

# Große Ausbildungsmesse gelungen

Auftakt am neuen Standort „Vierfeldhalle Lehrte-Süd“

**LEHRTE.** Rund 800 Schüler der Lehrter Schulen, der Oberschule Hämelerwald und der Aurelia-Wald-Gesamtschule Uetze waren Teilnehmer der Ausbildungsmesse, erstmalig in der Vierfeldhalle Lehrte-Süd realisiert.

„Es war herausfordernd, aber es war der richtige Schritt, die Messe in die Vierfeldhalle zu verlegen. Die Halle hat der Ausbildungsmesse einen dem Wirtschaftsstandort Lehrte angemessenen Rahmen geboten“, sagt rückblickend Tobias Neumann, Wirtschaftsförderer der Stadt Lehrte.

An 47 Ständen aus den Bereichen Handwerk, Logistik, Wirtschaft, Handel, Gesundheit, Pflege und Soziales konnten rund 80 Ausbildungsberufe erkundet werden. Die Ausbildungsmesse verzeichnete damit rund doppelt so viele Stände wie bei den zurückliegenden Ausbildungsmessen im Kurt-Hirschfeld-Forum.

Die Projektgruppe FREIDAY der IGS Lehrte versorgte die Aus-



Großes Interesse der Schüler: Ausbildungsmesse in der Sporthalle.

Fotos: Stadt Lehrte

steller mit einem großartigen Catering bis zum Schluss, obwohl vorher schon Hitzefrei für die Schüler angesagt war. Unterstützung erhielten die Jugendlichen dabei von der Bäckerei Schäfer's und dem E-Center Cramer. Die Ausbildungsmesse wurde mor-

gens durch Bürgermeister Frank Prübe, Tobias Neumann und Yvonne Salewski, der Geschäftsführerin von Ausbildung im Verbund pro regio, eröffnet. Sie bedankten sich bei den Unternehmen, dass sie sich an der Ausbildungsmesse beteiligen und den Schülern die Möglichkeit geben, mit Ausbildern und Azubis direkt in Kontakt zu treten.

Für viele Schüler war es der erste Kontakt mit der Berufswelt, sodass kleine Praxisaufgaben an den Ständen eine gute Möglichkeit boten, um in lockerer Atmosphäre ins Gespräch zu kommen. Bei VetSpezial - Zentrum für Kleintiermedizin konnten beispielsweise Fragen zum Ausbildungsberuf Tiermedizinische/r Fachangestellte/r gestellt werden und der Plüschhund oder die Plüschkatze konnte mit einem Verband versorgt werden. Der Team-Hund konnte bei der Wär-

me leider nicht mit dabei sein. Beim Lehrter Unternehmen AC-TEGA GmbH konnte die Arbeit mit wasserbasierten Lackproben ausprobiert werden. Wie gut man sich bei Arbeiten in luftiger Höhe absichern muss konnten die Schüler bei AMS Gerüstbau erfahren. Die Kletterausrüstung anzulegen und auf ein Gerüst steigen gehörten natürlich auch zur Praxisaufgabe.

Zum Fazit schreibt Fabian Nolling, Stabstellenleitung im Rathaus: „Die Ausbildungsmesse wurde von Schülern, Lehrern und Eltern sehr gut angenommen und es gab viele positive Rückmeldungen. Mehr als einhundert konkrete Vereinbarungen zu einer weiteren Kontaktaufnahme zwecks Praktikums oder Ausbildung wurden im Anschluss durch die teilnehmenden Unternehmen und Organisationen gemeldet.“



Lacke ausprobieren: Firma ACTEGA bietet Aufgaben.

## Sturzangst aktiv begegnen

**LEHRTE (r/fh).** Das KRH Klinikum Lehrte lädt zum Aktions- und Informationstag zum Thema Sturzprävention ein. Er findet am Dienstag, 8. Oktober, von 15 bis 18 Uhr im Speiseraum des KRH Klinikum Lehrte, Manskestraße 22, statt. Organisiert wird die Veranstaltung von der Abteilung Physio- und Ergotherapie des Krankenhauses. Für das leibliche Wohl ist in Form von Kaffee, Kuchen, Muffins und Getränken gesorgt. Der Eintritt ist frei.

