

# 45 Helfer in Bilm unterwegs

Erfolgreiche Müll-Sammlung an den Wegrändern

**BILM.** „Regen kann uns nicht aufhalten, so sammeln wir wenigsten sauberen Müll auf“, so eine Anmerkung einer Helferin, vor der Müll-Sammlung. Ortsbürgermeister Bernd Ostermeyer hatte gemeinsam mit der Jägerschaft dazu aufgerufen, statt Frühlingssonne gab es ungemütliches Wetter. Um so mehr freute sich Bernd Ostermeyer über die fröhliche Stimmung unter den zahlreichen Teilnehmern.

„Vor Beginn hatten wir noch überlegt“, so Jäger Ralph Köhler und Ortsbürgermeister Bernd Ostermeyer gemeinsam, „wie viele Helfer wohl dieses Jahr trotz Regen dabei sein werden.“ Die Jäger, Daniel Bartels und Nils Köhler, hatten Sammel-Routen für zwölf Gruppen mit Fahrzeugen vorbereitet. „Wir waren alle von den Socken und haben uns sehr ge-



Gemeinschaft der Helfer bei der Müll-Sammlung in Bilm.

freut, dass 45 Helfer, Jung und Alt, um 9 Uhr da waren“, so Bernd Ostermeyer. Jäger Ralph Köhler half tatkräftig mit, obwohl der Aktionstag auch sein Geburtstag war. So gab es einen gesungenen Glückwunsch aller Teilnehmer.

Insgesamt sei im Vergleich zu den Vorjahren weniger Müll einzusammeln gewesen, „aber leider immer noch zu viel“, berichtet der Ortsbürgermeister zum Fazit. Die Natur wurde von illegal abgekipptem Bauschutt befreit, zudem von Unrat. Die damit gefüllten Säcke wurden auf dem Schützenplatz gesammelt und später von aha abgeholt. Nach erfolgreicher Arbeit der Helfer spendierte die Jägerschaft unter dem Unterstand beim Eissport Club Bilm einen Imbiss und Getränke, realisiert von Miriam Köhler und Katja Bartels.

Foto: Privat

# Osterfeuer am Borsigring und mehr

Termine und Treffpunkte in den Ortschaften

**SEHNDE.** Die Ortsfeuerwehr veranstaltet das traditionelle Osterfeuer am heutigen Sonnabend, 30. März, um 18 Uhr am Feuerwehrhaus am Borsigring 17. Für das leibliche Wohl ist gesorgt, die jüngeren Besucher können ihr Stockbrot selbst zubereiten.

In Wehmingen wird das Osterfeuer ebenfalls am heutigen Sonnabend, 30. März, um 18 Uhr entzündet – zu finden auf der Bürgerwiese, hinter dem Wehming Schulhaus. Es gibt Bratwurst,

Fischbrötchen und Pommes und diverse Getränke.

Ebenfalls am 30. März, heute: In Müllingen ist der Osterfeuer-Platz auf dem Sportplatz Vorfeldsweg, an der Straße In den Beekwiesen, eingerichtet und wird um 18 Uhr entzündet. Für Kinder gibt es einen Bereich, in dem der richtige Umgang mit Feuer erklärt wird. Es gibt Gegrilltes, Pommes und Getränke.

Für Kinder gibt es im weiteren Verlauf der Osterfeiertage Aktio-

nen, hier Beispiele: Der SPD-Ortsverein in Ilten lädt für Montag, 1. April, um 11 Uhr zum Ostereiersuchen auf dem Schulhof der Wilhelm-Raabe-Schule an der Glückaufstraße 15 ein.

In Lehrte-Ahlten folgt der CDU-Ortsverein schon am heutigen Sonnabend, 30. März, um 14 Uhr für Kinder-Unterhaltung, denn auf dem Dorfplatz, Zum Großen Freien, können um 14 Uhr Schokoladen-Osterhasen gesucht werden.

