

Seniorentanz in Arnum

HEMMINGEN. Die Arbeiterwohlfahrt lädt für Montag, 26. Oktober, zum Seniorentanz in Arnum ein. Das regelmäßige Bewegungsangebot findet von 10 bis 11 Uhr in der Begegnungsstätte an der Göttinger Straße 65 statt. **HR**

43 ❖ 27. Jahrgang · 24. Oktober 2026

www.wochenblaetter.de

hallo wochenende

HEMMINGEN
PATTENSEN
LAATZEN

myDent
Implantologie | Zahnheilkunde | Kieferorthopädie
myDent-IMPLANT
Implantologie
myDent-KIDS
myDent-KFO
Kieferorthopädie
☎ 0511 - 897 67 90
www.myDent-Laatzen.de

„Klang und Leben“ im Seniorentreff

LAATZEN. Unter dem Titel „Klang und Leben“ findet am Donnerstag, 29. Oktober, von 15 bis 17 Uhr eine Veranstaltung im Seniorentreff Alt-Laatzen, Wiesenstraße 22A, statt. Weitere Informationen erteilt Annelie Campe vom DRK-Ortsverein Laatzen unter Telefon (0511) 863551. Bei ihr ist auch die Anmeldung möglich. **RED**

Selbsthilfegruppe trifft sich

HEMMINGEN. Die Selbsthilfegruppe „pro zero“ für Menschen mit Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit trifft sich am Donnerstag, 29. Oktober, von 19.30 bis 21 Uhr. Die Gesprächsrunde findet in der Begegnungsstätte an der Göttinger Straße 65 in Arnum statt. Im Mittelpunkt steht der Austausch über persönliche Erfahrungen im Umgang mit Suchterkrankungen. **RED**

AWO lädt zum Seniorenachmittag

HEMMINGEN. Die Arbeiterwohlfahrt Arnum lädt für Mittwoch, 28. Oktober, zu ihrem nächsten Seniorennachmittag ein. Das Treffen findet von 14.30 bis 17 Uhr in der Begegnungsstätte an der Göttinger Straße 65 statt und bietet Gelegenheit zu Gesprächen und gemeinsamen Aktivitäten. **RED**



Ritter, Soldaten, Eisenbahn und Modellfahrzeuge: Die Sammlung von Steffen Bartels vereint Spielzeugklassiker unterschiedlicher Epochen. Eine Auswahl ist bis Ende Februar 2027 in der Heimatstube Gleidingen zu sehen. Foto: Steffen Bartels

Vom Kinderzimmer in die Sammlervitrine

Ausstellung von Spielzeug in der **HEIMATSTUBE GLEIDINGEN**

LAATZEN. Spielzeugautos, Zinnfiguren und kleine Modellhäuser: Was früher ganze Kinderzimmer in Miniaturwelten verwandelte, ist heute vielfach zum begehrten Sammlerobjekt geworden. Diesen Wandel zeichnet die Sonderausstellung „Von der Spielzeugkiste zur Modellvitrine“ in der Heimatstube Gleidingen nach. Bis Ende Februar 2027 zeigt der Kulturring Gleidingen dort Miniaturen aus einer privaten Sammlung. Der Eintritt ist frei.

Die Ausstellung umfasst rund 50 Jahre Spielzeug- und Modellgeschichte. Sie schlägt einen Bogen vom Kinderzimmer der 1960er-Jahre bis zum Hobbykeller um das Jahr 2015. Dabei begegnen die Besucher zahlreichen Spielzeugen, die

über Generationen hinweg Kinder begeistert haben und später zu Sammelobjekten wurden.

Zu sehen sind unter anderem klassische Zinnfiguren und Figuren aus den Elastolin-Welten des Herstellers Hauser. Hinzu kommen Modellfahrzeuge bekannter Marken wie Wiking, Matchbox, Corgi Toys, Siku und Schuco. Auch Miniaturhäuser von Faller gehören zur Sammlung. Hochwertige Metallfertigungsmodelle und Modelle aus PVC-Bausätzen ergänzen die Ausstellung.

Die Exponate zeigen, wie unterschiedlich Menschen im Laufe der Jahrzehnte mit Miniaturen umgegangen sind. Im Kinderzimmer dienten die verkleinerten Figuren, Fahrzeuge

und Gebäude dazu, Alltagssituationen nachzuspielen und eigene Welten zu erschaffen. Später rückten für viele Liebhaber das Sammeln, die möglichst detailgetreue Nachbildung und die handwerkliche Beschäftigung mit den Modellen in den Vordergrund. So erzählt die Ausstellung nicht nur von der Entwicklung des Spielzeugs, sondern auch davon, wie aus einer Beschäftigung in der Kindheit ein lebenslanges Hobby werden kann.

Die ausgestellten Stücke stammen aus der Sammlung von Steffen Bartels. Der 1960 in Göttingen geborene und heute in der Nähe von Hannover lebende Sammler hat einen Großteil der Miniaturen über die Jahre aufbewahrt. Für die

Ausstellung in Gleidingen wurde eine Auswahl seiner Bestände zusammengestellt. Gemeinsam mit dem Kulturring lädt Bartels dazu ein, die kleinen Nachbildungen der Alltagswelt zu entdecken und sich an die Spielzeuge vergangener Jahrzehnte zu erinnern.

Die Sonderausstellung in der Heimatstube Gleidingen, Hildesheimer Straße 564 in Laatzen-Gleidingen, ist jeweils am letzten Sonntag im Monat von 15 bis 17 Uhr geöffnet. Die nächsten Termine sind der 25. Oktober und der 29. November. Die Ausstellung läuft bis Ende Februar 2027. Der Eintritt ist frei. **R/HR**

➤ Weitere Informationen gibt es unter kulturring-gleidingen.de.

Bücherei lädt zum Aktionstag

LAATZEN. Die Stadtbücherei Laatzen beteiligt sich am Sonnabend, 24. Oktober, von 10 bis 14 Uhr am bundesweiten „Tag der Bibliotheken“. Besucherinnen und Besucher erwartet in den Räumen am Marktplatz 13 ein Programm für Kinder und Erwachsene. **HR**

Für Kinder ab vier Jahren werden zwei Bilderbuchkinos angeboten. Außerdem stehen Bastelaktionen und ein Flohmarkt auf dem Programm. Anlässlich des Aktionstages bleibt die Stadtbücherei bis 14 Uhr geöffnet. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. **HR**

Kreative Lesezeichen

HEMMINGEN. Unter Anleitung von Nicole Genzky von der Xiè-Xiè-Freizeit- und Erlebnis-Pädagogik können Kinder und Erwachsene am Freitag, 30. Oktober, von 15 bis 18 Uhr fantasievolle Lesezeichen aus Papier gestalten. Die Stadtbücherei Hemmingen lädt dazu in den Bürgersaal des Rathauses, Rat-

hausplatz 1 ein. Das benötigte Bastelmateriale wird kostenlos bereitgestellt.

Auch die Teilnahme ist kostenfrei. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Der Veranstalter weist darauf hin, dass während der Veranstaltung keine Kinderbetreuung angeboten wird. **HR**

Beim World Café geht es um die Zukunft des Bades

PATTENSEN. Wie soll sich das Pattenser Hallen- und Freibad künftig entwickeln? Darüber wollen der Förderverein Hallen- und Freibad Pattensen und die Verantwortlichen des Bades mit Interessierten ins Gespräch kommen. Dazu laden sie für Montag, 26. Oktober, von 18 bis 21 Uhr zu einem „World Café“ in die Aula der Ernst-Reuter-Schule ein. Bei dem Gestaltungsworkshop können die Teilnehmer Ideen, Wünsche und

Anregungen einbringen und miteinander diskutieren. Themen sind unter anderem Freizeit und Sport, Angebote für alle Generationen, die Aufenthaltsqualität sowie ehrenamtliche Unterstützung. Ziel ist es, gemeinsam Vorstellungen für die Zukunft des Bades zu sammeln. Wer teilnehmen möchte, meldet sich per E-Mail an rettungsring@pattenserbad.de an. Vor- und Nachname sowie der Wohnort sollen genannt werden. **RED**

KI sicher nutzen lernen

LAATZEN. Ein Workshop für Frauen zum verantwortungsvollen Umgang mit Künstlicher Intelligenz findet am Montag, 26. Oktober, von 16 bis 18.30 Uhr im Frauenzentrum Laatzen, Hildesheimer Straße 85, statt. Die Medienpädagogin und Journalistin Isabel Rodde vermittelt Grundlagen zur sicheren Nutzung von KI-Anwendungen und erläutert, wie sich persönliche Daten schützen lassen.

Zudem stellt sie datenschutzfreundliche Alternativen zu bekannten Angeboten wie ChatGPT, Gemini und Claude vor. Die Teilnehmerinnen können verschiedene KI-Werkzeuge selbst ausprobieren und eigene Fragen einbringen. Dafür sollten sie ein Smartphone, Tablet oder Notebook mitbringen. Anmeldungen sind per E-Mail an info@frauenzentrum-laatzen.de möglich. **HR**

Neubacher Sonnenschutz
Rollladen / Rollläden
Außenjalousien
Plissee / Markisen
Wintergartenbeschattungen
Vertikal-Jalousien
Motoren und Steuerung
Reparatur und Service

Rollladen- und Jalousiebau

Wir beraten Sie kostenfrei und unverbindlich vor Ort!

Marie-Curie-Str. 15 • Telefon 0511 - 84 374 10
30966 Hemmingen • hemmingen-sonnenschutz.de
neubachersonnenschutz@freenet.de

Ohne Abzüge: Stand: 21.10.26

Feingold	116,50 €/g	Zahngold	72,89 €/g
750 Gold	86,25 €/g	Silber	1,50 €/g
585 Gold	67,28 €/g	Versilbert	45,00 €/kg
333 Gold	38,30 €/g	Zinn	20,00 €/kg

Goldankauf Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
☎ 0511/37359069

HERBST-COUPON
Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen!

15%

Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.
Gültig bis 31.10.26

Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Bücher, Rezepturen und unsere Sonderangebote. Nicht kombinierbar mit anderen Coupons oder Aktionen.

LEINÉ APOTHEKE

vor Ort:
Leine Center Laatzen
Hauptbahnhof Hannover
Ernst-August-Galerie
Misburg Waldstraße
Misburg Friedenstr.
Kronsrode

online: www.LeineApotheke.de
Code „HERBST“

Neu in: Kirchlegern

ERÖFFNUNGSANGEBOTE
auch im clevva in Bad Nenndorf!

clevva
VON MÖBEL HEINRICH

KÜCHEN
SCHNELL-LIEFERSERVICE

Ihre frei geplante Küche innerhalb von 3-4 Wochen bei Ihnen zu Hause.

KONSTANTINOS
der Griechische

Griechische Spezialitäten • nahe Messe Hannover

Aktuell
Vom 24.10. – 29.10.2026

Zaziki Portion	€ 3,50
Gyros – normal mit Reis, Pommes und Salat	€ 10,90
Souflaki mit Reis, Pommes und Salat	€ 11,90
Gyros überbacken mit Sahnesauce, Käse, Pommes und Salat	€ 12,90
Schweine-Lachssteak-Pfännchen mit Champignons, Paprika, Sahnesauce, Pommes und Salat	€ 12,90
Spezial Teller - Souzuki, Souflaki, Steak, Gyros mit Reis, Pommes und Salat	€ 13,90
Koryphäe Teller - Gyros, Bifteki mit Reis, Pommes und Salat	€ 14,90
Griechischer Wein 0,5 l trocken rot, weiß oder rosé lieblich rot oder weiß	€ 9,90

Hildesheimer Straße 49
30880 Laatzen
☎ 0511 / 879 13 77
www.restaurant-konstantinos.de

JUWELIER COHRS
Gold-Ankauf Bargeld sofort
Tagesaktuelle Höchstpreise

Gold | Silber | Platin | Zinn
Schmuck | Juwelen | Diamanten | Silberbesteck | Zahngold (auch mit Zahn)
Bruchgold | Altgold | Münzen | Barren | Erbschaften | Luxusuhren

2x in Hannover
Juwelier Cohrs Edelmetall GmbH
Bahnhofstr. 3 und Schillerstr. 33
Telefon & WhatsApp 0511/2157937
www.juwelier-cohrs.de

eyemax
Brillen-Bügel-Wechsel-System

Brillenneuheiten + mehr als 800 Brillenbügel live bei uns von Fr., 23.10. bis Fr., 30.10.26

Kodak LENS | LAATZEN
Pettendorferstraße 2b
30880 Laatzen
Tel.: 0511 - 89 99 1693

Öffnungszeiten
Mo. – Fr. 10 – 14 Uhr u. 15 – 18 Uhr
Sa. 10 – 13 Uhr
www.optik-laatzen.de

