

Zwei Tage Familienfest mit Live-Musik

Der **magaScene** Ausflugstipp: Der 28. Bothfelder Herbstmarkt

Am 20. und 21. September verwandelt sich die Kurze-Kamp-Straße in Bothfeld wieder in den Schauplatz eines der größten Stadtfeste in Hannover. Rund 30.000 Besucher waren 2024 dabei - und das aus gutem Grund! Das familientaugliche Event hat viel zu bieten für seine großen und kleinen Besucher. Die Gemeinschaft Bothfelder Kaufleute e.V. hat gemeinsam mit ihrem Partner, der Firma Eggers Event GmbH, ein großartiges Programm organisiert.

Es präsentieren sich an etwa 150 Ständen diverse Aussteller. Das Angebot reicht hier vom Kunsthandwerker bis zum örtlichen Gewerbetreibenden, jeder Stand wird eine kleine Mitmach-Aktion anbieten. Es gibt spannende Fahr- und Aktionsgeschäfte und natürlich ist auch für das leibliche Wohl gesorgt. Unter anderem sind hierfür mehrere Foodtrucks vorgesehen. Ein Highlight des Bothfelder Herbstmarktes ist immer die traditionelle Tombola mit Preisen im Gesamtwert von rund 30.000 Euro. Jedes fünfte Los ist hier ein Gewinn. Wenn der Stadtteil feiert, darf Live-Musik natürlich nicht fehlen, und die gibt es auf den vier Bühnen an beiden Tagen



Ein Highlight: Die KKS Big Band. FOTO: ARNE GEHRMANN

reichlich. Da sollte für jeden etwas dabei sein.

Am Sonnabend, 20. Septem-

ber, liegt der Schwerpunkt auf Rock und Pop. Mit dabei sind unter anderem Martin & Sloba. Das Duo singt leidenschaftlich die Popsongs der letzten Jahrzehnte. Etwas rockiger wird es mit Hartberg alias Herbert Hartmann & Ferdj Doernberg. Charly & The Labs nehmen Euch mit auf eine musikalische Zeitreise durch Jahrzehnte der Rock-, Blues- und Country-Musik. Eisbrecher, die Band der Hannoveraner Werkstätten, sind ebenfalls mit dabei. Mit einer Besetzung aus derzeit sechs Musikern mit Behinderung vereinen die Eisbrecher nicht nur musikalisches Können, sondern auch gelebte Inklusion, Teamgeist

und echte Bühnenleidenschaft. Infinity bieten feinsten Stadion-Rock mit modernem Sound, und R.O.C.K. die Partybänd verrocken fast alles: Classic Rock, NDW, Schlager, Pop, Funk und Soul.

Am Sonntag, 21. September, geht es mehr in Richtung Jazz und Swing. Ein Highlight ist hier sicherlich die KKS-Bigband, die vor kurzem erst zur drittbesten Bigband Deutschlands gekürt wurde. Der Bothfelder Entertainer Marc Masconi bringt echtes Las Vegas-Feeling mit. Wer die Augen schließt, hört Frank Sinatra, Tom Jones und Tony Christie fast originalgetreu! The Sterls nehmen

Euch mit auf eine Reise in die 1950er Jahre und die Swinging Oldtimers spielen Musik der großen Dixieland- und Swing-Bands wie Louis Armstrong, Chris Barber oder Benny Goodman. Das ist natürlich nur ein Auszug des umfangreichen Musik-Programms.

Los geht es rund um die Kurze-Kamp-Straße in Bothfeld an beiden Tagen um 11 Uhr. Freut Euch auf zwei Tage voller Spaß, Unterhaltung und Musik für die ganze Familie.

Das volle Programm findet sich hier: www.bothfeld-und-mehr.de

Vom Demenzparcours bis Seifenkistenrennen

Verschiedene Veranstaltungen in Bredenbeck

Bredenbeck. In Bredenbeck ist einiges los. Zoe Nierste vom Quartiersmanagement freut sich auf „tolle Veranstaltungen“.

