

Deister- 2025 Adventskalender

Das sind die
Gewinner
vom
15. bis 21. Dezember

15. Dezember: Es dürfen sich die Losnummern 1668 und 2424 über je einen Einkaufsgutschein im Wert von 100 Euro, der REWE oHG in Barsinghausen freuen. Einen weiteren Gutschein der REWE Barsinghausen für den Hannover 96 Fanshop im Wert von 80 Euro gewinnt die Losnummer 2356. Das Eiscafé Piccoli in Barsinghausen verschenkt vier Gutscheine für ein Frühstück „Abstanza“ im Wert von je 11,20 Euro an die Losnummern 2676, 3209, 3678 und 1316. Und die Buchhandlung Lesezeichen in Gehrden sorgt für gute Unterhaltung mit zwei Gutscheinen im Wert von 50 Euro, für die Losnummern 300 und 2121.

16. Dezember: Es dürfen sich die Losnummern 3902, 3353, 1394, 618 und 1372 über die Preise der Lütt Jever Scheune in Ronneberg freuen, verlost wurden 5x 2 Karten für Veranstaltungen in der Lütt Jever Scheune im Wert von je 50 Euro. Die bike 2 care GmbH in Barsinghausen verleiht der Losnummer 3984 einmal ein E-bike-Tag für zwei Personen im Wert von 50 Euro und vergibt weiterhin eine Inspektion E-Bike im Wert von 99,90 Euro an die Losnummern 2798. Es darf sich die Losnummer 3938 über ein Oberarm Blutdruckmessgerät im Wert von 40 Euro von der Glückauf-Apotheke in Barsinghausen freuen sowie die Losnummer 1513 über ein Kosmetikset im Wert von 50 Euro, auch von der Glückauf-Apotheke aus Barsinghausen.

17. Dezember: Die Sparkasse Hannover, in Gehrden verschenkt 5 x je 4 Eintrittskarten für die Recken an die Losnummern 719, 2164, 2371, 226 und 572. Elan Fitness GmbH, Wellness & Spa, spendet 3 Gutscheine für 4 Wochen Fitness, Wellness u. Spa, im Wert von 120 Euro an die Losnummern 669, 3137 und 3110. Niemann. INERIOR aus Wennigsen verschenkt zwei Gutscheine im Wert von 30 Euro mit den Losnummern 3264 und 1801.

18. Dezember: Heute darf sich die Losnummer 735 über einen Gutschein im Wert von 100 Euro von Speckmann Uhrmachermeister und Juwelier, in Barsinghausen freuen. EDEKA-Ladage in Gehrden verschenkt vier Gutscheine im Wert von je 25 Euro an die Losnummern 930, 918, 3105 und 2095. Das Berggasthaus Niedersachsen verlost ein 7-Gang Empfehlungsmenue für zwei Personen im Wert von 190 Euro an die Losnummer 1830.

19. Dezember: Heute geht 1x Ernährungsberatung 1 Std. von der Praxis für Ernährungsberatung Gabriele Bödeker in Wennigsen an die Losnummer 3828. Ein hochwertiger Bürostuhl Wilkhahn ON im Wert von 1.200 Euro von der Wilkening + Hahne GmbH & Co. KG geht an die Losnummer 1214. Ein Warengutschein à 50 € von Wein-Reich aus Gehrden geht an die Losnummer 3244 sowie 1 Präsentkorb à 50 € für die Losnummer 639.

20. Dezember: Heute stellt die Ersatec GmbH zwei Gutscheine für je eine Eintrittskarte à 50 Euro für ein Heimspiel von Hannover 96 mit den Losnummern 641 und 3837 zur Verfügung. Das Reisebüro Goltmann aus Barsinghausen sorgt mit einem Reisegutschein im Wert von 100 Euro bei der Losnummer 1208 für Freude. Und zwei Gutscheine im Wert von 35 Euro von SchweersHarms Fischerhus gehen an die Losnummern 3253 und 1245.

21. Dezember: Heute vergibt die Atlantis Reisen GmbH in Wunstorf 3x 1 Reisegutschein à 100 € mit den Losnummern 588, 3841 und 1254. Die Stadtwerke Barsinghausen verschenken eine mittlere Wertkarte für das Deisterbad im Wert von 67,50 € an die Losnummer 896. Das Café am Markt in Gehrden vergibt fünf Gutscheine im Wert von je 10 Euro an die Losnummern 3858, 1261, 2535, 135 und 1962.

Wir gratulieren herzlich.
Alle Angaben sind ohne Gewähr.

