

Doppelsieg für den Hegering

Barsinghäuser gewinnen beim Forstpokalschießen

Barsinghausen. Mit gleich zwei Mannschaften nahm der Hegering Barsinghausen am diesjährigen Forstpokalschießen des Schützenvereins Barsinghausen teil – und kehrte mit einem herausragenden Erfolg zurück. Beide Teams belegten die beiden Spitzenplätze im Mannschaftswettbewerb.

Den ersten Platz sicherte sich die Mannschaft mit Nadine Führer-Pätzold, Harald Meier und David Lichey. Den zweiten Rang erreichte das Team mit Claudia und Dieter Stephan und Volkhard Deutsch.

Der Doppelerfolg knüpft an die guten Ergebnisse der vergangenen Jahre an, in denen Mannschaften des Hegerings Barsinghausen regelmäßig vordere Platzierungen erreichten.

Für Jägerinnen und Jäger sind solche Wettkämpfe weit mehr als



Zielsicher: Mitglieder vom Hegering Barsinghausen gewinnen den Wettbewerb. FOTO: NORBERT LICHEY

ein sportlicher Vergleich: „Ein sicherer, verantwortungsvoller und waidgerechter Umgang mit der Jagdwaffe setzt regelmäßiges Training voraus. Das kontinuierliche Üben auf dem Schießstand ist daher ein wesentlicher Bestandteil der Jagdausübung und trägt dazu bei, auch in der jagdlichen Praxis tierschutzgerecht und sicher handeln zu können“, sagt Wolfram Klöber vom Hegering.

Der Hegering Barsinghausen gratuliert allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu ihren hervorragenden Leistungen. Das Ergebnis sei zugleich Ansporn, auch künftig regelmäßig gemeinsam zu trainieren und die hohen Standards in Sicherheit, Schießfertigkeit und Waidgerechtigkeit zu pflegen. (RED)

„Wir sind längst aus der Schublade Backen und Kochen heraus“

Der Landfrauenverein feiert seinen Achtzigsten – und versucht den Spagat zwischen älteren und jungen Mitgliedern hinzubekommen

Region. Der Landfrauenverein Gehrden-Ronnenberg-Hemmingsen-Wennigsen blickt auf acht Jahrzehnte Vereinsgeschichte zurück. Was macht ihn bis heute erfolgreich? Wir haben beim Führungsduo Petra Paland und Heike Wekel nachgefragt, was sich hinter der 80-jährigen Geschichte verbirgt.

Ein wichtiger Faktor sei die Pflege langjähriger Freundschaften, sagen die beiden Vorsitzenden. Ältere Mitglieder, die nicht mehr an Versammlungen teilnehmen können, würden nicht allein gelassen. Die Ortsvertreterinnen kümmerten sich um sie. Zudem sei der Jahresbeitrag mit 40 Euro vergleichsweise niedrig.

Petra Paland hebt besonders die Zeit der Corona-Pandemie hervor. „Wir haben einen großen E-Mail-Verteiler aufgebaut. Zu Ostern oder Weihnachten haben wir kleine Briefe verschickt und Geschenke verteilt, damit der Kontakt nicht abreißt“, sagt sie.

Außerdem sei das Programm sehr vielfältig und spreche Frauen mit ganz unterschiedlichen Interessen an. „Wir wollen den Spagat zwischen jungen und älteren Mitgliedern schaffen, ohne jemanden zurückzulassen“, sagt Paland. Ziel sei es, die Gemeinschaft zu stärken und gleichzeitig offen für neue Ideen und Generationen zu bleiben. Heike Wekel hebt einen weiteren Aspekt hervor: „Für viele Mitglieder ist es angenehm, dass unsere Veranstaltungen ausschließlich für Frauen sind.“



Die Spannung steigt: Heike Wekel (links) und Petra Paland teilen an ihrer Festrede. FOTO: HEIDI RABENHORST

Die Zusammensetzung der Mitglieder hat sich in den vergangenen Jahrzehnten deutlich gewandelt. „Früher waren die meisten Mitglieder Bäuerinnen. Das ist heute nicht mehr so“, sagt Wekel. Themen aus Natur und Landwirtschaft spielten zwar weiterhin eine wichtige Rolle, das Spektrum sei aber deutlich breiter geworden. „Wir behandeln auch politische Themen“, erklärt Wekel. Besonders gut besucht seien zudem Veranstaltungen rund um Gesundheitsthemen.

Paland verweist auch auf den Bildungsauftrag der Landfrauen. Aktuell seien beispielsweise die

Wechseljahre ein wichtiges Thema, insbesondere vor dem Hintergrund längerer Erwerbsbiografien. Unternehmen müssten darauf künftig stärker Rücksicht nehmen. „Und wir setzen uns seit jeher für die Rechte von Frauen ein“, sagt sie.

Wichtig sei auch die Kommunikation zwischen den einzelnen Ortsvereinen. „Es entstehen Freundschaften über den eigenen Wohnort hinaus“, sagt Paland. Informationsquelle seien die monatlichen Rundbriefe. Sehr beliebt seien außerdem Tages-, Mehrtages- und Auslandsfahrten. Großen Zuspruch erfah-

ren Betriebsbesichtigungen, Theater- und Museumsbesuche sowie Städtefahrten.

