

# Spenden machen es möglich

Das Sommer-Camp OPR findet vom 13. bis 17. Juli in Schweinrich statt – 20 Kinder können teilnehmen

**NEURUPPIN.** Das Sommer-Camp OPR, seit 2011 unter der Schirmherrschaft von Landrat Ralf Reinhardt, findet in diesem Jahr für 20 Kinder vom 13. bis 17. Juli im kreiseigenen Schulandheim Schweinrich statt. Die Vorbereitungen laufen seit dem letzten Jahr, stets verbunden mit dem Einwerben von Spenden. Diese Unterstützung ermöglicht erst die Ferienfreizeit für sozial benachteiligte Kinder.

In diesem Jahr wurde die Aktion, welche seit 2002 jährlich stattfindet, erstmalig landkreisweit unter dem seit 2024 bestehenden neuen Namen Sommer-Camp OPR beworben. Das Logo dazu wurde 2023 von Schülern der Gestaltungs- und Medienklassen des OSZ entworfen.

Erfreulicherweise ist jetzt wieder eine erhöhte Spendenbereit-

schaft zu verzeichnen und die Umsetzung des Camps ist finanziell gesichert. Die Kosten pro Platz belaufen sich auf etwa 400 Euro. Darin enthalten sind Unterkunft, Verpflegung und ein abwechslungsreiches Ferienprogramm.

An dieser Stelle dankt der Landkreis OPR allen Spendern, egal ob es sich um sehr kleine oder sogar um vierstelligen Summen handelt. Sie alle zusammen tragen dazu bei, Kindern eine ereignisreiche Woche zu ermöglichen. Ein motiviertes und gut aufgestelltes Betreuer-Team begleitet die Kinder dabei.

Im Februar 2026 wurden die Grundschulen im Landkreis Ostprignitz-Ruppin angeschrieben und über die Möglichkeit der Teilnahme am kostenfreien Sommer-Camp OPR informiert. Das Angebot richtet sich vorrangig an

sozial benachteiligte Kinder der 6. Klasse. Die unverbindlichen Anmeldungen konnten bis zum 20. März beim Amt für Bildung eingereicht werden. Zu Ostern wurden die ausgewählten Kinder per Post über ihre diesjährige Teilnahme informiert.

Eine besondere Überraschung gab es im März dieses Jahres: Constanze Knappe vom Lions Club „Effi Briest“ informierte das Amt für Bildung darüber, dass nach einer Tombola beim Grünkohlessen eine Summe von 1600 Euro

für das Sommer-Camp OPR zusammen kam. Auch das DRK konnte wieder erfolgreich bei seinem Unternehmerfrühstück 900 Euro für die Ferienfreizeit in Schweinrich einwerben.

Übrigens unterstützt das DRK das Sommer-Camp nicht nur mit Spenden, sondern sichert einen Teil der Betreuung, den Rettungsdienst sowie Programmpunkte wie das Thema Kinderrechte ab. Darüber hinaus unterstützt die Sparkasse Ostprignitz-Ruppin jährlich mit gut gefüllten Waschtaschen und Badekappen die Umsetzung dieses Projekts, an dem seit dem Jahr 2002 insgesamt 981 Kinder teilgenommen haben. WS

**Aktuell stehen für dieses Jahr noch einige wenige Plätze zur Verfügung. Es können sich daher gerne noch Schulen bzw. Schulsozialarbeiter um diese freien Plätze für ihre Schützlinge bewerben.**

**Zur Spendenübergabe und für ein offizielles Foto versammelten sich die Frauen vom Lions Club, Landrat Ralf Reinhardt und die Camp-Organisatoren DRK, ASB und das Amt für Bildung. Der Geschäftsführer der Stadtwerke Neuruppin, Thoralf Uebach (r.), kam zufällig beim Fotoshooting vorbei und kündigte spontan eine Spende an und durfte damit natürlich auch mit aufs Bild.** Foto: Landkreis OPR



## Hoffen auf Entlastung

Die Zuschaltung der dritten Fahrspur auf der A24 ist seit Ostern im Regelbetrieb

**OSTPRIGNITZ-RUPPIN.** Die Autobahn A24 wurde ursprünglich dreispurig geplant. Bis zur Abfahrt Kremmen (Oberhavel) wurden diese Pläne auch umgesetzt, aber von dort an – trotz vorhandener Baugenehmigung – erfolgte der Ausbau nur zweispurig. Im Abschnitt von Kremmen nach Fehrbellin wurde zudem nur ein bei Bedarf befahrbarer Standstreifen hergerichtet.