Laatzen Zentrum
Stadt-Bahn: 1
Buslinien: 340, 341, 346

Kostenlose Parkplätze vor dem Geschäft

Scheiben-Doktor.de
Reparatur & Austausch powered by Caridon

- Steinschlagreparatur
- Autoglas-Soforteinbau
- KFZ- und Gebäudefolien
- Scheibenversiegelung
- Mobiler Service
- Hol- und Bringdienst
- Kundensersatzfahrzeug
- Partner großer Versicherungen

SCHEIBE KAPUTT?
SERVICE-HOTLINE 0 51 02-93 07 93

Scheiben-Doktor Laatzen
Lüneburger Straße 16
30880 Laatzen
laatzen@scheiben-doktor.de

Bus-Haltestellen in Arnum entfallen

Hauptstraße in Ohlendorf wird voll gesperrt

HEMMINGEN. Die Bauarbeiten in Hemmingen führen zu weiteren Einschränkungen im Busverkehr: Von Montag, 26. Oktober, bis voraussichtlich Freitag, 25. Dezember, sperrt die Stadt die Hauptstraße in Ohlendorf im Kreuzungsbereich Sohlkamp vollständig. Betroffen sind die Buslinien 360 und 366, die deshalb erneut Umleitungen fahren. Die Busse lassen die Haltestellen „Ohlendorf“, „Arnum/Lerchenweg“, „Arnum/Wilkenburger Straße“ und „Arnum/Mühlenweg“ ersatzlos aus. Ab der Haltestelle „Hiddestorf/Ihmer Straße“ fahren die Linien direkt zur Umsteiganlage Hemmingen. Dort können Fahrgäste in die Stadtbahnlinie 13 Richtung Hannover und in die SprintH-Linie 300 Richtung Arnum umsteigen. Die Schulfahrten der Linie 366 zwischen Pattensen, Arnum und der KGS Hemmingen sind von den Änderungen nicht betroffen. Sie verkehren laut Üstra weiterhin nach Plan. Auch die bisherigen Einschränkungen in Hiddestorf bleiben bestehen: Die Haltestellen „Hiddestorf/Auf der Masch“ und „Hiddestorf/Wiesenweg“ entfallen weiterhin ersatzlos bis zum Ende der gesamten Baumaßnahme. Fahrgäste können sich auf der Internetseite uestra.de und in der Üstra-App über die geänderten Fahrzeiten und Umleitungsstrecken informieren. Aushänge an den betroffenen Haltestellen weisen ebenfalls auf die Änderungen hin. **RED**

Kostenlose Pflegeberatung im Rathaus

HEMMINGEN. Der Senioren- und Pflegestützpunkt Calenberger Land bietet am Mittwoch, 28. Oktober, von 9 bis 10.30 Uhr eine kostenlose Beratung im Bürgersaal des Hemminger Rathauses, Rathausplatz 1, an. Das Angebot richtet sich an ältere Menschen und Angehörige, die Fragen rund um Pflege und Unterstützungsmöglichkeiten haben. Um vorherige Anmeldung unter Telefon (0511) 700 201 18 oder (0511) 700 201 19 wird gebeten. Die Sprechstunde findet künftig an jedem vierten Mittwoch im Monat statt. Bei Bedarf sind auch telefonische Beratungen und Hausbesuche möglich. **HR**

Hilfe bei der Onleihe

LAATZEN. Die Stadtbücherei Laatzen bietet am Donnerstag, 29. Oktober, von 16 bis 17 Uhr eine Sprechstunde zur digitalen Ausleihe an. In der Bücherei am Marktplatz 13 erfahren Interessierte, wie sie über die Onleihe Niedersachsen elektronische Bücher, Hörbücher und Zeitungen ausleihen und auf verschiedenen Geräten nutzen können. Dabei geht es unter anderem um die Einrichtung der Onleihe-App, die Bedienung von E-Book-Readern sowie die Behebung technischer Probleme. Auch individuelle Fragen werden beantwortet. Wer Unterstützung bei einem bestimmten Problem benötigt, sollte bei der Anmeldung das verwendete Gerät und die Schwierigkeiten möglichst genau beschreiben. Die Teilnahme ist kostenlos. Um Anmeldung wird per Mail an stadtbuecherei.veranstaltungen@laatzen.de oder telefonisch unter (0511) 8205-4000 gebeten. **R/HR**

BORCHERS
SANITÄR • HEIZUNG • WÄRMEPUMPEN • BÄDER

WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG!
Anlagenmechaniker (m/w/d)
Wir bilden aus!
Bewirb dich gerne auch als Auszubildender für 2027.
Gerne bewerben unter:
borchers.gbr.laatzten@t-online.de | **TEL. 05 10 2 - 22 72**

Heimann
FLEISCHEREI • PARTYSERVICE
QUALITÄTSFLEISCH, WURST- UND SCHINKENSPEZIALITÄTEN
aus eigener Herstellung
FÜR LAATZEN UND DIE REGION HANNOVER.
Oesselse • Weidenstraße 6
Tel. 05102 / 3224
Di.-Fr. 8:00–12:30 Uhr & 15:00–18:00 Uhr
Sa. 7:00–12:00 Uhr

AUSGEWÄHLTE LANDWIRTE
aus der Region Hannover
mit Herkunftsnachweis.
EIGENE SCHLACHTUNG
Für beste Qualität,
Frische und Transparenz.
Seit Generationen
HANDWERK MIT LEIDENSCHAFT.

Kunst und Krempel List
Steinmetzstr. 10
30163 Hannover
Inhaber: Giovanni Fischer

Wir kaufen Zinn aller Art:
• Geschirr • Becher
• Besteck • Krüge
• Figuren • Vasen
• Spielzeug • Medaillen
sowie:
Modeschmuck,
Uhren, Münzen,
Silber, Gold uvm.

großer Silberbesteck und Zinn-Ankauf!
Außerdem Ankauf von:
Pelzen
Orientteppichen
Militaria
Besteck (versilbert)

HAUSBESUCHE MÖGLICH! ANFAHRT KOSTENLOS
Wir kaufen Ihre Ware auch ohne Gold
Tel. 0511 37 39 333 0 oder 01523 69 48 224



Pianistin und Kabarettistin Anne Folger präsentiert am 28. November im bauhof ihr Programm „Spielversprechend“.

Foto: Ellen Schmauss

HEMMINGEN. Märchenfiguren mit großer Klappe, Wortgefechte auf der Bühne und musikalische Seitenhiebe auf den Alltag: Im Kulturzentrum bauhof in

Hemmingen, Dorfstraße 53, wird es im November abwechslungsreich. Fünf Veranstaltungen zwischen Cartoon-Comedy, Poetry-Slam, Reisebildern und

Kabarett stehen auf dem Programm. Beginn ist jeweils um 20 Uhr.

Den Auftakt macht am Freitag, 6. November, Cartoonist Piero Masztalerz mit seiner Show „Halt die Fresse, Rapunzel!“. Der mehrfach ausgezeichnete Künstler liefert sich darin Wortgefechte mit seinen eigenen animierten Märchenfiguren. Die haben allerdings wenig Lust, sich an das Drehbuch ihres Schöpfers zu halten, und mischen sich immer wieder ungefragt in seine Geschichten ein. Das interaktive Cartoon-Theater kostet 27 Euro, ermäßigt 23 Euro.

Eine Woche später, am Freitag, 13. November, gehört die Bühne den Wortkünstlern. Hannovers Poetry-Slam „Macht Worte!“ gastiert zum dritten Mal im bauhof. Hannah Seifert, Pocky Merula, Emil Engelhardt



Beim Poetry-Slam „Macht Worte!“ im Kulturzentrum bauhof entscheidet am 13. November das Publikum, wer den Wettbewerb gewinnt.

Foto: Macht Worte

DRK-Ortsverein wählt neuen Vorsitz

SCHULENBURG. DerDer DRK-Ortsverein Schulenburg lädt seine Mitglieder zur außerordentlichen Mitgliederversammlung für Dienstag, 3. November, um 17 Uhr in das Corvinushaus an der Schulstraße 15a ein. Die Wahlen eines neuen Vorsitzenden sowie

eines Stellvertreters stehen dabei auf der Tagesordnung. Anschließend ist ein kleiner Imbiss geplant. Anmeldungen sind bis Dienstag, 27. Oktober, per E-Mail an drkschulenburg@gmx.de oder unter Telefon (0171) 3830765 bei Uwe Zieseniß möglich. **RED**

Literaturkreis

HEMMINGEN. er Literaturkreis der Friedens-Kirchengemeinde Arnum kommt am Mittwoch, 28. Oktober, um 19.30 Uhr zusammen.

Die Gruppe trifft sich regelmäßig am letzten Mittwoch eines Monats. Ansprechpartnerin ist Gesine Meerheimb unter Telefon (05101) 58 74 19. **HR**

Von Rapunzel bis zum Poetry-Slam

CARTOON-COMEDY, WORTKUNST, REISEBILDER UND MUSIKKABARETT:

Das Kulturzentrum bauhof in Hemmingen lädt im November zu fünf abwechslungsreichen Abenden ein.

und Gerrit Wilanek treten in zwei Leserunden und einem Finale gegeneinander an. Ob nachdenkliche Lyrik, literarische Comedy oder temporeiche Wortakrobatik – erlaubt ist, was das Publikum überzeugt. Denn die Zuschauer entscheiden selbst, wer den Abend gewinnt. Henning Chadde und Jörg Smotlacha moderieren den Wettbewerb. Der Eintritt beträgt 19 Euro.

Von der Bühne geht es am Mittwoch, 18. November, gedanklich in den hohen Norden. Michael Stuka nimmt die Besucher mit auf eine Bilderreise durch Schweden. Gemeinsam mit Claudia Ahrenbeck hat er auf drei Reisen Eindrücke aus Stockholm, Malmö und Göteborg, aus Lappland und von der schwedischen Westküste gesammelt. Neben den Städten stehen eindrucksvolle Naturlandschaften, Schären und kleine Küstenorte im Mittelpunkt. Musik, Originalgeräusche und Stukas Live-Kommentar begleiten die multimediale Schau. Karten kosten 14



Schwedische Küstenlandschaften gehören zu den Eindrücken, die Michael Stuka am 18. November in seiner multimedialen Reiseschau präsentiert.

Foto: Michael Stuka

Euro. Musikalisch und satirisch wird es am Sonnabend, 21. November. Marco Tschirpke präsentiert sein Programm „Kalendar, deine Tage sind gezählt!“. Mit eigenen Kompositionen, Klavier und Ukulele widmet er sich gesellschaftlichen Widersprüchen, politischen Fragen und den komischen Abgründen des Alltags. Dabei verbindet der Musikkabarettist sprachliche Pointen mit musikalischen Einfällen. Der Eintritt kostet 27 Euro, ermäßigt 23 Euro.

Den Schlusspunkt setzt am Sonnabend, 28. November, Anne Folger mit ihrem Konzertkabarett „Spielversprechend“.

Die Pianistin und Kabarettistin findet selbst in alltäglichen Missgeschicken noch eine Pointe. Ob frustrierende Singlebörse, missglückter Hotelaufenthalt oder andere kleine Katastrophen des Lebens – Folger macht daraus Geschichten, eigene Songs und Klavierkabarett mit hintergründigem Humor. Karten kosten 27 Euro, ermäßigt 23 Euro. **HR**

Wenn die angezeigte Nummer täuscht

Warnung vor der Gefahr durch sogenanntes Spoofing

REGION HANNOVER. Betrüger können die Telefonnummer von Banken, Behörden oder der Polizei im Display vortäuschen. Beim sogenannten Call-ID-Spoofing manipulieren sie die Rufnummernanzeige und geben sich am Telefon als Mitarbeitende der jeweiligen Institution aus. Ihr Ziel: Sie wollen mit erfundenen Geschichten Druck aufbauen und an persönliche Daten, Kontozugänge oder Geld gelangen. Sogar die Nummer des Sperr-Notrufs 116 116 missbrauchen sie. Wichtig: Der Sperr-Notruf ruft niemals unter dieser Nummer an.

So schützen Sie sich: Geben Sie am Telefon keine PINs, TANs, Passwörter oder andere sensible Daten preis. Vertrauen Sie nicht allein der angezeigten Rufnummer. Legen Sie bei ungewöhnlichen Forderungen auf und rufen Sie die Institution über eine bekannte oder selbst recherchierte Nummer zurück.

Haben Sie Daten weitergegeben, lassen Sie betroffene Karten und Online-Banking-Zugänge umgehend sperren. Wenden Sie sich dafür an Ihre Bank oder den Sperr-Notruf 116 116 und erstatten Sie Anzeige bei der Polizei. Warnen Sie Angehörige und Bekannte vor der Masche. Weitere Informationen gibt es auf kartensicherheit.de. Die Initiative unterstützt die bundesweite Kampagne „Machen wir Phishing Impossible!“, die Verbraucher vor Cyberbetrug im Zahlungsverkehr warnt. **RED**

DRK lädt zum Gedächtnistraining

SCHULENBURG. Der DRK-Ortsverein Schulenburg veranstaltet am Mittwoch, 28. Oktober, um 15 Uhr im Corvinushaus an der Schulstraße 15a ein Gedächtnistraining. Dabei gibt es Kaffee und Kuchen. Mitglieder vom Seniorenkreis sowie interessierte Gäste sind willkommen. **RED**

UM HIMMELS WILLEN

Mein Backofen hat recht

Heute Nacht ist es wieder so weit: Die Uhren werden um eine Stunde zurückgestellt. Früher glich das morgens einer kleinen Hausmeisterrunde. Wanduhr, Wecker, Armbanduhr – überall mussten die Zeiger zurück. Heute erledigen Handy, Computer und Funkuhr das von selbst. Nur mein Backofen weigert sich dem Automatik-Trend und zeigt morgens trotz der alten Zeit an.

Eigentlich erstaunlich, wie einfach das geht: Ein paar Zeiger zurückdrehen, ein paar Knöpfe drücken. Die Zeit selbst lässt sich davon jedoch nicht beeindrucken. Sie folgt eigenen Regeln. Ein schöner Abend ist im Nu vorbei. Fünf Minuten im Wartezimmer können sich endlos ziehen. Und manchmal scheint die Zeit regelrecht stillzustehen: bei einer Nachricht,

die alles verändert. Oder in einem Augenblick, den man am liebsten für immer festhalten würde.

So ist das mit der Zeit: Manchmal wünschen wir, sie würde schneller vergehen. Manchmal würden wir sie am liebsten anhalten. Und manchmal wünschen wir uns, sie zurückdrehen zu können.

„Meine Zeit steht in deinen Händen“, heißt es in Psalm 31. Ich mag diesen Satz. Denn so sehr wir unsere Tage auch planen: Wie viel Zeit uns bleibt und was sie mit sich bringt, haben wir nicht in der Hand. Der Psalmbeter vertraut darauf, dass sein Leben bei Gott gut aufgehoben ist. Mit allem, was ungewiss bleibt. Das finde ich tröstlich. Gerade weil sich die Zeit eben nicht zurückdrehen lässt. Auch wenn wir heute Nacht wieder so tun, als wäre es



Alexander Stichternath, Pastor in der Gesamtkirchengemeinde Laatzen.

Foto: Gunnar Müller

möglich. Vielleicht ist mein Backofen ja doch smarter, als ich dachte.

Alexander Stichternath, Pastor in der Gesamtkirchengemeinde Laatzen



Wie ein großer Sandkasten: In Höhe der Einmündung Am Brocksberg müssen noch die Gleise verlegt werden. Foto: Stephanie Zern

Nächtliche Pflasterarbeiten an der Hildesheimer Straße

Die Sanierung der Stadtbahngleise soll am **6. NOVEMBER ABGESCHLOSSEN** sein.

LAATZEN. Für die Sanierung der Stadtbahngleise an der Hildesheimer Straße in Laatzen ist es erforderlich, vorübergehend auch während der Nachtstunden zu arbeiten. Das teilt die zuständige Infrastrukturgesellschaft (Infra) mit. In den Bereichen der Hochbahnsteige an

den Stadtbahnhaltestellen Laatzen/Birkenstraße und Laatzen/Eichstraße wird in den Nächten vom Montag, 26. Oktober, bis Freitag, 30. Oktober, das Pflaster eingebaut. „Diese Arbeiten konnten während der Stadtbahn- betriebsunterbrechung noch nicht

vollständig abgeschlossen werden. Da hier zwei Stadtbahnlinien verkehren, sind die Pflasterarbeiten tagsüber leider nicht möglich. Deshalb müssen die Arbeiten teilweise in die Nachtstunden verlegt werden. Es wird jedoch versucht, sehr lärmintensive Arbeiten weitge-

hend am Tage zu verrichten“, heißt es in einer Mitteilung der Infra.. In dem rund 800 Meter langen Abschnitt vom Gleiswechsel Birkenstraße bis zum Abzweig Grasdorf lässt die Infra den Oberbau und die Gleise sowie sämtliche Gleisüberfahrten

erneuern. Im Zuge der Sanierung wird das bisherige Schottergleis durch ein umweltfreundliches Grünleis ersetzt. Dadurch soll der Gleisbereich künftig grüner gestaltet werden. Die Arbeiten sollen nach derzeitiger Planung am 6. November beendet werden.. **RED**

Lesende Männer treffen sich

HEMMINGEN. Der Literaturkreis „Lesende Männer in der Region“ kommt am Dienstag, 27. Oktober, um 19 Uhr im kleinen Saal des Gemeindehauses der Friedens-Kirchengemeinde Arnum zusammen. Die Teilnehmer tauschen sich über Bücher und ihre Leseerfahrungen aus. Die Gruppe trifft sich regelmäßig am vierten Dienstag eines Monats. Kontakt ist per E-Mail an Meerheimb@freenet.de möglich. **HR**

Offener Seniorentreff am Sonntag

HEMMINGEN. Der offene Seniorentreff für Menschen ab 65 Jahren kommt am Sonntag, 25. Oktober, um 14.30 Uhr auf dem Rathausplatz beim Restaurant Aspendos zusammen. Das regelmäßige Treffen bietet Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen und neue Kontakte zu knüpfen. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich. Weitere Informationen gibt Jürgen Hartelt unter Telefon (0511) 41 53 77. **RED**

GOLDANKAUF
GOLDSCHMIDT
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	118,66 €/g
999er Silber	1,44 €/g
750er Gold	86,59 €/g
925er Silber	1,24 €/g
585er Gold	67,54 €/g
333er Gold	38,45 €/g
versilbertes Besteck	45,00 €/kg
Zinn	20,00 €/kg
Zahngold	74,25 €/g

Stand 21.10.2026

Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269

4680801_002626

**Wintergärten
Terrassendächer
Fenster – Haustüren**

Reparatur von Hagelschäden!

Jetzt Angebote vom Fachbetrieb sichern! **Flex**

Firma Flex ☎ (051 31) 463 52 50

21232501_002626

HÖRMANN
Garagentore • Antriebe

Beratung
Verkauf
Montage

Montageservice K. Meyer
Tel. (051 02) 89 04 60 • Fax (051 02) 89 04 59
www.meyer-montageservice.de

3568701_002626

Im Internet finden Sie uns unter:
www.wochenblaetter.de
hallo
wochenende

WINTERZAUBER
HERRENHAUSEN

www.gartenfestivals.de

28. Okt. - 1. Nov.
Vorweihnachtlicher Markt
Galerie & Schlosshof / Hannover

Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse

Mi. 13-20 Uhr | Do. 11-20 Uhr | Fr. & Sa. 11-21 Uhr | So. 11-19 Uhr

FREIKARTEN zu gewinnen!
QR-Code scannen & teilnehmen

27075501_002626



Unterstützung für den Vereinssport: Vertreter zahlreicher Sportvereine aus der Region kamen zur Spendenübergabe zusammen. Foto: Franzj Gottschalk

Brötchen kaufen und den Sportverein unterstützen

54 Vereine aus der Region profitieren von einer **SPENDENAKTION DER CALENBERGER BACKSTUBE**. Insgesamt 10.000 Euro kamen dabei für den Vereinssport zusammen.

PATTENSEN / REGION HANNOVER. Ob Fußball, Handball oder andere Sportarten: In den zahlreichen Sportvereinen der Region engagieren sich Menschen Tag für Tag für ein vielfältiges Freizeitangebot. 54 dieser Vereine dürfen sich jetzt über eine finanzielle Unterstützung freuen. Bei einer Spendenaktion der Calenberger Backstube kamen insgesamt 10.000 Euro für den Vereinssport zusammen.

Das Besondere daran: Die Kundinnen und Kunden konnten selbst mitentscheiden, wofür das Geld fließt. Wer während der Sommerferien in einer Filiale der Bäckerei bargeldlos einkaufte, konnte über einen Vereinscode einen Sportverein seiner Wahl unterstützen. Die teilnehmenden Vereine kamen aus dem gesamten Calenberger Land, der Region Hannover und dem Raum Hildesheim.

Ursprünglich hatte das Familienunternehmen angekündigt, zwei Prozent der entsprechenden Einkaufsumsätze an die Vereine weiterzugeben. Aufgrund der großen Beteiligung stockte die Bäckerei den Anteil schließlich auf zehn Prozent auf. Wie viel Geld die einzelnen Vereine erhielten, hing davon ab, wie häufig sie von Kunden ausgewählt worden waren. So kamen unterschiedlich hohe Be-

träge zusammen. Der erfolgreichste Verein konnte sich über mehr als 1.000 Euro freuen. Zur Spendenübergabe trafen sich Vertreter der teilnehmenden Vereine im Bäckereicafé in Holtensen. Für die Vereine dürfte die finanzielle Unterstützung auch eine Anerkennung ihrer Arbeit sein, die vielerorts maßgeblich vom ehrenamtlichen Engagement der Mitglieder getragen wird. **RED**

Angebote gültig: Montag 26.10. - Samstag 31.10.2026*

Schweinenaeken mit Knochen
1 kg
4.79

Schweine-Schulter mit Knochen
1 kg
3.33

Hackfleisch vom Schwein
1 kg
3.79

Dicke Rippe vom Schwein
1 kg
3.33

Hähnchenschkel lang 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung
2.99

Hähnchenschkel ohne Knochen mit Haut 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Ausz.
6.99

Auberginen 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung
1.29

Granatapfel 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung
2.00

*Alle Artikel solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Preise sind in Euro incl. MwSt. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Diese Angebote gelten nur in den nachfolgenden werbenden Märkten:

Mo-Fr 09:00 - 19:00	Mix Markt 18 OHG
Sa 09:00 - 18:00	Vahrenheider Markt 6
	30179 Hannover-Vahrenheide
Mo-Fr 09:00 - 19:00	Mix Markt 122 OHG
Sa 09:00 - 18:00	Lange Weihe 65
	30880 Laatzen
Mo-Fr 09:00 - 19:00	Mix Markt Hannover
Sa 09:00 - 19:00	Inhaber: Dmitri Kuschiu
	Schierholzstr. 128
	30655 Hannover

25.-
10 KG KARTON

55.-
10 KG KARTON
RESERVIEREN!

Gezuckertes Kondensmilchzeugnis „Sguschtschonka“
390 g Dose, 1 kg = 2,73
6.50

Lachskaviar „Jantarnaja“
390 g Dose, 1 kg = 89,75
35.-

Buchweizen 6 Pack Karton, 1 Pack = 1,34
7.99

Nudelgericht mit Hühnerfleischgeschmack „Yum-Yum“ 30 x 60g 1800 g Pack., 1 kg = 7,23
13.-

Frische Eier/ Bodenhaltung Discount S/M
1.99

„Pelmeni Monolitnye“ mit Fleischfüllung
2 kg Btl., 1 kg = 3,50
6.99

„I Love Pelmeni Chicken“ mit Hähnchenfleisch, tiefgefroren
1 kg Btl.
5.55

Schweinebauch „Sosisi iz kurinogo miasa“ geräuchert
100 g, 1 kg = 10,00
1.00

Brühwurst – Ring, mittelgroß, geräuchert, nach Krakauer Rezeptur
„Kielbasa wiankova“ 100 g, 1 kg = 7,50
0.75

Große Brühwurst „Sosisi iz kurinogo miasa“ geräuchert
350 g Stk., 1 kg = 10,26
3.59

Geflügelwürstchen „Sosisi iz kurinogo miasa“ geräuchert
450 g Pack., 1 kg = 6,65
2.99



Schaurig schöne Halloween-Party: Das Kinder- und Jugendzentrum lädt Kinder von acht bis zwölf Jahren am 30. Oktober ein.

Foto: Stadt Laatzen

Gruselspaß mit Geisterbahn

Am 30. Oktober steigt die Halloween-Party für Acht- bis Zwölfjährige

LAATZEN. Eine Halloween-Party für Kinder von acht bis zwölf Jahren veranstaltet das Kinder- und Jugendzentrum in der Pestalozzistraße 25 am Freitag, 30. Oktober, von 16 bis 18.30 Uhr. Auf dem Programm stehen Spiele, Musik und Tanz sowie ein Kostümwettbewerb, bei dem Preise zu gewinnen sind. Beson-

ders Mutige können sich in eine begehbare Geisterbahn wagen. Außerdem werden an einem Buffet kleine Speisen zu Taschengeldpreisen angeboten. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos. Weitere Informationen gibt es unter Telefon (0511) 82 59 12 oder per E-Mail an jugendzentrum@laatzen.de.

Offenes Singen in Schulenburg

PATTENSEN. Wer Lust am gemeinsamen Singen hat, ist ab dem 28. Oktober jeweils mittwochs von 17.30 bis 18.15 Uhr im Corvinushaus der Kirchengemeinde Schulenburg will-

kommen. Chorleiterin Katharina Hüttmann lädt zum Offenen Singen ein.

