

Finanzen: Was sich 2024 ändert

HANNOVER. Vom Tanken bis zu Steuerfreibetrag: Einiges wird im neuen Jahr teurer, aber es gibt auch Entlastungen. Auf welche Veränderungen im Portemonnaie man sich einstellen sollte und wo man sparen kann, erläutert eine Übersicht auf [Seite 4](#)

hallo HANNOVER NORD wochenende

TRANSPARENT • SERIÖS • SICHER

EPHESUS
est. 1995

Seit über 29 Jahren Ihr Spezialist



**Wir kaufen Ihr GOLD
Sofort BARGELD**

Georgsplatz 3A | 30519 Hannover
0511-3631177 | www.ephesus.de

34374901_002623

MULTIPOLSTER – WIR WOLLEN IHR ALTES SOFA!

TAUSCH PRÄMIE

KASSIEREN SIE JETZT BIS ZU

2200,-*

FÜR IHR ALTES SOFA

*Sie geben uns Ihre alte Garnitur, wir geben Ihnen einen Rabatt von mindestens fünfundzwanzig Prozent, maximal jedoch zweitausendzweihundert Euro beim Kauf einer neuen Garnitur. Gültig bis Samstag, den 20. Januar 2024.

INKLUSIVE
Sitztiefen-
verstellung

**WIR NEHMEN
UNS ZEIT FÜR SIE!**

- 100% BERATUNG
- 100% SERVICE
- 100% POLSTERPROFI

Eckkombination,
in Stoff, Stellmaß ca. 296 x 179 cm.
Inkl. 3x Sitztiefenverstellung.
Ohne weitere Funktionen und Kissen.

WERBEPREIS: ~~1732,-~~
TAUSCHPRÄMIE* - 433,-

1299,-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1710,-

MP-01-24 Seite 01 | *Erklärung siehe Seite 02

Der Polsterspezialist
MULTIPOLSTER®

Das größte Spezialunternehmen für Polstermöbel – 50 mal in Deutschland

33453801_002623

HERZLICH WILLKOMMEN BEIM TESTSIEGER MULTIPOLSTER



Mit diesem Sofa samt der attraktiven Kontrastnaht und massiven Holzfüßen kommt ein echtes Schmuckstück in Ihre Wohnung.

Die variablen Arm- und Rückenlehnen sowie eine wandfreie motorische Relax-Funktion, welche Sie über innenliegende Berührungssensoren sanft in die perfekte Entspannungs-Position gleiten lässt, tragen optional zu mehr Komfort bei.



Relaxfunktion gegen Mehrpreis



Kopfteilverstellung gegen Mehrpreis



OPTIONAL mit Kopfteilverstellung

OPTIONAL mit Relaxfunktion

INKLUSIVE Ziernaht



Eckkombination, in Leder, Stellmaß ca. 272 x 239 cm. Ohne Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

WERBEPREIS: ~~2665.-~~
TAUSCHPRÄMIE* - 666.-
1999.-
Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 2985.-



PASSENDER SESSEL

In verschiedenen Ausstattungsvarianten und Funktionen gegen Mehrpreis bestellbar:

- 4 Fußvarianten
- 6 Beiztonfarben für Holzsteller
- 10 Ergonomiegrößen
- Kontrastnaht beige oder braun
- Verschiedene Funktionsvarianten



Drehessel, in Stoff, manuell verstellbar, Breite ca. 72 cm.

WERBEPREIS: ~~1332.-~~
TAUSCHPRÄMIE* - 333.-
999.-
Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 999.-



Eckkombination, in Stoff, Stellmaß ca. 175 x 238 cm. Ohne Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

WERBEPREIS: ~~1999.-~~
TAUSCHPRÄMIE* - 500.-
1499.-
Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1499.-

OPTIONAL mit Stauraumfunktion



Gegen Mehrpreis

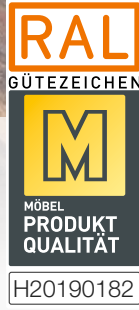
TAUSCH PRÄMIE
KASSIEREN SIE JETZT BIS ZU

2200.-*
FÜR IHR ALTES SOFA

WIR NEHMEN UNS ZEIT FÜR SIE!

- 100% BERATUNG
- 100% SERVICE
- 100% POLSTERPROFI

sitz-concept® family



Wohnlandschaft, in Stoff, Stellmaß ca. 173 x 330 x 262 cm. Ohne Kopfstützen, Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

WERBEPREIS: ~~2265.-~~
TAUSCHPRÄMIE* - 566.-
1699.-
Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1699.-

OPTIONAL mit Relaxfunktion



Gegen Mehrpreis



INKLUSIVE Kopfteilverstellung

OPTIONAL mit Sitztiefenverstellung



Gegen Mehrpreis

Eckkombination, in Leder, Stellmaß ca. 193 x 343 cm. Inklusive Kopfteilverstellung. Ohne weitere Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

WERBEPREIS: ~~2932.-~~
TAUSCHPRÄMIE* - 733.-
2199.-
Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 2199.-



*Sie geben uns Ihre alte Garnitur, wir geben Ihnen einen Rabatt von mindestens 25% (= Umtauschprämie), maximal jedoch 2200 Euro beim Kauf einer neuen Garnitur. Gilt nur für Neubestellungen, nicht für bereits reduzierte Ausstellungsstücke und Modelle der Marke von Wilmsky. Gültig nur für Neuaufträge. Nicht mit anderen Rabattaktionen (Aktionsrabatt) kombinierbar. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Gültig bis 20.01.2024 (Aktion wird gegebenenfalls bei großem Erfolg verlängert). A) veröffentlicht in FOCUS-MONEY (Heft 32/2023)

Der Polsterspezialist

MULTIPOLSTER®

Hannover Isernhagen Opelstraße 22, Gewerbegebiet Altwarmbüchen-Möbelmeile • Hannover Garbsen Bremer Straße (B6), neben Teppich-Kibek • Braunschweig Frankfurter Straße 232, A391-Abfahrt BS-Gartenstadt

Das größte Spezialunternehmen für Polstermöbel – www.multipolster.de

Multipolster GmbH & Co. Handels-KG, 09214 Burgstädt

SCHENKE LEBEN,
SPENDE BLUT.

SPENDE
BLUT

www.donk.de

0800 11 949 11

Mo

08.01.2024

16.00 – 19.30 Uhr

Hannover 30161 – Vahrenwald
Gemeindesaal der Lukaskirche
Dessauerstraße 2

Mo

15.01.2024

14.00 – 19.00 Uhr

Hannover 30625 – Groß-Buchholz
MMH - Blutspendezentrale -
Gebäude K3, Carl-Neuberg-Straße 1

Do

18.01.2024

11.00 – 15.30 Uhr

Hannover 30657 – Bothfeld
Offiziersheimgesellschaft H-Bothfeld
e.V., Ada-Lessing-Straße 120

Mo

08.01.2024

14.00 – 19.00 Uhr

Hannover 30625 – Groß-Buchholz
MMH - Blutspendezentrale -
Gebäude K3, Carl-Neuberg-Straße 1

Do

18.01.2024

13.30 – 19.30 Uhr

Hannover 30161 – H-Mitte
Cinemax am Raschplatz
Raschplatz 6

Fr

19.01.2024

13.30 – 19.30 Uhr

Hannover 30161 – H-Mitte
Cinemax am Raschplatz
Raschplatz 6

Bitte Personalausweis mitbringen!

Service-Hotline 0800 / 11 949 11
(kostenlos aus dem dt. Festnetz)

blutspendekarte

Deutsches
Rotes
Kreuz

Blutspendedienst

TERMIN
IM UMGEBUNG

Finanzen: Was
sich 2024 ändert

HANNOVER. Vom Tanken bis zu Steuerfreibetrag: Einiges wird im neuen Jahr teurer, aber es gibt auch Entlastungen. Auf welche Veränderungen im Portemonnaie man sich einstellen sollte und wo man sparen kann, erläutert eine Übersicht auf [Seite 4](#)

halloHANNOVER
wochenende

TRANSPARENT • SERIÖS • SICHER

EPHESUS

est. 1995

Seit über 29 Jahren Ihr Spezialist

Wir kaufen Ihr **GOLD**
Sofort **BARGELD**

Georgsplatz 3A | 30519 Hannover
0511-3631177 | www.ephesus.de

Konzert über
den Schlafzyklus

HANNOVER. Zu einer interdisziplinären Konzertperformance zum Thema Schlaf „melaTONin. Ein Schlafzyklus in Musik und Raum“ am Freitag, 12. Januar, und Sonntag, 14. Januar, jeweils ab 20 Uhr, lädt das trio.s ensemble in die Städtische Galerie Kubus, Theodor-Lessing-Platz 2, ein. In „melaTONin“ durchlebt das Publikum in rund 70 Minuten alle Phasen eines Schlafzyklus, übersetzt in Volks- und Kunstdieder, Lyrik, Texten aus der Schlaforschung und Videoinstallationen. Den Ticketpreis bestimmt das Publikum selbst, nach dem partizipativen Preisprinzip. Um Anmeldung unter info@trios-music.de wird gebeten. **RED**

Vorstellung eines
Zeitdokuments

HANNOVER. In der Reihe „Stadtbibliothek aufgeschlossen“ stellt die ehemalige Direktorin der Stadtbibliothek Hannover Dr. Carola Schelle-Wolff am Montag, 8. Januar, ab 17 Uhr, das Buch von Arnold Zweig „Das ostjüdische Antlitz“ in der Stadtbibliothek Hannover, Hildesheimer Straße 12, vor. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht nötig. Das Buch bietet ein idealisiertes Bild der ostjüdischen Bevölkerung gegen Ende des Ersten Weltkriegs. Der aus Schlesien stammende Arnold Zweig hatte bereits einen Namen als Schriftsteller, und auch der Berliner Zionist Hermann Struck war als Künstler besonders für seine Radierungen bekannt. 52 Lithographien wurden für die zuerst 1920 erschienene Publikation ausgewählt. Entstanden ist ein eindrucksvolles Buch einer untergegangenen Kultur, ein Zeitdokument, das vor dem Hintergrund der gut zwei Jahrzehnte später erfolgten Massenvernichtung der Jüdinnen und Juden ein Zeugnis ihres Lebens ablegt. **RED**

So lässt sich das

„Tier des
Jahres“
schützen

Seite 8

Foto: Jonas Walzberg

Neue Fahrkartenautomaten bei der Üstra

Am Kröpcke stehen die ersten Geräte: Besserer Schutz, mehr Optionen, Bargeldzahlung möglich

HANNOVER. „Darf ich mich vorstellen: Ich bin der Neue!“ Bis Frühjahr 2024 stellt die Üstra an den allen Stadtbahnhaltestellen und Tunnelstationen neue Fahrkartenautomaten auf – und am Kröpcke ist die Zukunft schon Gegenwart. Vier Geräte sind auf der Verteilerebene installiert worden und laden zur Begrüßung auf dem Display dazu ein, sie auf Herz und Nieren zu prüfen. „Wir testen vor allem technische Abläufe“, erläutert Üstra-Sprecher Heiko Rehberg. Die Fahrgäste können die Automaten nutzen, „es findet aber keine Befragung oder systematisches Sammeln von Fahrgast-Feedback statt“. Die neuen Geräte lösen die bisherigen ab, die 2007 installiert wurden und damit mehr als ein Vierteljahrhundert alt sind.

