

Auf dem Pfad der geheimen Wünsche

Die Dresdner Salon-Damen kommen am **21. September in die Aula** des Gymnasiums Salzgitter-Bad

Salzgitter. Mit ihrem Konzert „Der Wind hat mir ein Lied erzählt“ am Samstag, 21. September, um 15 Uhr laden die Dresdner Salon-Damen ihre Zuschauerinnen und Zuschauer ein, gemeinsam mit ihnen den subtilen Pfad der geheimsten Wünsche zu betreten. In der Aula des Gymnasiums Salzgitter-Bad wollen die singenden und an Violoncello, Violine, Klarinette und Klavier musizierenden Damen ihre Gäste mitnehmen auf eine musikalische Zeitreise. Auf diesem Weg begleiten sie die Diven der Filmgeschichte des vergangenen Jahr-



Laden ein zu einer musikalischen Reise: Beate Hoffmann, Susann Jacobi, Silke Krause, Cécile Pfeiff und Franziska Graffe kommen nach Salzgittr-Bad in die Aula.

FOTO: HEIKE ANTOCI

hundreds, wobei nicht nur Zarah Leander zu Wort kommt.

Wann hat man schon mal eine solche Kombination auf der Bühne erlebt: Sängerin, die auch Geige spielt, eine akkordeon-spielende Pianistin, eine background-singende Violonistin, eine saxophon-spielende Klarinetistin und eine Dame, die sowohl das Cello als auch den Kontrabass bedient. Die amüsante Mimik der Damen lässt dabei den Funken zum Publikum überspringen. Nicht nur die Musik ist ein Kunstgenuss besonderer Art, auch der optische Eindruck ist grandios.

Stilvolle Hüte, zarte Spitzen, atemberaubende Kleider mit tiefen Dekolletés und eine stilvolle Bühnendekoration runden das Erlebnis ab.

Karten gibt es für 7,50 Euro im Seniorenbüro im Rathaus in Lebenstedt, in den Seniorentreffs der Stadt Salzgitter, bei der Gärtnerei Starke in Gebhardshagen und beim Seniorenbeirat. Informationen und Vorbestellungen für die Tageskasse beim Fachdienst Kultur unter Telefon (05341) 839-3416 oder per E-Mail an kultur-veranstaltungen@stadt.salzgitter.de.

Zugang und Führung in der Gedenkstätte

Salzgitter. Die Gedenkstätte KZ Drütte mit der Ausstellung „KZ-Häftlinge in der Rüstungsproduktion“ ist am Samstag, 14. September, zwischen 15 und 17 Uhr auch ohne Anmeldung für Besucher und Besucherinnen geöffnet. Es findet keine Führung statt. Mitglieder des Arbeitskreis Stadtgeschichte

sind vor Ort und stehen für Fragen zur Verfügung. Eingang ist am Tor 1 der Salzgitter Flachstahl GmbH an der Eisenhüttenstraße. Der Arbeitskreis bietet am Freitag, 20. September, ab 15 Uhr in der Gedenkstätte eine einstündige Führung an, um über die Geschichte des Konzentrationslagers und die dort in-

haftierten Menschen zu informieren. Im Anschluss kann die Ausstellung eigenständig besichtigt werden. Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Anmeldung bis zum 19. September um 12 Uhr im Vereinsbüro unter Tel. (05341) 44581 oder per E-Mail an info@gedenkstaette-salzgitter.de.

Spätsommerfest mit der Wohnbau

Salzgitter. Spätsommerfest mit freundlichen Nachbarn: Am Freitag, 20. September, lädt die Wohnbau Salzgitter von 13 bis 17 Uhr auf die Wiese an der Adalbert-Stifter-Straße (Ecke Franz-Kafka-Ring) in Thiede ein. Geplant ist ein gemütliches Beisammensein.

Passend zum Weltkindertag gibt es für die Kinder ein Programm mit Ballonfee, bunten Tattoos, Zuckerwatte und Glücksrad. Auch die Ansprechpartner der Wohnbau Salzgitter sind vor Ort und stehen für Gespräche zur Verfügung.

ANZEIGE

Die pflanzliche Innovation bei hartem Stuhl



Sie haben gelegentlich Probleme auf die Toilette zu gehen und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? So können Sie gegensteuern!

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsproblemen: Fast ein Fünftel aller Deutschen ist

zumindest gelegentlich davon betroffen, Frauen sogar doppelt so häufig wie Männer. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das Gefühl einer nicht vollständigen Darmentleerung zurück. Ganz klar: Die Verstopfung muss weg.

Ursachen kaum zu vermeiden

Die Ursachen für gelegentliche Verstopfung und harten Stuhl sind vielfältig und reichen von falscher Ernährung und Stress bis hin zur Einnahme bestimmter Medikamente und dem wiederholten Aufschub des Toilettengangs. Es gibt aber einiges, was

wir selbst tun können, um gegenzusteuern. Denn meistens lässt sich die Darmtätigkeit durch ausreichende Ballaststoffzufuhr wieder in Schwung bringen.

Wie funktionieren Ballaststoffe?

Anders, als der Name „Ballaststoffe“ vermuten lässt, sind sie keineswegs eine „Last“. Im Gegenteil: Bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quelleffekt die Darmbewegung an und sorgen für eine normale Stuhlkonsistenz. Für diesen Effekt ist eine Kombination mehrerer Ballaststoffe sinnvoll, sodass sie sich gegenseitig in ihrer Wirkung ergänzen.¹

Neu am Markt

Ein neues Produkt aus der Apotheke begeistert: Dr. Böhm® Darm aktiv – die erste pflanzliche Kombination aus fünf Ballaststoffen plus wohltuendem Kümmel. Das fruchtige Trinkpulver wird mit ca. 0,25 Liter Wasser aufgelöst und ein- bis zweimal täglich getrunken. Es sorgt durch die darin ent-

haltenen Flohsamen für eine Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung.

¹ Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.

PRODUKT-TIPP bei hartem Stuhl

Dr. Böhm® Darm aktiv



Nahrungs-
ergänzungsmittel

NEU

- ✓ Angenehm weicher Stuhl dank Flohsamen
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Schmeckt auch Kindern

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Darm aktiv gerne für Sie.
PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)