„Die Symptome lassen sich lindern“

Nele Schumann aus Weetzen leidet an einer posttraumatischen Belastungsstörung. Ihren Leidensweg hat sie in einem Buch verarbeitet.

Weetzen. Nele Schumann leidet unter einer komplexen posttraumatischen Belastungsstörung. Weil diese psychische Erkrankung auch heutzutage noch schwer erkannt wird, lebte sie mehr als zehn Jahre lang mit einer falschen Diagnose und Therapie. Ihren Leidensweg bis zur korrekten Einordnung und Behandlung ihrer Symptome hat die 26-Jährige jetzt in einem Buch verarbeitet.

„Symptomatisch sind die sogenannten Flashbacks, also wiederkehrende Gedankenketten“, sagt die 26-jährige Nele Schumann. Betroffene seien kaum in der Lage, ihre Emotionen wie Wut und Trauer zu regulieren. Auslöser für die Wesensveränderungen seien oft sogenannte Trigger wie Gerüche und Bilder. „Das ist klassisch für diese psychische Erkrankung“, beschreibt die junge Frau aus Weetzen ihre Erfahrungen.

Angefangen habe ihr Leidensweg vor mehr als zehn Jahren. Schumann ist in Barsinghausen aufgewachsen und hat an der Lisa-Tetzner-Schule ihren Realschulabschluss gemacht. „Ich musste eine Klasse wiederholen, weil ich mit 13 Jahren angefangen habe, ständig zu weinen“, erzählt sie. In den Jahren 2014 und 2015 sei sie deshalb im Kinder- und Jugendkrankenhaus Auf der Bult in Hannover zunächst für eine teilstationäre, später für eine vollstationäre Behandlung gewesen.

Die damalige Diagnose: „Mittelschwere Depression mit

Zwangsstörung“. Regelmäßiges Weinen und Grübeln sowie zwanghafte Gedanken und zwanghaft langes Duschen hätten diese Diagnose später auch während einer weiteren ambulanten Therapie untermauert. Die Ursache: „Möglicherweise Probleme im familiären Umfeld“, beschreibt Schumann die Vermutungen der Therapeuten. Genauer wird sie nicht, sagt aber: „Ich habe mich dann wieder aufgerappelt und in Langrede eine Ausbildung zur Konditorin gemacht.“ Diesen Beruf habe sie später wegen schwerer Hüftbeschwerden aufgegeben und nach einer Zeit mit Übergangsjobs bis zum Jahr 2022 noch eine Ausbildung zur Verkaufsfrauentherapeutin abgeschlossen.

Mit neuer Partnerschaft werden Symptome schlimmer

Rückblickend sagt die 26-Jährige: „Ich kann mir manchmal kaum erklären, wie ich es geschafft habe zu arbeiten.“ Denn: Ab dem Jahr 2019 wurden ihre psychischen Probleme schlimmer. „Ich hatte kurz zuvor meinen heutigen Lebenspartner kennengelernt“, erzählt Schumann. Plötzlich habe sie wieder begonnen, ständig zu weinen. Und: „Obwohl ich eine ruhige Person bin, hatte ich Wutanfälle – auch nachts.“ Dazugekommen sei auch noch ein auffälliges Schwarz-Weiß-Denken. „Ich fand alles nur noch total gut oder schlecht“, erzählt sie. Ihr 35-jäh-



Ein Buch über ihr Leben mit einer psychischen Erkrankung: Nele Schumann aus Weetzen will für Menschen mit einer komplexen posttraumatischen Belastungsstörung Aufklärungsarbeit leisten.

FOTO: INGO RODRIGUEZ

riger Freund stellte sie vor die Wahl: Therapie oder Trennung.

Ihre Entscheidung für eine ambulante Körpertherapie bei einer Heilpraktikerin mit psychotherapeutischer Ausbildung brachte die Wende. Diese habe ihr über den Hausarzt eine teilstationäre Therapie in einer psychosomatischen Klinik in Hannover verordnet. Dort wurde Schumann mit einer überraschenden Nachricht konfrontiert: „Nach

vier Wochen wurde meine bisherige Diagnose als falsch eingestuft“, sagt die 26-Jährige. Angesichts ihrer symptomatischen Merkmale sei von einer komplexen posttraumatischen Belastungsstörung auszugehen. Die umgangssprachlich als „Soldatenkrankheit“ bezeichnete Erkrankung werde bei vielen Menschen oft falsch oder gar nicht diagnostiziert, sagt Schumann. Sie weiß inzwischen: „Wohlfühl-

faktoren wie eine neue Liebe können die Krankheit voll ausbrechen lassen.“

Erfolgreiche Behandlung

Dass jüngste Einschätzung und Behandlung korrekt sind, zeigt die weitere Entwicklung. Schumann wurde vor elf Monaten entlassen, kann auf Medikamente verzichten und setzt nur ihre ambulante Körpertherapie fort.