Es gibt zwei unterschiedliche Gerätetypen: zum einen den klassischen Fahrkartenautomaten, der in den Maßen dem bisherigen Modell ähnelt. Allerdings ist der Bildschirm größer als bisher und hochformatig. Ihn gibt es in zwei Versionen: mit und ohne Bargeldfunktion (Münzen und Scheine). Neu ist das sogenannte Serviceterminal, es kommt schlanker daher als der Fahrkartenautomat und hat ein wesentlich größeres Display. Auch an diesem Gerät können Kundinnen und Kunden ein Ticket ziehen, das allerdings ausschließlich bargeldlos – also mit Karte oder per Handy. Wichtig für viele Fahrgäste: „An jeder Station ist immer auch Bargeldzahlung möglich“, sagt Rehberg.

An den Serviceterminals wird Kundinnen und Kunden bei der Eingabe ihres Zieles die Verbindung auf einer interaktiven Karte angezeigt. Eine neue Funktion beim Ticketkauf ist die Fahrplanauskunft. Wer seine Zielhaltestelle eingibt, erhält eine Liste der nächsten Verbindungen zu diesem Ziel inklusive Angabe der Linie, Dauer der Verbindung, eventuelle Umstiege. Basierend auf dieser Auswahl schlägt das Gerät dem Fahrgast die möglichen Tickets in der richtigen Preisklasse vor. Eine Neuerung in puncto Barrierefreiheit ist das absenkbare Menü. Die Inhalte auf dem Display lassen sich per Button von oben nach unten tauschen. „Dies ist wichtig für Menschen, die aufgrund einer Behinderung oder ihrer Körpergröße nicht an

den oberen Teil des Displays herankommen“, erläutert Rehberg. Die neuen Geräte sehen nicht nur moderner aus und bieten zusätzliche Funktionen, sie sind auch sicherer. In der jüngeren Vergangenheit wurden etliche Automaten gesprengt. Der Sachschaden war immens, die Üstra stoppte im März 2023 den Ticketverkauf mit Bargeld. Detaillierte Angaben zu den Schutzvorkehrungen bei den neuen Modellen macht die Üstra aus naheliegenden Gründen nicht, aber sie „haben einen erhöhten Aufbruchschutz durch konstruktive und weitere technische Maßnahmen“, so Üstra-Sprecher Rehberg. Und: „Sie sind alle mit einem Farbesystem ausgestattet.“ Im Falle einer Sprengung würde das Geld ein-

gefärbt und damit für die Täter unbrauchbar.

Neujahrsempfang
im Neuen Rathaus

HANNOVER. Zum achten Mal lädt die Stadt alle Einwohnerinnen und Einwohner Hannovers ein, den Start ins neue Jahr gemeinsam zu feiern. Beim Neujahrsempfang am Montag, 8. Januar, dreht sich im Neuen Rathaus alles um das Thema Demokratie. Einlass ist ab 17 Uhr. Oberbürgermeister Belit Onay begrüßt die Gäste und hält die Eröffnungsrede ab 17.30 Uhr. Ab 18 Uhr steht ein buntes Programm an. Im Gobelinsaal gibt es Mitmachaktionen der Omas gegen Rechts, ein Quiz zur EU-Wahl mit dem Büro für Internationales, Generation Postmigration e. V. und Jugendparlament sowie dem Bündnis Bunt statt Braun. Informationsstände der Ratsfraktionen sowie persönliche Sprechstunden laden zum Dialog ein. Im Gartensaal wartet elektronische Musik von DJs aus dem QENEM-Netzwerk, begleitet von künstlerischen Video- und Lichtinstallationen. „Wir leben den Wir 2.0.“ heißt das Motto im Hodlersaal/Kaminzimmer mit Literatur und Musik. Im Empfangsraum sind unter dem Titel „Wir leben Vielfalt“ Fotografien aus Hannover zu sehen. Der Eintritt ist frei. **RHR**

MIX
MARKT

Mo - Fr: 09:00 - 19:00
Sa: 09:00 - 19:00

Mix Markt Hannover

Inhaber: Dmitri Kuschlyu

Schierholzstr. 128
30655 Hannover

Mo - Fr: 09:00 - 19:00
Sa: 09:00 - 18:00

Mix Markt 18 OHG
Vahrenheider Markt 6
30179 Hannover-Vahrenheide

Mo - Fr: 09:00 - 19:00
Sa: 09:00 - 18:00

Mix Markt 122 OHG
Lange Weihe 65
30880 Laatzen

ALLE ANGEBOTE GÜLTIG AB MONTAG 08.01. BIS SAMSTAG 13.01.2024*

Schweineschulter ohne Knochen
1 kg

5.99

Schweinenaack ohne Knochen
1 kg

6.99

Schweinebauch wie gewachsen
1 kg

4.99

Suppenfleisch vom Rind
mit Knochen 1 kg

6.99

Rinderleber
1 kg

2.99

Lamm-Vorderviertel in Scheiben
1 kg

10.99

Rindernacken ohne Knochen
1 kg

8.99

Schälfrippen vom Schwein
1 kg

4.99

Frischer Afrikanischer Wels 1 kg,
Fanggebiet: laut Auszeichnung

5.99

Frischer Rotbarsch ohne Kopf 1 kg,
Fanggebiet: laut Auszeichnung

6.99

Frische Dorade Royal 1 kg,
Fanggebiet: laut Auszeichnung

6.99

Frischer Heilbutt ohne Kopf 1 kg,
Fanggebiet: laut Auszeichnung

9.99

Wie geht es weiter
mit dem Staatsballett?

HANNOVER. Die Ballettgesellschaft Hannover hat sich in einem offenen Brief an Kulturminister Falko Mohrs (SPD) für eine rasche Entscheidung zur Zukunft des Niedersächsischen Staatsballetts eingesetzt. Der Verein veranstaltet alljährlich dem Internationalen Choreografenwettbewerb „Choreography“. Anlass für das Schreiben ist der Intendantenwechsel an der Staatsoper: Im Herbst nächsten Jahres übernimmt Bodo Busse das Amt von Laura Berman. Der aktuelle Ballettdirektor Christian Blossfeld, der im vergangenen Jahr Marco Goecke ersetzt hat, hat von Berman einen Vertrag bis 2029 erhalten – also vier Jahre über das Ende ihrer Amtszeit hinaus. Es ist allerdings branchenüblich, dass künstlerische Schlüsselpositionen bei einem Intendantenwechsel neu besetzt werden. Der Vorstand der Ballettgesellschaft drängt nun zum einen auf eine schnelle Entscheidung. Es sei wünschenswert, dass die Tänzerinnen und Tänzer sich „nach den Unruhen“ im vergangenen Jahr endlich wieder

auf ihre Arbeit konzentrieren könnten, heißt es in dem Schreiben in Anspielung auf Goeckes Hundekotattacke, die zum Wechsel an der Spitze des Staatsballetts führte. Zum anderen setzt sich der Vorstand für Blossfeld und das aktuelle Ensemble ein. „Das Niveau der Tänzer und Tänzerinnen ist ausgesprochen hoch“, heißt es, die Company gehöre zu den bundesweit besten. Blossfeld habe das Ensemble „wieder zusammengeschweißt und in ruhiges Fahrwasser geführt“. Außerdem stelle er als Kurator, der nicht selbst choreografiert, ein vielseitiges und attraktives Programm zusammen. Ein solches Modell bewähre sich auch an vielen anderen Häusern. Dass der Publikumszuspruch der Ballettvorstellungen derzeit unter den Erwartungen liege, sei Blossfeld und seinen Tänzerinnen und Tänzern nicht anzulasten, heißt es in dem Brief. Die nächste Ballettpremiere an der Staatsoper ist am 12. Januar: „Du bist so schön“ bündelt drei Arbeiten von drei Choreografinnen.

COUPON

PINC
Apotheken

Pharma IN the City

Gut beraten
Viel gespart

15%
Rabatt

auf Ihren nächsten Einkauf und bei Vorlage des Coupons, ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Zusatzen, Rezepturen, Bücher, Gutscheine, Dienstleistungen, Botendienste und unsere Sonderangebote.

Gültig im Januar 2024.

SCHNITT APOTHEKE

Lieber Meile 13
(Wendewegplatz)

Die Ernst-August-Apotheke

Karnarschstr. 14 (Hilke, gegenüber von H&M
Nähe des Saint-Pläze-Fremdenverkehrs-Büros)

ROSEN
APOTHEKE

LAVESTASSE 4
(BÜCKE-SCHNITZFABRIK)

EUROPA-APOTHEKE

Georgsplatz 16

Goldankauf & Leihhaus
Bott

Stand 01.11.2023

Goldkurs aktuell
hoch!

FEINGOLD 59,00€/kg ZAHNGOLD 36,35 €/g
750 GOLD 43,13€/g SILBER 0,60 €/g
585 GOLD 33,64€/g VERSILBERT 22,00€/kg
333 GOLD 19,15€/g ZINN 12,00€/kg

Leihhaus Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
Mo.-Fr. 10-18 Uhr • Sa. 10-14 Uhr
Tel.: 0511/37359069

JUWELIER COHRS

Gold-Ankauf Bargeld sofort
Tagesaktuelle Höchstpreise

Gold | Silber | Platin | Zinn
Schmuck | Juwelen | Armbänder |
Ohrringe | 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

ABC
Wäschediens

am besten clean
Wäscherei, Reinigung
und Mangelservice

Service und Hygiene rund um die Wäsche ...

• Textilreinigung / chem. Reinigung

• Mangelwäsche in 24 Std.

• Bettdecken / Kopfkissen

• Business-Hemden, handgeb.

• Tisch- und Bettwäsche

• Zelte, Planen, Schlafsäcke etc.

• Imprägnierungen

• Gardinen, Vorhänge

• Kittel und Berufsbekleidung

ABC Wäschediens GmbH
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 6 – 14 Uhr
Am Listholze 87 (direkt neben CleanCar)
30177 Hannover
Tel. 0511-71 74 67

Train & Play

Modell-Eisenbahnen • Modell-Autos • Modell-Flugzeuge
Neuware • An- und Verkauf • Inzahlungnahme

Hildesheimer Straße 428b • 30519 Hannover
Tel. (05 11) 271 270 1
E-Mail: info@trainplay.de • www.trainplay.de

STEUER-SPAR-COUPON

Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen

MwSt.

