

„Diese Mensa ist etwas ganz Besonderes“

Küche am GOBS soll ab August bis zu 1000 Portionen Mittagessen zubereiten / Fünf Ausbildungsplätze und Einbindung von Schülern geplant

Gehrden. In Gehrden gibt es zurzeit im wahrsten Sinne des Wortes zahlreiche Baustellen – vornehmlich im Bildungsbereich. Und nicht alles läuft so, wie es sich die Verantwortlichen im Rathaus wünschen würde. Doch bei einem Projekt bekommt Bürgermeister Malte Losert (parteilos) leuchtende Augen: dem Neubau der neuen Zentralmensa an der Ecke Schulstraße/Lange Feldstraße.

„Es ist eine Art Vorzeigeprojekt“, sagt Losert. Die Bauarbeiten verliefen reibungslos; lediglich zwei Wochen sei der Neubau derzeit hinter dem Zeitplan. Ab Juni wird die Küche in das Gebäude eingebaut, zum nächsten Schuljahr werden die Essen dort

gekocht. „Ab dem ersten Schultag kann dort zu Mittag gegessen werden“, sagt Losert.

Pro Beruf ist der Caterer

Unabhängig davon steht ein besonderes Konzept im Mittelpunkt der Mensa. Eine wichtige Voraussetzung dafür war der Vertragsschluss mit Pro Beruf GmbH. Der gemeinnützige Bildungsträger wird ab August 2024 Caterer der neuen Zentralmensa an der Langen Feldstraße. Er betreibt seit 2008 das Ausbildungsrestaurant im Regionshaus in Hannover. Im dortigen Haus der Jugend werden nicht nur Speisen aus regionalen Produkten serviert, gleichzeitig er-

Essen für alle Gehrden Schüler: Zum neuen Schuljahr soll die Mensa neben der Grund- und Oberschule in Betrieb gehen. FOTO: DIRK WIRAUSKY

möglicht das Projekt jungen Menschen den Einstieg in die Berufswelt. Und genau das soll auch in Gehrden geschehen.

Fünf Ausbildungsplätze für Köche, Systemgastronomen und Gastronomie-Fachkräfte wird es im ersten Ausbildungs-

jahr in der neuen Mensa geben. Es gebe schon Interesse und die ersten Bewerbungen, sagt Carsten Hüge, Leiter der Grund- und Oberschule (GOBS) Gehrden – darunter auch Jugendliche der GOBS. Und es wird inklusiv gearbeitet. Auch die Ausbildung zum Fachpraktiker Küche (Beikoch) für Menschen mit Behinderungen wird angeboten. „Das ist ein rares Gut“, betont Hüge. Viele Firmen trauten sich nicht, Menschen mit Handicap einzustellen. Hüge hofft, dass dies eine gewisse Signalwirkung hat. „Wir geben gerne Informationen dazu“, sagt er.

Dazu wird die Schülerfirma in das Projekt eingebunden. Ferner werden die Klassen des siebten

Jahrgangs im Rahmen der Berufsorientierung wochenweise in der Küche und im Kiosk mithelfen. „Das ist aus unserer Sicht ein schlüssiges Konzept und ein toller Kreislauf“, findet Hüge. „Wir wollen damit eine größere Akzeptanz für Schülern erreichen“, sagt er.

Mit zwei Köchen, ein paar Küchenhilfen und einem Betriebsleiter soll es zum Schulstart Anfang August losgehen. Die Schülerinnen und Schüler können sich mit eigenen Vorschlägen zum Speiseplan einbringen. Drei Gerichte zum Preis von je 4,50 Euro sollen pro Tag angeboten werden: eins mit Fleisch oder Fisch sowie ein vegetarisches und ein veganes – und das alles mit Bio-

anteil und frisch gekocht. In der neuen Mensaküche sollen künftig regionale Produkte im Vordergrund stehen. So sollen Erzeuger und Firmen aus Gehrden und dem Umland gestärkt werden.

Für Hüge steht bereits jetzt fest: Das werde nicht irgendeine Mensa, sondern ein Paradebeispiel dafür, wie Schule, Politik und Verwaltung zusammenarbeiten können. „Essen hat auch etwas mit Lernen zu tun, und hier geht es noch dazu um Ernährung aus der Region“, sagt er.

Bis zu 1000 Essen täglich

Zum Schuljahresbeginn 2024/2025 entsteht auf einer Fläche

von 2800 Quadratmetern ein Mensabetrieb mit 200 Sitzplätzen. Hinzu kommt ein Kioskbetrieb mit weiteren 70 Plätzen. Mit einer Kapazität von bis zu 1000 Essen täglich soll es künftig möglich sein, die Schülerinnen und Schüler der Oberschule und der umliegenden Grundschulen mit einem gesunden Speiseangebot zu versorgen – durchaus eine logistische Herausforderung.

