



Schnell noch ein Erinnerungsfoto nach der „Bescherung“ für die neuen Erdenbürgerinnen am Sonnabend in Beckstedt: Colnrades Bürgermeisterin Anne Wilkens-Lindemann, Gastgeber Aljoscha Grieme und Anika Höhne mit Leni, Julia und Stephan Strenger mit Johanna und deren älterer Schwester Isabella, Sven und Justine Cordes mit Lucia sowie der stellvertretende Bürgermeister Matthias Grau (von links).

RINNE

KURZ NOTIERT

Waldwanderung mit Kaffeepause

Harpstedt – Eine Waldwanderung mit Einkehr ins Café Harferkamp unternehmen die Harpstedter Wanderfreunde am Sonntag, 9. Februar. Dazu treffen sie sich um 14 Uhr auf dem Marktplatz in Harpstedt. Teilnahmewillige müssen sich bei Inge Lücke (Telefon 04244/966756) oder Irmgard Spaltner (Telefon 04244/627) anmelden. Dafür bleibt ihnen bis zum kommenden Donnerstag Zeit. Die Organisatorinnen erhoffen sich eine gute Beteiligung.

VHS AKTUELL

Freies Malen mit Karen Buhlrich

Harpstedt – Freies Malen mit Acryl- oder anderen Farben ist das Thema eines Volkshochschulkurses unter der Leitung von Karen Buhlrich, der am Donnerstag, 6. Februar, um 18.30 Uhr in der Harpstedter Delmeschule beginnt. Anmeldungen sind bei der regioVHS unter Telefon 04222/44419 möglich. Dort erhalten Interessierte auch alle weiteren relevanten Informationen.

KONTAKT

Redaktion Harpstedt (044 31)
Jürgen Bohlsen 989 1142

redaktion.wildeshausen@kreiszeitung.de

Bahnstraße 13,
27793 Wildeshausen

Colnrade wächst um vier Mädchen

Gemeinde beschenkt Neugeborene mit je einem Kapuzenhandtuch-Unikat

Conrade/Beckstedt – An dem schönen Brauch, ihre neugeborenen Einwohner des Vorjahres mit je einem Präsent willkommen zu heißen, hält die Gemeinde Colnrade fest. 2024 erblickten dort ausschließlich Mädchen das redensartige Licht der Welt, und zwar gleich vier. Drei der Neubürgerinnen überreichten Bürgermeisterin Anne Wilkens-Lindemann und ihr Stellvertreter Matthias Grau am Samstagvormittag im Hause der Familie Anika Höhne und Aljoscha Grieme in Beckstedt während eines gemütlichen Kaffeekränzchens je ein Kapuzenhandtuch. Das Besondere daran: Monika Buchholz, Betreiberin des Textilstudios „Fix und fertig“, ließ

jedes dieser Textilstücke individuell besticken.

„Ich bin eine Beckstedterin.“ So lautet beispielsweise der Schriftzug auf dem Handtuch der kleinen Leni. Ihre Mutter Anika Höhne stammt aus Beckstedt, während Vater Aljoscha aus Rüssen kommt. „Zwischenzeitlich habe ich in Wildeshausen gewohnt, doch dann haben wir unser Heim an das Haus meiner Eltern angekauft und sind hierhergezogen“, berichtete Anika Höhne.

Töchterchen Leni suchte derweil Kontakt zu Johanna, die neben ihr auf dem Schoß der Mutter saß. Sympathie scheint vererbbar zu sein. „Ich kenne Anika bereits aus dem Kindergarten. Wir sind später auch ge-

„Bald wird das Colnrader Dorfgemeinschaftshaus frisch renoviert wiedereröffnet.“

Bürgermeisterin Anne Wilkens-Lindemann

meinsam zur Schule gegangen“, versuchte Mutter Julia Strenger die Annäherungsversuche der Kinder lachend zu erklären. Sie selbst habe vor Jahren gemeinsam mit ihrer Schwester das Haus ihrer Großmutter in Colnrade übernommen. Inzwischen hätten sie und ihr Mann Stephan, gebürtiger Wildeshauser, die Diele zu einer Wohnung ausgebaut. Nun wohnen die Schwestern nebeneinander. „Hier haben wir ein Haus gefunden. Die

Landschaft ist herrlich – und die Luft gut“, nannte Sven Cordes die Gründe für den Umzug der Familie im letzten Jahr von Vechta nach Colnrade. Er ist auf einem Bauernhof aufgewachsen. Daher gab es für ihn kaum eine andere Alternative, als wieder in einen ländlichen Bereich zu ziehen.

Das dritte Handtuch, das die Kommune an im vergangenen Jahr neugeborene Einwohner verschenkte, ging an Lucia, die kleine Tochter von Sven und

Justine Cordes aus Colnrade. Das vierte Baby war nicht anwesend und soll nicht namentlich genannt werden.

Anne Wilkens-Lindemann wies auf die Freizeitmöglichkeiten in der Gemeinde hin. „Bald wird das Colnrader Dorfgemeinschaftshaus frisch renoviert wiedereröffnet“, erwähnte sie eine Anlaufstelle, aber noch keinen genauen Termin. „Am 1. März findet dort der Kinderkarneval statt“, warb ihr Stellvertreter Matthias Grau für die erste Veranstaltung im „runderneuten“ DGH. Eine Krabbelgruppe existiert indes nicht. Noch nicht. Anika Höhne und Julia Strenger wollen gemeinsam eine solche Gruppe gründen. hri

Gesundheit

ANZEIGE



Schmerzen?