Wir erstatten Ihnen die MwSt.
als Rabatt auf Ihren nächsten
Einkauf in der Leine Apotheke.
Gültig: 01.01. – 31.01.

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

LEINE
APOTHEKE

Kompetent & preiswert

4 x in Ihrer Nähe:
Leine-Center Laatzen
Hauptbahnhof Hannover
Ernst-August-Galerie Hannover
www.LeineApotheke.de

Polizeistatistik: Wo Einbrecher oft zuschlagen

2023 ist **DIE ZAHL DER EINBRUCHSDELIKTE** erstmals seit 2019 wieder über die Marke von 1500 Taten gestiegen

HANNOVER. Einbrecher haben 2023 häufiger in der Region Hannover zugeschlagen als noch im Jahr davor. Das geht aus dem Einbruchsradar der Polizeidirektion hervor (Stand: 27. Dezember). Die Statistik spricht von 1535 Taten, das bedeutet ein Plus von fast 12 Prozent (2022: 1373 Einbrüche). Am stärksten betroffen war erneut die Landeshauptstadt selbst. Allein 872 Taten – darin sind auch gescheiterte Versuche enthalten – ereigneten sich in Hannover.

Schon Ende Oktober zeichnete sich der steigende Trend ab. Zum Beginn der dunklen Jahreszeit zählte die Polizeidirektion bereits 1127 Einbrüche in Hannover und den Umlandkommunen. Damals teilte ein Sprecher mit, das Einbruchsgeschehen verlaufe stets in Wellen – und nähere sich nach wie vor den Zahlen vor der Corona-Pandemie an. Zum Vergleich: 2019 waren es regionsweit noch 1730 Delikte und damit fast 200 Taten mehr als jetzt.

Wie schon 2022 verzeichnet Bothfeld-Vahrenheide die meisten Taten. Laut Polizeistatistik schlugen die Einbrecher 149-

mal zu, in 82 Fällen scheiterten sie (55 Prozent). Im Vorjahr verzeichnete der Bezirk 109 Einbrüche. Mögliche Gründe: Unter anderem im Stadtteil Isernhagen-Süd stehen viele Einfamilienhäuser, außerdem bietet die A2 optimale Fluchtmöglichkeiten. Auf Platz zwei liegt Vahrenwald-List mit 100 Einbrüchen. Damit sind es seit Langem wieder zwei Bezirke mit dreistelligen Zahlen. 2022 waren es im bevölkerungsreichsten Bezirk bloß 66 Delikte (+55 Prozent). Den dritten Rang 2023 belegt Mitte mit 83 Taten, im Vorjahr waren es 72.

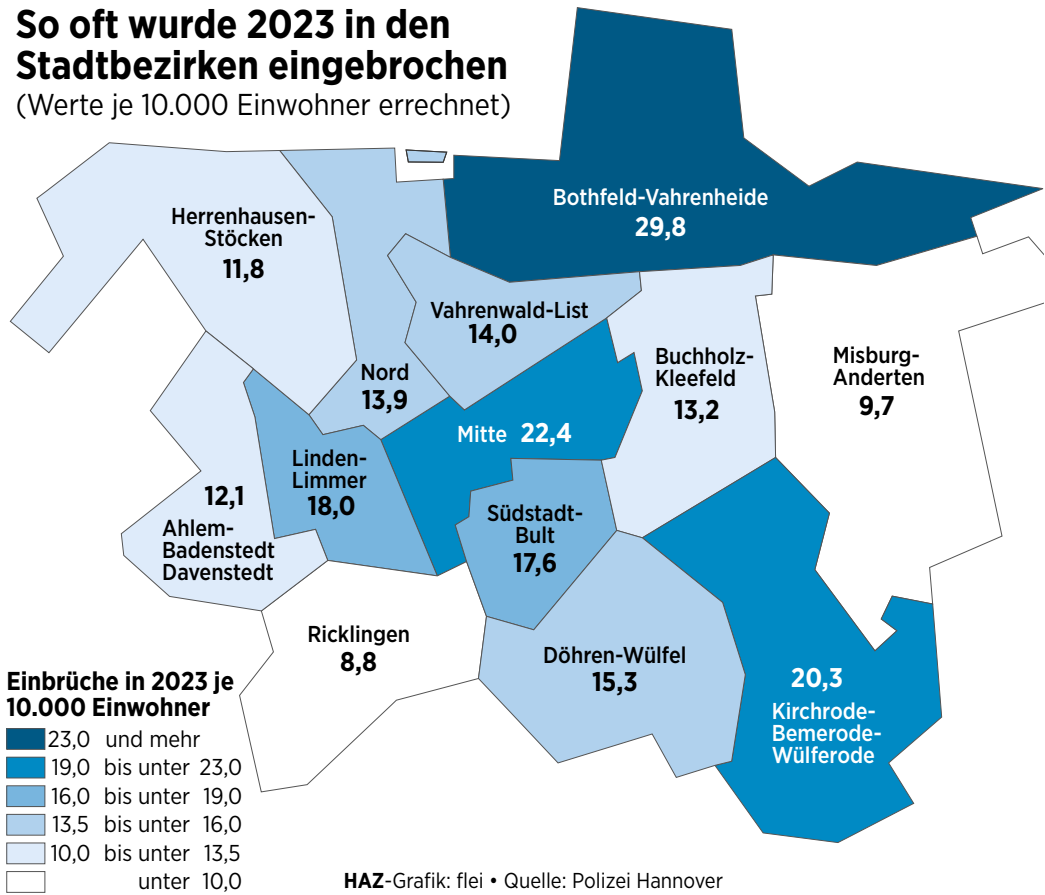
In Bothfeld-Vahrenheide ist 2023 auch die Wahrscheinlichkeit am größten gewesen, Opfer eines Einbruchs zu werden. Umgerechnet auf die Bevölkerungszahl im Bezirk gab es 29,8 Delikte pro 10.000 Einwohnerinnen und Einwohner (2022: 21,9). Abgesehen davon gibt es 2023 noch zwei weitere Bezirke mit einem Einbruchrisiko von mehr als 20 Fällen: Mitte liegt auf Platz zwei mit 22,4 Taten (19,4), dahinter folgt im Südosten Kirchrode-Bemerode-Wülferode mit 20,3 Einbrüchen je 10.000 Ein-

wohner (16). Im Vorjahr belegte noch Buchholz-Kleefeld mit 18,6 Delikten den dritten Rang. Der Bezirk kommt 2023 bloß auf einen Wert von 13,2.

Er ist zwar unmittelbarer Nachbar von Bothfeld-Vahrenheide, doch die Einbrüche schwappen nicht über die Grenze: Misburg-Anderten verteidigt seinen Platz als Bezirk mit den wenigsten Taten. 2023 waren es 33 Fälle – und damit nur einer mehr als 2022. Mit etwas Abstand folgt Ricklingen auf Platz zwei mit 40 Einbrüchen (2022: 52), den dritten Rang bei den geringsten Fallzahlen belegt 2023 Ahlem-Badenstedt-Davenstedt. Dort waren es im abgelaufenen Jahr 41 registrierte Einbrüche (52). 2022 lagen noch Döhren-Wülfel mit 38 und Südstadt-Bult (48) auf den Plätzen zwei und drei.

Die erste Änderung: Ricklingen ist 2023 der sicherste Bezirk. Umgerechnet auf 10.000 Einwohnerinnen und Einwohner gab es lediglich 8,8 Delikte. Im Vorjahr ging der Titel noch nach Vahrenwald-List (9,4). Hinter dem aktuellen Spitzenreiter reiht sich – wie schon 2022 – Misburg-Anderten als einziger weiterer Bezirk mit einstelligem Wert ein: 9,7 Taten. Herrenhausen-Stöcken folgt mit kleinem Abstand und 11,8 Einbrüchen. Den dritten Rang erlangte 2022 noch Döhren-Wülfel mit damals umgerechnet elf Delikten. Der städtische Durchschnitt 2023 liegt bei 16,1 Taten. Sie ist die größte Kommune im Umland,

So oft wurde 2023 in den Stadtbezirken eingebrochen (Werte je 10.000 Einwohner errechnet)



Einbrüche in 2023 je 10.000 Einwohner

- 23,0 und mehr
- 19,0 bis unter 23,0
- 16,0 bis unter 19,0
- 13,5 bis unter 16,0
- 10,0 bis unter 13,5
- unter 10,0

HAZ-Grafik: flei • Quelle: Polizei Hannover

folglich ist der Titel nicht überraschend: Garbsen hat 2023 regionsweit die höchsten Einbruchszahlen außerhalb Hannovers zu verzeichnen. 88 waren es laut Polizeistatistik – immerhin eine Tat weniger als 2022. Doch auch damals bedeutete es schon Platz eins. Dahinter reiht sich wieder Langenhagen ein, das laut Einbruchsradar auf 71 Fälle kommt

(2022: 63). Danach folgt erst mit einigem Abstand Wunstorf mit 55 Delikten (32). Diesen Rang belegte im Vorjahr noch Lehrte mit 51 Taten (2023: 52).

Im Einwohner-Einbrüche-Verhältnis besteht im Umland in Isernhagen das größte Risiko. Umgerechnet auf 10.000 Menschen gab es 17,2 Delikte (2022: 12,7). Der Spitzenreiter im Vor-

jahr war dagegen Garbsen, damals reichten 14,6 Einbrüche für den unrühmlichen Titel. Dort sind die Werte 2023 aber gesunken – allerdings bedeutet das nach wie vor Rang zwei mit 13,8 Fällen. Langenhagen als zweitgrößte Umlandkommune kommt auf den dritten Platz: 12,5 Einbrüche je 10.000 Einwohnerinnen und Einwohner

(2022: 11,5). Der Durchschnitt außerhalb Hannovers liegt 2023 bei 10,3 Taten.

Während im Norden nahe der A2 die Einbruchszahlen hoch sind, ist der Süden das genaue Gegenteil: Pattensen verzeichnet bloß zehn Delikte, davon scheiterten drei. Im Vorjahr schaffte Wennigsen das mit genauso vielen Taten. 2023 reichen die aktuell 13 Fälle lediglich für die zweite Position, dahinter folgt Springe mit 16 registrierten Fällen (13). Als einzige weitere Kommune verzeichnet Burgwedel in diesem Jahr mit 17 Delikten weniger als 20 Einbrüche. Zuletzt gab es 2011 einstellige Werte: in Springe, Hemmingen, Wennigsen, Uetze, Burgwedel und Gehrden.