Zusätzlich wird ein eigener Kiosk mit Snacks und Kleinigkeiten das Programm abrunden. Ab dem Jahr 2025 soll auch das Matthias-Claudius-Gymnasium mit Essen aus der Mensa beliefert werden. Die Kosten für den Bau betragen rund 10 Millionen Euro.

LED-Tafel weist auf Park-and-ride-Platz hin

An der B217 in Weetzen sind Verkehrsinfos zu sehen

Weetzen. Die Verkehrswende kommt an – auch im Ronnenberger Stadtgebiet, durch das die Bundesstraße 217 führt. Dort befindet nun an der Straßenseite in Fahrtrichtung von Wennigsen nach Hannover ein übergroßes Schild mit LED-Technik. Darauf befindet sich die Information, dass es bei der nächsten Abfahrt zum Park-and-ride-Platz am S-Bahnhof Weetzen geht. Und noch einiges mehr.

„Baustein für die Verkehrswende“

„Wir wurden vor vielen Wochen mal darauf angesprochen, dass

dort eine solche Tafel geplant ist. Wann es passiert, haben wir nicht gewusst. Schön, dass es nun so weit ist“, sagt Thomas Bensch (SPD) – der Ortsbürgermeister spricht für den gesamten Ortsrat. Dass der Ortsrat Weetzen hier nur die Beobachterrolle einnimmt, liegt daran, dass es sich bei solchen LED-Tafeln um ein Projekt der Region Hannover zur Verkehrssteuerung handelt. Selbst die Stadt Ronnenberg war hier nur mit der Erteilung einer Genehmigung im Boot. „Mit solchen Projekten treibt man die Verkehrswende als weiteren Baustein voran“, lobt Bensch – nach eigener Aussage selbst

Zugfahrer. „Und von Weetzen aus kommt man ja super in die Innenstadt Hannovers.“

Laut Christoph Borschel, Sprecher der Region Hannover, sind in Hannover und um Umland seit Ende Januar sieben LED-Tafeln in Betrieb. „Die Tafel in Weetzen zeigt unter anderem Angaben zur Anzahl freier Plätze der Park-and-ride-Anlage an sowie die Zeiten bis zur Abfahrt der nächsten S-Bahn.“ Von der technischen Umsetzung her laufe das folgendermaßen: „Dafür wurden auf den Park-and-ride-Anlage Sensoren angebracht, die die Auslastung in Echtzeit übermitteln“, erklärt Borschel.

Überwachung in Hannover

Zudem könnten auf die Anzeigen der LED-Tafeln grundsätzlich alle Arten von Informationen aufgespielt werden, die Einfluss auf das aktuelle Verkehrsgeschehen haben, betont der Sprecher. „Wir können damit auch auf kurzfristige Ereignisse oder solche außerhalb des Normalbetriebes wie Messen spontan und flexibel reagieren.“ Als Beispiel nennt Borschel Streiks bei Bussen und Bahnen, die Sperrung des Südschnellwegs im Verlauf der Bundesstraße 65 in Hannover oder Gefahrenlagen bei Hochwasser. „Ziel ist es immer, mit den Anzei-

Sichtbarer Tipp: In Weetzen weist ein Schild nun an der B217 auf den S-Bahnhof hin. FOTO: STEPHAN HARTUNG

gen den Verkehr gezielt zu lenken.“ Die Tafeln werden aus der Verkehrsmanagementzentrale in

Hannover bespielt und überwacht.

Der Park-and-ride-Platz in Weetzen ist einer von inzwischen 19 in der gesamten Region Hannover. Zuletzt ist am 20. März ein weiterer Parkplatz mit 70 Stellplätzen an der Berliner Straße in Hannover-Badendtedt, direkt hinter der Ronnenberger Stadtgrenze im Stadtteil Empelde, eröffnet worden. Von dort aus geht es mit der Stadtbahnlinie 9 von der Haltestelle Hermann-Ehlers-Allee aus in die Landeshauptstadt. Dort hatte die Region vor drei Jahren, direkt an der Grenze zwischen Empelde und Badendtedt, einen neu-

en Hochbahnsteig errichten lassen. Weetzen hat die beste S-Bahn-Verbindung nach Hannover. Dort halten alle Linien, die von Süden aus Hameln oder Paderborn nach Hannover fahren, aber auch die S-Bahnen der Deisterstrecke, die in Haste startet und über Bad Nenndorf, Barsinghausen und Wennigsen nach Hannover führt. Kreative Pendler, die in diese Orte in die Gegenrichtung fahren wollen, können ihr Fahrzeug selbstverständlich auch in Weetzen abstellen. Weitere S-Bahn-Verbindungen bestehen in den Ronnenberger Ortsteilen Empelde, Ronnenberg und Linderte.

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 Hängematte 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

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