Angesichts des stark schwankenden, aber auch wachsenden Verkehrsaufkommens sollte die zeitweise Freigabe dieses Standstreifens als dritte Fahrspur einen Beitrag zur Entlastung der Strecke leisten. Die technische Anlage für die temporäre Nutzung des Standstreifens wurde im Abschnitt zwischen Kremmen und Fehrbellin vor geraumer Zeit installiert, jedoch bislang nach Wahrnehmung vieler Nutzer der A24 selten aktiviert. Landrat Ralf Reinhardt hat sich deshalb jüngst erneut bei der Autobahn GmbH nach den Gründen dafür erkundigt.

Nach Auskunft der Autobahn GmbH sollen bislang technische Schwierigkeiten verhindert haben, dass die Standspuren regelmäßig in Bedarfsfällen freigegeben werden konnten. Insbesondere habe die Datenverbindung

**Wird der Standstreifen jetzt öfter als dritte Fahrspur freigegeben?** Foto: Andreas Vogel

zu Beginn nicht die Steuerung mehrerer beziehungsweise aller Abschnitte der Regelungsbereiche zeitgleich ermöglicht. Mittlerweile seien diese Probleme jedoch behoben und das System an die Berliner Leitzentrale angeschlossen worden.

Damit soll die Zuschaltung der dritten Fahrspuren nach Informationen der Autobahn GmbH bei hohem Verkehrsaufkommen regelmäßig und bei Erforderlichkeit auch für beide Fahrtrichtungen gleichzeitig erfolgen können. Maßgeblich sei dabei eine Verkehrsdichte von mehr als 40 Fahrzeugen pro definiertem Streckenabschnitt.

Landrat Ralf Reinhardt (SPD) begrüßt die zugesagten Verbesserungen als kleinsten Kompromiss: „Die A24 ist eine der wichtigsten Verkehrsachsen in unserer Region. Jede sinnvolle Maßnahme zur Verbesserung des Verkehrsflusses und zur Vermeidung von Staus wäre ein Gewinn sowohl für Pendler als auch für den Reiseverkehr. Ich hoffe sehr, dass sich die Erwartungen der Autobahn GmbH zum Guten hin erfüllen.“ WS

Gesundheit

ANZEIGE

# Megatrend in Deutschland angekommen: „Schlaf-Magnesium“ stürmt die Apothekencharts

Zu den „Neuprodukten des Jahres“ aufgestiegen: Baldriparan Magnesium PLUS wird zum Einschlaf-Star im Versandhandel

Magnesium als Einschlafhelfer ist in den USA längst ein Megatrend. Nun sorgt ein deutsches Präparat auch hierzulande für Furore: Baldriparan Magnesium PLUS wurde als eines der erfolgreichsten Neuprodukte 2025 im renommierten Online-Apotheken-Ranking<sup>3</sup> ausgezeichnet. Profitieren Sie jetzt von diesem Boom: Viele Probleme im Schlaf könnten mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Die bekannte Schlafmarke setzt auf die optimale Kombination der Inhaltsstoffe. Wir decken auf, welche Rolle Magnesium und Melatonin beim Einschlafen spielen können.

Ob stressiger Alltag, Sorgen, schwierige Entscheidungen oder die Beziehung – welche Gründe Betroffene auch wachhalten, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Unterstützung, die den Körper nicht belastet und den natürlichen Schlaf-Rhythmus wieder ins Gleichgewicht bringt. Der neue Schlaftrend aus den USA ist daher erstmal nicht verwunderlich. Statt auf Schlaftabletten setzen



Voll im Trend: Neue Einschlafhilfe von Baldriparan startet in Deutschland durch.

zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

**Magnesium ist nicht gleich Magnesium**

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein für den Abend ist z. B. Magnesiumbisglycinat. Es enthält die

Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit.

**Die Formel macht den Unterschied**

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Ma-

gnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1 Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.**<sup>2</sup> So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

dort viele auf das Mineral Magnesium. Aber lässt sich auch wissenschaftlich ein Zusammenhang zwischen Schlaf und Magnesiumversorgung herstellen?

**Welche Rolle spielt Magnesium?**

Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im

menschlichen Körper beteiligt. Vielen ist bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.<sup>1</sup> Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des

Nervensystems bei<sup>1</sup>, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.<sup>1</sup> Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan**  
**Magnesium PLUS**  
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de