Schon zum dritten Mal in Folge geht der Titel der sichersten Umlandkommune nach Springe. Die Wahrscheinlichkeit, Opfer eines Einbruchs zu werden, liegt im Südwesten bei 5,3 Taten pro 10.000 Einwohnerinnen und Einwohner. Damit wurde Springe seit 2021 von keiner anderen Kommune überholt, davor ging der Titel noch ins benachbarte Pattensen.

Immerhin: Dort reicht der aktuelle Wert von 6,6 Taten immer noch für den dritten Platz (2022: 7,9). Zwischen Springe und Pattensen drängt sich in diesem Jahr allerdings Laatzen: Die Kommune verzeichnet 2023 bloß 6,1 Einbrüche je 10.000 Einwohner. Im Vorjahr lag der Wert mit 10,7 Delikten noch deutlich höher.



Wieder deutlich mehr Einbrüche: Im Vergleich zum Vorjahr haben die Delikte sowohl in den Bezirken Hannovers als auch in den Umlandkommunen weiter zugenommen.
Foto: Daniel Bockwoldt/dpa (Symbolfoto)

Was sich 2024 im Portemonnaie ändert

VOM TANKEN BIS ZU STEUERFREIBETRAG: Einiges wird im neuen Jahr teurer, aber es gibt auch Entlastungen

HANNOVER. Im neuen Jahr kommen auf Verbraucherinnen und Verbraucher wieder Änderungen zu, die sich auch im Geldbeutel bemerkbar machen. Was wird teurer und was womöglich billiger? Eine Auswahl: **Kohlendioxid-Preis steigt**

Es war eines der Ergebnisse in der Haushaltseingung: Um die Löcher im Etat zu stopfen, will die Ampelregierung die Abgabe auf Kohlendioxid-Emissionen stärker erhöhen als bisher geplant. Der CO2-Preis sollte auf 40 Euro pro Tonne steigen, nun sind es 45 Euro pro Tonne. Das macht fossile Brennstoffe teurer. Laut dem Vergleichsportal Check24 sorgt das in einem Musterhaushalt mit vier Personen und einem jährlichen Gasverbrauch von 20.000 Kilowattstunden für rund 60 Euro Mehrkosten pro Jahr. Beim Sprit bedeutet es laut ADAC 4,3 Cent pro Liter Benzin und 4,7 Cent beim Diesel.

Flugtickets werden teurer
Eine weitere Konsequenz der Haushaltskrise: Die Ticketsteuer auf Passagierflüge soll angehoben werden. Zwar wird sie von den Fluggesellschaften gezahlt, aber die dürften sie an die Passagiere weitergeben. Was das pro

Flug ausmacht, steht noch nicht fest. Aktuell werden allerdings 12,73 Euro für kurze Strecken, 32,25 für mittlere Distanzen und 58,06 Euro für Langstreckenflüge fällig. Bedenkt man, dass der Bund rund 580 Millionen Euro zusätzlich einnehmen will, müssten die Beträge um rund die Hälfte steigen.

Preise im Restaurant dürften anziehen
Die gesenkte Mehrwertsteuer in der Gastronomie ist zum Jahresende ausgelaufen. Statt der in der Pandemie vorübergehend eingeführten 7 Prozent sind es nun wieder 19 Prozent. Um wie viel die Speisen in den Gaststät-

ten teurer werden, liegt am Ende bei den Betreibern. DIW-Ökonom Marcel Fratzscher hält einen Aufschlag von 10 Prozent für möglich.

Beitragsbemessungsgrenze steigt
Gutverdiener zahlen wegen der regelmäßigen Erhöhung der Beitragsbemessungsgrenze höhere Sozialabgaben. In der gesetzlichen Renten- und der Arbeitslosenversicherung werden Beiträge nun bis zu einem Einkommen von monatlich 7550 Euro im Westen und 7450 Euro im Osten fällig. Die Grenze für die gesetzliche Kranken- und Pflegeversicherung steigt auf 5175 Euro.



Die Gastronomie muss Erhöhungen bei Mehrwertsteuer und Mindestlohn ausgleichen.
Foto: Sebastian Gollnow/dpa

Der Mindestlohn steigt
Zum Jahreswechsel wurde der gesetzliche Mindestlohn angehoben. Die Lohnuntergrenze liegt jetzt bei 12,41 Euro. Insgesamt sind zwei Schritte geplant, um den Mindestlohn zu erhöhen. Ab Januar 2025 soll er bei 12,81 Euro liegen. Für Menschen, die im Niedriglohnsektor arbeiten, bedeutet das also mehr Geld.

Mehr Geld für Pflegekräfte
Auch Beschäftigte in der Altenpflege sollen 2024 mehr Geld bekommen. Ab dem 1. Mai steigt dort der Mindestlohn pro Stunde auf 19,50 Euro. Für qualifizierte Pflegehilfskräfte soll er auf 16,50 Euro steigen und für Pflegehilfskräfte auf 15,50 Euro.

Mehr Geld für Pflegebedürftige und Angehörige
Rund vier Millionen Menschen in Deutschland werden zu Hause gepflegt. Um deren Angehörige finanziell zu entlasten, gibt es etwas mehr Pflegegeld. Die Erhöhung um 5 Prozent macht je nach Pflegestufe monatlich 16 bis 45 Euro aus. Auch für Pflegebedürftige in Heimen soll es Entlastungen geben. Die Pflegekasse erhöht die Zuschläge, im Gegenzug sinkt der Eigenanteil. Der Zuschuss

steigt um 5 bis 10 Prozent und hängt von der Aufenthaltsdauer im Pflegeheim ab.

Bürgergeld wird angehoben
Auch das Bürgergeld – ehemals Hartz IV – steigt in diesem Jahr. Für die mehr als fünf Millionen Empfängerinnen und Empfänger gibt es durchschnittlich 12 Prozent mehr. Alleinstehende Erwachsene erhalten dann 563 Euro im Monat. Gleichzeitig will die Ampelkoalition wegen der Haushaltskrise aber einen Bonus für Weiterbildungen streichen.

Höherer Steuerfreibetrag
Mehr Netto vom Brutto: Der Grundfreibetrag bei der Einkommenssteuer soll steigen. Für Ledige soll er ab 2024 voraussichtlich bei 11.604 Euro liegen, für Verheiratete bei 23.208 Euro. Beim Kinderfreibetrag sind 6385 Euro je Kind vorgesehen. Das steht allerdings noch nicht endgültig fest.

Rente soll steigen
Noch nicht zum Jahreswechsel, aber zum 1. Juli können die rund 21 Millionen Rentnerinnen und Rentner voraussichtlich mit einer Erhöhung ihrer Altersbezüge um 3,5 Prozent rechnen. Wie beim Freibetrag steht das allerdings noch nicht endgültig fest.

Badausstellung

Ausstellung und Verkauf auf **150 m²**

- Badsanierungen – Sanitär – Fliesen – 3D-Badplanung
- Duschwand nach Maß – Lackspanndecke
- Wandplatten für fugenlosen Badumbau oder Teilsanierung

Förder- und zuschussfähig:

- Magic-Wannentüren / nachgerüstete Wannentür
- Höhenverstellbare WC – Anlagen für körperlich eingeschränkte Menschen

Walsroder Straße 260 • 30855 Langenhagen
Fon 0511-77 63 73
info@klein-badkonzepte.de
www.klein-badkonzepte.de

Liebe Kundinnen und Kunden, ab dem 12.01.2024 sind wir wieder für Sie da!

Heimann

Fleischerei • Partyservice

Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24
Di. - Fr.: 8 - 12.30 Uhr und 15 - 18 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

Nur noch für kurze Zeit geöffnet - schnell sein lohnt sich!

bis zu **50%** reduziert

jetzt zugreifen & sparen

Wir schließen

RADHAUS SCHAUERTE

Hildesheimerstraße 53 in Hannover

Schafft das Land voreilig Fakten?

Im Januar soll **NEBEN DEN SÜDSCHNELLWEGBRÜCKEN GERODET** werden. Ein Ingenieur hinterfragt das

HANNOVER. Im Konflikt um die Erweiterung des Südschnellwegs im Bereich der Leinemasch werden jetzt Zweifel am Vorgehen des Landes laut. Ein Ingenieur hat die Bauzeitenpläne geprüft – und kommt zu dem Schluss, dass für die angekündigte Rodung in dem Landschaftsschutzgebiet im Januar keine Notwendigkeit bestehe. Die zuständige Landesbehörde bestreitet das.

Ingenieur Helmut Hesse aus der Südstadt ist Sachverständiger für Verkehrswegebau und andere Bauarbeiten. Er hat die öffentlich einsehbaren Ausschreibungsbedingungen durchforstet, mit denen sich Baufirmen derzeit für den nächsten Bauabschnitt der Schnellwegerweiterung bewerben dürfen. Der Bauzeitenplan liegt der Redaktion vor. Hesse sagt nach Analyse der Pläne: „Irgendwelche Rodungsarbeiten vor dem Ende der Vegetationsperiode des kommenden Jahres sind nicht erforderlich.“

Bei Klimaaktivisten und Ausbaugesnern herrscht schon länger der Verdacht, dass das Land die Rodungen vorzieht, um Fakten zu schaffen. Konkret geht es um ein großes Baufeld rund um die Leinebrücke des Südschnellwegs und die benachbarte Leineflutbrücke über den Großen Ricklinger Teich. Beide erreichen laut Einschätzung der Behörde in Kürze das Ende ihrer Lebensdauer, sind bereits notabilisiert und sollen komplett ersetzt werden.



Rodung für Januar geplant: Unter anderem neben der Schnellwegbrücke über den Großen Ricklinger Teich sollen alle Bäume fallen, um die Erneuerung der Brücke vorzubereiten. Foto: Katrin Kutter

Nach Angaben der Landesbehörde für Straßenbau und Verkehr (NLStBV) sollen die Arbeiten im Sommer 2024 beginnen. Weil zwischen März und Oktober nicht gerodet werden darf, sollen die Bäume nun im Januar gefällt werden, voraussichtlich in der Woche ab 8. Januar. Klimagruppen haben Proteste angekündigt. Erwartet wird, dass wie schon im Vorjahr etliche Hundertschaften der Polizei die Rodungen sichern müssen.

Dem Bauzeitenplan zufolge aber stehen im Sommer nur sehr untergeordnete Arbeiten an. Demnach werden ab 6. September vier Wochen lang „schwimmende Zufahrten“ zu einzelnen Brückenpfeilern im Großen Ricklinger Teich erstellt, die dann aber erst im Februar 2025 für Arbeiten an einem Pfeilerunterbau genutzt werden. Zudem sollen im Spätsommer sieben Probepfähle in den Boden gebracht und acht Wochen lang das Baufeld eingerichtet werden

– danach ruht die Baustelle laut Bauzeitenplan bis in den Januar 2025.

Landesbehördensprecher Andreas Moseke stellt das anders dar. Nach seiner Auskunft beginnt die Herstellung der neuen Brücke über dem Großen Ricklinger Teich im dritten Quartal 2024, die der Leinebrücke dann tatsächlich Anfang 2025. Vor allem aber sei „vorgesehen, die Baustelle zeitnah nach der Vergabeentscheidung einzurichten“.

Die Vergabe des Bauauftrags soll nach Angaben Mosekes bis Sommer erfolgen. Dann könnten auch schon Leitungsverlegungen vorgenommen werden, die im Bauzeitenplan aber nicht enthalten sind. Insgesamt habe man den Anspruch, „dem künftigen Auftragnehmer Rahmenbedingungen zu schaffen, unter denen die vertraglich vereinbarte Leistung innerhalb des vereinbarten Zeitraums ausgeführt werden kann“. Das beinhaltet

auch, dass er schnell nach Auftragserteilung auf die freigeäumte Baustelle könne, um dort bis 2031 an den Brücken zu arbeiten.

Ingenieur Hesse schreibt in einer Stellungnahme, nach seinen Recherchen sei für die aktuell geplante Rodung aus den Bauabläufen „kein Grund erkennbar“. Mit seinen Erkenntnissen hat er sich auch an Innenministerin Daniela Behrens (SPD) gewandt. Es seien „massive Auseinandersetzungen der Polizei mit Baumbesetzern und Klimaaktivisten zu befürchten“, schreibt der Ingenieur. Dies könne vermieden werden, indem die Rodung verschoben werde: „Mit heutigem Stand steht noch mehr als ein Jahr Zeit zur Verfügung, um den drohenden Konflikt zu entschärfen.“

Auch an den zuständigen Landesverkehrsminister Olaf Lies (SPD) hat Hesse geschrieben. Von beiden Ministerien aber hat er nach eigenen Angaben bislang keine Antwort erhalten.

Die Erweiterung des Schnellwegs ist ein Zankapfel in Hannover. Im Bereich Döhren spendiert der Bund einen Tunnel als Ersatz für die marode Schnellwegbrücke, dort laufen die Arbeiten bereits. Im Bereich der Leinemasch aber regt sich viel Widerstand, weil zahlreiche Bäume in einem Landschaftsschutzgebiet fallen müssen. Der Schnellweg wird dort von derzeit etwa 14,50 auf künftig 25,60 Meter Breite erweitert, damit man dort schneller fahren kann und liegen gebliebene Autos keine Staus verursachen und mehr Sicherheitspuffer entstehen.

Derzeit ist eine Klage dagegen anhängig. Zudem fordern Protestgruppen eine Abkehr von den Plänen. Mitte Dezember aber hat Verkehrsminister Lies in einem Brief an die Bürgerinitiative Leinemasch-West erneut bekräftigt, dass er von dem Planfeststellungsbeschluss für den neuen Südschnellweg nicht abweichen werde, weil seine Behörde sonst neue Klagen fürchte.

Bäder, Bibliotheken, Freizeitheime

Stadt will 19 Millionen Euro einsparen. Im Januar soll eine Vorschlagsliste vorliegen

HANNOVER. Höhere Eintrittspreise für die Herrenhäuser Gärten, Schließung von Stadtbibliothek und Aufgabe von Freizeitheimen – die Stadt wird im Januar eine Liste mit Sparvorschlägen vorlegen, die alle Hannoveraner zu spüren bekommen. Nach Informationen dieser Redaktion will die Stadt mit solchen Maßnahmen insgesamt 19 Millionen Euro einsparen. Dazu zählt dem Vernehmen nach auch, das marode Stöckener Bad zu schließen, im Gegenzug aber ein neues Hallenbad in Marienwerder zu errichten – mithilfe eines privaten Investors.

Weniger Sorgen müssen sich Vereine und Verbände machen. Dem Vernehmen nach erwägt man im Rathaus, die ursprünglich geplante Kürzung von Zuschüssen in Höhe von 6 Millionen Euro zumindest in Teilen zurückzunehmen. Am Ende muss der Rat über das Gesamtpaket abstimmen.

Eigentlich wollte die Stadtspitze das Sparpaket bereits im Dezember vorstellen. Doch der Bruch der rot-grünen Koalition hat die Sache verzögert. Tatsächlich ist es so, dass die Stadtverwaltung bei bedeutenden Vorhaben stets zuvor auslotet, ob sich eine Mehrheit im Rat damit anfreunden kann. Gibt es eine feste Koalition, sind solche Gespräche für die Stadtspitze leichter. Jetzt muss die Rathausführung mehr Parteien im Rat fragen, ob sie sich grundsätzlich für die Sparvorschläge erwärmen können, namentlich CDU und FDP.

Ein paar Details des Sparpakets müssen dem Vernehmen nach noch rathausintern abgestimmt werden, aber in groben Zügen steht der Plan fest. Das Gesamtpaket hat ein Volumen von 121 Millionen Euro und soll bis 2026 umgesetzt werden. Darin enthalten sind höhere städtische Einnahmen, etwa der noch mit rot-grüner Mehrheit beschlossene Anstieg der Grundsteuer um rund 17 Prozent. Auch bei sich selbst setzt

die Stadt den Rotstift an und deckelt die Budgets für ihre Fachbereiche.

Das sind die wichtigsten Sparvorschläge: Das, was die Bürgerinnen und Bürger unmittelbar zu spüren bekommen, sind aber weniger die verwaltungsinternen Kürzungen. Im Folgenden die wichtigsten Sparmaßnahmen, ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

Bäder: Bekannt ist bereits, dass die Stadt den Betrieb einzelner Bäder in die Hände von Vereinen geben will. Geplant ist das unter anderem für das Ricklinger Bad. Vom äußerst sanierungsbedürftigen Stöckener Bad will sich die Stadt am liebsten trennen. Doch dürfte eine Schließung politisch kaum durchzusetzen sein, wenn es für die nördlichen Stadtteile keinen Ersatz gibt. Nach Informationen dieser Redaktion spricht die Stadt bereits mit einem privaten Investor, der ein neues Hallenbad im Stadtteil Marienwerder errichten und betreiben will. Die Stadt würde dann zwar einen Betriebskostenzuschuss zahlen, müsste aber nicht mehr ein teures und reparaturbedürftiges Bad in Stöcken unterhalten.

Jugendzentren und Freizeitheime: Geplant ist, städtische Jugendzentren und Freizeitheime zusammenzufassen und einzelne Standorte aufzugeben. Welche genau, bleibt bisher unklar. Soll das Bürgerhaus Misburg schließen? Eine weitere Überlegung ist offenbar, das Freizeitheim Linden ins Rathaus am Lindener Markt zu verlegen und das marode Gebäude an der Limmerstraße aufzugeben.

Bibliotheken, Musikschule, Volkshochschule: Die Stadt will eine, vielleicht sogar zwei Stadtbibliothek aufgeben. Das scheint noch nicht entschieden zu sein. Auch Musikschule und Volkshochschule müssen mit Kürzungen rechnen.

Herrenhäuser Gärten: Die Stadt will die Eintrittspreise für die Herrenhäuser Gärten anheben. Allein diese Maßnahme soll der Stadt Mehreinnahmen von

einer Million Euro pro Jahr beschaffen.

Hammer

NEUJAHRSVORTEIL

20 % RABATT*

Auf alle Waren bei Beauftragung unserer Handwerkerleistung

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie **20 % Rabatt*** auf alle Waren bei Beauftragung unserer Handwerkerleistung. Gültig bis 20.01.2024

Artikel-Nr.: 94190507

*Gültig vom 06.01.–20.01.2024, nur für einmaligen Neukauf, nicht für bereits bestehende Aufträge. Dieser Rabatt-Coupon ist nicht online einsetzbar und nicht kombinierbar mit anderen Aktionen oder Rabatten. Dieser Rabatt-Coupon darf nur einmal und einmalig pro Person und Auftrag eingesetzt werden. Dieser Rabatt-Coupon wird bei einer Retoure nicht erstattet. Keine Barauszahlung möglich. Rabatt gilt nicht für Dienstleistungen und Lieferservice. Produkte der Marke Treford sind von der Aktion ausgenommen.

30827 Garbsen-Berenbostel ®
Siemensstraße 21
(keine Badmöbel im Sortiment)

31542 Bad Nenndorf ®
Auf dem Wachtlande 2-4
(keine Boxspringbetten im Sortiment)

30916 Isernhagen ®
Opelstraße 11
(keine Bettwaren und Matratzen im Sortiment)

© Niederlassung der Hammer Fachmärkte für Heim-Ausstattung GmbH & Co. KG Nord, Oehrstraße 1, 32457 Porta Westfalica

HANSE Studie SOLACE

Schirmherr
Dr. Eckart von Hirschhausen

Rauchen Sie oder haben Sie geraucht?

Sind Sie zwischen 55 und 79 Jahre alt?

Melden Sie sich an zum **kostenlosen Lungencheck:**

www.hanse-lungencheck.de

SOLACE

Kofinanziert von der Europäischen Union

Studienleitung: Medizinische Hochschule Hannover

Prof. Dr. med. Jens Vogel-Clausen

ELEKTRO-FUNDGRUBE

Hausgeräte I. und II. Wahl

Perfekte Passform für Ihre Geräte, ohne Kompromisse!

Mit unserem Aufmaßservice* wird Maßarbeit zur Leichtigkeit.

*kostenpflichtig

**Königstr. 32
Badenstedter Str. 60**
**☎ 0511-31 99 12
☎ 0511-41 48 37**
elektro-fundgrube-hannover.de

BEKO Miele GRUNDIG BOSCH smeg AEG LIEBHERR

Du hast eine Leidenschaft für Beauty und Wellness?

Dann komm zu uns und werde Kosmetiker:in

Tag der offenen Tür
13. Januar
10 - 13 Uhr

COSMETIC COLLEGE

Alexanderstr. 3 • 30159 Hannover (Zentrum)
www.meincosmeticcollege.de

TIERGARTEN AUKTIONEN HANNOVER

Heben Sie Ihre verborgenen Schätze!

Briefmarken und Münzen

Kunst und Antiquitäten

Experten-Schätzungen (auch vor Ort)

Online- und Saalauktionen

Tiergarten Auktionen Hannover GmbH
Telefon: 0511-35351102
www.tiergarten-auktionen-hannover.de

KRIBBELN, BRENNEN, TAUBE FÜSSE?