Es ist möglich, dass der Beginn bei weiteren Treffen auf 18 Uhr verlegt wird. **RED**

Hemminger Moral intakt, nur die Abwehr nicht

Der **SC HEMMINGEN-WESTERFELD KASSIERT FÜNF NIEDERLAGEN** in Folge, TSV Pattensen und Germania Grasdorf wollen Anschluss halten

HEMMINGEN/PATTENSEN/LAATZEN. Für den SC Hemmingen-Westerfeld läuft es in der Oberliga weiter schlecht: In den vergangenen fünf Spielen gelangen nur zwei Tore, Punkte gab es keine. Andere Teams aus der Region stehen besser da: Germania Grasdorf lauert in der Bezirksliga auf die Tabellenspitze, während die Reserve des TSV Pattensen in der Kreisliga weiter vorneweg marschiert. Wir zeigen, welche Teams am Wochenende wo gefordert sind.

Oberliga: Es läuft einfach noch immer nicht rund beim Aufsteiger **SC Hemmingen-Westerfeld**. Die letzten fünf Spiele gingen allesamt verloren. Dabei erzielte die Mannschaft insgesamt nur zwei eigene Treffer. Zuletzt gab es ein deutliches 1:5 gegen das Spitzenteam SC Spelle-Venhaus. „Spelle ist schlicht nicht unsere Kragenweite“, sagte Co-Trainer Mo Kordian. Er sah immerhin auch Erfreuliches: „Positiv war, dass sich die Jungs nie aufgegeben haben und am Ende noch zu Chancen und einem Tor gekommen sind.“ Doch die Defensiv-

mus muss sicherer stehen, wenn die Hemminger am Samstag, 24. Oktober, um 15 Uhr beim SV Wilhelmshaven Punkte sammeln wollen. Schließlich geht es gegen das nächste Spitzenteam. ▶ Landesliga: Um ein echtes Spitzenteam zu sein, muss der **TSV Pattensen** in der Landes-

Pattensens Trainer Björn Wehmann
Foto: deisterpics/ Stefan Zwing



bellennachbarn TSV Wetschen. Anpfiff ist dort am Sonntag, 25. Oktober, um 15 Uhr. ▶ Bezirksliga 2: Der **SV Germania Grasdorf** hatte seine Pflichtaufgabe gegen die TSV Burgdorf



Mit vollem Körpereinsatz: Henrik Hillenheinrichs von der SV Arnum, hier im Spiel in Ihme-Roloven, will in der Bezirksliga den nächsten Sieg einfahren.

Foto: Dennis Michelmann

ga noch zulegen. Allerdings steht der Aufsteiger mit Tabellenplatz acht und 15 Punkten aus elf Spielen ordentlich da. Nach dem torlosen Remis gegen Arminia Hannover geht es nun zum direkten Tabellennachbarn TSV Wetschen. Anpfiff ist dort am Sonntag, 25. Oktober, um 15 Uhr. ▶ Bezirksliga 2: Der **SV Germania Grasdorf** hatte seine Pflichtaufgabe gegen die TSV Burgdorf

mit dem 4:2 recht souverän hinter sich gebracht. Das Team von Trainer Rene Türk ist weiterhin in Schlagdistanz zur Tabellenspitze. Der Rückstand beträgt nur drei Punkte. Um weiter oben dran zu bleiben, sollten sich die Germanen den nächsten Dreier am Sonntag um 15 Uhr beim SC Wedemark sichern. Parallel ist der **SC Hemmingen-Westerfeld II** auf der Anlage an der Hohen Bünte gegen den FC Lehrte im Einsatz. Die Hemminger stehen derzeit im unteren Tabellendrittel, nachdem es zuletzt eine 0:1-Schlappe beim SV Ramlinge-Ehlershausen II gab. ▶ Bezirksliga 3: Viel unglücklicher hätte das Spitzenspiel der **SV Arnum** beim Tabellenführer VfL Bückeburg nicht verlaufen können. In der vierten Nachspiel-

minute erzielten die Bückeburger ihren 1:0-Siegtreffer und bauten damit den Vorsprung aus. Die Arnum wollen allerdings schnell wieder siegen. Die Chance dazu besteht am Sonntag um 15 Uhr an der Hiddestorfer Straße gegen den FC Hevesen. ▶ Kreisliga: Die Reserve vom **TSV Pattensen** marschiert weiter vorweg. Das 3:1 beim TSV Barsinghausen II war der neunte Sieg im elften Spiel. Der Tabellenführer ist am Sonntag um 14 Uhr auf dem Sportplatz an der Schützenallee gegen die **SpVg Laatzen** gefordert. Die Laatzen hatten sich zuletzt mit einem 5:0 gegen den VSV Hohenbostel auf Platz drei geschossen – nur fünf Zähler hinter den Pattensern. **RED**

Sie können es also doch noch: Der **Koldinger SV** hat mit dem 4:1 gegen den TSV Wennigsen den ersten Saisonsieg eingefahren. Zwar sind die Koldinger noch immer Tabellenletzte, dennoch möchten sie gerne mehr.

Am Sonntag stehen sie um 14 Uhr am Jahnweg dem **BSV Gleidingen** gegenüber. Die Laatzen erkämpften sich zuletzt ein 2:2 beim Tabellenzweiten SV Degersen. Dabei reichte allerdings eine doppelte Führung nicht zum dreifachen Punktgewinn. Die SpVg Hüpede-Oerie klettert in der Tabelle nach zwei Siegen in Folge. Zuletzt glückte ein 2:1 gegen die SG 05 Ronnenberg. Am Sonntag geht es nun um 14 Uhr zum TuS Seelze. **RED**

GRAMANN
Hannoversche Landschlachtereier

AHRBERG
beste Meisterqualität seit 1896

IHR REGIONALER FLEISCHER

Wochenangebote im Werksverkauf
- Ludwig-Erhard-Straße 25 - Gewerbegebiet Pattensen -
gültig vom 27.10.2026 - 30.10.2026

Schinken-Eisbein natur oder mild gepökelt	kg	5,90 €
Gyros-geschnetzeltes fertig gewürzt	100 g	1,39 €
Hausmacher Mettwürste Siliiana Landmettwurst, Bauernmettwurst oder italienische Mettwurst	100 g	2,49 €

außerdem zusätzlich jede Woche:

jeden Dienstag 10 % auf das gesamte Thekensortiment außer Angebote und Imbiss	jeden Mittwoch 1 kg Thüringer Mett mit 10 Brötchen und einer Zwiebel nur 10,00 €
--	---

Gramann Ahrberg Werksverkauf
Dienstag - Freitag: 8-18 Uhr
Samstag: 8-14 Uhr
www.gramann-ahrberg.de



Gewalt finden wir überall.
Foto/Symbolebild
Archiv: dpa/ Fabian Sommer

Stark im Alltag

Stadt Hemmingen bietet Gewaltpräventionsseminar für Mädchen und Jungen an

HEMMINGEN. Die Jugendpflege der Stadt Hemmingen bietet im November und Dezember zwei Wochenendseminare zur Gewaltprävention an. Das Angebot richtet sich an Mädchen und Jungen ab zwölf Jahren und findet nach Geschlechtern getrennt statt. Unter dem Titel „Stark im Alltag“ üben die Teilnehmenden, in belastenden Situationen wie Gruppenzwang, Machtkämpfen oder verbalen Auseinandersetzungen ruhig und angemessen zu reagieren. Außerdem lernen sie, mit Wut und Aggressionen umzugehen, eigene Grenzen zu erkennen und zu vertreten sowie die Grenzen anderer zu achten.

Das Seminar für Mädchen findet am Sonnabend, 28. November, und Sonntag, 29. November, statt. Jungen können am Sonnabend, 5. Dezember, und Sonntag, 6. Dezember, teilnehmen. Veranstaltungsort ist jeweils von 9 bis 15 Uhr das Jugend-Kultur-Haus Hemmingen. Geleitet werden die Kurse von einem professionellen Trainer einer WingTsun-Schule. Die Teilnahme kostet 20 Euro pro Seminar. Da die Zahl der Plätze begrenzt ist, rät die Jugendpflege zu einer frühzeitigen Anmeldung unter jugendpflege-hemmingen.de/veranstaltungen. Dort gibt es auch weitere Informationen. **RED**

Stadt Laatzen erinnert an Pflicht zur Laubbeseitigung

Grundstückseigentümer in der Pflicht: Reinigung von Geh- und Radwegen

LAATZEN. Die Stadt Laatzen weist angesichts der herbstlichen Laubzeit auf die Reinigungspflichten der Grundstückseigentümer hin. Nach der geltenden Satzung müssen Anlieger die Geh- und Radwege entlang ihrer Grundstücke von Laub, Kastanien, Eicheln, Bucheckern und anderen Verschmutzungen befreien.

Grenzt ein Grundstück an mehrere öffentliche Straßen oder Wege, gilt die Reinigungspflicht für sämtliche angrenzenden Flächen. Wo die Stadt keine Straßenreinigung übernimmt, müssen Anlieger auch die Fahrbahn bis zur Straßenmitte einschließlich der Seitenstreifen säubern. Dabei spielt es keine Rolle, ob diese befestigt sind. Die Stadt warnt davor, Laub in die Gasse zu fegen. Dort kann es den Abfluss von Regenwasser behindern. Außerdem nehmen die städtischen Kehrmaschinen solche Laubansammlungen nicht auf. Für die Entsorgung stehen neben der Biotonne und dem eigenen Kompost auch die Wertstoffhöfe von aha zur Verfügung. Eine weitere Möglichkeit bietet der städtische Kompostplatz an der Hildesheimer Straße 305 in Rethen. Dieser ist montags von 7.15 bis 12 Uhr sowie vom 1. April bis 30. November zusätzlich donnerstags von 13 bis 16 Uhr geöffnet. **RED**



Herbstlaub auf dem Gehweg muss von den Anliegern entfernt werden.
Symbolfoto: Seda Nur Korkmaz / Pexels

Chiara T.
Freiwilliges Soziales Jahr
Rettungsanwärterin

Arbeiten mit FREUDE & EINSATZ

Miteinander füreinander da sein.
Das macht uns Johanniter aus. Sie ebenso?

Wir suchen engagierte junge Menschen und bieten Praxiserfahrung, Berufsorientierung und coole Teams. Mögliche Dienstorte sind: Hannover, Ronnenberg, Langenhagen, Wunstorf, Schwarmstedt und Landesbergen.

Jetzt bewerben auf
johanniter.de/fsj-hannover

JOHANNITER

Der Winterzauber Herrenhausen lädt zum Stöbern und Genießen ein.
Foto: Evergreen GmbH



Winterzauber am Schloss

Ideen rund um den Advent werden in Herrenhausen präsentiert

HANNOVER. Mehr als 120 Aussteller präsentieren von Mittwoch, 28. Oktober, bis Sonntag, 1. November, beim Winterzauber Herrenhausen rund um das Schloss Herrenhausen in Hannover ihre Waren. Das Angebot reicht von weihnachtlichen Dekorationen und Kunsthandwerk über Schmuck und Mode bis zu Geschenkartikeln und Wohnaccessoires. Zu den Ausstellungsstücken gehören unter anderem beleuchtete Glaskunst, kleine Pflanzenlandschaften hinter Glas und Kamine, die ohne Schornsteinanschluss auskommen. Auch englische Landhausmode und winterliche Floristik sind vertreten. Der aus dem Fernsehen bekannte Florist Björn Kroner zeigt an allen fünf Veranstaltungstagen bei Vorführungen, wie sich Blumen und Naturmaterialien zu winterlichen Gestecken verarbeiten lassen. Zum Rahmenprogramm gehören musikalische Auftritte eines Gospelchors und von Jagdhornbläsern. Außerdem sind leuchtende Walking Acts und Seifenblasenkünstler ange-

kündigt. Für Kinder steht ein nostalgisches Karussell bereit. An den Verkaufsständen werden unter anderem gebrannte Mandeln, Stollen, Flammkuchen und weitere winterliche Spezialitäten angeboten. Eine Besonderheit ist der Große Garten, der bei Einbruch der Dunkelheit für die Besucher des Winterzaubers mit einer festlichen Beleuchtung geöffnet wird. Auch die Allee und der Ehrenhof werden illuminiert. Geöffnet ist der Winterzauber am Mittwoch von 13 bis 20 Uhr, am Donnerstag von 11 bis 20 Uhr, am Freitag und Sonnabend jeweils von 11 bis 21 Uhr sowie am Sonntag von 11 bis 19 Uhr. Der Eintritt kostet an der Tageskasse 15 Euro, ermäßigt 13 Euro. Im Online-Vorverkauf sind Eintrittskarten bis einen Tag vor Veranstaltungsbeginn für 14 Euro erhältlich. Kinder und Jugendliche bis einschließlich 17 Jahre haben in Begleitung eines Erziehungsberechtigten freien Eintritt. Weitere Informationen und Eintrittskarten gibt es unter gartenfestivals.de sowie telefonisch unter (0561) 400 96 160. **RHR**



Auf Torejagd: August Pedersen bleibt bis 2030 bei der TSV Hannover-Burgdorf.

