

Glasfaserausbau in Kernstadt startet

Sobald es die Witterung zulässt, werden die Bagger im Einsatz sein: Erste Haushalte sollen im Sommer ans Netz gehen



Symbolischer Spatenstich für den Glasfaserausbau in Barsinghausen: Hartwig Bode (Abteilungsleiter Planung und Bau Avacon Connect, von links), Bürgermeister Henning Schühnhof (SPD), Rajeh Romhein (städtisches Tiefbauamt), Andreas Niehaus (Vertriebsleiter bei Avacon Connect) und Barsinghausens Wirtschaftsförderer Timo Muchow.

FOTO: STADT BARSINGHAUSEN

Barsinghausen. Es zog sich in die Länge, doch nun geht es los: Barsinghausens Kernstadt bekommt Glasfaser. Mit einem symbolischen Spatenstich haben Avacon Connect und die Stadt jetzt den Ausbaustart markiert. Die Bauarbeiten beginnen in einem ersten Teilgebiet und werden anschließend schrittweise in insgesamt vier Ausbauschritten fortgeführt. Am Ende sollen mehr als 6500 Haushalte und Betriebe an das Glasfasernetz angeschlossen werden. Insgesamt betrifft das Projekt

rund 14.000 Einwohnerinnen und Einwohner.

„Nachdem die Ortsteile bereits erschlossen wurden, freue ich mich, dass nun auch die Kernstadt folgt. Glasfaser erleichtert den Alltag, stärkt Chancen im Beruf, unterstützt moderne Dienstleistungen und verbessert die Lebensqualität für alle Generationen“, betont Bürgermeister Henning Schühnhof (SPD).

Sobald es die Witterung zulässt, startet Avacon Connect mit dem Tiefbau – ab diesem Zeit-

punkt sind die ersten Bagger im Einsatz. Insgesamt entstehen rund 52 Kilometer Trassen und mehr als 1200 Hausanschlüsse. Um den Ausbau möglichst zügig voranzubringen, werden der Trassenbau und die Hausanschlüsse parallel umgesetzt. Sobald einzelne Bauabschnitte fertiggestellt und technisch aktiviert seien, könnten die ersten Kundinnen und Kunden dann ans Netz gehen. Dies werde voraussichtlich im Juli oder August so weit sein, kündigt Avacon Connect an. Bis Ende 2027 sei die

vollständige Inbetriebnahme aller Anschlüsse geplant. Auch während der Bauphase kann man sich noch für einen Internet- und Telefonanschluss entscheiden und damit einen kostenfreien Hausanschluss sichern. Glasfaser Expertinnen und Experten von Avacon Connect sind in Barsinghausen unterwegs und beraten direkt vor Ort. Zusätzlich können unter der kostenfreien Telefonnummer (0800) 631 0000 persönliche Gesprächstermine vereinbart werden. Zudem findet am Mittwoch, 11. März, um 18 Uhr ein Bau Infoabend im Zechensaal in Barsinghausen statt. Eigentlich sollte der Glasfaserausbau in der Kernstadt bereits vor einhalb Jahren beginnen, nachdem die Zielquote für den Ausbau erreicht war. Doch es passierte nichts. Grund sei „die angespannte Lage auf dem Dienstleistungsmarkt“ gewesen, hieß es damals seitens des Netzbetreibers. Hinzu kamen Probleme beim Ausschreibungsverfahren.

„Weil es in Barsinghausen viele asphaltierte Fußwege gibt und das Schneiden und Wiederschließen des Asphalt deutlich aufwendiger und teurer ist als bei gepflasterten Wegen, hatten Dienstleister nicht wie erwartet auf die Ausschreibung reagiert. Das Verfahren wurde deswegen damals zunächst gestoppt und unter anderem die Trassenführung verändert.“

Von Nachwuchssorgen kann in Barsinghausen keine Rede sein

Fortsetzung von Seite 1

Auch die Älteren lernen von den Jüngeren

Besonders ist auch die Atmosphäre untereinander. Denn manchmal dreht sich das klassische Rollenverständnis um. „Dann erklären auch Achtjährige den 14-Jährigen die Geräte, wenn sie sich da schon besser auskennen. Es geht eher um Erfahrung“, sagt Sehm.

Dass aus dem Amateurzirkus echte Karrieren entstehen können, zeigen einige Beispiele. Die frühere Leiterin und Gründerin Annika Dickerl etwa schlug eine professionelle Laufbahn ein. Heute ist sie als Schauspielerin, aber auch als Regisseurin unterwegs. Auch Ronja Siewert und Tim Schneider sind bekannte Gesichter, die heute beruflich mit Zirkus zu tun haben oder Kinder und Jugendliche dafür begeistern. Siewert ist Artistin und Zirkuspädagogin geworden, Schneider war ebenfalls länger als Artist tätig. „Und sie kommen immer wieder zurück und geben zum Beispiel Workshops, das ist schon etwas Besonderes“, so Sehm.

