

Salzgitter putzt sich wieder

Der Städtische Regiebetrieb lädt am 16. März zur gemeinsamen **Sammelaktion ein**

Salzgitter. Kommenden Monat machen sich in Salzgitter wieder einige tausend Kinder und Erwachsene auf den Weg, ihr Quartier zu säubern. Am Samstag, 16. März, lädt der Städtische Regiebetrieb (SRB) von 10 bis 14 Uhr ein zum Frühjahrsputz. Vereine, Organisationen und einzelne Bürgerinnen und Bürger sind aufgerufen, die Umgebung von Müll und Unrat zu befreien. Die Kindergärten und Schulen werden bereits in der Woche vom 11. bis 15. März bei der Sammelaktion mit dabei sein.

Beim SRB liegen bereits 44 Anmeldungen aus 16 Stadtteilen vor. Insgesamt 2.302 Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind am zweiten März-Wochenende dabei: 622 Mädchen und Jungen aus 14 Kindergärten, 980 Schülerinnen und Schüler aus acht Schulen sowie 700 Bürgerinnen und Bürger, darunter Mitglieder aus 22 Vereinen, Freiwilligen Feuerwehren oder von anderen Organisationen. Der Stadtputztag in Salzgitter ist inzwischen vor allem dank der Unterstützung durch viele fleißige Helferinnen



Der Müll gehört in die Tüte: Die Stadt Salzgitter richtet am 16. März wieder einen Stadtputztag aus, dieses Bild entstand 2022.

FOTO: SZ-PA/RK

und Helfer zu einem festen Ereignis geworden. 2024 steht die 21. Auflage an.

Diese große Unterstützung soll nicht nur der Umwelt gut tun, sondern auch das Bewusstsein stärken im Umgang mit Abfällen, die oft achtlos entsorgt werden.

„Wilder Müll ist manchmal nur mit geübtem Auge am Straßenrand sichtbar, manchmal sammelt er sich aber auch unübersehbar neben Bäumen im Gras und an Bachufern“, heißt es in einer Presse-Information.

Die Stadt Salzgitter begegnet

diesem Problem seit 2002 mit dieser gemeinschaftlichen Sammelaktion. Mit viel Einsatzfreude sind seitdem die Kindergärten, Schulen, Vereine, Bürgergemeinschaften und sonstige Gruppen beim Frühjahrsputz dabei. „Jede Bürgerin und jeder Bürger ist für

ein sauberes Salzgitter mit verantwortlich und kann mit der Beteiligung am Putztag etwas zur Sauberkeit im Stadtgebiet beitragen“, heißt es weiter. Mit der Frühjahrsputzaktion unterstützt Salzgitter die europäische Initiative „Let's Clean Up Europe“.

Noch können sich Privatleute und Institutionen für den Stadtputztag anmelden. Ein Formular dazu findet sich auf den Internetseiten der Stadt unter www.salzgitter.de, es lässt sich auch per E-Mail an abfallberatung@stadt.salzgitter.de anfordern. Anzugeben ist der Name, die Anschrift, die Zahl der Teilnehmenden und das gewünschte Reinigungsgebiet, das eine öffentliche Fläche sein muss. Der SRB stellt Abfallsäcke zur Verfügung. Die Ausgabe erfolgt auf dem Betriebsgelände am Korbmacherweg 5 in Lebenstedt zu den Sprechzeiten. Die Abholung und Entsorgung der gefüllten Säcke erfolgt später durch den SRB. Informationen zum Frühjahrsputz gibt es bei der Abfallberatung des SRB unter Telefon (05341) 839-3741.

Medizin

ANZEIGE

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 Herzrhyth-

musstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern.

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. Seit fast 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.

Tipp für unsere Leser



bis zu
10% sparen

Jetzt Baldriparan – Stark für die Nacht auf pureSGP.de bestellen und bis zu **10 % sparen!**



¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildung 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, 82166 Gräfelfing