Am Dienstag, 16. September, wird in der Bredenbecker Scheune, Wenigser Straße 15, im Rahmen der Wochen der Demenz von 15.30 bis 17.30 Uhr ein Demenzparcours aufgebaut. Dabei handelt es sich laut Nierste um einen „interaktiven Weg, um Demenz besser nachempfinden zu können.“ In einem Vortrag geht es ab 15.30 Uhr um grundsätzliche Fragen zur Demenz. Die Teilnahme ist kostenfrei, allerdings ist eine Anmeldung über das Quartiersmanagement bei Nierste unter Telefon (0176) 87964994 oder per E-Mail an zoe.nierste@dorfgemeinschaft-bredenbeck.de erforderlich.

Senioren und Seniorinnen singen wieder am Mittwoch, 17. September, von 15 bis 16 Uhr mit dem Berufsmusiker Björn Hahne in lockerer Atmosphäre. Im August startete dieses gemeinsame Singen in der Scheune, das jeden dritten Mittwoch im Monat stattfindet. Interessierte können dazukommen und mitsingen, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

„Die Boulebahn in Bredenbeck soll künftig zum Treffpunkt werden“, sagt Nierste. Jeden Donnerstag sind Bürgerinnen und Bürger ab 14 Uhr ohne Voranmeldung eingeladen, gemein-

sam am Ende der Straße Bachwinkel Boule zu spielen. Zu Beginn werden die Regeln für alle Anwesenden erklärt. Wer kann, sollte eigene Boulekugeln mitbringen.

Am Weltkindertag geht es dieses Jahr in Bredenbeck auf die Rennstrecke. Am Sonnabend, 20. September, findet das zweite Seifenkistenrennen statt, bei dem Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren am Hohen Holze mit ihren selbstgebauten Seifenkisten gegeneinander antreten können. Der Startschuss fällt um 10 Uhr und das Rennen endet um 15 Uhr. Eine Anmeldung ist noch am Sonnabend, 13. September, möglich. Interessierte wenden sich an Zierste per E-Mail an zoe.nierste@dorfgemeinschaft-bredenbeck.de oder unter Telefon (0176) 87964994. Der Name, das Alter des Kindes, Wohnort und Kontaktdaten der Eltern sind dabei wichtig.

Vor Ort gibt es Getränke, Kaffee, Grillgut und Livemusik vom Musikzug der Feuerwehr. Anschließend folgt eine Siegerehrung mit Preisen. Vorab gibt es am Montag, 15. September, um 17.15 Uhr einen TÜV-Termin in der Kfz-Werkstatt im Ort. „Beim TÜV wird geschaut, ob die Seifenkiste gut und sicher rollen kann, ob die Bremse funktioniert und ob die Kiste sicher verschraubt ist“, sagt Nierste.



Stadtmagazin für Hannover **magaScene**

Viele weitere, spannende Neuigkeiten aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an über 500 Auslegestellen in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.

IHRE ANZEIGE?

... IHR SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG!

Insrieren Sie jetzt in **burgbergblick**. Wir beraten Sie gern: Tel.: 0800 - 154 42 33 - E-Mail: kleinanzeigen@wochenblaetter.de



ANZEIGE

Spröde Fingernägel: Was wirklich hilft!



Ihre Nägel sind spröde, weich oder reißen ein? Wir haben uns angesehen, was dahintersteckt und was man dagegen tun kann.

Wer zu spröden oder rissigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch, ungepflegt zu wirken und suchen nach schneller Hilfe. Doch selbst detaillierte Pflegeroutinen etwa aus dem Internet oder zunächst vielversprechende Tipps aus dem Bekanntenkreis bringen oft keine Verbesserung. Was viele nicht wissen: Hinter brüchigen Nägeln steckt meist mehr als

bloß mangelnde Pflege – ein genauer Blick auf mögliche Ursachen lohnt sich.