Foto: Florian Petrow

Top-Torschütze bleibt ein Recke

August Pedersen verlängert bei **HANDBALL-BUNDESLIGIST TSV HANNOVER-BURGDORF** bis 2030

HANNOVER. Die TSV Hannover-Burgdorf hat den Vertrag mit ihrem treffsichersten Spieler August Pedersen vorzeitig bis 2030 verlängert. Der norwegische Linksaußen wechselte im Sommer 2025 nach Hannover und erzielte in seiner ersten Saison 214 Tore. Damit führte er die interne Torschützenliste an und belegte ligaweit Rang vier. Auch in der laufenden Saison ist der 32-Jährige mit bislang 50 Treffern bester Torschütze der Recken.

Besonders zuverlässig zeigt sich der 31-malige norwegische Nationalspieler bei Siebenmetern: 23 seiner 25 Strafwürfe verwandelte er bislang. Auch bei der Europameisterschaft 2026 überzeugte Pedersen und schaffte es ins All-Star-Team. Im vergangenen März stellte er zudem mit 19 Toren gegen die Niederlande den norwegischen Torrekord ein. „Ich habe mich vom ersten Tag an bei den Recken sehr wohlfühlt“, sagte Pedersen. Er wolle

das Vertrauen des Vereins mit guten Leistungen zurückzahlen und die Mannschaft weiter voranbringen. Sportlicher Leiter Sven-Sören Christophersen bezeichnete Pedersen als wichtigen Bestandteil des Teams. „Seine Verlängerung ist ein wichtiger

Baustein unserer Kaderplanung und ein starkes Zeichen für die kommenden Jahre“, sagte Christophersen. Cheftrainer Juan Carlos Pastor hob neben der Abschlusssstärke auch Pedersens Leistungen bei Siebenmetern, im Tempogegenstoß und

in der Defensive hervor. „Er ist ein Schlüsselspieler im Team.“ Vor seinem Wechsel nach Hannover spielte Pedersen bei der SG Flensburg-Handewitt, mit der er zweimal die EHF European League gewann. Weitere Stationen waren Bjerringbro-Silkeborg in Dänemark sowie mehrere Vereine in Norwegen. Auch Co-Kapitän Hannes Feise, der ebenfalls auf Linksaußen spielt, bleibt den Recken langfristig erhalten. Sein Vertrag läuft bis 2029. **RED**

„Ich habe mich vom ersten Tag an bei den Recken sehr wohlfühlt“

August Pedersen
Spieler der TSV Hannover-Burgdorf

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Die heilende Kraft des Schlafes

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.



schlafen¹. 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.

„Baldriparan hilft mir super“
Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“



So stört die Zeitumstellung unseren Schlaf

Die **Zeitumstellung** bringt unseren **Schlaf-Wach-Rhythmus** aus dem Takt. Besonders die Umstellung auf Winterzeit führt bei vielen zu Einschlafproblemen, Müdigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten. Der Körper braucht oft Tage, manchmal sogar eine Woche, um sich anzupassen.

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 Herzrhythmusstörungen 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 (rezeptfrei, Apotheke). Seit über

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 Durch-



Baldriparan®



¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen
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



Laternelaufen im Park der Sinne.
Symbolfoto: Pixabay

Laternenumzug im Park

LAATZEN. Der Förderverein Park der Sinne veranstaltet am Freitag, 30. Oktober, sein jährliches Laternenfest im Park der Sinne, Karlsruher Straße 101. Der Laternenumzug beginnt um 17.30 Uhr am Gartenhaus. Musikalisch begleitet wird der Umzug vom Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr Laatzen. Während der Veranstaltung ist auch das Café im Park der Sinne geöffnet. **HR**

Pattenser Wegeteam sucht neue Mitstreiter

PATTENSEN. Das Pattenser Wegeteam engagiert sich seit gut zwei Jahrzehnten dafür, attraktive Rad- und Wanderwege in der Kommune sowie darüber hinaus zu schaffen. Wer sich gerne an der frischen Luft bewegt, die Umgebung kennt und sich ehrenamtlich einsetzen möchte, kann sich bei Helmut Krause per E-Mail an helmut_krause47@web.de wenden. Die Aufgaben im Wegeteam umfassen unter anderem das Dokumentieren von Schäden an den Wanderwegen und den aufgestellten Bänken sowie kleinere Reparaturarbeiten. **RED**

Die Vergangenheit reist mit

Der November im **LITERATURHAUS HANNOVER**: Von der kasachischen Steppe zu den Abgründen einer Familiengeschichte

HANNOVER. Ein vierjähriger Junge steigt in Coburg in einen Zug. In Lindau wird er von einem fremden Mann abgeholt, der ihn zu einer gelähmten Frau führt. Es sind seine Eltern, doch das weiß das Kind noch nicht. Mit dieser verstörenden Begebenheit beginnt Michael Köhlmeier seine Familienerzählung „Mein privates Glück“. Sie ist eine von mehreren literarischen Reisen in die Vergangenheit, zu denen das Literaturhaus Hannover im November einlädt. Auch Lutz Seiler, Michael Krüger und Svenja Leiber beschäftigen sich mit Erinnerungen, die sich nicht abschütteln lassen.

Am Dienstag, 3. November, um 19 Uhr stellt Lutz Seiler seinen neuen Roman „Das tickende Herz“ vor. Nach „Kruso“ und „Stern 111“ erzählt der Buchner-Preisträger die Geschichte seines Helden Carl Bischoff weiter. Zu Beginn des neuen Jahrtausends kehrt dieser aus der brandenburgischen Provinz nach Berlin zurück. Doch lange hält es ihn dort nicht. Eine geheimnisvolle junge Frau, Tochter eines kasachischen Schamanen, zieht ihn in ihren Bann. Carl folgt ihr über Amsterdam und Rotterdam, die Kurische Nehrung und schließlich bis in die winterliche Steppe Kasachstans.

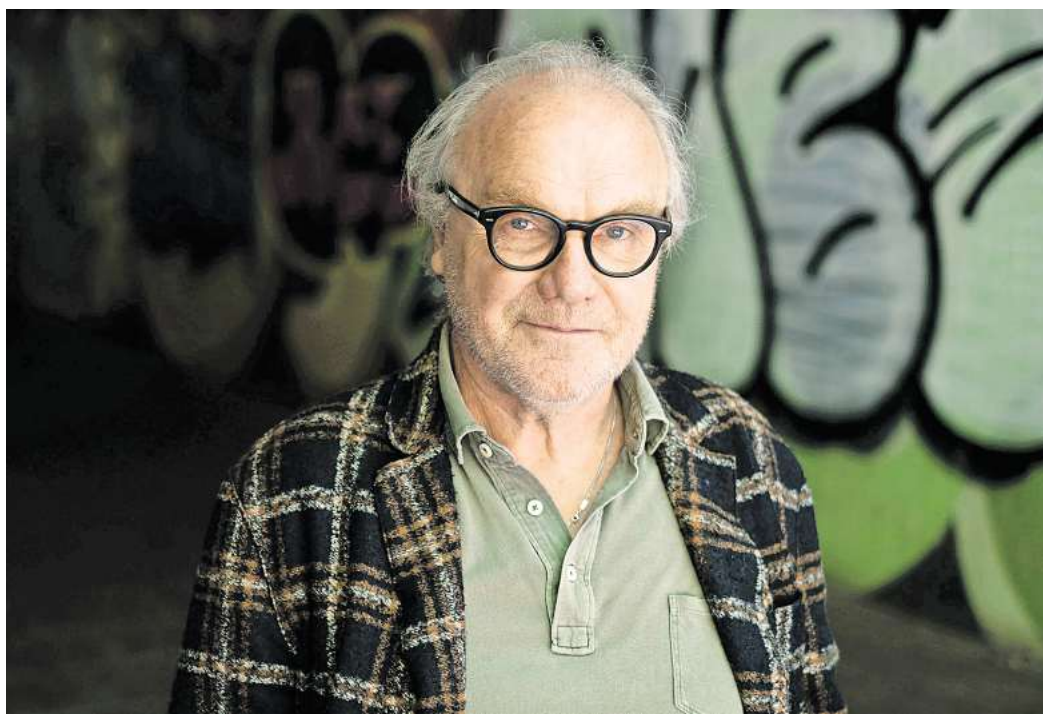
Was als Liebesgeschichte beginnt, entwickelt sich zu einer zunehmend rätselhaften Pilgerfahrt. Auf einem ehemaligen sowjetischen Atomwaffentestgelände, wo die Familie der jungen Frau ein Opfer zur Rettung der Erde vorbereitet, gerät Carl schließlich selbst aus der Wirklichkeit. Seiler, der für „Kruso“ 2014 den Deutschen Buchpreis erhielt, verbindet erneut deutsche Zeitgeschichte mit einer Er-

zählwelt, in der das Alltägliche unvermittelt ins Märchenhafte umschlagen kann. Mit ihm spricht der Literaturwissenschaftler und frühere FAZ-Redakteur Tilmann Lahme.

Weniger weit führen die Reisen von Michael Krüger, dafür umso tiefer in ein langes Leben mit der Literatur. Der frühere Leiter des Carl Hanser Verlags ist am Donnerstag, 12. November, um 19 Uhr zu Gast. Im Mittelpunkt stehen Gedichte aus seinem neuen Band „Die Wiedereinführung der Sanduhr“, in denen Landschaften, der Tod enger Freunde und die eigene Kindheit während des Zweiten Weltkriegs nachwirken. Krüger, 1943 geboren, betrachtet die Gegenwart auch aus der Erfahrung einer Generation, deren früheste Lebensjahre vom Krieg geprägt waren. Dass die Bereitschaft zu kriegerischer Gewalt trotz aller historischen Erfahrungen nicht verschwunden ist, beschäftigt ihn ausdrücklich.

Neben den Gedichten werden auch andere Seiten seines literarischen Schaffens thematisiert. Krüger bringt sein neues Kinderbuch „An Großvaters Hand“ mit und erzählt von Begegnungen mit Schriftstellern und Künstlern, wie er sie bereits in „Verabredungen mit Dichtern“ und „Unter Dichtern“ festgehalten hat. Kaum jemand hat die deutschsprachige Literatur der vergangenen Jahrzehnte als Verleger, Herausgeber und Autor aus so unterschiedlichen Perspektiven erlebt. Thomas Schaefer moderiert das Gespräch.

Am Dienstag, 17. November, um 19 Uhr folgt Michael Köhlmeier, dessen „Mein privates Glück“ den Blick auf die eigene Familiengeschichte richtet. Der



österreichische Schriftsteller erzählt von einer Verwandtschaft, in der Geschichten ebenso weitergegeben werden wie seelische Verletzungen. Ausgangspunkt ist jener vierjährige Junge, der seine Eltern erst kennenlernen muss. Von dort aus entfaltet Köhlmeier ein Familienpanorama, in dem die Traumata zweier Weltkriege bis in die Gegenwart reichen.

Nach Romanen wie „Das Philosophenschiff“ und „Die Verdorbenen“ wendet sich der vielfach ausgezeichnete Erzähler damit ausdrücklich der eigenen Herkunft zu. Wie entsteht eine Persönlichkeit aus dem, was sie selbst erlebt hat, und aus dem, was andere ihr hinterlassen?

Am Donnerstag, 26. November, um 19 Uhr die neue Saison der LiteraTour Nord. Ihr Roman „Nelka“ führt zurück ins Jahr 1941. Die sechzehnjährige Titelheldin wird

NDR-Kultur-Moderatorin Martina Kothe.

Ein Wochenende für Entdeckungen abseits der großen Verlagsprogramme schließt sich am 21. und 22. November an. Zur 32. Buchlust präsentieren 30 unabhängige Verlage aus Deutschland und Österreich ihre Neuerscheinungen, von Lyrik und Romanen bis zu Graphic Novels und politischen Sachbüchern. Zum Begleitprogramm gehören unter anderem Lesungen mit Ingo Schulze, Jochen Schimmang, Angelina Maccarone und Thea Mengeler. Die Messe ist an beiden Tagen von 10 bis 18 Uhr geöffnet.

Mit Svenja Leiber beginnt am Donnerstag, 26. November, um 19 Uhr die neue Saison der LiteraTour Nord. Ihr Roman „Nelka“ führt zurück ins Jahr 1941. Die sechzehnjährige Titelheldin wird

in Lemberg von Soldaten aufgegriffen und mit anderen Mädchen und Frauen zur Zwangsarbeit nach Norddeutschland verschleppt. Auf einem Gutshof muss sie schwere Arbeit verrichten. Dass ihr Vater sie früh in die Kunst des Obstbaus eingeweiht hat, hilft ihr zunächst, sich gegen die Zudringlichkeiten des Verwalters zu behaupten. Sie plant für ihn Apfelpflanzungen, die ihm nach Kriegsende ein Vermögen einbringen.