In einer Ecke der Halle trainiert die 14-jährige Hannah konzentriert am Vertikaltuch. Seit sechs Jahren ist sie dabei, nachdem sie selbst eine Aufführung gesehen hatte. „Am liebsten mag ich das Tuch und die Partnerakrobatik“, sagt sie.

Ein paar Meter weiter zieht die zwölfjährige Valerie ihre Kreise auf dem Einrad. Sport mochte sie schon immer, das Einradfahren besonders, da sei der Zirkus naheliegend gewesen. Seit zwei Jahren gehört sie dazu. Wie fühlt es sich an, vor Publikum aufzu-

treten? „Ich freue mich einfach nur, wenn ich auf der Bühne stehen darf“, sagt Valerie. Lampenfieber kenne sie kaum noch. Hannah gibt dagegen zu: „Ich bin ein bisschen nervös, habe mich aber schon sehr daran gewöhnt.“

Trainerin Sehm sieht im Lampenfieber sogar einen Verbündeten. „Das geht gut, wir brauchen das auch ein Stück weit“, sagt sie lachend. Hinter der Bühne gebe es feste Rituale: dreimal „Toi, toi, toi“ rufen und beim dritten Mal laut schreien, um die Energie rauszulassen. „Lampenfieber ist ein guter Treiber, der gut performen lässt.“

Kleine Pannen bleiben nicht aus

Einmal pro Woche trainieren die Mädchen mit ihrem Team. Vor der Gala werden die Einheiten intensiver, dazu kommt ein Probenwochenende. Die Stimmung beschreiben beide als harmonisch. „Hier sind alle sehr nett. Aber das muss auch so sein, denn wir müssen uns gegenseitig vertrauen.“

Ob sie sich eine professionelle Karriere vorstellen können? Da sind beide unsicher. „Aber wir möchten das gerne noch länger machen“, sagen sie fast gleichzeitig.

Und natürlich gibt es auch lustige Momente. „Beim Weihnachtsspezial haben die Eltern mitgemacht“, erzählt Hanna. Auch eine kleine Panne verrät Valerie: „Ich habe vergessen, mich für den Spagat zu dehnen, das habe ich dann ganz schnell hinter der Bühne gemacht.“ Von Nachwuchssorgen kann in Barsinghausen keine Rede sein. Mehr als 30 Kinder und Jugendliche

stehen derzeit auf der Warteliste, teilweise bis zu zwei Jahre. „Uns fehlt eher das mittlere Alter, also die Teenager. Ab sechs rennen sie uns allen die Bude ein“, sagt Sehm.

Der Kartenvorverkauf für die diesjährige Show läuft bereits im Bücherhaus am Thie, Marktstraße 14, in Barsinghausen.

JETZT NEU!

Dein Kaufland-Prospekt ab sofort im Innenteil

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Janet Walpuski-Wenzel
Beratungsstellenleiterin
Fasanenweg 8
30890 Barsinghausen
Janet.Walpuski-Wenzel@vlh.de

☎ 0172 923 2775

www.vlh.de

Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.
LOHNSTEUERHILFEVEREIN

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

Medizin

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Wundermittel Schlaf: ein Traum für die Gesundheit

Wie wichtig guter Schlaf ist und was bei Ein- und Durchschlafproblemen wirklich helfen kann

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50% der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70% Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.



Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden

und Erkältungen oder Infekte befuehnen.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich

zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit über 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und

das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)
www.baldriparan.de



Neuer „Gute Nacht Drink“ macht Einschlafen zum Genuss

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Rituale Sicherheit geben und Stress senken können. Schon kleine Gewohnheiten am Abend aktivieren das „Entspannungsnervensystem“. Doch unser Körper braucht auch die richtigen Nährstoffe, um zu entspannen. Mit dem neuen Baldriparan Gute Nacht Drink fällt es noch leichter, den Tag loszulassen. Es ist ein Abendritual, das Schlaf und Genuss miteinander verbindet.



Der Premium-Einschlafbegleiter

Der neue Abendmoment wird getragen von einer Kombination bewährter Inhaltsstoffe. Melatonin, das zentrale Schlafhormon, verkürzt nachweislich die Einschlafzeit. Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion sowie zu einem normalen Nervensystem bei. Einfach das Pulver – mit natürlichem Vanillegesmack – kurz vor dem Schlafengehen in Ihr Lieblingsgetränk einrühren, warm oder kalt genießen – und sanft einschlafen. Der Baldriparan Gute Nacht Drink (PZN 20092398) ist jetzt in Ihrer Apotheke erhältlich.

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildungen Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 62166 Gräfenleng
Baldriparan® Gute Nacht Drink ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung