

Trainingsangebot für Tischtennis

WASSEL. Zum Tischtennis-Angebot des MTV, Große Kampstraße 7a, informiert Heike Fahrtenhold für den Verein. Sie schreibt: „Mit ihrem ehrenamtlichen Engagement ist Kirsten Flohr aus Wassel nicht mehr wegzudenken. Vor zwei Jahren hat die Powerfrau die Sparte ins Leben gerufen. Bisher hat sie als Abteilungsleiterin und Trainerin alleine fungiert. Jetzt hat sie durch die Wahl in der Sparte Hilfe erhalten. Ab Oktober ist Lutz Wilke mit am Start, als stellvertretender Abteilungsleiter. Lutz ist in Wassel bereits seit Ewigkeiten bekannt, da er auch im Schützenverein fest verankert

und mit der Wasslerin Franziska Rathmann verheiratet ist.“ In der MTV-Sparte sind 20 Mitglieder gemeldet, wovon mindestens zwölf mittwochs von 20 bis 22 Uhr am Training teilnehmen. Die Spieler kommen unter anderem aus Sehnde, Müllingen, Lehrte und Höver. Insgesamt stehen vier Tischtennisplatten zur Verfügung. Drei Tischtennisplatten stehen für zwei oder vier Spieler zur Verfügung und die vierte Platte ist für Rundlauf gedacht. Dafür sucht die Truppe noch Spieler im Alter ab 16 Jahre, die Interesse haben, sich einzubringen.

Leichtathleten in der Kreisauswahl erfolgreich

Ergebnisse der TVE-Jugend im Hallenvergleich



TVE-Athleten U14 in der Kreisauswahl.

Foto: M. Lüttich



TVE-Athleten U16.

Foto: M. Lüttich

einem Doppelsieg schließlich für klare Verhältnisse. Lenya Sonnemans im Hochsprung und Thea Frank im Kugelstoßen konnten als Drittplatzierte wichtige Punkte beisteuern. Joline Giesecke verpasste trotz Bestleistung im Kugelstoßen knapp die Punkteränge.

Die U16-Jungs erreichten den zweiten Platz in der Gesamtwertung und präsentierte sich in hervorragender Form. Finn Knapen trat im 60 Meter Sprint und für die Staffel an. Trotz Sprintbestleistung, war die Konkurrenz aus der Hauptstadt nicht zu schlagen. Es bleibt aber ein guter zweiter Gesamtplatz für das Team. Die U16-Mädchen mussten sich einer bärenstarken Konkurrenz aus Hannover Stadt geschlagen geben, erreichten jedoch einen ordentlichen zweiten Platz. Jasmin Stelmazyk hatte mit insgesamt vier Disziplinen das härteste Programm aller Sehnderinnen und hielt den Erwartungen stand. So steuerte sie wichtige Punkte bei durch zweite Plätze in den Disziplinen Weitsprung, 60 Meter sowie mit der Staffel. Im Hochsprung scheiterte sie in einem engen Wettkampf nur knapp an 1,49 Meter und landete letztlich auf Platz fünf.

„Insgesamt zeigt der Wettkampf, dass in allen Altersklassen eine hohe Dichte an Talenten im Kreis herrscht, insbesondere in der U14,“ resümiert Tobias Jungke vom TVE. „Ganz besonders stolz sind wir natürlich, dass unsere Talente vom TVE Sehnde dabei mittendrin sind.“

Amtliche Bekanntmachung

Diese Hebesatzung wurde am 05.12.2024 im elektronischen Amtsblatt für die Region Hannover veröffentlicht und kann innerhalb der Öffnungszeiten der Stadt Sehnde, Nordstr. 21, 31319 Sehnde im Fachdienst Finanzen, 3. Etage Zimmer 317 eingesehen werden.

Satzung
über die Erhebung der Realsteuerhebesätze der Stadt Sehnde (Hebesatzung)

Aufgrund der §§ 10, 58 und 111 des Niedersächsischen Kommunalverfassungsgesetzes (NKG) in der Fassung vom 17.12.2010 (Nds. GVBl. S. 576) zuletzt geändert durch Artikel 2 des Gesetzes vom 06.11.2024 (Nds. GVBl. 2024 Nr. 91) in Verbindung mit § 25 des Grundsteuergesetzes (GrStG) in der Fassung vom 07.08.1973 (BGBl. I S. 965) zuletzt geändert durch Artikel 21 des Gesetzes vom 16.12.2022 (BGBl. I S. 2294) und § 16 des Gewerbesteuergesetzes (GewStG) in der Fassung der Bekanntmachung vom 15.10.2022 (BGBl. I S. 4167) zuletzt geändert durch Artikel 19 des Gesetzes vom 27.03.2024 (BGBl. 2024 I Nr. 108) hat der Rat der Stadt Sehnde in seiner Sitzung am 21.11.2024 die folgende Satzung über die Festsetzung der Realsteuerhebesätze der Stadt Sehnde (Hebesatzung) beschlossen:

