

VERKAUF SOFFENER

09. NOV. 12:30 - 17:30 Uhr

anlässlich des Martinimarktes in Hessisch Oldendorf

Stressless® Werksberatung am 09.11.

Sonntagsbonus
10% Extra-Rabatt auf alle sofort verfügbaren Möbel!

Bratwurst- und Getränkestand der Feuerwehr Pötzen am 09.11.

Montag - Freitag 10:00 - 18:30 Uhr
Samstag 10:00 - 17:00 Uhr

Möbelhaus FRANZ

zu Hause ist es am schönsten...

Möbelhaus Franz OHG • Alte Berliner Heerstraße 66 • Hessisch Oldendorf - OT Pötzen • Tel. 05151 - 57070
www.moebelhausfranz.de • info@moebelhausfranz.de

*Gilt für alle als Ausstellungsstück gekennzeichneten Möbel und Einbauküchen. Nur gültig am 08. & 09.11.2025. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

KRH: ANZEIGE

Vorträge zur Herzgesundheit

Region. Im Rahmen der bundesweiten Herzwochen 2025 der Deutschen Herzstiftung rückt das KRH Klinikum Robert Koch Gehrden die Herz- und Gefäßgesundheit in den Mittelpunkt. Am 13. und 14. November finden jeweils von 11 bis 12 Uhr zwei Fachvorträge statt, die über Ursachen, Vorbeugung und moderne Behandlungsmethoden informieren. Dr. Thomas Gerding, Leitender Oberarzt der Klinik für Herz- und Gefäßkrankheiten und Internistische Intensivmedizin, spricht am Donnerstag, 13. November zum Thema „Herzinfarkt – vermeiden und rasch behandeln“. Er erläutert, wie ein Herzinfarkt entsteht, welche Risikofaktoren eine Rolle spielen und wie gezielte Prävention Leben retten kann. Zudem gibt er Hinweise zu Sofortmaßnahmen im Notfall. Am Freitag, 14. November referiert Oberarzt Gero Lanzoni über „Moderne Diagnostik und Therapie von Gefäßkrankheiten“. Er stellt aktuelle Verfahren zur Früherkennung und Behandlung von Gefäßverengungen und Durchblutungsstörungen vor. Beide Veranstaltungen finden im Hörsaal des KRH Klinikums Robert Koch Gehrden, Von-Reden-Straße 1, statt.



Win-win: Sabrina Schirschke von der Waldwirtschaft Bärenhöhle freut sich, mit Clemens Schäftlein einen ambitionierten Koch gefunden zu haben. Schäftlein genießt das eigenständige Arbeiten und den kreativen Freiraum. FOTO: MAIKE DEL RIO

Der ausgezeichnete Jungprofi aus der „Bärenhöhle“

Clemens Schäftlein gehört zu den besten Nachwuchsköchen in Deutschland – der 20-jährige Gehrden arbeitet in der Egestorfer Waldwirtschaft und erhält den Sonderpreis für nachhaltiges Kochen

Egestorf. Clemens Schäftlein ist 20 Jahre alt und gehört zu den besten Köchen in Deutschland. Das hat er kürzlich bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in den gastgewerblichen Ausbildungsberufen bewiesen. Jetzt steht Jungkoch Schäftlein in Kochschürze und mit hochgebundenem Haar vor großen dampfenden Töpfen in der Küche der Waldgaststätte „Bärenhöhle“. Als Mittagsgespeisen stehen jahreszeitliche Spezialitäten wie Kürbiscremesuppe und Hirschgulasch auf der Tageskarte.

Im Sommer schloss er seine dreijährige Ausbildung zum Koch mit der Note eins ab. „Ich habe über meine alte Klassenlehrerin von der freien Stelle in der Bärenhöhle erfahren“, berichtet der Gehrden. Mit ChefIn Sabrina Schimpke wurde er sich dann schnell einig.

vergangen Jahres nahm er am Azubi-Wettbewerb: „Preis des Regionspräsidenten“ teil und wurde zum „besten Nachwuchskoch in der Region Hannover“ gekürt. Damit qualifizierte er sich für die Niedersächsischen Jugendmeisterschaften im März. Durch seinen ersten Platz in der Kategorie Köche dort war der Weg frei für die Teilnahme an den 43. Deutschen Jugendmeisterschaften in den gastgewerblichen Ausbildungsberufen. Es ist das wichtigste Nachwuchsevent der Branche und fand vom 18. bis 20. Oktober in Königswinter bei Bonn statt. Das Team Niedersachsen, zu dem Schäftlein gehörte, erreichte Platz vier. Er selbst sicherte sich den fünften Platz und erhielt außerdem die Auszeichnung „nachhaltigster Nachwuchskoch“. Diese wird für besonders ressourcenschonendes und kreatives Arbeiten vergeben.