Jahrzehnte später kehrt Nelka an den Ort ihrer Gefangenschaft zurück. Leiber erzählt von der Gewalt der Zwangsarbeit während des Nationalsozialismus, aber auch davon, wie deren Folgen weit über das Kriegsende hinausreichen. Der wirtschaftliche Gewinn des Verwalters und Nelkas Erfahrung der Entrechtung

Zu Gast im Literaturhaus:
Michael Köhlmeier
stellt seine Familienerzählung „Mein privates Glück“ vor.
Foto: Peter Hassiepen

stehen dabei in bitterem Gegensatz. Die 2025 als Bonner Stadtschreiberin ausgezeichnete Autorin spricht mit dem Literaturwissenschaftler Matthias Lorenz über ihren Roman.

Beim Literarischen Speeddating im Künstlerhaus am Sonabend, 28. November, ab 16 Uhr tauschen die Schriftstellerinnen die Bühne gegen kleine Gesprächstische. Sieben Autorinnen, Tabea Farnbacher, Lucie Kolb, Selene Mariani, Thea Mengeler, Laura M. Neunast, Julia Rüegger und Clara Cosima Wolff, stellen ihre jüngsten Bücher vor. Die Besucher wechseln in kleinen Gruppen von Tisch zu Tisch, hören kurze Textpassagen und kommen miteinander ins Gespräch. Im Zentrum stehen feministische Perspektiven auf Körperpolitik, Sorgearbeit, gesellschaftliche Erwartungen und Widerstand. Veranstalter ist das Kulturbüro der Landeshauptstadt Hannover.

Die regulären Lesungen finden im Literaturhaus Hannover, Sophienstraße 2, statt. Eintritt jeweils 14 Euro, ermäßigt 7 Euro, zuzüglich Vorverkaufsgebühren. Die Buchlust kostet 5 Euro für beide Tage einschließlich Lesungsprogramm, das Literarische Speeddating 10 Euro zuzüglich Gebühren. Karten sind im Vorverkauf erhältlich. **R/HR**

• literaturhaus-hannover.de

True Crime in Hannover

Der Erfolgspodcast der NP:
Echte Kriminalfälle, die im Ohr bleiben.

Der Krimi-Freitag ist zurück! Der Erfolgs-Podcast der Neuen Presse geht in die 8. Staffel und arbeitet die nächsten sechs spektakulären Kriminalfälle in der Region Hannover neu auf.

Jeden Freitag gibt es eine neue Folge auf Neuepresse.de und überall dort, wo es Podcasts gibt.

Jeden Freitag
eine neue Folge
erleben!



Neue Presse **NP**

Mit Unterstützung von

DIAKOVERE

Pixi-Buch erklärt Diabetes im Schulalltag

Diabeteszentrum für Kinder und Jugendliche
Auf der Bult gehört zu den Projektpartnern

HANNOVER. Wie können Kinder mit Typ-1-Diabetes bei Klassenfahrten, Übernachtungspartys oder beim Toben auf dem Schulhof ganz selbstverständlich dabei sein? Mit dieser Frage beschäftigt sich ein neues Pixi-Wissen-Buch, an dessen Entwicklung auch das Kinderkrankenhaus Auf der Bult in Hannover beteiligt ist. Das Buch „Finn und die Übernachtungsparty – Typ-1-Diabetes in der Schule“ richtet sich an Grundschulkinder und soll helfen, Unsicherheiten im Umgang mit der Erkrankung abzubauen.

Das Diabeteszentrum für Kinder und Jugendliche Auf der Bult gehört zu den Projektpartnern. Es ist das größte pädiatrische Diabeteszentrum im deutschsprachigen Raum. Bereits am ersten Pixi-Buch „Finn hat Diabetes“, das 2022 für Kinder im Kindergartenalter erschien, war das Zentrum beteiligt. Die Fortsetzung greift nun Situationen aus dem Schulalltag auf. Sie erklärt altersgerecht, was Typ-1-Diabetes bedeutet und warum betroffene Kinder regelmäßig ihren Glukosewert messen und Insulin benötigen. Dabei geht es nicht nur um medi-



Das Buch richtet sich an Grundschulkinder.
Quelle: Carlsen

zisches Wissen, sondern auch um Verständnis innerhalb der Klassengemeinschaft.

„Kinder mit Typ-1-Diabetes können alles. Bei der Klassenfahrt dabei sein, auf dem Schulhof toben und mitmachen. Was ihnen manchmal fehlt, ist ein Umfeld, das ihre Erkrankung versteht“, sagt Professor Dr. Olga Kordonouri, Chefärztin des Diabeteszentrums Auf der Bult. Das Buch solle Mitschülern und Lehrkräften helfen, Berührungsängste abzubauen.

Auch die Früherkennung von Typ-1-Diabetes wird darin thematisiert. Das hannoversche

Diabeteszentrum ist mit dem Programm „Fr1da im Norden“ eine Anlaufstelle für die Früherkennung in Niedersachsen, Bremen und Hamburg. Untersuchungen auf ein Frühstadium der Erkrankung sind auch in teilnehmenden Kinder- und Jugendarztpraxen möglich.

Das Pixi-Wissen-Buch ist kostenlos erhältlich. Privatpersonen können bis zu zwei Exemplare bestellen, Schulen, Vereine und andere Einrichtungen bis zu 50. Bestellungen sind unter Angabe der Artikelnummer 66100030 per E-Mail an bestellung@bioeg.de möglich. **RED**

Turnkunst der Extraklasse

FEUERWERK DER TURNKUNST kommt zum Jahreswechsel in die ZAG-Arena



Das Feuerwerk der Turnkunst gastiert mit seiner neuen Produktion „hope“ in Hannover. Foto: Feuerwerk der Turnkunst

HANNOVER. Spektakuläre Flugakrobatik, ungewöhnliche Darbietungen an klassischen Turngeräten und internationale Spitzenartisten: Das „Feuerwerk der Turnkunst“ gastiert mit seiner neuen Produktion „hope“ zum Jahreswechsel in Hannover. In der ZAG Arena sind

drei Vorstellungen geplant: am Donnerstag, 31. Dezember, ab 17 Uhr sowie am Sonnabend, 2. Januar, ab 14 und 19 Uhr. Die neue Show verbindet anspruchsvolles Gerätturnen mit Akrobatik und künstlerischen Inszenierungen. Im Mittelpunkt stehen dabei Vertrauen, Zuver-

sicht und der Mut, gewohnte Grenzen zu überwinden. Die Mitwirkenden zeigen, welche Möglichkeiten sich eröffnen, wenn traditionelle Turngeräte auf ungewohnte Weise eingesetzt werden. Ein Beispiel dafür ist der Athlet Kilian, der ursprünglich aus dem

klassischen Gerätturnen kommt. Für die Produktion wagt er sich auch an Disziplinen, die üblicherweise dem Frauenturnen zugeordnet werden. So präsentiert er sein Können am Stufenbarren. Bereits bei seinem ersten Training an diesem Gerät gelang ihm mit dem sogenannten „Shapo“ ein schwieriges Flugelement, das auch im internationalen Spitzensport hohe Anforderungen stellt. Zu den weiteren Höhepunkten gehört eine Darbietung am Sechser-Reck. Anders als beim herkömmlichen Reckturnen bewegen sich die Artisten dabei zwischen sechs Stangen. Mit schnellen Wechseln, präzise abgestimmten Sprüngen und gemeinsamen Flugfiguren entstehen komplexe Bewegungsabläufe. Entscheidend sind neben körperlicher Leistungsfähigkeit vor allem exaktes Timing und das gegenseitige Vertrauen der Beteiligten. Die Produktion setzt darauf, bekannte Elemente des Turnsports aus neuen Blickwinkeln zu zeigen. Klassische Geräte erhalten andere Funktionen, während die Künstlerinnen und Künstler unterschiedliche turnerische und akrobatische Disziplinen miteinander verbinden. Daraus entwickelt sich eine abwechslungsreiche Bühnenshow, in der sportliche Höchstleistungen und künstlerische Gestaltung ineinandergreifen.

RED

Die Vorstellungen in Hannover sind Teil einer bundesweiten Tournee, die Ende Dezember beginnt und bis Ende Januar dauert. Informationen und Eintrittskarten gibt es unter feuerwerkderturnkunst.de.

Schnell sein zahlt sich aus:

Jetzt bis Jahresende gratis lesen.

+ 50 €
geschenkt



Jetzt hier bestellen:
☎ 0800 12 34 304 (kostenfrei)
🌐 abo.HAZ.de/schnell26

Wissen, was **Hannover** und **die Welt** bewegt.

Hannoversche Allgemeine

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Im Internet finden Sie uns unter:

www.wochenblaetter.de

hallo
wochenende

Grill Seminare

04.12.
Santas BBQ



Jetzt den QR-Code scannen und direkt online buchen!

Gutschein

Bis zu 15 %* Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl!

mit Stanze-Greencard**
10 % Rabatt
15 % Rabatt

*Gültig bis 01.11.2026. Gilt nicht für bereits reduzierte Artikel, Verlagszeugnisse, Geschenkgutscheine, lebende Tiere, Motorgeräte und Artikel von Weber.

**Der Greencard Preis ist nur in Verbindung mit der Stanze Greencard gültig.



31.10.

Samstag
Reformationstag

01.11.

Sonntag
Blumentag

12 – 16 UHR GEÖFFNET*

SEIT 1872
STANZE
Mein Gartencenter

Samstag & Sonntag ist Blumentag

12 - 16 UHR GEÖFFNET*

Neueröffnung

ab dem 01.10.

Hannovers
Weihnachtswelten
Nur bei Stanze! 2026

Alles neu gestaltet!
Erleben Sie die neusten Trends!

50 %

auf ausgewählte
Baumschulartikel

STANZE GARTENCENTER

Karoline-Herschel-Str. 1
30966 Hemmingen
Tel.: 0511 420 380

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo. – Fr. 09.00 – 19.30 Uhr
Sa. 09.00 – 19.30 Uhr
So. 12.00 – 16.00 Uhr*

stanze-gartencenter.de

Änderungen in Form, Farbe und Dekor vorbehalten. Es handelt sich ausschließlich um Abholangebote. Abgaben in handelsüblichen Mengen. Bild-, Produkt- und Farbabweichungen sowie Preisirrtum vorbehalten. Alle Preise in Euro. Nur solange der Vorrat reicht! *Verkauf an Sonn- & Feiertagen gemäß § 4 Abs. 1 Nr. 4a NLOffVZG. Geöffnet 12 bis 16 Uhr (Beratung & Verkauf 13-16 Uhr)

Direkt im Gewerbepark Hemmingen
an der B3 (Kreuz Hemmingen/K221).
Nur ca. 10 Minuten von der Haltestelle
Berliner Straße entfernt (Stadtbahn
Linie 13).

@stanzegartencenter

PREMIUM-PARTNER



Unsere neue Beilage ist Online



QR-Code scannen
und in unserer
aktuellen
Beilage stöbern.

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

HANDWERK / GEWERBLICHE BERUFE

WEITERE BERUFSFELDER

Verkäufer/in für Weihnachtsmarkt in Hannover/Altstadt

Wir suchen eine/n freundl. und zuverlässig. Mitarbeiter/in für unser Team. Gerne auch älter, für unsere Stände mit Geldbörsen, Gürtel und Socken, Schals. Die wöchentl. AZ beträgt ca. 25 St. Die Hütte ist beheizt. Tel. 0171 837 2986

29781401_002626

Fußwegreinigung/ Winterdienst Vollzeit, Teilzeit oder Minijob, FS erforderlich, deutsch o. russischsprachig Pook 0511-555033

29781401_002626

Dein Job in Hannover & Region

lokalboten.de

#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Laatzten
- Pattensen
- Hemmingen

Heute eingestellt, morgen zugestellt

Egal ob Vollzeit, Teilzeit oder als Minijob. Wähle aus den besten Zustelljobs deiner Region den aus, der zu dir passt!

jetzt.bewerben@lokalboten.de
Hotline: 0800 1234 399 (kostenfrei)

28193701_002626

hallo wochenende

LESERREISEN

Musik & Kultur 2026/2027

Familie Thalbach

Ihr Reisepreis ab €249 p. P. im DZ inkl. PG 3

Weihnachten bei den drei Thalbachs

in der Philharmonie Berlin

Reisetermin 2-Tage-Reise/ÜF: Di. 15.12. - Mi. 16.12.2026

Sie gehören traditionell zu Weihnachten wie Zimtsterne und Lebkuchen: die drei Thalbach-Frauen mit ihrer Weihnachtslesung „Alle Jahre wieder!“. Weihnachtsgeschichten, Weihnachtsgedichte und Schwänke, die das Herz erwärmen und die Augen zum Leuchten bringen.

Leistungen:

- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
- ✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Dorint Hotel Kurfürstendamm Berlin****
- ✓ Eintrittskarte Philharmonie „Weihnachten bei den Thalbachs“ in PG 3 um 20.00 Uhr
- ✓ Inklusive Transfer Hotel – Philharmonie – Hotel

Extrakosten pro Person:

Einzelzimmer-Zuschlag.....	€ 55
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 2 € 15
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 1 € 20
Citytax/Bettensteuer vor Ort zahlbar!	