Deutschland - ein Land der Schmerzpatienten. Sind Sie vielleicht auch betroffen? Ca. fünf Millionen Menschen leiden an Polyneuropathie. Zu den häufigsten Ursachen zählen Diabetes mellitus, Dialyse, Chemotherapie, Medikamenteneinnahme und starker Alkoholkonsum. Rund ein Drittel aller Ursachen bleibt jedoch ungeklärt. Werden Sie aktiv und informieren sich beim Beratungs-Tag über die alternative nicht schulmedizinische HiToP®-Hochtontherapie.

Donnerstag, den 11.01.2024
Annen-Apotheke
An der Lutherkirche 19
30167 Hannover

Bitte vereinbaren Sie noch heute Ihren persönlichen Beratungstermin, auch telefonisch möglich.
Apothekerin Evgenia Tetelbaum
Telefon: 0511 - 70 18 78

Im Internet finden Sie uns unter:

www.wochenblaetter.de

hallo
wochenende

Wir haben reduziert!

STOCK-SCHUHE
GEORGSTR. 48 | 30159 HANNOVER

Noltemeyer APOTHEKE

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie

10 % Rabatt*

auf Ihren nächsten Einkauf

*ausgenommen sind Zuzahlungen, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Bücher und unsere TOP-Angebote.

Noltemeyer-Apotheke
Podbielskistr. 315
Gehaplatz
30659 Hannover
www.noltemeyer-apo.de



Zu gewinnen gibt es eine zehntägige Flugreise für zwei Personen in die Türkei. Foto: Humboldt ReiseWelt

Abstimmen und eine tolle Reise gewinnen!

Voting der Weihnachts-Werkstatt läuft noch bis zum 10. Januar

HANNOVER. Jetzt aber schnell! Nur noch bis zum kommenden Mittwoch, 10. Januar, läuft die Abstimmung zur Weihnachts-Werkstatt, des großen Mitmach- und Gewinnspiel der Hannoverischen Allgemeinen Zeitung und der Neuen Presse. Und bis dahin gibt es für alle Teilnehmer am Online-Voting, bei dem die schönsten Weihnachts-Kunstwerke der Leserinnen und Leser gesucht werden, auch noch die Chance, eine Flugreise in die Türkei für zwei Personen im Wert von 1599 Euro zu gewinnen, die uns unser Partner Humboldt ReiseWelt zur Verfügung gestellt hat.

Das Mitmachen ist ganz einfach: Scannen Sie den hier abgebildeten QR-Code mit Ihrem Handy ein – und geben Sie die Stimmen für Ihre ganz persönlichen Favoriten in den vier Kategorien ab. Neben den schönsten weihnachtlichen Basteleien,

Textilarbeiten und Bildern werden in diesem Jahr auch wieder die schönsten Kunstwerke von Kindern bis 12 Jahren in einer eigenen Abstimmung gewählt. Mit etwas Glück gehören auch Sie vielleicht bald zu den ersten Gewinnern des neuen Jahres. Dann würde es für Sie für zehn Tage mit einer Begleitperson nach Izmir, in die Perle der Ägäis, gehen. Wir wünschen viel Erfolg!



Der Herzschlag des Lebens

FEUERWERK DER TURNKUNST: „Heartbeat“ begeistert 8000 Menschen in Hannover

HANNOVER. Nur eine kurze Frage: „Worauf soll ich besonders achten?“, fragte der Reporter die Regisseurin kurz vor Beginn des Feuerwerks der Turnkunst in der ZAG-Arena. Heidi Aguilar, die auch im drittletzten Jahr ihrer Regietätigkeit beim Heimspiel in den Katakomben hin- und hertigerte, sagte nur zwei kurze Sätze: „Wie immer auf alles. Achte aber besonders auf unsere Kunstturnerinnen.“

Tatsächlich bekamen Alina Heinemann und Jessica Schlegel am Schwebebalken und mit Anna Wienecke, Hannovers Sportlerin des Jahres 2010, am Stufenbarren tosenden Applaus von den 8000 Zuschauern, weil sie Akrobatik und Anmut, Präzision und Emotion in Perfektion zeigten. Für Heinemann war die gelungene Show ein „magischer Moment“. Der 21-jährige Turnfloh von 1,59 Meter Größe und 50,5 Kilo Gewicht hatte extra Prüfungen ihres Studiums der Materialwissenschaften und Werkstofftechnik verlegen lassen, bis zu sechsmal die Woche im Leistungszentrum in Badensiedt hart trainiert, um fit zu sein für die kräftezehrende Vier-Wo-



Was für eine Show: Die Catwall Acrobats katapultieren sich über einen Plexiglas-Kubus. Bild links: Die Gruppe Acrophobia vom MTV Ilten machte in der ZAG-Arena den Anfang. Rechts: Ludivine Furnon aus Frankreich an der Dance Pole. Fotos: Florian Petrow

chen-Tournee durch die größten Hallen Deutschlands. Nun gab es für die Spitzturnerin von Bundesligist KTG Hannover nur noch „abklatschen, umarmen

und ran an die Geräte.“ Heinemanns Eltern werden erst in Braunschweig im Publikum sitzen, „aber in Hannover sind viele Freunde und Trainer dabei, das ist auch was ganz Besonderes.“

Dreimal spielt „Heartbeat“ in Hannover, dreimal heißt es: „Willkommen in New York. Willkommen in den 80er-Jahren. Willkommen zu einer fesselnden, glitzernden, facettenreichen Show mit 21 Programmpunkten in zweieinhalb Stunden.

„Wir haben mit Heartbeat eine hoffnungsvolle, fröhliche Story konzipiert, die Licht und Zuversicht in die Herzen der Menschen bringen soll“, sagte Feuerwerk-Chef Wolfram Wehr-

reinhold. Dem Applaus und der Begeisterung nach ist das beim ersten Abend vollends gelungen. Begeistert, wie locker die Gymnastinnen des MTV Ilten als Lokalgruppe über die Turnbahnen flitzten. Beeindruckend, wie Ludivine Furnon die Dance Pole im Griff hatte. Betörend die Musik der sechsköpfigen Liveband um Rick Jurthe. Bewegend die Tanz-Illusion von Pasha und Aliona, in der Mensch und Puppe verschmelzen. Beswingt das Turnkunst-Showteam, das sich als Sassy Queens und Brooklyn Rebels battelt, ohne dass aus Rivalität Feindschaft wird.

„Am Anfang fand ich ihn zu klamaukig, aber am Ende hat er die Halle im Griff gehabt“, urteilte Lutz Wöstendiek aus der Oststadt über Beat-Box-Comedian Robert Wicke aus der Oststadt.



Doris Schnieder aus Einbeck hatte andere Favoriten: „Die Catwall Acrobats sind die Könige.“ Die fünf Kanadier und ihre Trampwall-Show waren die Krönung dieses Silvester-Feuerwer-

kes. Wenn Sie sich für den 27. Januar (14 und 19 Uhr), noch Karten kaufen möchten, haben wir tolle Nachrichten für Sie: Als besonderes Geschenk für Sie als unsere Leserinnen und Leser erhalten Sie bei der Kartenbestellung 25 Prozent Rabatt. Die Tickets finden Sie in unserem Ticketshop. Geben Sie dort im Feld Abovorteil einfach den Promo-Code „AboVorteil23“ ein. Klicken Sie dann auf „Code freischalten“. Nun können Sie sich Ihre reduzierten Tickets aussuchen. Falls Sie eine Abo-Vorteils-Karte haben, können Sie unter <https://tickets.haz.de/abovorteil/> auf „Tickets mit Abo-Vorteil klicken und hier Ihre Vertragsnummer eingeben. So bekommen Sie den Rabatt und können sich die Karten dann kaufen. Unsere Ticketshops finden Sie

Medizin

ANZEIGE

Thema Nervenschmerzen

Cellulite, Falten, schlaffe Haut?



Dieses Arzneimittel hilft von innen!

Oft stehen wir Frauen vor einem scheinbar unlösbaren Problem: Wie werde ich die schlaffe Haut, die lästigen Dellen und Falten los? Diese unschönen Erscheinungen entstehen durch ein schwaches Bindegewebe, also von innen. Wissenschaftlern ist es gelungen, ein Arzneimittel mit einem dualen Wirkstoffkomplex zu entwickeln (Revoten Tabletten, rezeptfrei, Apotheke), der von innen wirkt! Die zwei enthaltenen natürlichen Arzneistoffe dienen laut den Ergebnissen der Arzneiprüfungen und der Pharmakologie als Anregungs- sowie Heilmittel für die nachlassenden Stoffwechselvorgänge im Bindegewebe. So können unschöne Anzeichen von Bindegewebsschwäche wie schlaffe Haut und Cellulite natürlich von innen bekämpft werden.

Für Ihre Apotheke:
Revoten Tabletten
(PZN 184055588)



www.revoten.de

Abbildung Betroffenen nachempfunden.
REVOTEN. Wirkstoffe: Acidum silicicum Trit. D4, Calcium carbonicum Hahnemannii Trit. D4. Die Anwendungsgebiete entsprechen den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehört: Bindegewebsschwäche. www.revoten.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Remitan GmbH, 82166 Gräfelfing

ISCHIAS?

So bändigen Sie den Schmerz im Nerv

Zieht es schmerzhaft vom Rücken bis ins Bein, steckt umgangssprachlich häufig der „Ischias“ dahinter: Durch eine Reizung oder Quetschung des Ischias-Nervs können starke Nervenschmerzen entstehen, die oft kaum auszuhalten sind. Mit Restaxil (Apotheke, rezeptfrei) ist es Experten gelungen, ein vielversprechendes Arzneimittel speziell bei Nervenschmerzen zu entwickeln.

Langes Sitzen am Schreibtisch oder im Auto, schweres Heben, falsches Bücken – und schon ist er da! Ein stechender, brennender Schmerz im unteren Rücken, der über den Po bis zum Fuß ausstrahlen kann. Die einen klagen zudem über Taubheitsgefühle oder ein Kribbeln an den betroffenen Stellen. Andere wiederum fühlen sich sogar wie vom „Strom durchflossen“. Hinter den Schmerzen rund ums Gesäß steckt meist der Ischias-Nerv,

der so dick wie unser Daumen ist und sich vom Rücken bis zum Knie verzweigt. Wird Druck auf den Ischias-Nerv ausgeübt, z. B. durch falsche Bewegungen oder Verspannungen, kann dieser gequetscht oder gereizt werden: Er sendet Schmerzsignale an unser Gehirn. Auch eine verrutschte Bandscheibe, die auf den Nerv drückt, kann die Ursache sein. Zeit zu handeln!