Motivationsstützen statt Vorbilder

Ein Vorbild habe er nicht, so Schäftlein. Privat sei er handwerklich aktiv und tausche sich gern mit anderen aus. Sein Motto: „Machen und schauen, was passiert.“ Dabei umgebe er sich gern mit Menschen, die ähnlich wie er unterwegs seien. Auch ein Lieblingsgericht hat der Jungkoch nicht, jedoch eine klare Präferenz: „Mit Nudeln schmeckt alles besser.“

Ausbildung im Leineschloss

Gelernt hatte Schäftlein im renommierten Restaurant „Schorse“ im Leineschloss Hannover, zu dem auch der Havelser Hof in Garbsen gehört. Ganz bewusst habe er sich nun für eine Wirtshausküche entschieden. „Ich wäre auch übernommen worden“, erzählt er. Doch die Perspektiven in der „Bärenhöhle“ sagten ihm mehr zu. „Hier kann ich selbstständiger arbeiten und habe mehr Spiel- und Freiraum“, meint er. Gemeinsam mit dem zweiten Koch habe er im Sommer die Speisekarte überarbeitet. „Die neue Karte startet jetzt“, teilt er mit. Sie sei nur leicht abgewandelt worden, um ein noch stärker auf die Gäste abgestimmtes Angebot zu erreichen.

Herausforderungen des Wettbewerbs gemeistert

Schäftlein erzählt, dass er sich vor den Wettbewerben jeweils zwei Wochen intensiv vorbereitet habe. Mit Rat und Tat unterstützt wurde er dabei sowohl vom Ausbildungsbetrieb als auch von seinen Berufsschullehrern. In Königswinter habe er aus vorgegebenen Grundkomponenten ein Vier-Gänge-Menü für zehn Personen gekocht. „Die Mengen waren vorgegeben. Ich hatte zum Beispiel nur zwei Auberginen und zehn Garnelen“, erzählt er. Aus 1200 Gramm Lachs habe er das Mittelstück für die Hauptkomponente genutzt, den Rest in Scheiben geschnitten und gebeizt und das Übrige zu Lachstatar verarbeitet. „So habe ich das Beste aus jedem Stück herausgeholt“, meint er.

Schäftlein ist nachhaltigster Nachwuchskoch

Auch bei den Kochutensilien und dem Energieverbrauch achtet Schäftlein auf ressourcenschonendes Arbeiten und lässt

IMMER MIT DABEI!

UNSER TIPP: Jetzt online buchen und die besten Plätze sichern!

HAZ Tickets NP

Newsletter-Anmeldung unter: haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

Dem Abschied begegnen. Die letzte Reise verstehen.

„Immer wieder ist in Gesprächen der Wunsch an uns herangetragen worden, ein Krematorium einmal mit eigenen Augen sehen zu können. Viele Menschen möchten verstehen, was genau an diesem Ort geschieht – nicht aus Neugier, sondern weil es ihnen hilft, innere Ruhe zu finden.“ sagt Kai Rohlfes, Geschäftsführer und Bestatter, des Familienunternehmens Rohde + Rohlfes Bestattungen.

Was geschieht eigentlich nach dem Tod? Was passiert wirklich bei einer Feuerbestattung? Und wie fühlt es sich an, einen Ort zu betreten, den viele nur aus Erzählungen kennen und mit dem man vielleicht sogar eher dunkle und sterile Bilder verbindet?