Schmerzen entstehen dort, wo es uns weh tut. Allerdings sorgt erst unser Gehirn dafür, dass wir den Schmerz auch wahrnehmen. Zur schnellen Schmerzbekämpfung sollte man daher lokal und zentral ansetzen. Genau deshalb haben Wissenschaftler der Marke Spalt vor vielen Jahren die Spalt Schmerztabletten entwickelt: eine einzigartige Kombination aus 300 mg ASS und 300 mg Paracetamol. Der bewährte Wirkstoff ASS (Acetylsalicylsäure) setzt lokal am Ort des Schmerzgeschehens an, während Paracetamol dem Schmerz zentral im Gehirn entgegenwirkt. Die schmerzstillende Wirkung ist stärker als nach Einnahme der Einzelsubstanzen und die Nebenwirkungen sind geringer als bei vergleichbar dosierten Monopräparaten mit ASS.

Nicht umsonst vertrauen Schmerzgeplagte seit über 88 Jahren auf Spalt: **Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!**

Für Ihre Apotheke:
Spalt Schmerztabletten
(PZN 08689834)



SPALT SCHMERZTABLETTEN. Für Erwachsene bei: akuten leichten bis mäßig starken Schmerzen. Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! www.spalt-online.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing



Bereits jetzt das Nr. 1* Kollagenpulver in Apotheken

Warum dieses neue Apothekenprodukt den Markt so rasant erobert

Sie sind in aller Munde und Millionen Menschen weltweit schwören inzwischen darauf: Kollagenpulver. Jetzt gibt es in Deutschland ein innovatives Kollagenpulver, welches rasant den Nr. 1* Platz in den Apothekenregalen erklommen hat: pureSGP Kollagen Peptide. Kein Wunder: Das bioaktive Premium-Kollagen ist rein, hochwertig und geschmacksneutral – Eigenschaften, die viele andere Präparate vermissen lassen.

Millionen feiern derzeit Kollagen, denn für unseren Körper ist es essenziell: Es macht rund 30 Prozent des Körperproteins aus und bildet die Grundlage für Haut, Sehnen, Bänder, Knochen und Knorpel. Doch ab 25 nimmt die natürliche Kollagenproduktion ab, was zu Falten und nachlassender Festigkeit führen kann. Gelenke könnten außerdem anfälliger für Verletzungen oder Abnutzung sein. Nicht überraschend überschweben immer mehr Kollagenpräparate den Markt, doch woran erkennt man ein hochwertiges Produkt?

5 Qualitätskriterien für hochwertiges Kollagen

- 1 Reines und hochwertiges Kollagen stammt aus natürlichen Quellen und ist unter anderem am neutralen Geschmack oder Geruch erkennbar.
- 2 Durch schonende Verarbeitungsmethoden bleibt die Bioverfügbarkeit erhalten, die für eine effiziente Aufnahme im Körper wichtig ist.
- 3 Qualitativ hochwertige Produkte werden durch Zertifizierungen und Prüfsiegel unabhängiger Organisationen bestätigt.
- 4 Durch eine hohe Bioverfügbarkeit kann der Körper das Kollagen optimal nutzen.
- 5 Zusätzlich zu Kollagen sollten synergistische Inhaltsstoffe wie Vitamin C enthalten sein, die die Kollagensynthese erhöhen.¹

Das überzeugt Gesundheitsexperten

Das Premium-Kollagen von pureSGP begeistert Gesundheitsexperten, da das Präparat hochwertiges, reines SOLUGEL™ ULTRA BD Kollagenhydrolysat enthält, welches leicht verdaulich ist und aus kollagenreichen Materialien hergestellt wird. Die SOLUGEL™-Kollagenpeptide werden durch ein streng kontrolliertes Verfahren gewonnen, das durch seine einzigartige Biotechnologie

eine konstant erstklassige Qualität sicherstellt.

pureSGP Kollagen Peptide begeistert

Das Kollagenpulver enthält neben Vitamin C weitere wertvolle Nährstoffe für Knorpel, Knochen, Muskeln, Bindegewebe, Haut, Haare und Nägel¹. pureSGP Kollagen Peptide überzeugt außerdem durch seine unkomplizierte Anwendbarkeit.

Einfach die benötigte Menge in Tee, Kaffee, Joghurt, Smoothies oder Suppen einrühren und genießen, denn pureSGP Kollagen Peptide ist gut löslich und geschmacksneutral. Es wird ein Verzehr von mindestens 12 Wochen empfohlen. Erworben werden kann das Präparat in der Apotheke oder online. Sollte Ihre Apotheke das Produkt nicht vorrätig haben, kann es in wenigen Stunden bestellt werden.

Das überzeugt Gesundheitsexperten

Das Premium-Kollagen von pureSGP begeistert Gesundheitsexperten, da das Präparat hochwertiges, reines SOLUGEL™ ULTRA BD Kollagenhydrolysat enthält, welches leicht verdaulich ist und aus kollagenreichen Materialien hergestellt wird. Die SOLUGEL™-Kollagenpeptide werden durch ein streng kontrolliertes Verfahren gewonnen, das durch seine einzigartige Biotechnologie

NEU

das Nr. 1* Kollagenpulver in Apotheken

reiner, geschmacksneutral & sehr gut löslich

(PZN 19120155)

pureSGP

Für mehr Lebensfreude im Alter

auch online erhältlich:
pureSGP.de

¹Pullar JM et al. The Roles of Vitamin C in Skin Health. *Nutrients*. 2017 Aug 12;9(8):866 • *Kollagenpulver, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 09/2024 • **Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße, Haut, Knochen und Knorpel bei, Zink trägt zum Erhalt normaler Knochen, Haut und Nägel bei, Biotin trägt zum Erhalt normaler Haut und Haare bei, Vitamin D trägt zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei, Kupfer trägt zum Erhalt von normalem Bindegewebe bei. • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert