

Anstoßen, schnacken, Fragen stellen

Neujahrsempfang in der DRK Tagespflege – Wittenberges Bürgermeister berichtet über Landesgartenschau



WITTENBERGE. Neues Jahr, neue Gesprächsthemen. Gemütlich und informativ ging es beim Neujahrsempfang mit Bürgermeister Oliver Hermann (parteilos) in der DRK Tagespflege „Am Rathaus“ in Wittenberge zu. Am 28. Januar besuchte das Stadtoberhaupt die Tagesgäste der Einrichtung. Die Senioren stellten interessierte Fragen – und trugen auch ihre Belange vor. Die DRK Tagespflege in Wittenberge bietet Senioren die Möglichkeit, den Tag in familiärer Atmosphäre zu verbringen und dabei vielfältige Betreuungsangebote zu nutzen. Wittenberge befindet sich in einer spannenden Phase. So be-

richtete Oliver Hermann an dem Tag unter anderem zum aktuellen Planungsstand der Landesgartenschau 2027. Bei diesem Thema gehe es gerade von der Planungs- in die Umsetzungsphase. Die Laga 2027 ist für die Stadt ein Schlüsselprojekt zur Stadtentwicklung. Unter dem Motto „Stadt. Land. Elbe. Wittenberge blüht auf!“ geht es nicht nur um Gärten, sondern um die nachhaltige Nutzung und Weiterentwicklung von Grünflächen. Hermann verwies dabei unter anderem auf die Wiederbelebung des Wasserturms im Stadtpark, der ein zentraler Anziehungspunkt Wittenberges werden soll. Das Bau-

werk soll umfassend saniert und für Besucher wieder zugänglich gemacht werden. Geplant ist, den Turm als Aussichtspunkt zu nutzen, von dem man einen weiten Blick über die Elbland genießen kann. Auch ein Seniorengarten mit barrierefreien Angeboten sowie ein Gemeinschaftsgarten als Begegnungsort für alle Generationen ist neben vielem anderem geplant. Über das Thema „Laga 2027“ hinaus ging es beim Neujahrsempfang um die aktuelle Stadtentwicklung. Es wurde auch die Standortsituation des Wochenmarktes besprochen, die den älteren Wittenbergern teilweise nicht gut gefällt. Der Bürger-

meister verwies auf die Entstehung des neuen Zentrums. Die Stadt Wittenberge plant die Entwicklung einer „Neuen Mitte“ im Bereich zwischen der katholischen Kirche, dem Kulturhaus und der Bahnstraße. Ziel ist, ein zeitgemäßes Stadtzentrum mit offenen Platzgestaltungen und vielfältigen Angeboten zu schaffen. Die Umsetzung werde aber noch Zeit in Anspruch nehmen, so der Bürgermeister. Im Begegnungsort „Ansprech.Bar“ gibt es Informationen zur „Neuen Mitte“. Dort steht auch ein Modell, das man besichtigen kann. Es war ein gelungener Tag für die Senioren der Tagespflege. Sie freuten sich über den Besuch des

Bürgermeister Oliver Hermann zu Gast bei interessierten Senioren: Beim Neujahrsempfang des DRK ging es um die aktuelle Stadtentwicklung Wittenberges. Foto: DRK Tagespflege „Am Rathaus“ Wittenberge

Geschichte zum Anfassen

Veritasklub auf dem Brandenburger Geschichtstreff

WITTENBERGE. Der Brandenburger Geschichtstreff bietet Vereinen, Initiativen und interessierten Besuchern im Land ein Forum des Austauschs und der Präsentation. Der jährliche Treff ehrenamtlicher Geschichtsforscher hat sich in der historischen Landschaft des Bundeslandes etabliert. Brandenburgische Heimat- und Geschichtsvereine und Initiativen präsentieren sich und ihre Arbeit an Ständen in der Gewölbekirche. Auch der Veritasklub wird sich in diesem Jahr dort wieder vorstellen. Der gemeinnützige Club mit seinem Vorsitzenden Lothar A.K. Wuttke ist die einzige deutsche Institution, die das verbliebene Erbe des Singer-Veritas-Nähmaschinenwerkes in Wittenberge wissenschaftlich erforscht und pflegt. Der nächste Brandenburger Geschichtstreff findet am 2. März von 11 bis 17 Uhr im Bran-

te geben auf dem Brandenburger Geschichtstreff auch jüngeren Besuchern spannende Einblicke in das Vereinsleben und die verschiedenen Themenschwerpunkte. Jahrelang schon mit dabei ist die legendäre Nähmaschine aus Wittenberge. Auf dem diesjährigen Geschichtstreff steht die Nähmaschine aber nicht im Fokus der multimedialen Standpräsentation des Veritasklubs. Diesmal rückt die Fabrik mit ihren riesigen Gebäuden, den großen Werkhallen und ihre Architekten und Ingenieuren in den Fokus – eine Meisterleistung deutscher Ingenieure. Das Nähmaschinenwerk wurde am 17. Oktober 2024 als „Historisches Wahrzeichen der Ingenieurbaugestaltung in Deutschland“ ausgezeichnet – als erste Fabrik in Deutschland. Der Besuch des Brandenburger Geschichtstreffs und auch das umfangreiche Vortragsprogramm sind kostenfrei; der Museumsbesuch im Brandenburg Museum ebenfalls. Ein ganz besonderes Highlight gibt es dort für junge Besucher in der Brandenburg-Ausstellung: Kinder im Alter bis sechs Jahre können an „Entdecker-Stationen“ Puzzles, Geheimschriften und verzerrte Spiegel erforschen. Ältere Kinder können mit einem Multimedia-Guide den Spuren eines verschwundenen Gemäldes folgen oder aber mit einem kostenfreien Rätselheft voller mysteriöser Aufzeichnungen eine spannende Schnitzeljagd durch die Ausstellung starten. dre



Gesundheit

ANZEIGE

Neues „Schlaf-Wunder“ Magnesium?

Schlaf-Hype aus den USA: Experten erklären, was dahintersteckt

Statt Schlaftabletten und teurer Medikamente schwören immer mehr Amerikaner auf den Mineralstoff, der für einen tieferen und ruhigeren Schlaf sorgen soll. Die Nachfrage nach Magnesiumpräparaten für den Schlaf schießt regelrecht in die Höhe. Experten bestätigen: Ein Magnesiummangel kann oft ein Auslöser für Schlafprobleme sein. Aber Vorsicht! Magnesium ist nicht gleich Magnesium.

Schlafprobleme resultieren aus den unterschiedlichsten Lebensumständen. Was auch immer Betroffene wachhält, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Lösung, die den Körper nicht belastet und den natürlichen Schlaf-Rhythmus wieder ins Gleichgewicht bringt. Der neue Schlaf-trend aus den USA ist daher nicht verwunderlich.

Magnesium als Schlaf-Unterstützer? Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im menschlichen Körper beteiligt. Es unterstützt eine normale Muskelfunktion¹ und damit Muskelentspannung im Körper. Es trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems¹ bei und unterstützt die Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin,



die für die Stimmung und den Schlaf-Wach-Rhythmus mitverantwortlich sind. Wenn der Körper unter Stress Hormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf. Magnesium reguliert die Produktion und Freisetzung von Cortisol in den Nebennieren mit. Damit fördert Magnesium auch eine normale psychische Funktion.¹ Es ist daher wenig verwunderlich, dass es sich mit einem zu niedrigen Magnesiumspiegel nicht gut schlafen lässt.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium Der menschliche Körper kann nicht alle Formen von Magnesiumverbindungen auf die gleiche

Weise verwerten. Besonders eine Verbindung mit Glycin, dem sogenannten Magnesiumbisglycinat, ist zu empfehlen. Es gilt als die hochwertigste und bioverfügbare Form von Magnesium und ermöglicht eine besonders gute Aufnahme im Körper. Glycin ist bekannt als „beruhigende Aminosäure“ und hat eine entspannende

Wirkung auf das Zentralnervensystem. Trimagnesiumdicitrat ist wiederum an der Regulation der Aktivität von Neurotransmittern wie GABA (Gamma-Aminobuttersäure) beteiligt, die eine entspannende Wirkung auf das Gehirn haben. Magnesiumoxid trägt zur Entspannung der Muskeln bei. Die richtige Kombination ist also wichtig.

Neu vom Nr. 1^{*} Schlafexperten in Deutschland Baldriparan ist seit über 65 Jahren der Nr. 1^{*} Schlafexperte für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Nun haben die Schlafexperten von

Baldriparan einen innovativen Premium-Magnesiumkomplex entwickelt, der genau die Kombination aus Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid enthält. Es enthält entsprechend den offiziellen Expertenempfehlungen 300 mg Magnesium pro Tagesdosis, ist vegan, zuckerfrei und ohne künstliche Zusätze.

Baldriparan Magnesium ist ganz neu. Sollte Ihre Apotheke es noch nicht auf Lager haben, kann sie es sofort über den Großhandel bestellen. Es ist dann in wenigen Stunden abholbereit. Man kann es auch einfach online bestellen.

Für Ihre Apotheke: **Baldriparan Magnesium** (PZN 19553871)

www.baldriparan.de