Bei einer geführten Besichtigung erfahren die Teilnehmenden, wie der Ablauf einer Kremation konkret aussieht, welche Stationen ein Verstorbener dabei durchläuft – und welche Bedeutung das Krematorium im gesamten Trauerprozess hat. Nach der Besichtigung entsteht Raum für stille Gedanken und ehrliche Gespräche – und es besteht die Möglichkeit, persönliche Fragen an den Mitarbeiter des Krematoriums sowie direkt an den Bestatter zu richten.

„Viele Menschen spüren Erleichterung, wenn sie diesen Ort einmal mit eigenen Augen gesehen haben.“ sagt Kai Rohlfes. „Er verliert seinen Schrecken – und gewinnt an Würde.“

Die Fahrt richtet sich an Menschen, die sich mit dem eigenen Lebensende, mit der Abschiedsgestaltung oder mit der Vorsorge für An- und Zugehörige beschäftigen möchten.

Zur Anmeldung und Fahrtinformationen, beachten Sie bitte die Anzeige neben diesem Artikel.

Rohde + Rohlfes BESTATTUNGEN
Begleiten heißt, mitzugehen – Seite an Seite.

Besichtigung des Krematoriums Hildesheim
Freitag, 28.11.2025

Abfahrt | um 14:00 Uhr, am Parkplatz Vorwerkstr., direkt gegenüber des Friedhofs in Gehrden. Rückankunft | ca. 20:00 Uhr

Anmeldung | bis zum 19.11.2025
Tel. 05108 9299-16 oder kontakt@rohde-rohlfes-bestattungen.de

Über das Warum, erfahren Sie mehr im Artikel neben unserer Anzeige.

Wichtige Hinweise | Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Anzahl der Plätze ist begrenzt. Wir berücksichtigen die Reihenfolge der Anmeldungen.

Ronnenberger Str. 29 • 30989 Gehrden
rohde-rohlfes-bestattungen.de

Kino am Raschplatz

Kinofilm „Reden und reden lassen“

Seelische Gesundheit und Selbsthilfe

Mo. 17. November 2025

Tickets je 5,00 Euro: unter Telefon: 0511 - 31 78 02 (täglich ab 14.00 Uhr) oder www.kinoamraschplatz.de

www.depressionen-hannover.de

Gefördert durch: BAHN BKK Audi BKK AOK

Veranstalter: Selbsthilfegruppen Garbsen Hab Mut, es tut gut! & Mittendrin - trotz Angst! www.depressionen-hannover.de

DGBS Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V.

HAB MUT zeigt Gesicht e.V. Mit Ihrer Spende unterstützen Sie unsere Vereinsarbeit! www.habmutzeiggesicht.de

PSYCHIATRIE FILME

„Reden und reden lassen – Psychische Gesundheit und Selbsthilfe“

Selbsthilfe im Fokus eines neuen Films am 17.11.2025 um 18.00 Uhr im Kino am Raschplatz - Hannover mit anschließender Gesprächsrunde u.a. mit Regisseurin Andrea Rothenburg, Selbsthilfegruppe aus Garbsen.

Selbsthilfe kann Leben verändern – und genau das zeigt diese bewegende Dokumentation. „Reden und reden lassen“ nimmt uns mit zu Menschen, die den Mut gefunden haben, über bipolare Störungen, Depressionen, Ängste, Traumata, Süchte und andere seelische Belastungen zu sprechen. Offen, ehrlich und berührend erzählen sie, was es bedeutet, in einer Selbsthilfegruppe anzukommen, zuzuhören, zu sprechen, verstanden zu werden und wieder neuen Halt zu finden. Der Austausch kann zur Stabilisierung, zur Rückkehr in die Eigenständigkeit und zur Stärkung psychischer Widerstandskraft beitragen.

Der Film zeigt, wie kraftvoll Gemeinschaft sein kann: Wenn Worte Brücken bauen, Schweigen gebrochen wird und gegenseitige Unterstützung neue Stärke schenkt. „Reden und reden lassen“ ermutigt auch Angehörige, nicht allein zu bleiben. Ganz nach dem Motto: Gemeinsam weniger einsam.

Wir danken für die Finanzierung dieses Projektes der AOK-Niedersachsen, Bahn-BKK und Audi-BKK im Rahmen der Projektförderung im Selbsthilfebereich. Tickets sind für 5,00 € direkt an der Kinokasse zu erwerben.

– PR-Anzeige –