## Würdigung der Wintermajestäten

**RETHMAR.** Der Schützenverein hat die Winterkönige und Winterköniginnen im Luftgewehrschießen, zehn Meter Auflage, gekührt. In der Schülerklasse gewann Celia Hente vor Adrian Kasburg und Robin Dittmann. Bei den Lichtpunktschützen hat sich Hanno Gundling vor Kjell Amelunxen und Stella Warschun durchgesetzt. Bei den Damen wurde Claudia Wilk-Bertram Winterkönigin vor Christine Wiegand und Anne-

gret Huch. Alter und neuer Winterkönig bei den Herren wurde Rico Bursian vor Tim Amelunxen sowie Frank Wiegand. Am Gründonnerstag, 28. März, bietet der Verein sein traditionelles Eier-Schießen an. Anwohner sind zur Wettkampfteilnahme eingeladen. Das öffentliche Schießen startet um 18.30 Uhr in der Schützenwache in Rethmar. Weitere Informationen bietet die Internetseite sv-rethmar.de.

## Unfall in der Kurve

**WASSEL.** Eine 20 Jahre alte Fahrerin eines Seat Ibiza kam am 24. März gegen 21.30 Uhr in einer Kurve auf der K148 in Wassel von der Fahrbahn ab. Sie geriet mit ihrem

Fahrzeug in die Böschung und überschlug sich. Die Fahrerin verletzte sich dabei leicht. Ihre gleichaltrige Beifahrerin blieb bei dem Unfall unverletzt.

## Straßenbahn-Museum eröffnet

**WEHMINGEN.** Am Osterwochenende beginnt für das Hanoversche Straßenbahn-Museum die Saison. An Sonn- und Feiertagen ist von 11 bis 17 Uhr für Besucher, die sich an historischen Straßenbahnen erfreuen, geöffnet. Auf dem Gelände in Wehmingen haben drei weitere Museen ihre Heimat gefunden: Das Norddeutsche Museum für HiFi- und Studio-technik präsentiert medienhistorische Geräte und Techniken

zum Aufzeichnen und Hören von Musik. Im Fernmeldemuseum werden Technologien der Fernmeldetechnik bis in die 1990er Jahre ausgestellt. Das Busmuseum öffnet an einzelnen Tagen während der Saison seine Türen und präsentiert die Entwicklung der Standardlinienbusse ab den siebziger Jahren des letzten Jahrhunderts.

Weitere Informationen: [www.tram-museum.de](http://www.tram-museum.de).

## Vandalismus an der Achardstraße

**SEHNDE.** In der Nacht vom 15. zum 16. März gab es im Bereich Achard- und Paula-Königheim-Straße Vandalismus. Scheiben von zwei dort geparkten Fahrzeugen, ein Mercedes-Benz Sprinter und ein VW Golf, wurden eingeschlagen. Darüber hinaus wurde auch die Bushaltestelle an der Achardstraße be-

schädigt. Hier wurden zwei Scheiben der Haltestelle zerstört. Die Schadenshöhe der beiden Fahrzeuge ist auf insgesamt eintausend Euro geschätzt. Der Schaden an der Bushaltestelle beträgt rund 3.000 Euro.

Zeugenhinweise bitte an die Polizei in Lehrte: Telefon (05132) 82 70.

**Öffentliche Bekanntmachung der Energieversorgung Sehnde GmbH**  
Allgemeiner Preis der Grundversorgung gemäß § 36 EnWG  
gültig ab 01.04.2024

Tarifbezeichnung Sehnder Gas.	
<b>Arbeitspreis (brutto)</b>	<b>12,85 Cent / kWh</b>
Arbeitspreis (netto)	10,80 Cent / kWh
<b>Grundpreis (brutto)</b>	<b>13,69 Euro / Monat</b>
Grundpreis (netto)	11,50 Euro / Monat

Bei gleichzeitigem Bezug von Gas und Strom gewähren wir einen Bonus von 0,15 Cent brutto (0,126 Cent netto) je verbrauchter kWh Gas. Die Nettopreise beinhalten die Entgelte für die Netznutzung, Messstellenbetrieb, Messung und Abrechnung, die Konzessionsabgabe (0,220 Cent/kWh), die Erdgassteuer (0,550 Cent/kWh), die CO<sub>2</sub>-Bepreisung (0,816 Cent/kWh), und die Gasspeicherumlage (0,186 Cent/kWh). Bei der Abrechnung werden die Verbrauchsdaten mit den Nettopreisen multipliziert und anschließend die Umsatzsteuer (19 %) hinzugerechnet.

**Weitere Informationen zu den Strom- und Gaspreisen erhalten Sie in unserem Kundenservice oder auch im Internet unter [www.energieversorgung-sehnde.de](http://www.energieversorgung-sehnde.de).**

Energieversorgung Sehnde GmbH  
Nordstraße 19 · 31319 Sehnde  
Telefon 05138 6050-30 · Telefax 05138-6050-18  
E-Mail: [service@energieversorgung-sehnde.de](mailto:service@energieversorgung-sehnde.de)

# Thema sensible Blase: Wenn die Slipeinlage zum täglichen Begleiter wird



Niemand spricht gerne darüber – und doch leidet ein Viertel aller Frauen an einer leichten Form von Inkontinenz. Eine vielversprechende Entwicklung aus Österreich schenkt Betroffenen Hoffnung.

Selbst in jüngeren Jahren sind viele Frauen von leichter Inkontinenz betroffen. Die Ursache ist meist ein geschwächter Beckenboden, durch Schwangerschaften,

Geburten oder die hormonelle Umstellung im Wechsel. In vielen Fällen wird die Slipeinlage zum täglichen Begleiter und die Blase bestimmt letztendlich auch die Kleidungswahl. Beim Gedanken, darüber zu sprechen, fühlen sich viele unwohl und thematisieren es weder bei ihrem Partner noch beim Arzt. Das ist vor allem deshalb schade, weil viele aus diesem Grund gar nicht erst

von einem natürlichen Lösungsansatz erfahren.

### WAS PASSIERT IM BECKENBODEN?

Aber sehen wir uns zunächst einmal an, was genau im weiblichen Körper passiert. Der Beckenboden schließt den Bauchraum wie eine Hän-gematte nach unten ab. Ist er geschwächt, senken sich die inneren Organe und üben

Druck auf die Blase aus. Eine kleine körperliche Belastung – zum Beispiel ein herzhaftes Lachen, ein Niesen oder das Aufheben der schweren Einkaufstasche – kann dann schon ausreichen und es passiert. Nicht zuletzt deshalb empfehlen Gynäkologen Betroffenen, den Beckenboden zu trainieren. Entsprechende Übungen finden sich im Internet – etwa unter:

[www.drboehm-info.de/uebung](http://www.drboehm-info.de/uebung)

## KÜRBIS ÜBERZEUGT FORSCHER & ANWENDERINNEN

Ein österreichisches Forschungsteam hat zudem herausgefunden, dass es eine sehr einfache und rein pflanzliche Möglichkeit bei leichter Inkontinenz gibt: und zwar den Kürbis, der schon seit jeher in der Pflanzenheilkunde zur Stärkung von Blase und Beckenboden verwendet wird. Jetzt untermauern aktuelle Untersuchungen, dass sich schon nach wenigen Wochen ein positiver Effekt zeigt: Die Zahl der ungewollten Harnabgänge bei Frauen verringerte sich damit von 7,3 auf 1,5 pro Tag.\*\*

### HÖCHSTE QUALITÄT AUS DER APOTHEKE

Diese Erkenntnis haben erfahrene Pharmazeuten genutzt und ein hochwertiges pflanzliches Präparat entwickelt: Kürbis für die Frau von Dr. Böhm® mit einem besonders hochdosierten Kürbiskern-Extrakt (400 mg). Das Produkt ist exklusiv in der Apotheke erhältlich und wird nach höchsten pharmazeutischen Standards sowie mit mehrfach kontrollierten Rohstoffen hergestellt.

Apotheker wie auch Anwenderinnen haben bereits sehr gute Erfahrungen damit gemacht. Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit Beckenbodenübungen kombiniert. Gut zu wissen: Auch bei häufigem (nächtlichem) Harndrang können die Tabletten beitragen, wieder durchzuschlafen.

**Wichtig:** Bestehen Sie auf das Original, um sich der hohen Dosierung und Qualität sicher sein zu können! Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke noch nicht vorrätig sein, bestellt es Ihr Apotheker gerne für Sie.

**Durch Studien belegt**

Klinische Studien belegen die positive Wirkung von hochdosiertem Kürbiskern-Extrakt auf die Blase:

- Genereller Rückgang des Harndrangs um knapp 50%\*
- Reduktion der ungewollten Harnabgänge um ganze 80%\*\*

Zeitraum	Inkontinenzereignisse pro Tag
Pre	7,3
Woche 1	5,5
Woche 2	4,1
Woche 4	2,2
Woche 6	1,5

\*Terado T. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61  
\*\*Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727-737

**APOTHEKEN-TIPP**

**Dr. Böhm® Kürbis für die Frau**

- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurmäßige Einnahme empfohlen

Jetzt bestellen!

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau, 60 Stk.; PZN: 15390969