird sogar auch mal das Futter probiert, et-

wa die Mehlwürmer für die Hühner“, sagt Hoins lachend.

Die Freude bei den Bewohnern in der Interaktion mit den Tieren ist ansteckend. Es wird viel gelacht, Gespräche kommen schnell zustande. Da das Institut alle 14 Tage zu Gast ist, gibt es Nachfragen, warum denn dieses Mal etwa kein Kaninchen mit dabei ist und ob es dem Nager denn auch gut gehe. Die Fürsorgerolle sowie Verantwortung zu übernehmen in einer Umgebung, die sonst auf externe Unterstützung und Hilfe basiert, gefällt den Bewohnern – und es helfe so sehr, wie die Mitarbeiter in Köthenwald berichten.

## THERAPIE HILFT GEGEN SORGEN UND SCHMERZEN

Vollkommen angstfrei interagieren die Bewohner mit den tierischen Besuchern. „Ich kann gut mit Hunden umgehen. Leckerlis geben mache ich am liebsten“, sagt eine im Rollstuhl sitzende Bewohnerin, die laut gluckst, während sie den Labrador Smilla streichelt und füttert. Sorgen und Schmerzen rücken für die Zeit von drei Schulstunden in den Hintergrund.

Es entsteht ein Bild der Ruhe in einem Leben, in dem ansonsten selten Ruhe vorhanden ist. Jedes Tier hat andere Zugangsmöglichkeiten. „Es ist spannend zu sehen, wer wen aussucht“, sagt Institutsleiterin Stephan. „Das passt charakterlich oft zusammen.“ Ihre Tiere genießen es, von Belastung ist keine Spur. Der sonnige Nachmittag im Klinikum Wahrenndorff erwärmt alle beteiligten Gemüter. Die tiergestützte Intervention ist als Begriff sperrig, in der Umsetzung jedoch erfolgreich.

Gesundheit

ANZEIGE

NEU

# Stress – Cortisol – Magnesiummangel: ein biochemischer Teufelskreis

Was Stress mit dem Cortisolspiegel zu tun hat und welche Rolle Magnesium dabei spielt

**Stress löst im Körper eine Kettenreaktion aus: Der Cortisolspiegel steigt, die Muskeln spannen sich an, der Magnesiumverbrauch kann steigen. In stressigen Phasen kann es deshalb sinnvoll sein, Muskeln, Nerven und Psyche mit Magnesium zu unterstützen.**

Voller Terminkalender, familiäre Verpflichtungen, Alltagsorgen: Stress ist für viele zum Dauerbegleiter geworden. Häufige Folgen sind Probleme beim Einschlafen, Verspannungen oder Erschöpfung.



„Ich war morgens oft wie gerädert. Seit ich auf Melatonin & Magnesium umgestiegen bin, schlafe ich ruhiger und habe tagsüber mehr Energie.“

Christian K.

Dass dies zum Teil auch Symptome eines Magnesiummangels sein können, ist kein Zufall.

## Magnesium für Nerven, Psyche und Muskeln

Das wertvolle Mineral unterstützt eine normale Funktion des Nervensystems, eine normale Muskel- und psychische Funktion. Anhaltender Stress jedoch kann den Magnesiumhaushalt auf zwei Wegen gleichzeitig belasten:

**1. Erhöhter Verbrauch** Studien zeigen einen Zusammenhang zwischen Stress und erhöhtem Magnesiumbedarf.<sup>1</sup> Magnesium trägt dazu bei, die Erregbarkeit von Nervenzellen zu regulieren, sodass nicht jeder Reiz sofort als Stresssignal ans Gehirn weitergeleitet wird.

**2. Vermehrte Ausscheidung** Unter normalen Bedingungen werden mehr als 95 Prozent des in der Niere filtrierten Magnesiums wieder vom Körper aufgenommen. Stress kann dazu führen, dass bis zu 30 Prozent mehr Magnesium ausgeschieden werden.<sup>2</sup>

**Ein Teufelskreis:** Stress kann sowohl den Magnesi-



umverbrauch als auch dessen Ausscheidung erhöhen. **Magnesiummangel** kann anfälliger für **Stress** machen.<sup>1</sup>

## Neu von der Expertenmarke Baldriparan

Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, kann

eine gezielte Unterstützung sinnvoll sein. Mit jahrzehntelanger pharmazeutischer Expertise hat

Baldriparan einen Premium-Magnesium-Komplex entwickelt. Baldriparan Magnesium PLUS enthält eine durchdachte Kombination aus Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid.

**Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei** – eine wertvolle Unterstützung, wenn Stress zu Schwierigkeiten beim Einschlafen führt.

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan Magnesium PLUS**  
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de

**Baldriparan®**  
**Magnesium +**

**NEU**

Baldriparan Magnesium Plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel • <sup>1</sup>Pickering, G. et al. (2020). Magnesium Status and Stress: The Vicious Circle Concept Revisited. *Nutrients* 12, 3672. • <sup>2</sup>Grases, G. et al. (2006). Anxiety and stress among science students. Study of calcium and magnesium alterations. *Magnesium Research* 2006; 19(2): 102-6. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, 15099701\_020206