„Meine Flashbacks lösen zwar noch Traurigkeit aus“, sagt die 26-Jährige, Traumaübungen seien aber geeignet, um diese Situationen zu lösen. Und: Schumann arbeitet in Teilzeit für die Volkshochschule (VHS) Hannover-Land in Neustadt als Veranstaltungsorganisatorin mit Social-Media-Aufgaben. Seit einem Jahr wohnt sie in Weetzen.

Ihre Erlebnisse hat sie nun in einem Buch verarbeitet. Das Werk mit dem Titel „Fesseln einer Traumerin“ ist in Zusammenarbeit mit dem Buchhandelsunternehmen Thalia und dem Verlag Story One erschienen. Es ist auf verschiedenen Onlineplattformen und auf Bestellung in Buchhandlungen zum Preis von 18 Euro erhältlich.

„Ich habe in zwölf Kapiteln Facetten meiner Krankheit und betroffene Bereiche wie die Beziehung zu meinem Freund beschrieben“, sagt Schumann. Sie wolle Betroffenen Mut machen und psychisch Erkrankte dazu ermutigen, Dinge zu hinterfragen, um sich einen langen Weg zur richtigen Diagnose zu ersparen. Denn: Ihre spezielle Erkrankung komme von außen und sei nicht genetisch. „Die Symptome lassen sich lindern“, versichert die Jungautorin. Es habe auch ihr selbst geholfen, das Buch eines Betroffenen zu lesen.

Schumann arbeitet schon an ihrem zweiten Buch und will künftig in den sozialen Medien Aufklärungsarbeit leisten. „Ich möchte die Wahrnehmungen der Menschen schärfen“, sagt sie.

Ideen von Bürgern sind gefragt

Online-Beteiligungsverfahren in Ronneberg zum neuen Nahverkehrsplan läuft

Ronneberg. Wie soll der öffentliche Nahverkehr morgen aussehen? Bis zum 15. Januar 2025 können Bürgerinnen und Bürger in einem Online-Beteiligungsverfahren ihre Ideen einbringen und die Qualität von Bus, Bahn und weiteren Aspekten mitgestalten. Egal ob neue Linien, optimierte Verbindungen oder Anregungen zur Barrierefreiheit – die Teilnahme hilft, den Nahverkehr bedarfsgerechter zu gestalten.

In der Region Hannover nutzen Millionen von Menschen regelmäßig den Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV). Damit Busse, Bahnen und innovative Verkehrsmittel wie der On-Demand-Service „Sprinti“ auch künftig zuverlässig, nachhaltig und bedarfsgerecht unterwegs sind, überprüft die Region Hannover regelmäßig in einem Online-Beteiligungsverfahren, inwiefern das bestehende Angebot den Bedürfnissen der Fahrgäste entspricht. Daraus entsteht der sogenannte Nahverkehrsplan.

Dieser Plan dient als zentrales Planungsinstrument, um das bestehende Verkehrsangebot kontinuierlich zu verbessern. Dabei stehen der barrierefreie Ausbau, die Anpassung an die Fahrgast-

bedürfnisse, sowie die Ziele der Mobilitätswende im Mittelpunkt. Neben einem attraktiven Liniennetz, optimierten Anschlussmöglichkeiten und einer stärkeren Vernetzung mit anderen Verkehrsmitteln werden auch Themen wie Fahrzeugkomfort, Haltestellengestaltung, Fahrgastinformationen und Tarife abgefragt.

Neben den Verkehrsexperten und -experten der Kommunen und Interessenvertretungen sind auch die Fahrgäste selbst eingeladen, ihre Expertise einzubringen. Bis zum 15. Januar können Interessierte eine kurze Umfrage zur aktuellen Qualität des ÖPNV ausfüllen und ihre Ideen auf einer interaktiven Dialogkarte einbringen. Die Bearbeitungszeit beträgt laut Stadtverwaltung etwa fünf Minuten. Mit wenigen Klicks lassen sich zum Beispiel neue Linien, Bahnhöfe oder Haltestellen vorschlagen sowie bestehende Verbindungen optimieren. Die Vorschläge anderer Teilnehmenden können kommentiert und bewertet werden.