Neujahrskonzert 2027 - Beschwingt ins neue Jahr

in der Staatsoperette Dresden

Reisetermine 2-Tage-Reise/ÜF: So. 03.01. - Mo. 04.01.27 | Mi. 06.01. - Do. 07.01.27

Neujahrskonzert 2027 – beschwingt ins neue Jahr – Hereinspaziert, hereinspaziert! Bitte treten Sie ein in einen Zauberladen voller Magie und Möglichkeiten: „La boutique fantastique“! Ottorino Respighis gleichnamige Ballettmusik aus dem Jahr 1919, basierend auf Klavierwerken von Gioachino Rossini, bildet den musikalischen Rahmen für ein Theatererlebnis der besonderen Art – Poesie der Gegensätze.

Leistungen:

- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
- ✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Maritim Hotel Dresden****
- ✓ Eintrittskarte Staatsoperette Dresden Neujahrskonzert PG 3 um 15.00 Uhr 03.01.27 / um 19.30 Uhr 06.01.27

Extrakosten pro Person:

Einzelzimmer-Zuschlag.....	€ 30
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 2 € 14
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 1 € 24
City-Tax zahlbar vor Ort!	

Wiener & Berliner Philharmoniker

Jubiläumskonzert 10 Jahre Elbphilharmonie

Reisetermin 2-Tage-Reise/ÜF: Mi. 13.01. - Do. 14.01.27

Zum Jubiläum in der Elbphilharmonie erleben Sie die Solisten der Wiener & Berliner Philharmoniker beim Neujahrskonzert. Das Programm: „PHILHARMONIX – The Vienna Berlin Music Club“ – ein Abend voller Überraschungen. Hier treffen virtuose Geigenklänge auf treibende Rhythmen, weltbekannte Melodien erhalten einen völlig neuen, mitreißenden Drive.

Leistungen:

- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
- ✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Hotel Crown Plaza Hamburg City Alster****
- ✓ Eintrittskarte Elbphilharmonie Großer Saal Konzert Philharmonix Wiener & Berliner Philharmoniker in PG 3 um 20.00 Uhr
- ✓ Bustransfer H/R Hotel - Elbphilharmonie - Hotel
- ✓ Inklusive City-Tax Hamburg

Extrakosten pro Person:

Einzelzimmer-Zuschlag.....	€ 60
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 2 € 25
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 1 € 40

Operette – Die lustige Witwe

Semperoper Neujahrs-Erlebnis in Dresden!

Reisetermin 2-Tage-Reise/ÜF: So. 17.01. - Mo. 18.01.27

Die Aufführung der berühmten Operette „Die lustige Witwe“ in der Semperoper weckt große Sehnsüchte und ist unglaublich spannend & lustig. Erfreuen Sie sich an diesem klassischen Stück und lassen Sie sich von dem einmaligen Charme der Barockstadt begeistern. Lehárs Musik verbindet mitreißende Tänze von Polka bis Cakewalk und unvergessliche Ohrwürmer wie das Vilja-Lied, „Da geh’ ich ins Maxim“ oder „Lippen schweigen“.

Leistungen:

- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
- ✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Maritim Hotel Dresden****
- ✓ Eintritt Semperoper „Die lustige Witwe“ PG 3 um 19.00 Uhr
- ✓ kostenlose Nutzung des Schwimmbades im Hotel

Extrakosten pro Person:

Einzelzimmer-Zuschlag.....	€ 30
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 2 € 25
Aufpreis Eintrittskarte.....	PG 1 € 30
City-Tax vor Ort zahlbar	

BUCHUNG UND BERATUNG (Montag – Freitag 9.00 – 16.00 Uhr): Pülm Reisen GmbH // Kennwort: 3061 // Tel.: (0 53 84) 9 60 60

Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Alle Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. Veranstalter: Pülm Reisen GmbH, www.puelmreisen.de

Rätselspaß am Wochenende

Ackerbau

weicher Eisniederschlag

Vorname des ital. Sängers Torriani

besitzanzeigendes Fürwort

Vorname der Dago-ver

Mutter der Nibelungen-könige

Wenduruf beim Segeln

Stachel-tier

US-Ameri-kaner (Kw.)

Groß-konzern (Kw.)

medizi-nisch: Bein, Knochen

kaufm.: heute

franz. Physi-ker-paar

spani-scher Artikel

Fakten-mensch

ägypti-scher Sonnen-gott

Wind-seite

franzö-sisch: er

Tier-produkt

Welt-raum

witziger Einfall

Kose-name e. span. Königin

organ. Stick-stoffver-bindung

ein Bundes-land (Abk.)

Kykla-den-insel

Stadt in Kalifor-nien (USA)

nach Art von (franz.)

Fremd-wortteil: doppelt

Geist im orient. Märchen

babylo-nische Gottheit

Gerücht, Tratsch

süd-amerika-nischer Kuckuck

bewegl. Treppe an Flug-häfen

Gegen-teil von absolut

griechi-sche Unheils-göttin

1

2

3

4

5

6

7

LAATZEN

HEMMINGEN

PATTENSEN

hallo

wochenende

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

ALLGEMEINE PLATZIERUNG

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

WOHNMOBILE / -WAGEN

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / -WAGEN

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

SCHMUCK & UHREN

MUSIK

KUNST- UND SAMMLERMARKT

GARTEN

Sammler/Liebhaber sucht:

!!Seriouser Ankauf!!

Akkordeons, Harmonikas, Bandoneons, auch alt/defekt

Sammler sucht gebrauchte Schallplatten und HiFi-Stereo-Geräte

Achtung Großer Ankauf!!

Sammler Sucht Münzen und Medaillen aus aller Welt

Fliesenleger + Badsanierung

Treppen-, Balkone-, Terrassen-fliesenverlegung

HOBBY UND FREIZEIT

Motorräder, Mopeds, Roller, Aufsitzmäher gesucht. Auch defekt.

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert

Wohnmobil (Kastenwagen), 145PS, 90Tkm, TÜV 02/28, mit Vorzelt und SAT-Anlage, 18.800€ VB,

Sammler sucht gebrauchte Schallplatten und HiFi-Stereo-Geräte

Gartenpflege aller Art, Baum- und Heckenschnitt.

Ankauf Modelleisenbahn

05121/2068883

(0177) 8884144

01575/6539754

0170/3610367

(0162) 8982409

0151 1795 7706

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

Gartenpfl./Heckenschn.0172 1790101

Sie haben die Wahl

– Es gibt kleinformatige Wochenblätter, aber auch großformatige Wochenblätter

– Es gibt billige Wochenblätter, aber auch preiswerte Wochenblätter

Wir haben Format, ein vernünftiges Preis-Leistungsverhältnis und eine kontrollierte Auflage

Was wollen Sie mehr?

hallo

IHR TESTAMENT FÜR EINE WELT OHNE HUNGER

Bestimmen Sie selbst, was aus Ihrem Erbe wird. Bestellen Sie kostenlos und unverbindlich unseren Testament-Ratgeber.

Ihr Ansprechpartner: Ralf Wagner

030 279 099 785

testament@aktiongegenenhunger.de

www.aktiongegenenhunger.de/testament

AKTION GEGEN DEN HUNGER

TIERSCHUTZ HAT ZUKUNFT MIT IHREM TESTAMENT

Deutscher Tierschutzbund e.V.

Nadine Naoumi

0228 60496-512

testament@tierschutzbund.de

DEUTSCHER TIER-SCHUTZBUND

Dienstleistungen

Bekanntschäfts-Anzeigen

Bekanntschafft

Sie sucht ihn

www.ihr-helferchen.de

Die faire Haushaltsauflösung & Entrümpelung. Vom Keller bis Dach. Mit fairer Wertverr. Wir arbeiten gründlich, besenrein & diskret.

www.allesweg24.de

Der Fachbetrieb für Entrümpelung und Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung.

Dachdeckerarbeiten aller Art

30% Herbstabbatt, Dachrinnenarbeiten, Flachdacharbeiten

Dachsanieierung frei, Garage, Carport, Dachrinnen, Isolierungen, Reparatur, Fassaden/Verkleidung

Baumfällung, -schnitt, Gartenpflege

Gartenarbeiten und Entsorgung aller Art.

aktasderpacktdas.de

Haushaltsauflösung mit Wertanrechng

Hecken/Baumschnitt,Gartenpflege

Gartenpflege inkl Ents.

Umzüge, Entr.,Transp.

Entrümp. & Kleintrans.

Gartenpfl.

Gartenpflege zum FP

Erledige sämtliche Gartenarbeiten

Charlotte, 78 J., warmherzige Witwe, körperlich u. geistig jung geblieben. Ich fahre routiniert Auto, mag Volksmusik, bin sauber u. ordentlich. Es ist einfach zu schade um jeden Tag, den man allein verbringt. Wenn Sie es ehrlich meinen, bin ich auch umzugsbereit. Ihren Anruf üb. PV erwarte ich voller Vorfreude. Tel. 0176-43646934

Angelika, 73 J., als Witwe allein, doch nicht ohne Hoffnung. Bin unabhängig, mobil, liebe Gartenarbeit, Ausflüge u. gutes Essen (selbst gekocht). Suche zuverlässigen Partner zum Anlehnen, Lachen u. Lieben. Wir zwei für immer, das wäre schön. PV T.: 0176-34498648

Der Herbst kommt zu zweit schmeckt der Kaffee besser, Spaziergänge sind schöner und mit Humor wird's nie langweilig. Vielleicht hast du ja Lust das gemeinsam zu erleben.

Ich suche Dich! Du solltest attraktiv, schlank, max. 1,70m und bis 72 J. alt sein. Ich freue mich auf einen Neuanfang mit Dir.

Ab und Zu nur erot. Treffen ohne Verpflichtungen, welche Frau hat Lust, auch etwas älter?

Bist Du eine Frau die lust auf Sex am Telefon Hat dann melde Dich bei mir

ER SUCHT SIE

DISKRETE TREFFS

hallo

wochenende

erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

MADSACK Medien

Hannover GmbH & Co. KG

August - Madsack - Straße 1

30559 Hannover

www.wochenblaetter.de

E-Mail: info@wochenblaetter.de

Redaktionsleitung:

Thorsten Schirmer

E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:

Tel.: 0800 / 1 544 233*

*kostenlose Servicenummer

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

Carsten Winkler

Zustellung:

WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH

August-Madsack-Straße 1, 30559 Hannover,

Unter www.wochenblaetter.de können Sie uns ganz einfach mit zwei Klicks melden, wenn Sie die Zeitung nicht bekommen haben.

Druck:

Druckzentrum Niedersachsen

Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

Leseerbrie:

Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor.

Alle vom Verlag gefertigten Entwürfe und Anzeigen sowie alle redaktionellen Texte und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Erscheinungsweise:

wöchentlich sonnabends,

Es gilt die Preisinformation Nr. 85

ab 01.01.2026

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis » bitte keine kostenlosen Zeitungen« an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

ALLE STARS. ALLE TICKETS. EIN SHOP!

UNSER TIPP: Verschenken Sie Ticket-Gutscheine!

HAZ Tickets NP

haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

NP Digital inkl. Tablet – jede Woche über 20 % sparen.

373€ Ersparnis in 104 Wochen

Gilt nur für Neukunden. Mehr Informationen zum Angebot auf abo.Neuepresse.de/rabatt

Oder direkt in unseren Geschäftsstellen vor Ort: Hannover (Lange Laube 10) / Burgdorf (Marktstraße 16)

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

Neue Presse NP

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Hannover 96 trägt seine Stadt auf der Brust

Zum 80-jährigen Bestehen Hannovers als Landeshauptstadt bringt der Zweitligist ein **SONDERTRIKOT** heraus. Beim Heimspiel gegen Dynamo Dresden am 1. November soll es erstmals zum Einsatz kommen. Zwei Sponsoren machen dafür sogar Platz.

HANNOVER. Hannover statt heise: Wenn die Profis von Hannover 96 am Sonntag, 1. November, gegen Dynamo Dresden auf- laufen, wird auf ihrer Trikotbrust ausnahmsweise kein Sponsoren- logo zu sehen sein. Stattdessen trägt die Mannschaft das Wap- pen der Landeshauptstadt. An- lass ist ein besonderes Jubiläum: Auf den Tag genau vor 80 Jahren wurde Hannover zur Hauptstadt des neu gegründeten Landes Niedersachsen ernannt. Der Zweitligist würdigt diesen Jah- restag mit einem eigens gestal- teten Sondertrikot, das auf 9.996 Exemplare limitiert ist.