Artikel I
§ 1
Steuersätze

Die Hebesätze für die Realsteuern werden ab dem Haushaltsjahr 2025 wie folgt festgesetzt:

1. Grundsteuer	
1.1 für die land- und forstwirtschaftlichen Betriebe (Grundsteuer A)	560 v. H.
1.2 für die Grundstücke (Grundsteuer B)	515 v. H.
2. Gewerbesteuer	440 v. H.

Artikel II

Diese Satzung ist gültig vom 01. Januar 2025 bis zum 31. Dezember 2025.

Sehnde, den 22.11.2024

(L.S.)

Stadt Sehnde
gez. Olaf Kruse
Bürgermeister

Harter Stuhl: Was hilft wirklich?



Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? Mit der richtigen Ballaststoffkombination kann man gegensteuern.

Wiederkehrende Verstopfung – mit ihren unangenehmen Begleiterscheinungen wie hartem Stuhl – zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden überhaupt. Interessanterweise sind hauptsächlich Frauen betroffen. Denn neben Stress oder einer Einnahme von Medikamenten können auch die natürlichen Hormonschwankungen während des Zyklus die Darmprob-

leme begünstigen. „Zudem haben viele Frauen gerade auch im Berufsalltag die Sorge, dass sie jemand beim Toilettengang hören könnte – und zögern ihn hinaus. Häufig betrifft das auch Schulkinder, die es aus Scham vermeiden auf’s stille Örtchen zu gehen“, erklärt ein Experte. Ein Unterdrücken des Stuhlgangs führt jedoch letztendlich nur dazu, dass sich die Verstopfung verschlimmert.

WIE GEGENSTEUERN?

Die gute Nachricht ist, dass man in den meisten Fällen die Darmtätigkeit selbst wieder anregen kann. Nämlich mit einer ausreichenden Flüssig-

keits- und Ballaststoffzufuhr. Kein Wunder also, dass man in Apotheken, Drogerien sowie im Internet ein immer größeres Angebot an Ballaststoffprodukten findet. Durch deren natür-

lichen Quelleffekt können sie sanft die Darmbewegung anregen und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz. Für die Produktauswahl ist jedoch wichtig zu wis-

sen: Einzelne Ballaststoffe sind zwar gut, aber den weitaus besten Effekt erzielt man mit einem Kombinations-Präparat. So zeigt etwa eine groß angelegte Studie, dass mit einer Ballaststoffkombination eine deutlich höhere Verbesserung der Stuhlkonsistenz erreicht werden kann als mit einem einzelnen Ballaststoff.¹

WIRKSAME 5-FACH-KOMBINATION

Genau hier setzt das neue Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv an. In einer Kombination, die es so noch nie gab, vereint es gleich fünf pflanzliche Ballaststoffe mit unterschiedlichen Wirkweisen. So bietet es etwa durch Flohsamen eine rundum natürliche und gleichzeitig effektive Unterstützung bei Verstopfung und hartem Stuhl – spürbar schon nach der Einnahme von ein bis zwei Sachets.

Durch die rein natürliche Zusammensetzung kann es bei Bedarf aber auch regelmäßig angewendet werden. Mit seinem fruchtigen Geschmack eignet es sich beispielsweise auch hervorragend als fixer Bestandteil eines ausgewogenen Frühstückes. Für Kinder ab 6 Jahren empfiehlt sich die Einnahme eines halben Sachets.

BESTEHEN SIE AUF DAS ORIGINAL!

Nur in Dr. Böhm® Darm aktiv ist die einzigartige 5-fach-Kombination aus Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras und Yaconwurzel enthalten. Sollte es noch nicht vorrätig sein, bestellt Ihre Apotheke es gerne für Sie.

¹ Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.

PRODUKT-TIPP bei hartem Stuhl

Dr. Böhm® Darm aktiv Ballaststoff-Getränk

Die Lösung bei hartem Stuhl
Zur Anregung der Darmtätigkeit dank Flohsamen
Plus Gerstengras, Pflaume, Apfelpektin und Yaconwurzel

Pflanzliche Ballaststoffe

PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)

NEU

Dr. Böhm® Darm aktiv

- ✓ Angenehm weicher Stuhl*
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)

Gut zu wissen: Dr. Böhm® ist seit über 55 Jahren die führende Apothekenmarke Österreichs. Das Familienunternehmen produziert exklusiv in Deutschland und Österreich.

*Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.

ANZEIGE