

Siegergruppe zeigt sich „überrascht und erfreut“

Fortsetzung von Seite 1

Kalender sind ab Mitte Oktober erhältlich

In den Räumen der AWO Residenz Gehrden überreichte die Präsidentin des Lions Clubs, Brigitte Gellert, den Preis in Höhe von 150 Euro an die Leiterin der Gruppe, Natalia Rachuta. Sie hatte die Idee und motivierte die Seniorenrunde im Alter zwischen 82 und 94 Jahren. Sechs Bilder hat die Gruppe eingereicht, „aber dass eines davon gewinnt, damit haben wir wirklich nicht gerechnet“, sagt Rachuta. Sie sei überrascht und erfreut. Die Zweitplatzierte Linda Laging erhielt 100 Euro, und der Drittplatzierte Nael Koo bekam ein Preisgeld in Höhe von 50 Euro.

Mitte Oktober soll dann die Auslieferung der neuen Kalender an die Geschäfte erfolgen. Sie werden in Barsinghausen, Gehrden, Ronnenberg und Wennigsen für 5 Euro pro Stück verkauft. Die Verkaufsstellen erfährt man auf der Internetseite des Lions Clubs auf <https://deister-calenderland.lions.de>. Die zahlreichen Verkaufsstellen seien die vierte Säule, die zu dem Erfolg des Kalenders beiträgt, indem sie ihre Arbeitszeit kostenlos für den Verkauf des Deister-Adventskalenders einsetzen und ihn ebenfalls bewerben, sagt die Präsidentin.

Garagenflohmarkt in Benthe

Benthe. An verschiedenen Häusern oder an Gartenzäunen in Benthe werden am morgigen Sonntag, 21. September, bunte Luftballons hängen. Dies symbolisiert, dass die Bewohnenden am

großen Garagenflohmarkt teilnehmen. Dieser läuft in der Zeit von 10 bis 16 Uhr. Interessierte können an unterschiedlichen Stellen im Ort Second-Hand-Artikel und Trödel entdecken.

Seit 30 Jahren „eine Erfolgsgeschichte“

1995 ist der Männertreff ins Leben gerufen worden – an Bedeutung hat er seitdem nichts eingebüßt



Unternehmungslustig: Fast 30 Ausflüge machen die Mitglieder des Männertreffs im Jahr. Anfang August ging es beispielsweise zum Kyffhäuser-Denkmal.

FOTO: PRIVAT

Gehrden. Zugegeben: Eine Einrichtung, bei der regelmäßig ausschließlich Männer zusammenkommen, wirkt aus der Zeit gefallen. Und dennoch ist der Gehrden Männertreff ein Erfolgsmodell – und das seit nunmehr 30 Jahren.

1995 kam die Idee auf, sich mit Gleichgesinnten zu treffen, die das Berufsleben hinter sich haben und die ihren Ruhestand aktiv gestalten wollen. Daraus entstand schnell ein fester Kreis

von Rentnern und Pensionären. Bis heute kommt die Gruppe mit ihren 55 Mitgliedern zusammen. Zwischen 60 und 90 Jahre alt sind sie. „Die Treffler“ nennt „Eventmanager“ Thomas Wille die Gruppe.

Keine sozialen Unterschiede

Der Männertreff ist kein Verein, sondern ein eher lockerer Verbund. Sprecher ist Michael Scherfenberg, der vor zwei Jahren Manfred Mücke abgelöst hat. Was Scherfenberg und Wille wichtig ist: Der Treff ist nicht elitär. Akademische Titel, Abzeichen oder Gehaltsklassen spielen keine Rolle. Beim Männertreff Gehrden begegnen sich alle auf Augenhöhe. Geduzt wird hier ohnehin. Nur passen muss es, wenn einer neu mitmachen will. Deshalb gebe es auch eine Art „Bewerbungsgespräch“, wenn jemand neu dabei sein wolle. „Aber das ist eine lockere Unterhaltung“, schränkt der ehemalige Lehrer ein.

Jeden Mittwoch kommen die Männer zusammen, abwechselnd im Gemeindesaal der Margarethenkirche oder bei einer Exkursion. Mit der Kirche haben die Mitglieder nichts zu tun, sie zahlen lediglich Miete für die Nutzung des Raumes. Ebenso wenig sind sie ein eingetragener Verein. Die Männer organisieren

sich selbst. Die Finanzen regeln sich über eine jährliche Umlage, jeder ist einmal pro Jahr zuständig für Kaffee und Kuchen oder das nächste Ausflugsziel. Ein Prinzip, das funktioniert. Denn eines ist wichtig: „Wir wollen was erleben und in Bewegung bleiben“, sagte Scherfenberg mit Blick auf die unzähligen Aktivitäten.

Teilnehmer am Rastplatz vergessen

Unangenehme Überraschungen gab es bislang bei den Tagesfahrten nicht. Außer 2019. Nach einem Besuch der KZ-Gedenkstätte Mittelbau-Dora bei Nordhausen machte die Gruppe eine Pause an der Raststätte Seesen. „Und als wir schon wieder mit dem Bus auf der Autobahn unterwegs waren, fiel uns auf, dass ein Teilnehmer fehlte“, erinnert sich Scherfenberg. Das Problem: Er sei nicht erreichen gewesen. Schließlich musste der Bus am Autobahn-Dreieck Salzgitter umkehren. Der Vergessene habe derweil an der Theke der Raststätte gesessen. „Er war sichtbar erleichtert, als wir wieder auftauchten“, so Scherfenberg. Seitdem werde immer akkurat durchgezählt, bevor der Bus losfahre.

Geselligkeit und Aktivitäten sind das Herz des Männertreffs. Einige suchen hier nach dem Ein-

tritt in den Ruhestand vor allem eine Freizeitbeschäftigung und das Gespräch. Für Scherfenberg, der seit 2023 Sprecher der Gruppe ist, sind das die entscheidenden Faktoren.

Viele Männer hätten Angst vor dem Ruhestand und würden in ein Loch fallen. Im Beruf sei man in ein soziales Umfeld eingebunden, mit dem Ruhestand breche das alles plötzlich weg. „Es gibt den Bedarf. Diese Leute werden bei uns aufgefangen“, sagt er. Er sei stolz, dass der Männertreff dazu beitrage, dass es den Männern im Ruhestand gut gehe. „Der Männertreff ist eine Erfolgsgeschichte“, meint er.

Umfangreiches Programm

Die Männer sind in Bewegung und mobil. Das Programm ist umfangreich und abwechslungsreich. Mal wird das THW in Ronnenberg besucht, dann steht eine Stadtbesichtigung in Göttingen auf der Agenda oder eine Radtour zum Erdbeercafé. Zum 30-jährigen Bestehen ging es nach in das Panorama-Museum nach Bad Frankenhausen – eine Gedenkstätte für den Deutschen Bauernkrieg. Die Vorschläge und die Planung übernimmt immer ein Mitglied der Gruppe. Der 70-jährige Thomas Wille ist für den Freizeitbereich verantwortlich und erstellt das

Jahresprogramm. Seit 1995 gab es 850 Unternehmungen. Neben Wille unterstützen Helmut Temps und Sigi Elster Sprecher Scherfenberg.

Wille war es im Übrigen auch, der den Männertreff durch die Corona-Zeit geführt hat. „Er hat es geschafft, dass wir untereinander den Kontakt gehalten haben“, erzählt Scherfenberg. Es habe zu jeder Zeit das „Wort zum Mittwoch“ gegeben – launige Texte, die den „Trefflern“ zugemalt worden seien.

Entstanden ist der Zusammenschluss im Jahr 1995 auf die Initiative von Gerhard Friebling. Der Diplom-Ingenieur war damals mit 64 Jahren frührentioniert worden, doch Familie, Haus und Hobbys waren ihm zu wenig. Auf der Suche nach Gleichaltrigen zum gemeinsamen Zeitvertreib wandte er sich daher in einem offenen Brief an Pensionäre, Frührentner, Rentner, Arbeitslose über 57 Jahre und alle weiteren Männer der Jahrgänge 1927 bis 1937, die in Kürze in den Ruhestand gehen würden. Ihm schwebten gemeinsamer Sport, Bildung, Vorträge und Diskussionen sowie Ausflüge, Spiele oder Reparaturarbeiten vor.

„Ich schlage vor: Ein Treffen lebensfroher Ruhestandler und solcher, die es werden wollen“, schrieb er. Eine Vision, die sich vollends erfüllt hat.

Glaserei Heick

www.glaserei-heick.de

Meisterbetrieb

- Glasreparaturen aller Art
- Glasdächer
- Glasküchenrückwände
- Ganzglastüren / Anlagen
- Glasduschabtrennungen
- Spiegel in allen Formen
- Markisen / Rollläden / Insektenschutz

VELUX
Experte

- VELUX Fenster Austausch / Neumontage
- VELUX Fenster Wartung und Zubehör
- Fassaden- und Schornsteinbekleidungen
- Fenster und Haustüren aus Kunststoff / Holz / Aluminium

Barsinghausen 05105 / 8 22 31
Gehrden 05108 / 92 28 95
24 Std. Glas- und Fenster Notdienst

2502401_002624

GRAMANN **AHRBERG**
Hannoversche Landschlachterei beste Meisterqualität seit 1896

WERKVERKAUF IN PATTENSEN

BAYRISCHE WOCHEN

vom 15. - 27. September 2025



Schweinshaxe

1 St. / 6,40 €

2 St. / 11,90 €

... und viele weitere Angebote vor Ort

Gramann Ahrberg Werksverkauf Ludwig-Erhard-Straße 25 | 30982 Pattensen
Dienstag - Freitag: 8-18 Uhr | Samstag: 8-14 Uhr

www.gramann-ahrberg.de [gramann_ahrberg](https://www.instagram.com/gramann_ahrberg) [Gramann.Ahrberg](https://www.facebook.com/Gramann.Ahrberg)