Nervenschmerzen im Ischias gezielt behandeln

Aus medizinischer Sicht ist es wichtig, für eine erfolgreiche Behandlung direkt an den Nervenschmerzen anzusetzen. Überraschend: Bei Nervenschmerzen zeigen viele Schmerzmittel nur wenig Wirkung, denn sie bekämpfen meist Entzündungen. Anders die Schmerztropfen Restaxil, die speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen, wie z. B. bei einer Ischialgie, entwickelt wurden. So wird etwa der Arzneistoff **Iris versicolor** in Restaxil laut Arzneimittelbild vor allem bei Ischialgien mit



„Ich nutze das Produkt wegen meiner Ischiasschmerzen. Meine Nervenschmerzen haben spürbar nachgelassen.“
(Gustav L.)

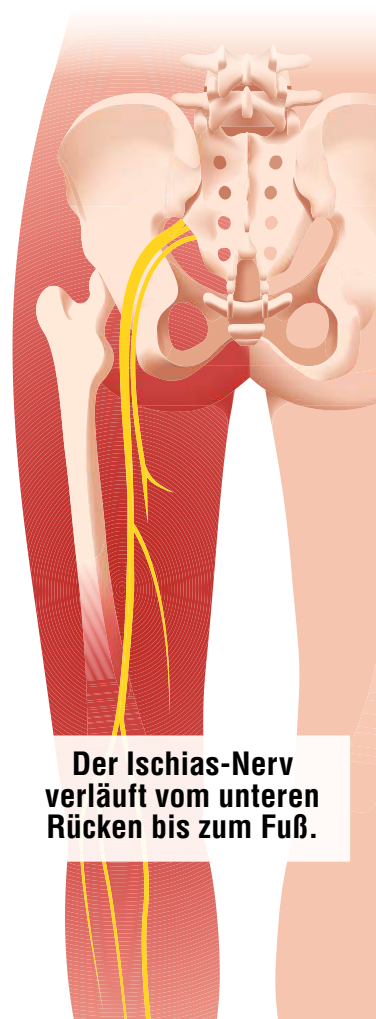
ziehenden, reißenden und brennenden Schmerzen im Hüftnerv bis zum Fuß eingesetzt. Nicht weniger eindrucksvoll wirkt **Cimicifuga racemosa**: Der Arzneistoff kommt erfolgreich bei ausstrahlenden Schmerzen im Rücken sowie bei Neuralgie im Becken zum Einsatz. Dabei bekämpft er Druck und Schmerz längs des Ischias-Nervs.

5-fach-Wirkkomplex, gut verträglich

Für Restaxil haben Wissenschaftler **Iris versicolor** und **Cimicifuga racemosa** in spezieller Dosierung mit drei weiteren

bewährten Arzneistoffen kombiniert. Gemeinsam bilden sie den besonderen 5-fach-Wirkkomplex von Restaxil!

Das Beste: Die Schmerztropfen sind nicht nur wirksam, sondern zugleich gut verträglich und somit auch für die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet. Nehmen Sie Ihre Schmerzen nicht länger in Kauf und fragen Sie in der Apotheke gezielt nach Restaxil!



Der Ischias-Nerv verläuft vom unteren Rücken bis zum Fuß.

✓ Rezeptfreie Arzneitropfen speziell bei Nervenschmerzen wie z. B. einer Ischialgie

✓ Bekämpft ziehende, ausstrahlende und stechende Schmerzen¹

✓ Lindert Begleiterscheinungen von Nervenschmerzen wie z. B. Taubheitsgefühle oder Brennen²

✓ Keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen

Für Ihre Apotheke:
Restaxil
(PZN 12895108)



www.restaxil.de

¹Cimicifuga racemosa kann laut Arzneimittelbild ziehende, ausstrahlende und stechende Schmerzen lindern. Spigelia anthelmia kann laut Arzneimittelbild ausstrahlende Schmerzen lindern. • ²Cimicifuga racemosa kann laut Arzneimittelbild Taubheitsgefühle lindern, Iris versicolor kann laut Arzneimittelbild Brennen lindern. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden. RESTAXIL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens D11. D2, Spigelia anthelmia D11. D2, Iris versicolor D11. D2, Cyclamen purpurascens D11. D3, Cimicifuga racemosa D11. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). www.restaxil.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing

Bilder, die Kultur bewahren

Wie eine Professorin aus Hannover **BEDROHTE BAUWERKE IN DER UKRAINE** dokumentiert

HANNOVER. Russland attackiert in der Ukraine auch Kulturschätze. Ein Forscher- und Fotografenteam dokumentiert vom Krieg bedrohte Gebäude in der Ukraine – um das nationale Kulturerbe zu sichern. Ina Blümel von der Technischen Informationsbibliothek (TIB) in Hannover organisiert die fotografische Dokumentation. Die Bilder sollen die Erinnerung bewahren und beim Wiederaufbau helfen.

Frau Blümel, das Leibniz-Informationszentrum Technik und Naturwissenschaften der Technischen Informationsbibliothek in Hannover dokumentiert historische Bauwerke in der Ukraine. Warum machen Sie und ihr Team das?
Bauwerke sind Teil der kulturellen Identität. Sie gehören zu dem, was Menschen als Heimat empfinden. Wir wollen mit digitalen Methoden dazu beitragen, dass das Wissen über diese identitätsstiftenden Bauwerke nicht verloren geht. Die Fotos und Informationen sollen auch beim Wiederaufbau helfen, falls die Gebäude im Krieg zerstört werden.

Wie gehen die Fotografen vor?
Sie nehmen Details der Bauwerke auf, und zwar vor und nach der Zerstörung möglichst aus der gleichen Perspektive. Bei der Verklärungskathedrale in Odessa waren wir zum Glück schnell genug. Ein Fotograf hatte im Frühjahr 2023 viele Detailaufnahmen gemacht, bevor die Kathedrale im Juli bei einem Luftangriff schwer beschädigt wurde. Diese gute Dokumentation wird helfen, die detailreichen Deckengemälde und Mosaikrekonstruieren.

Wie kam es zu der Idee?
Sören Auer, der Direktor der Technischen Informationsbibliothek, hatte zwei Tage nach dem



Prof. Ina Blümel von der Technischen Universitätsbibliothek TIB in Hannover organisiert die fotografische Dokumentation kriegsbedrohter Bauwerke in der Ukraine.

Angriff Russlands auf die Ukraine ukrainischen Forscherinnen und Forschern angeboten, ihre Arbeit bei uns fortzusetzen. Das war einmalig zu dem Zeitpunkt. Drei Ukrainerinnen haben tatsächlich bei uns im Open Science Lab angefangen. Eine vierte Forscherin fragte, ob sie vor Ort in Odessa für uns wissenschaftlich über das Kulturerbe der Ukraine arbeiten kann. Ich habe dann überlegt, was wir dort sinnvoll machen können. Und mit meinem Kollegen Christian Bracht vom Deutschen Dokumentationszentrum Kunstgeschichte – Bildarchiv Foto Marburg gesprochen, mit dem ich in der Nationalen Forschungsdateninfrastruktur für Kulturerbe eng zusammenarbeite. Wir leiten das Projekt gemeinsam.

Wer macht die Arbeit vor Ort?
Das sind meist ausgebildete Fotografen. Unsere Mitarbeiterin Irina Gorodetska koordiniert inzwischen 25 Fotografen in der

Ukraine für uns. Sie leben in verschiedenen Regionen und versuchen natürlich, ihrem Leben nachzugehen. Die Arbeit für unser Projekt ist eine Zusatzfähigkeit. Wir schicken sie nicht gezielt in gefährliche Gebiete. Dennoch, Fotos können manchmal erst übermittelt werden, wenn die Fotografen wieder an einem Ort mit Empfang sind. Stromausfälle machen die Arbeit schwierig. Auch unsere Mitarbeiterin erlebt Drohnenangriffe, will aber wegen ihrer Familie dortbleiben.

Wie wählen Sie die Bauwerke aus?
Die Idee war zunächst, eine Auswahl aus kunst- und architekturhistorischer Sicht zu treffen. Doch wir dokumentieren jetzt alles, was potenziell gefährdet und für die Menschen vor Ort kulturell bedeutsam und identitätsstiftend ist. Die Entscheidung trifft Irina Gorodetska im Netzwerk der Fotografen und in Abstimmung mit uns. Wir dokumentieren Kirchen, Stadtpaläste, aber auch moderne Wohngebäude aus dem 20. Jahrhundert.

Konzentriert sich das Projekt auf bestimmte Regionen?
mentieren Kirchen, Stadtpaläste, aber auch moderne Wohngebäude aus dem 20. Jahrhundert.



Fotografiert vor der Zerstörung: Die Verklärungskathedrale in Odessa wurde im Sommer bei einem russischen Angriff schwer beschädigt. Fotos: Oleg Kutsyji/ Bildarchiv Foto Marburg

insgesamt rund 3700 Außen- und Innenaufnahmen dokumentiert. Aktuell veröffentlichen wir exemplarisch nur Vorher-Nachher-Bilder von Gebäuden, die bereits beschädigt sind.

Wie sammeln Sie Informationen über die Gebäude?
Irina Gorodetska sucht die Informationen aus verschiedenen Quellen zusammen. Wir nutzen die Open Source Software Wikibase, die mehrsprachig funktioniert, damit auch Bürger Informationen hinzufügen können. Allerdings wissen wir, dass Akteure, die der nationalistischen Agenda Russlands folgen, Wikipedia-Artikel zu Architektur in der Ukraine komplett umschreiben. Um dieser Desinformationskampagne zu begegnen, ist das Eintragen in unsere Datenbank nur auf Einladung möglich.

Sie sagten, sie würden in vergleichbarer Situation ähnlich handeln wie die ukrainischen Fotografen und Wissenschaftler. Was würden Sie in Hannover dokumentieren?
Neben einzelnen Gebäuden vor

allem markante Straßenzüge und Stadträume. Dazu gehören für mich zum Beispiel der Goldene Winkel oder das Rudolf-von-Bennigsen-Ufer genauso wie einige Außenräume im Ihme-Zentrum.

ZUR PERSON
Professorin Ina Blümel leitet das Joint Lab des TIB – Leibniz-Informationszentrums Technik und Naturwissenschaften und der Hochschule Hannover. Das Lab hilft unter anderem Bibliotheken, Archiven und Museen dabei, ihre Aufgaben in Richtung Data Science zu entwickeln. Die Architektin lehrt zugleich als Professorin für Vernetzte Daten in der Informationswissenschaft an der Hochschule Hannover. Blümel hat in Braunschweig, Mailand und Helsinki Architektur mit dem Schwerpunkt digitale Planungswerkzeuge studiert. Promoviert hat sie an der Humboldt-Universität Berlin am Institut für Bibliotheks- und Informationswissenschaft über Linked Data für Architekturinformationen. Die 48-Jährige stammt aus Hannover, wo sie mit Partner und drei Kindern lebt.