URSACHEN FÜR SPRÖDE NÄGEL

Der Erhalt schöner Nägel kann oftmals zur Herausforderung werden. Speziell dann, wenn äußere Umstände wie häufiges Händewaschen oder der Kontakt mit Desinfektions- und Putzmitteln dazu beitragen, dass die Nägel austrocknen und in weiterer Folge einreißen. Häufig steckt aber ein Ungleichgewicht im Vitamin- und Mineralstoffhaushalt dahinter, der der Nagel ist von vornherein bereits geschwächt und spröde. Konkret geht es dabei um folgende Nährstoffe:

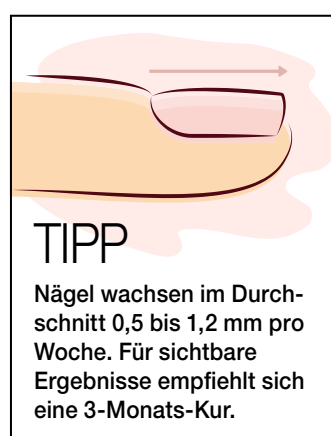
- **Silizium** findet sich in Kieselerde und Goldhirse wieder. Besonders letztere war bereits im Mittelalter als „Schönheitskorn“ bekannt.

- **Zink** und **Selen** zum Erhalt normaler Nägel.

- **MSM** (Schwefel) als wichtiger Strukturbaustein.

OPTIMALE NÄHRSTOFFVERSORGUNG

Sollte man also das Essverhalten überdenken und vermehrt Lebensmittel wie Hülsenfrüchte, Nüsse, und Hirse konsumieren, die die oben genannten Nährstoffe enthalten? So einfach ist es leider nicht. Denn erstens fehlt den



TIPP

Nägel wachsen im Durchschnitt 0,5 bis 1,2 mm pro Woche. Für sichtbare Ergebnisse empfiehlt sich eine 3-Monats-Kur.

meisten schlichtweg die Zeit, täglich frisch und ausgewogen zu kochen. Und zweitens weisen die heutigen Lebensmittel aufgrund ausgelaugter Böden lange nicht mehr den

Nährstoffgehalt auf, den sie früher hatten. Sind die Nägel also tatsächlich bereits in Mitleidenschaft gezogen, ist ein zusätzlicher Ausgleich mit Nahrungsergänzungsmitteln ratsam, um die Nagelwurzeln wieder ideal zu versorgen.

RICHTIGE WAHL

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für Konsumenten nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen können.

Umso vertrauenswürdiger ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen: Besonders häufig wird hier Dr. Böhm® Haut Haare Nägel genannt, das seit Jahren meistverkaufte Präparat für feste Nägel.*

Das Qualitätsprodukt aus Österreich enthält neben wichtigen Spurenelementen vor allem Silizium, hochreines MSM (natürlicher Schwefel) und Selen in sinnvoller Dosierung und wird nach höchsten Arzneimittelstandards produziert. Die Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender mit spür- und sichtbaren Ergebnissen.

UNSER TIPP: GEDULD ZAHLT SICH AUS

Da Nägel nur zwischen 0,5 und 1,2 mm pro Woche wachsen, braucht es einige Monate Zeit, um den größtmöglichen Erfolg zu erzielen. Deshalb sollte die Anwendung mindestens 8 bis 16 Wochen konsequent durchgeführt werden.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IOVIA Österreich OTC Offtake MAT 06/2025



„Seit ich Haut Haare Nägel von Dr. Böhm® nehme, sind meine Nägel viel widerstandsfähiger geworden und reißen nicht so schnell ein – ein wahrer Zugewinn für meinen Alltag!“

Barbara Feldmann, 42

APOTHEKEN-TIPP bei spröden Nägeln



Nahrungsergänzungsmittel

Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Zink und Selen für den Erhalt normaler Nägel
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Ergänzt durch natürlichen Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente



3 Monatskur

Dr. Böhm Haut Haare Nägel ist auch als 3-monatige Schönheitskur (180 Stk.) zum Vorteilspreis erhältlich. Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach.

Für Ihre Apotheke
PZN: 19485477, 180 Stk. UVP 49,90 €
PZN: 15390975, 60 Stk. UVP 19,90 €