Die Online-Beteiligungsplattform und detaillierte Informationen zum Nahverkehrsplan und den Planungszielen gibt es unter www.planersocietaet.de/nvp-regionhannover.

Doris Eickemeyer bekommt die meisten Stimmen

Hohe Wahlbeteiligung – nach der Wahl zum neuen Seniorenbeirat der Stadt Ronneberg gibt es neue Gesichter in dem Gremium

Ronneberg. Zwei Wahlperioden lang hat Doris Eickemeyer den Seniorenbeirat der Stadt Ronneberg als Vorsitzende angeführt. Nun haben die Bürgerinnen und Bürger über 60 Jahre eine neue Vertretung gewählt – und die Empelderin hat erneut die meisten Stimmen bekommen. Fast 34 Prozent der Ronneberger Senioren haben sich an der Wahl beteiligt.

Wahlberechtigt waren 7364 Frauen und Männer aus den sieben Ronneberger Stadtteilen. 2480 Stimmen wurden bei der ausschließlich per Briefwahl durchgeführten Abstimmung abgegeben, davon waren fünf ungültig. 25 Kandidatinnen und Kandidaten haben sich auf dem Wahlzettel um die elf Sitze im dritten Seniorenbeirat der Stadt beworben.

Nicht alle bisherigen Mitglieder schaffen die Wiederwahl

Hinter Doris Eickemeyer, die mit 471 rund 19 Prozent aller Stimmen erhielt, kamen mit Hermann Haller (301 Stimmen/12 Prozent) und Friedrich Haeseler (237/10) zwei Ronneberger Männer auf die weiteren Plätze. Auf Anhieb gelangte auch Karola Mackowiak, Kandidatin aus Ih-



Wiedergewählt: Doris Eickemeyer erhält bei der Wahl zum Seniorenbeirat der Stadt Ronneberg die meisten Stimmen

FOTO: PRIVAT

me-Roloven (212) in die Seniorenvertretung. Ebenfalls errangen Angelika Bober (129), Uwe Vehlies (117), Jürgen Kruse (114), Rainer Ackermann (113), Jürgen Maiwald (91), Achim Bollmann-Oberlein (82) und Dorothee Faller (76) einen Sitz. Als

Nachrücker werden allerdings Otmar Haas (63 Stimmen) anstelle von Rainer Ackermann und Wilfried Breipohl (62) anstelle von Karola Mackowiak erneut in den Beirat einziehen.

Beide hatten als bisherige Seniorenbeiratsmitglieder den direkten Wiedereinzug zunächst verpasst. Rainer Ackermann verzichtete aus gesundheitlichen Gründen, Karola Mackowiak war

nach der Wahl überraschend gestorben.

Eickemeyer zeigte sich indes erfreut über das Ergebnis. „In den vergangenen Jahren konnten wir unter anderem mit Projekten wie der gemeinsamen Fahrt zur Deister-Freilicht-Bühne, dem Handwerkerservice für Senioren und älter sein werden, weil die Menschen länger leben. Alle weiteren Informationen zur Wahl zum Seniorenbeirat der Stadt Ronneberg sind im Internet unter www.ronneberg.de zu finden.“

Die Arbeit des Seniorenbeirates in der Stadt Ronneberg wird auch immer wichtiger. Die Verwaltung prognostiziert, dass bis zum Jahre 2030 rund 38 Prozent der Stadtbevölkerung 60 Jahre und älter sein werden, weil die Menschen länger leben. Alle weiteren Informationen zur Wahl zum Seniorenbeirat der Stadt Ronneberg sind im Internet unter www.ronneberg.de zu finden.

Das Dach vom Tache Ronneberg
Gehrdener Str. 17

Frohe Festtage und viel Glück für 2025 wünsche ich allen Kunden und Freunden

Ihr Leonardo Del Viscio
Dachdeckermeister & Klempnermeister

NOTDIENST Tel.: (05109)
Tel. 0172/5156511 **515651**

MALERMEISTER Grosche

- Fassadenbeschichtung
- Wärmedämmung
- Lehmputze
- Malerarbeiten
- Bodenbeläge

Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins Jahr 2025!

05109/2140

E-Mail: j.grosche@htp-tel.de
Hauptstr. 2 · 30952 Ronneberg · Büro: Kantstr. 5

Wir danken uns für die Treue und das uns entgegengebrachte Vertrauen.

Med. Fußpflege Elham Zarinchan

Ronneberger Str. 18
30952 Ronneberg
0511 353 809 29
0179 39 777 38
zarineliza@gmail.com