„Für mich als gebürtigen Han- noveraner ist dieses Trikot wirk- lich etwas ganz Besonderes“, sagt 96-Profi Husseyn Cha- kroun. Der Offensivspieler stand gemeinsam mit Boris Tomiak und Ime Okon für den Werbe- film zur Sonderedition vor der Kamera. Vor allem die promi- nente Platzierung des Stadtwap- pens gefällt ihm: „Unsere Stadt so prominent auf dem Trikot zu tragen, ist ein echtes State- ment.“

Das Trikot ist in den Stadtfar- ben Rot und Weiß gehalten. Auf der Brust prangt eine eigens an- gepasste, aufgestickte Variante

des hannoverschen Stadtwap- pens, darunter der Schriftzug „Landeshauptstadt Hannover“. Für die Gestaltung wurde in Ab- stimmung mit der Stadtverwal- tung eine schwarz-weiß-grüne Fahne in das Wappen aufge- nommen. Sie orientiert sich an historischen Darstellungen, wie sie in ähnlicher Form um 1946 auch im Vereinswappen von Hannover 96 zu finden waren.

Die abgewandelte Wappen- grafik zieht sich zudem als de- zentes Muster über Vorder- und Rückseite des Trikots. Im Nacken erinnern die Umrisse Nieder- sachsens und die Zahl 80 an das Jubiläum. Weitere Details finden sich an den Ärmeln und am unteren Trikotsaum.

Dass die Stadt im Mittelpunkt steht, ist auch den beiden Trikot- partnern zu verdanken. Haupt- sponsor heise verzichtet auf sein Logo auf der Brust, die Hanno- versche Volksbank räumt die Werbefläche am Ärmel. „Als Hauptsponsor machen wir dafür gerne Platz auf der Brust“, er- klärt Johanna Heise, Head of Brand & Culture bei heise.

96-Geschäftsführer Henning Bindzus sieht in dem Sondertri- kot mehr als ein weiteres Fan- produkt. „Dieses Trikot ist eine



Ab sofort im Fanshop erhältlich: das 96-Sondertrikot anlässlich des 80-jährigen Jubiläums Hannovers als Landeshauptstadt. Foto: Hannover 96

Hommage an die Generationen von Hannoveranerinnen und Hannoveranern, die unsere Stadt geprägt haben und sie je- den Tag mit Leben füllen“, sagt er. Der Verein verstehe sich als wichtiger Repräsentant der Stadt und der Region.

Auch Merchandising-Leiter Pascal Helle verweist auf die en- ge Verbindung zwischen Verein und Stadt. Bereits die diesjährige Trikotkampagne steht unter dem Motto „Geprägt durch unsere Stadt“. Mit der Sonder- edition zum 80-jährigen Jubilä- um werde dieser Gedanke fort- geführt.

Erhältlich ist das Trikot bereits jetzt im Fanshop an der Heinz von Heiden Arena sowie im On- lineshop des Vereins. Es kostet 89,96 Euro. Für die Beflockung mit einem Spielernamen wer- den zusätzlich 14,96 Euro fällig, ein individueller Aufdruck kostet 18,96 Euro. Das Bundesliga- Ab- zeichen ist für weitere 4,96 Euro erhältlich.

Nach Vereinsangaben besteht jedes Exemplar aus recyceltem Material, das rund 13 Halbliter- Plastikflaschen entspricht. Da- mit folgt die Sonderedition dem Produktionskonzept der übr- igen aktuellen 96-Trikots. **RED**

Hilfe für Eltern von „Picky Eatern“

Nur Nudeln ohne Soße, kein Gemüse: Wenn **DAS TÄGLICHE ESSEN MIT DEM KIND** zum Nervenkrieg wird, geraten viele Eltern an ihre Grenzen. Meist steckt hinter dem Phänomen „Picky Eating“ eine alterstypische Entwicklungsphase.

VON LAURA BEIGEL / RND

BERLIN. „Ich will das Gemüse aber nicht essen!“ Wenn das Kind beim Essen quengelt und nur lustlos mit der Gabel auf dem Teller herumstochert, brau- chen Eltern oft starke Nerven. Nach ersten Beschwichtigungen („Probier doch wenigstens mal“) und anschließenden Ver- handlungen, bleibt am Ende oft nur Resignation übrig – und der Gang in die Küche, um zum drit- ten Mal in dieser Woche trocke- nes Toastbrot oder Nudeln ohne alles zuzubereiten, nur damit das Kind überhaupt etwas im Magen hat.

„Früher nannte man solche Kinder Mäkelkinder oder Es- sensnörgler“, sagt Jennifer Han- sen. „Heute heißen sie ‚Picky Eater‘.“ Ein Modewort, das über- setzt wählerischer Esser bedeu- tet. Die Kinder essen nicht das, was auf den Tisch kommt, son- dern nur ausgewählte Lebens- mittel. Besonders im Kleinkind- alter – zwischen zwei und sechs Jahren – sei dieses Essverhalten stark ausgeprägt, sagt die Öko- trophologin, die in ihrer Praxis in Hamburg regelmäßig „Picky Eater“ und deren Familien beglei- tet. „In dieser Lebensphase ist das ganz normal und noch kein Grund zur Sorge.“ Dennoch ge- be es Dinge, auf die Eltern ach- ten sollten.

DIE ANGST VOR NEUEM

Dass Kinder wählerisch beim Es- sen sind, kann mehrere Ursa- chen haben. Es können zum Bei- spiel negative Erfahrungen mit bestimmten Lebensmitteln da- hinterstecken. Wenn Kinder nach dem Essen Magen-Darm- Beschwerden bekommen, sei es nicht ungewöhnlich, dass sie dieses Essen beim nächsten Mal eher meiden, sagt Hansen.

Bei den meisten Klein- kindern sei es jedoch „die Angst vor et- was Neuem“, auch als Neo- phobie be- kannt, die sie zu wäh- lerischen Essern macht. Stu- dien wie die eines polni- schen For- scherteams aus dem Jahr 2024 legen nahe, dass etwa jedes zweite Kind diese Angst vor neu- en und unbekannten Lebens- mitteln hat. Hansen überrascht das nicht: „Vorher wurde das Kind gestillt, es hat Muttermilch getrunken, die süß schmeckt“, erklärt sie. „Als Kleinkind be- kommt es Essen, das ganz an- ders schmeckt. Nicht mehr süß, sondern salzig, sauer oder bitter,

und das Essen sieht zusätz- lich noch anders aus.“ Es dauert also erst, bis es sich an die neuen Ge- schmäcker gewöhnt und ein Si- cherheitsgefühl entwickelt.

„Es ist evolutionsbedingt üb- lich, dass Kinder vorsichtig auf neue Lebensmittel reagieren, schließlich könnten sie gefäh- rlich sein“, ergänzt Silke Reste- meyer von der Deutschen Ge- sellschaft für Ernährung. Diese Angst vor neuen Lebensmitteln lasse aber mit zunehmen- dem Alter nach. Was im Kleinkindalter auch eine Rolle spielt, ist die Trotzphase.

„Die Kinder wollen selbststän- dig sein und eigen- ständig ent- scheiden, was sie es- sen“, sagt Reste- meyer.

In allen Fällen hilft vor allem eines: Gelassenheit. „So- lange das Kind gesund, aufge- weckt und aufgeschlossen ist, sich altersentsprechend entwi- ckelt und wächst, ist alles in Ord- nung“, beruhigt Ökotropholo- gin Hansen. In den meisten Fäl- len gehe die „Picky-Ea- ting“-Phase irgendwann ganz von allein vorbei.

WANN „PICKY EATING“ GEFÄHRLICH WIRD

Problematisch wird wählerisches Essverhalten erst, wenn es Ein- fluss auf die Entwicklung des Kin- des nimmt. Wenn es beispielswei- se zu einem starken Gewichtsver- lust führt, wenn ein Nährstoff- mangel auftritt oder sich das Wachstum verzögert. Wachsam sollten Eltern auch dann sein, wenn das Kind extrem wählerisch ist und eine ganze Lebensmittel- gruppe – etwa Obst und Gemüse – komplett ausklammert, sagt Bir- git Henrich vom Netzwerk Ge- sund ins Leben des Bundeszent- rums für Ernährung. „Oder wenn es gar keine feste Nahrung essen mag, niemals Hunger hat oder das Essen hochwürgt, ausspuckt oder sich übergibt.“

Der Übergang zu einer Essstö- rung kann dann fließend sein. Eine extreme Form des wähleri- schen Essens ist beispielsweise ARFID, die Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder. Betroffene können bestimmte Lebensmittel nicht essen – wegen des Geruchs, der Konsistenz oder des Ge- schmacks. Sie ekeln sich vor dem Essen und/oder haben Angst, da- ran zu ersticken oder sich im Nachhinein übergeben zu müs- sen. Die Folgen können Mangel- erscheinungen und Gewichtsver- lust sein. Dass Kleinkinder diese Essstörung entwickeln, kommt je-

doch eher selten vor. Studien le- gen nahe, dass etwa nur drei von 100 Kindern von ARFID betroffen sind.

ELTERN SIND VORBILDER

Auch wenn wählerisches Essver- halten meist nur eine Phase ist, stellt es viele Eltern auf eine har- te Probe. Doch wie reagieren sie am besten darauf – und wie lässt sich der Nachwuchs gelassen und gut in dieser Zeit begleiten?

„Wenn ‚Picky Eater‘ zu mir in die Praxis kommen, spreche ich immer zuerst mit ihren Eltern“, sagt Hansen. „Dabei kristallisiert sich oft schon viel heraus. Wenn mir die Mutter zum Beispiel sagt: ‚Ich bin auch ein wählerischer Es- ser‘, dann kann ich das Problem besser einordnen.“ Schließlich würden sich Kinder in dieser frü- hen Lebensphase ihre Eltern zum Vorbild nehmen. Umso wichtiger sei es, dass diese mit gutem Beispiel vorangehen und sich vielfältig und abwechs- lungsreich ernähren.

Ansonsten schaue sie sich auch die Familienkonstellation an, sagt die Expertin: Gab es zu- letzt irgendwelche größeren Umbrüche? Ein neues Ge- schwisterkind zum Beispiel? Oder eine neue Stiefmutter? Solche Veränderungen können wählerisches Essverhalten trig- gern. Erlebt ein Kind beispiels-



Dass Kinder wählerisch beim Essen sind, kann mehrere Ursachen haben. Symbolfoto: Kampus Production / Pexels

weise, dass sein kleiner Bruder grundsätzlich mehr Aufmerk- samkeit erhält, kann das Me- ckern beim Essen ein Mittel sein, um sich diese Aufmerksamkeit zurückzuholen.

AUF STRAFEN VERZICHTEN

Gemeinsam und ungestört am Esstisch zu sitzen und zu essen, kann „Picky Eatern“ ein Sicher- heitsgefühl vermitteln. Das gilt für zu Hause genauso wie für die Kita und Schule. „Gute Stim- mung ist wichtig am Tisch“, merkt Restemeyer an. „Man sollte dort nicht Probleme the- matisieren, sondern sich Zeit für die Mahlzeit nehmen.“

An neue Lebensmittel sollten die Kinder langsam herange- führt werden. Neugierde könne man etwa durch einen gemein- samen Einkauf wecken oder in- dem man die Zutaten zusam- men zubereitet, rät Restemeyer. Manchmal reicht es auch schon,

die Zubereitungsart zu ändern – statt Kartoffelpüree lieber ge- kochte Kartoffeln. Je häufiger Kinder ein Lebensmittel proble- ren, desto wahrscheinlicher wird es, dass sie es akzeptieren.

Auf keinen Fall sollten Eltern Extrawürste für die Kinder an- bieten, sagt Henrich. „Die El- tern entscheiden, was es zu es- sen gibt; das Kind entscheidet, wie viel und was es davon essen möchte.“ Auch Drohungen und Zwang haben am Esstisch nichts zu suchen. Sätze wie „Du isst auf, sonst gibt es heute kein Fernsehen“ oder „Du musst das jetzt essen“ können kontraproduktiv sein und die Neophobie im schlechtesten Fall verstärken. Ebenso sollten Eltern auf unhaltbare Verspre- chen wie „Wenn du jetzt auf- isst, scheint morgen die Son- ne“ verzichten. „Je weniger Druck am Esstisch, desto besser“, rät die Ernährungs- wissenschaftlerin.



SEBASTIAN FITZEKS
„DIE EINLADUNG“
Montag, 18.10.2027 | Theater am Aegi

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

- Michael Köhlmeier**
17. November 2026: Literaturhaus
- Helmut Lotti goes Classic**
17. November 2026: Kuppelsaal
- Bastian Pastewka**
19. November 2026: Kuppelsaal
- TSV Hann.-Burgdorf - TVB Stuttgart**
20. November 2026: ZAG Arena

- Turnier 2026 - Lindener Narren**
Diverse Termine: Swiss Life Hall
- Chris Tall - Keep Laughing**
21. November 2026: ZAG Arena
- DESiMOs spezial Club Mix-Show**
23. November 2026: Apollokino
- M. Ameziane & C. Westermann**
24. November 2026: Pavillon

Vor Ort für Sie da:
In den HAZ & NP Geschäftsstellen
Hannover, Lange Laube 10
Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2
Burgdorf, Marktstraße 16