Das Programm wird inzwischen stärker auf berufstätige Frauen abgestimmt. Deshalb gibt es zunehmend Abendveranstaltungen. Ziel des Führungsduos sei es, „einen Spagat zwischen Tradition und modernem Zeitgeist“ zu schaffen. Der Landfrauenverein will nicht länger auf die klassischen Klischees reduziert werden. Auch die Zusammensetzung des Vorstands hat sich verjüngt. Mit den Beisitzerinnen Friederike Greife, Mareen Rode und Corinna Schasse sind gleich drei Frauen im Alter von Mitte 30 in diesem Gremium aktiv. „Wir sind längst aus der Schublade Backen und Kochen herausgeschlüpft“, betont Wekel.

Als eine Herausforderung nennen die Vorsitzenden die Suche nach bezahlbaren Veranstaltungsräumen. Seit dem Wegfall des Sportpark-Restaurants in Empelde werde es zunehmend schwieriger, geeignete Orte zu finden. Umso dankbarer sei der Verein für die Nutzungsmöglichkeiten im Dorfgemeinschaftshaus Holtensen. Gleichzeitig stiegen die Honorare für Referenten ebenso wie die Kosten für kulturelle Angebote.

Der Verein zählt 310 Frauen aus 29 Orten in Gehrden, Ronnenberg, Hemmingsen und Wennigsen. Gefeierte wurde das Jubiläum am 26. Juni im Stadtteilzentrum Hannover-Ricklingen.

Medizin

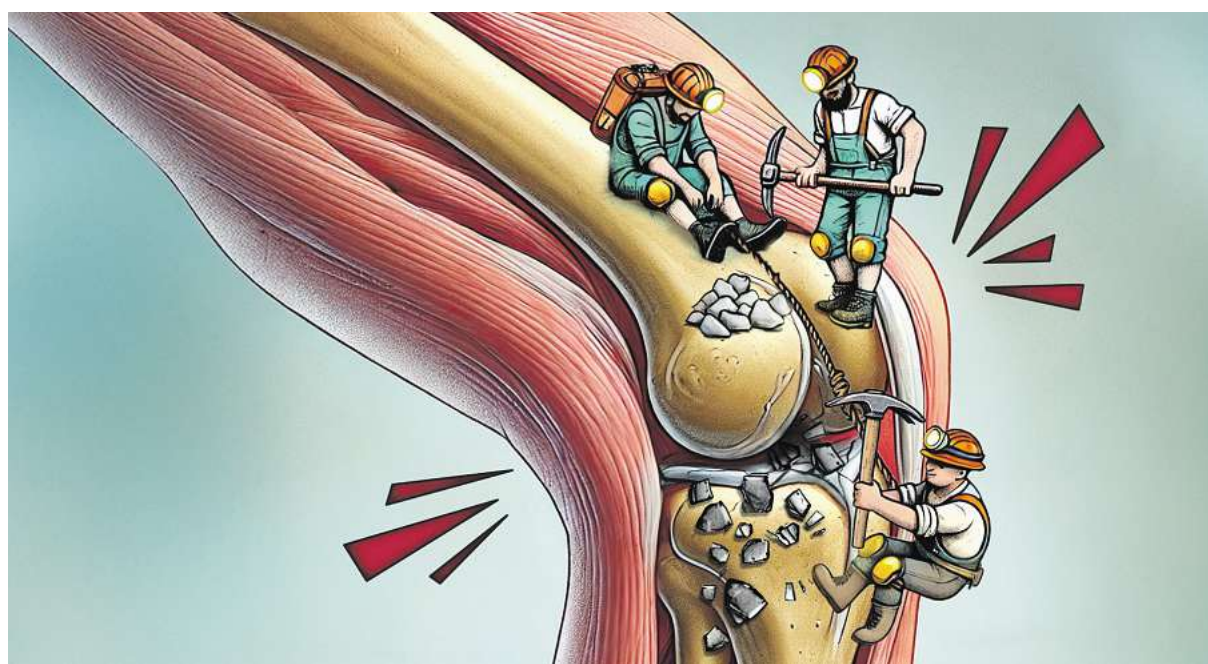
ANZEIGE

Raubbau an den Gelenken: Wie Arthrose den Knorpel zerstört

Pflanzlicher Wirkstoff kann Körperzellen stoppen, die den Knorpel bei Arthrose angreifen

Arthrose zerstört schleichend den Knorpel und verursacht starke Schmerzen. Doch Forscher entdeckten, dass ein pflanzlicher Wirkstoff bestimmte Körperzellen stoppen kann, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen – was das für Millionen Arthrose-Patienten bedeutet.

Die moderne Medizin erforscht immer mehr pflanzliche Wirkstoffe bis ins Detail – auch die heimische Mistel. Schon vor über 100 Jahren vermuteten Naturbeobachter ihr Potenzial in der Krebsbehandlung. Heute analysieren Wissenschaftler ihre Eigenschaften in hochmodernen Laboren und untersuchen ihre therapeutische Wirkung intensiv. Tatsächlich wird die Mistel mittlerweile in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album bei Arthrose helfen kann¹.



Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz“. Dabei verspü-

ren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild

Was unser Experte rät:

Gehen Sie bereits bei ersten Anzeichen von Gelenkverschleiß aktiv dagegen vor, bevor die Schmerzen Ihren Alltag bestimmen: Rubaxx Arthro ist speziell bei Arthrose zugelassen und bietet Betroffenen nicht nur wirksame, sondern zugleich gut verträgliche Hilfe.



wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.¹ Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.² Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)

www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!



RubaXX®