Durch verminderte Reaktionsfähigkeit, Gleichgewichtsstörungen oder auch abnehmende Kraft und Koordination sowie Stolperfällen im Haus stürzen in Deutschland jedes Jahr mehr als vier Millionen Senioren. Kno-

chenbrüche, Hirnverletzungen, Prellungen und dauerhafte Einschränkungen können die Folge sein. Der Informations- und Aktionstag steht unter dem Motto „STABIL – Sturzangst aktiv begegnen in Lehrte“. Neben Vorträgen zu den Themen „Stürze im Alter“, „Operative Versorgungsmöglichkeiten nach Stürzen“ und „Behandlung von Stürzen in interdisziplinären Teams“ gibt es Angebote an den Aktionsständen, wie zum Beispiel eine Wohnraum- und Hilfsmittelberatung oder eine Alterssimulation für Angehörige. Neben dem KRH-Team sind das Sanitätshaus Brandes und DIESING sowie die Johanniter-Unfall-Hilfe vor Ort und stellen eine Auswahl an Hilfsmitteln vor.

## Ein Krimi zum Miterzählen

**LEHRTE (r/fh).** Die Gesamtkirchengemeinde Lehrte lädt wieder zu einer Veranstaltung in der Reihe „Seelenwärmer“ ein. Sie findet am Donnerstag, 9. Oktober, im Gemeindezentrum an der Goethestraße 20 statt. Ab 16 Uhr gibt es Kaffee, Tee, Saft und Gebäck, ab 17 Uhr soll sozu-

sagen gemeinsam ein Krimi erzählt werden. Gegen 18 Uhr gibt es eine frisch gekochte Suppe und für die Kinder Nudeln mit Tomatensoße. Die Veranstaltung richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene; die Teilnahme ist ohne Anmeldung und kostenlos möglich.

## Klassische Gitarrenmusik

**LEHRTE (r/fh).** Der hannoversche Gitarrist Michael Seubert präsentiert in Lehrte sein Konzert „Meisterwerke“. Es beginnt am Sonnabend, 16. November, um 20 Uhr im Fachwerkhaus im Stadtpark Lehrte. Der Eintritt kostet 15 Euro (ermäßigt: 8 Euro). Karten gibt es im Vorverkauf bei der Büchereistube Veenhuis, Iltener Straße 18, und bei der Buchhandlung Böhner, Zuckerpassage 19, sowie an der Abendkasse. Das Programm umfasst berühmte Kompositionen von Bach, Sor, Albeniz, Granados, Tarrega, Villa-Lobos, Brouwer und Barrios-Mangore. Michael Seubert wurde als klassi-

scher Gitarrist an der Musikhochschule Hannover ausgebildet und nahm an zahlreichen internationalen Meisterkursen teil.



Der hannoversche Gitarrist Michael Seubert. Foto: privat

## Blutspende im Sportheim

**SIEVERSHAUSEN (r/fh).** Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) Sievershausen ruft zur Blutspende auf. Der nächste Termin ist am Dienstag, 8. Oktober, von 15.30 bis 19.30 Uhr im Sportheim, Schmiedeweg 12. Weitere Termine folgen am 9. Januar, 27. Mai und 19. August.

## Vortrag über Wärmeplanung

**LEHRTE (r/fh).** Das Projekt Hof Zwölf lädt zu einem Info- und Diskussionsabend in der Reihe „Lehrter Energiewende“ ein. Beim nächsten Mal geht es um die Wärmeplanung. Beginn ist am Sonnabend, 5. Oktober, um 15 Uhr im Fachwerkhaus, Manskestraße 12. Die Teilnahme ist kostenlos und ohne Anmeldung möglich; der Raum ist barrierefrei zugänglich. Die Stadt Lehrter fördert die Veranstaltung finanziell. Der Referent Jens Clausen vom Borderstep Institut wird darüber informieren, was Bürger künftig beachten müssen, wenn sie in Fernwärme-Versorgungsgebieten oder aber in Bereichen mit dezentraler Wärmeversorgung wohnen? Außerdem erläutert er, warum eine Photovoltaikanlage zukünftig wichtig ist, wenn es darum geht, kostengünstig zu heizen.

## Flohmarkt in der Bibliothek

**LEHRTE (r/fh).** Die Stadtbibliothek Lehrte lädt zum Bücherflohmarkt ein. Er findet am Sonnabend, 5. Oktober, von 10 bis 13 Uhr in der Einrichtung an der Burgdorfer Straße 16 statt. Bücherspenden werden wieder angenommen. Sie sollten in gutem Zustand sein.

ANZEIGE

# Reden wir über harten Stuhl



hin zu Schmerzen beim Stuhlgang (aufgrund des zu starken Pressens). Zu den häufigsten Ursachen zählen eine einseitige Ernährung, Stress im Alltag, die Einnahme bestimmter Medikamente oder auch ein mehrmaliges Unterdrücken des Toilettengangs – zum Beispiel, um nicht am Arbeitsplatz das stille Örtchen aufsuchen zu müssen.

### Was kann man tun?

Um gegensteuern zu können, muss man zunächst verstehen, was konkret bei einer Verstopfung im Darm passiert. In der Regel verhält es sich so: Der Speisebrei wird nicht schnell genug durch den Darm transportiert – entweder aufgrund einer zu geringen Darmbewegung oder durch das zuvor angesprochene Hinauszögern des Toilettengangs. Durch die längere Verweildauer wird dem Stuhl fortwährend Wasser entzogen und er wird hart. Die erste Empfehlung lautet also auf eine Erhöhung der Flüssigkeits- aber auch

der Ballaststoffzufuhr zu achten. Denn letztere können durch ihre hervorragenden Quelleigenschaften einerseits die Stuhlkonsistenz verbessern, andererseits aber auch die Darmtätigkeit anregen, um für ein schnelleres Passieren des Stuhls zu sorgen. Sie setzen also auf genau jenen Ebenen an, durch die die Verstopfung überhaupt erst entsteht.

### Ballaststoffe richtig zuführen

Am meisten Sinn macht es, auf eine Kombination mehrerer verschiedener Ballaststoffe in möglichst hoher Dosierung zurückzugreifen.

Eine groß angelegte Studie zeigt: Eine Kombination mehrerer Ballaststoffe erzielt im Vergleich zu einzelnen Ballaststoffen ein deutlich besseres Ergebnis bei der Stuhlkonsistenz.<sup>2</sup> Entsprechende Präparate finden Sie in Ihrer Apotheke.

<sup>1</sup>Andresen V et al. Z Gastroenterol 2013; 51 (7): 51–72;  
<sup>2</sup>Christodoulides S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16;





Mag. Dirk Meier  
Nährstoffexperte

„Ein pflanzliches Präparat aus der Apotheke überzeugt bei hartem Stuhl und Verstopfung“

So bringen Sie den Darm wieder in Schwung – rein pflanzlich und ohne Abführmittel.

Es ist ein Thema, über das niemand gerne spricht: Verstopfung. Und trotzdem leiden rund 15 % der Bevölkerung immer wieder einmal darunter.<sup>1</sup> Die Begleiterscheinungen reichen von dem unangenehmen Gefühl einer unvollständigen Entleerung bis

**MEIN TIPP**



**NEU**

**Dr. Böhm® Darm aktiv** enthält eine ideal dosierte 5-fach Kombination aus pflanzlichen Ballaststoffen.

Es wirkt sanft & natürlich – bereits nach der Einnahme von 1 bis 2 Sachets.

- ✔ Angenehm weicher Stuhl dank Flohsamen
- ✔ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✔ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Darm aktiv gerne für Sie.

**PN: 19251696 (6 Sachets)**  
**PN: 19105730 (20 Sachets)**