2502701_002625



LOOKFEEL
EYEWEAR

EINSTÄRKENBRILLE
inklusive Gläser ab **98 €**

GLEITSICHTBRILLE
inklusive Gläser ab **248 €**

Dammtor Optik

Dammtor 9 · Gehrden · Tel. 05108-925711 · durchgehend geöffnet
www.dammtor-optik.de · info@dammtor-optik.de



Sehtest für Autofahrer und andere Verkehrsteilnehmer

Jetzt kostenloser Sehcheck bei Dammtor Optik

Die Sicherheit beim Autofahren steht an erster Stelle. Eine KFZ-Inspektion mit Kontrolle der Beleuchtung, Reifenwechsel im Frühjahr und Herbst sind selbstverständlich. Auch das E-Bike wird zur Inspektion in die Fahrradwerkstatt gebracht. Doch was nutzt das sicherste Verkehrsmittel, wenn kritische Situationen durch unzureichende Sehkraft nicht erkannt werden? Das Gleiche gilt selbstverständlich für Fußgänger und andere Verkehrsteilnehmer. Für Führerscheininhaber ist eine amtlich vorgeschriebene Augenprüfung Pflicht. Doch immer noch zu viele Verkehrsteilnehmer lassen ihre Sehkraft nicht regelmäßig kontrollieren. Da die Sehschärfe im schleichenden Prozess abnimmt, werden Veränderungen oft erst sehr spät wahrgenommen. Besonders in der Dämmerung, also bei schlechteren Lichtverhältnissen wird die Sehleistung enorm herabgesetzt. Ein Sehtest tut nicht weh und verschafft Klarheit.

Regelmäßige Sehtests
Bei der Dammtor Optik in Gehrden gehört

die Überprüfung der Sehschärfe zum guten Service. Mit modernster Technologie wird geprüft, ob die Sehkraft bei Tag und Nacht ausreichend ist. Viele Verkehrsteilnehmer schätzen ihre Sehfähigkeit falsch ein, daher sollte die Sehkraft alle zwei bis drei Jahre kontrolliert werden, für Berufskraftfahrer eher öfter. Eitelkeit ist nicht angesagt, denn es geht nicht nur um die eigene Sicherheit. Brillen mit falschen Dioptrien, zu alte Gläser, schlechte oder gar keine Entspiegelung können nicht nur die Sicht beim Autofahren erschweren sondern auch die Sehschärfe massiv beeinflussen. Dadurch wird die Reaktionszeit herabgesetzt. Die sogenannten Fertigbrillen, die zum Lesen in vielen Läden erworben werden können, sind für den Straßenverkehr nicht geeignet und dürfen nicht als Fernbrille beim Autofahren getragen werden. Auch Bildschirmarbeit beeinflusst unsere Augen. Bereits Kinder verbringen längere Zeit am Handy oder anderen Bildschirmen. Viele Berufstätige verbringen ihre gesamte Arbeitszeit ausschließlich am Bildschirm. Im Homeoffice sind die Abstände oftmals kürzer als

im Büro. Man verlässt seltener den Arbeitsplatz, auch das Austauschen mit Kollegen findet nicht statt. Statisches auf den Bildschirm schauen verändert die Augen, oft merkt man es nicht. Kopfschmerzen oder Verspannungen im Schulter-Nackenbereich können entstehen.

Brillen schützen vor Blendung, UV- und Blauem Licht

Entspanntes und ermüdungsfreies Sehen erreicht man durch Brillen, die mit den aktuellsten Daten einer Augenprüfung angefertigt wurden. Die Brille sollte zudem perfekt sitzen, um eine einwandfreie Abbildungsqualität zu gewährleisten. Für blendempfindliche Brillenträger empfiehlt sich eine Entspiegelung, die speziell für das Fahren im Dunkeln entwickelt wurde. Für Gleitsichtträger, denen das Sichtfeld zu eingeschränkt ist, bietet sich eine Fernbrille mit großem Sehbereich an. Allerdings fehlt die Schärfe auf kurzer Distanz. Alternativ hat die Brillenindustrie Gläser entwickelt, die beim Autofahren breitere

Sichtbereiche haben. Sie ermöglichen eine schnellere Objekterfassung, dynamisches Sehen und bessere Reaktion. Dabei bleiben die Armaturen und der Tacho gut sichtbar. Standard - Gleitsichtbrillen haben stärkere Sichtfeldeinschränkungen, mit denen man schnell mal einen Fußgänger oder Radfahrer übersehen kann.

Für die tieferstehende Sonne von Herbst bis Frühjahr sind polarisierende Gläser sinnvoll. Sie sorgen nicht nur für Lichtschutz sondern reduzieren auch die Blendung bei regnerasser Straße. Für Bildschirmarbeitsplatzbrillen und auch für Schüler sind Blaulicht- und UV-Filter wichtig. Sie schützen das Auge und sorgen für ermüdungsfreies Sehen.

Bei der Dammtor Optik in Gehrden sind Sie in Meisterhand. „Nutzen Sie unseren Service und lassen Sie passend zum Reifenwechsel Ihre Augen überprüfen. Vereinbaren Sie gerne unverbindlich einen Termin“, empfiehlt Augenoptikermeisterin Silvia Krone von der Dammtor Optik.

-ANZEIGE-

2502401_002625