Mit vereinten Kräften für einen neuen Bolzplatz in Hoitlingen

Projektwoche für **Landschaftsbau-Azubis**

Hoitlingen. Hoitlingen hat einen neuen Bolzplatz. Möglich wurde das durch großes Engagement aus mehreren Richtungen, fleißige Helfer – und durch ein Quäntchen Glück.

Denn die Knesebecker Metallverarbeitung Butting hatte die Fertigstellung von fünf Bolzplätzen verlost. Dabei wurde das Material in Form von Doppelstabmatten und Pfosten kostenfrei zur Verfügung gestellt. Einen dieser Plätze hatte die Gemeinde Hoitlingen gewonnen und die Erdarbeiten, Drainierung sowie Raseneinsaat bereits selbst vorgenommen. Was fehlte, war die Errichtung des Ballfangzaunes.

Als Sven Bartölke, Geschäftsführer des Vorsfelder Landschaftsbauunternehmens Haltern und Kaufmann, von dem Projekt hörte, war man dort nach Rücksprache mit den Führungskräften spontan bereit, das Projekt zu unterstützen. So haben vom 16. bis 19. Oktober die Auszubildenden aus allen Standorten des Unternehmens mit ihrem Ausbildungsleiter Nikolaus Schaknat im Rahmen einer Projektwoche den neuen Hoitlinger Bolzplatz eingezäunt und zur Vollendung gebracht. „Bei uns hat die Ausbildung unserer Nachwuchskräfte einen hohen Stellenwert und wir wollen auch schon während der Ausbildung selbstständiges und eigenverantwortliches Arbeiten fördern“, so Bartölke.

Engagement für den guten Zweck: Auch der Regen konnte die Freude über den neuen Bolzplatz in Hoitlingen nicht trüben. FOTO: PRIVAT

Die Längsseiten des Bolzplatzes der Gemeinde Hoitlingen wurden mit 2 Meter hohen Doppelstabmatten versehen. Die Stirnseiten mussten mit Pfostenhöhen von 4,8 Metern noch ein Ballfangnetz tragen. Eine besondere Herausforderung der Azubi-Baustelle war das Setzen der Pfosten. „Da haben unsere Nachwuchskräfte Neuland betreten“, so Schaknat, „aber sie haben die Aufgabe super gemeistert.“ So mussten die sieben Auszubildenden die Projektplanung selbst vornehmen und – unter Anleitung durch ihren Ausbilder – den Umgang mit Sprintbeton erlernen, damit die Fundamente für die Pfosten professionell gesetzt werden konnten. Mit Erfolg: Der Ballfangzaun wurde vor der selbstgesetzten Frist erfolgreich und vor allem lotgerecht fertiggestellt.

Der Ausbilder Nikolaus Schaknat war mit dem Ergebnis sehr zufrieden und stand dabei den Auszubildenden neben der Einweisung bei der Vermessung und Materialkunde bei allen Fragen zur Verfügung. Vor einigen Tagen erfolgte trotz strömenden Regens die Abnahme der Baustelle durch den Tiddischer Gemeindebürgermeister Daniel Krause, der von den Leistungen des Teams begeistert war. Der Bolzplatz steht jetzt allen Dorfbewohnern zur Verfügung.

Medizin - Anzeige -

Schlechter Schlaf – Unruhe & Anspannung

Das Wunder der Passionsblume

Viele Menschen fragen sich, wie sie in dieser Zeit endlich zur Ruhe kommen können. Unser Tipp: Die schöne Passionsblume. Die Heilpflanze verlängert die gesamte Schlafdauer, weil sie uns endlich gut durchschlafen lässt. Am Tag sorgt die Passionsblume für innere Ausgeglichenheit und schenkt uns damit ein Stück Lebensqualität. Das zeigen aktuelle Studien.[2]

Im Moment erleben wir die Krise in der Krise. Das beeinflusst unseren Schlaf erheblich. Denn um gut zu schlafen, muss man sich entspannt fühlen. Das ist bei allen Menschen gleich. Fragen Sie in der Apotheke nach dem neuen Lioran classic für Nacht und Tag mit der einzigartigen Wirkung der Passionsblume, mit der man spürbar zur Ruhe kommt.

Lioran classic hilft ganz natürlich im Einklang mit dem Körper. Der Wirkstoff der Passionsblume regt unseren Körper zur ausreichenden GABA-Versorgung an. Mediziner sprechen von der Gamma-Aminobuttersäure, dem wichtigsten Stoff des Körpers für den Schlaf.[3] Zwei Lioran classic-Kapseln werden eine halbe Stunde, bevor man ins Bett geht, eingenommen. In kurzer Zeit spürt man, wie sich der Passionsblumen-Wirkstoff im Körper entfaltet. Das entspannt maximal und unterstützt die natürlichen Schlafphasen.

„… ich bin ausgeglichener, ich kann besser schlafen und sehe jetzt alles gelassener. Ich bin sehr zufrieden mit Lioran classic für Nacht und Tag“, schreibt eine zufriedene Apotheken-Kundin[1]

Sanft abschalten und erholsam schlafen

Die kreisenden Gedanken ziehen davon und man kann zügig ein- und gut durchschlafen. Am Tag stärkt Lioran classic das Nervenkostüm. Das lässt ausgeglichen und gelassen durch diese Zeit gehen. Selbstverständlich ohne Abhängigkeit, ohne Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten und bei guter Verträglichkeit.

Sorgen überfallen in der Nacht …

… Am schlimmsten ist es in der Nacht. Man wälzt sich in den Kissen hin und her, liegt stundenlang wach und grübelt über das Leben nach. Das Kopfkino läuft, die Gedanken rasen und an erholsamen Schlaf ist nicht mehr zu denken. Exakt hier setzt die Wirkung des neuen Lioran classic an.

NEU

Rezeptfrei in Apotheken
9,90 Euro, 20 Kapseln (AVP)
PZN 18 45 32 45

[1] www.medpex.de/beruhigung-nervenstaerkung/lioran-classic-fuer-nacht-und-tag-die-passionsblume-p18435738#reviews; [2] Lee et al. (2020) Int Clin Psychopharmacol; 35(1):29-35, Gibbert et al. (2017). Compl med res; 24(2), 83-89; [3] https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Insomnie-Forscher-haben-den-Botenstoff-GABA-im-Fokus-361452.html

Lioran® classic für Nacht und Tag die Passionsblume. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Unterstützung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält Lactose. (Stand: 12/2022) Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunmattstraße 20, 76532 Baden-Baden

22775301_002623