Braunbrustigel ist Tier des Jahres

Versiegelte Flächen und Wohnstraßen machen es dem stacheligen Tier schwer / Einfache Maßnahmen könne helfen, den nächtlichen Wanderer zu schützen

HANNOVER. Er hat eine spitze Rüssel Nase, starke Krallen und einen kurzen Schwanz: Die Rede ist vom Braunbrustigel, der zum

Tier des Jahres 2024 gewählt wurde. Wildtierbiologen wie Klaus Hackländer, Vorsitzender der Deutschen Wildtier Stiftung,

warnen davor, dass sein Lebensraum sowohl auf dem Land als auch in der Stadt immer kleiner wird.

Mit ein paar einfachen Maßnahmen kann man dazu beitragen, diesen nächtlichen Wanderer zu schützen und ihn im Garten willkommen zu heißen. Gärten und Grünanlagen können so als Rückzugsorte für Igel gestaltet werden. Wilde und quasi unberührte Bereiche ermöglichen es der Natur, sich frei zu entfalten, und Laub- und Reisighaufen werden zu sicheren Verstecken für Igel. Hecken anstelle von Zäunen bieten natürliche Durchgänge und Lebensräume, in denen verschiedene Tiere Nahrung und Schutz finden können. Gerade Igel benötigen solche wilde Ecken. Dort können sie sich verstecken, im Sommer Nachwuchs zur Welt bringen und ab November Winterschlaf halten.

Wer dem Braunbrustigel helfen möchte, sorgt am besten dafür, dass er ungehindert durch den Garten wandern kann. Vermeiden Sie undurchdringliche Zäune oder Mauern, erklärt die Deutsche Wildtier Stiftung. Falls der Garten umzäunt ist, lässt man dem Igel ein kleines Loch von etwa 13 mal 13 Zentimetern im oder unter dem Zaun. Pestizide sind im igelfreundlichen Garten laut der Stiftung tabu. Diese Chemikalien können die Nahrungsquellen der stacheligen Bewohner vergiften und ihre Lebensräume zerstören. Wer Insekten, Spinnen und Würmer leben lässt, tut den Igel etwas Gutes. Rasenmäher und Mähroboter sind für die stacheligen Tiere eine Gefahr, so die Wildtier Stiftung.

Besonders wenn die Igel tagsüber an den Rändern von Sträuchern und Hecken schlafen. Wer vor dem Mähen nachsieht, ob der Weg frei ist, vermeidet Unfälle. „Wie viele Igel es in Deutschland gibt, ist nicht bekannt. Wildtierexperten sehen aber mit Sorge, dass der Bestand hierzulande offenbar schleichend abnimmt“, erklärt die Stiftung. Auf der Roten Liste der Säugetiere Deutschlands wird das Tier in der Kategorie „Vorwarnliste“ geführt. „Auf dem Land haben aufgeräumte Agrarlandschaften die früher üblichen Hecken, Gehölze und artenreichen Magerwiesen verdrängt“, sagt Hackländer. Mehr Abwechslung böten Gärten und Grünanlagen in Siedlungsgebieten. Inzwischen ge-

be es Schätzungen zufolge in Städten bis zu neunmal so viele Igel wie auf dem Land. „Aber auch hier hat es der Igel immer schwerer. Denn täglich werden Flächen versiegelt, und in Wohnstraßen breiten sich sterile Schottergärten aus“, sagt der Stiftungsvorsitzende. Über der Mensch weiter negativen Einfluss auf den Braunbrustigel aus, sei zu erwarten, dass die Art in naher Zukunft in die Kategorie „gefährdet“ hochgestuft werden muss. Wittere ein Igel Gefahr, rufe er sich zur stacheligen Kugel zusammen. Das könne gegen tierische Feinde wie Dachs, Uhu und Fuchs helfen. Es helfe jedoch nicht gegen vom Menschen gemachte Feinde wie Autos, Mähroboter und Rasenmäher.

Von Vorfreude bis Rückblicke

Verlängert bis 31.01.24

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

Und so geht's: QR-Code scannen, telefonisch ☎ 0800 12 34 304 (kostenfrei) oder online bestellen unter abo.HAZ.de/angebot23

9,90 € für 4 Wochen
+ 5 € Rossmann-Gutschein

Hannoversche Allgemeine HAZ

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Tim K.
Kitaleiter

Arbeiten mit
KLEINEN MENSCHEN & GROSSEN GEFÜHLEN

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

Wir suchen Erzieher*innen und Sozialassistent*innen für unsere Kindertagesstätten, Krippen und die Ganztagschulbetreuung in Stadt und Region Hannover.

Jetzt bewerben auf johanniter.de/paedagogikteam-hannover

JOHANNITER

Zeit für die kleinen Sorgen im Alltag

Im JOHANNITER-QUARTIER KIRCHRODE wird Gemeinschaft großgeschrieben



Die gute Seele: Kerstin Schumacher ist die Hausleitung des Johanniter-Quartiers in Kirchrode. Foto: Bettina Martin/JUH

HANNOVER. Mit einem strahlenden Lächeln im Gesicht und einem freundlichen Wort auf den Lippen begrüßt Kerstin Schumacher jeden, der das Johanniter-Quartier in Hannover-Kirchrode betritt. Sie ist Hausleitung in diesem Wohnprojekt für ältere Menschen und die gute Seele des Quartiers. „Es ist immer Zeit für einen Plausch auf dem Flur oder ein kurzes Hallo“, sagt Kerstin Schumacher. Dies sei es, was die gute Stimmung im Johanniter-Quartier ausmache. Einsamkeit gebe es hier wenig. Im Johanniter-Quartier Kirchro-

de gibt es insgesamt 57 Wohnungen zwischen 45 und über 100 Quadratmetern, viele Bewohnerinnen und Bewohner sind alleinlebend, einige andere wohnen mit ihrem Ehepartner dort. Dementsprechend wird Gemeinschaft großgeschrieben. Aber eines ist wichtig: „Jeder hat die Wahl, ob er an Aktivitäten teilnehmen möchte oder nicht“, macht Kerstin Schumacher deutlich. Die Angebote sind bewusst niedrigschwellig, die Wege innerhalb des Hauses kurz. Es gibt Bingo, eine Handarbeitsgruppe,

Gedächtnistraining, diverse Spielgruppen, Kinonachmittage und eine Art Stammtisch. „Es hat sich dort eingebürgert, dass es jetzt immer zum Kaffee auch einen kleinen Sekt gibt“, sagt Kerstin Schumacher und lacht. So entwickeln sich Rituale, die Gemeinschaft schaffen. Jeder Bewohner und jede Bewohnerin hat die Möglichkeit, sich ins eigene Zuhause zurückzuziehen, gleichzeitig ist der Raum dafür da, um nicht allein zu sein. Auch bei den kleineren oder größeren Herausforderungen im Alltag muss niemand allein sein.

Kerstin Schumacher und ihr kleines Team sind für zahlreiche Belange erste Ansprechpersonen und können vieles regeln. Sei es beim Einstellen des TV-Geräts oder Beratung beim Smartphone, Unterstützung bei der Suche nach einem Pflegedienst oder der Frage, ob der dringlich erwartete Telefontechniker schon gesichtet worden sei. „Man achtet hier aufeinander. Nicht nur von unserer Seite, sondern auch die Nachbarinnen und Nachbarn untereinander, das ist wirklich toll“, sagt Kerstin Schumacher. „Das macht vieles aus. Und die Menschen sind einfach sehr dankbar, wenn man ihnen hilft.“

Das sogenannte Service Wohnen im Johanniter-Quartier bietet Wohnungen mit zwei bis vier Zimmern, einem separaten Schlafzimmer, einer eigenen Küche sowie einem großzügig geschnittenen Badezimmer. Alle Räume sind barrierefrei, sodass jederzeit mit Rollstuhl oder Rollator ein gutes Durchkommen ist. Interessierte können sich direkt bei Kerstin Schumacher unter Telefon (0511) 563805-0 melden. **BM**

➤ Weitere Infos gibt es online unter www.johanniter.de/quartier-kirchrode.



Telefon KundenServiceCenter: 0800 / 0 01 92 14 (kostenfrei)



Mit Computertomograf: Die mobile Stroke-Unit in Berlin behandelt Patientinnen und Patienten zunächst direkt vor Ort. Foto: Jörg Carstensen/dpa

Mobil gegen Schlaganfälle

Region prüft die Anschaffung eines speziellen Rettungswagens

HANNOVER. Schlaganfallpatienten könnten in der Region Hannover demnächst in einem speziell ausgerüsteten Krankenwagen behandelt werden und müssten nicht mehr sofort ins Krankenhaus transportiert werden. SPD und Grüne haben einen entsprechenden Prüfauftrag an die Regionsverwaltung gestellt. Die sogenannte mobile Stroke-Unit ist ein speziell ausgerüsteter Krankenwagen, der mit modernster medizinischer Technologie für die Diagnose und die Behandlung von Schlaganfällen ausgerüstet ist. Laut SPD und Grünen bietet die fahrbare Stroke-Unit eine schnelle und präzise Diagnose noch vor der Ankunft im Krankenhaus, sodass unverzüglich mit der Gabe von Medikamenten zur Auflösung eines Blutge-

rinnssels begonnen werden kann. Die Therapie könne dann ohne Zeitverlust in einer Klinik fortgesetzt werden, schreiben die beiden Fraktionen. „Der frühe Einsatz kann zu einer deutlich verbesserten Lebensqualität des Betroffenen nach einem Schlaganfall führen.“ Weiter heißt es, mit dem Wagen könne eine schnelle und hochwertige Schlaganfallversorgung in der Region flächendeckend nachhaltig verbessert werden. Nach dem Willen von SPD und Grünen soll die Verwaltung in Zusammenarbeit mit dem Klinikum Region Hannover und der Medizinischen Hochschule Hannover prüfen, wo in der Region ein solcher Wagen stationiert werden könnte. Bei Schlaganfällen ist besondere Schnelligkeit gefragt. Üblicherweise gilt das Prinzip der so-

genannten Golden Hour, also der goldenen Stunde: Wird die Patientin oder der Patient nach dem Eintreten der Symptome innerhalb von 60 Minuten behandelt, können die gesundheitlichen Folgen erheblich verringert werden. In Berlin gibt es beispielsweise drei Stroke-Mobile, wie die Wagen dort genannt werden. Betreiberin ist die Feuerwehr. Die kleinen Lastwagen sind im Unterschied zu normalen Rettungswagen mit einem Computertomografen ausgerüstet, allerdings viel kleiner als im Krankenhaus. Mithilfe des Computertomografen kann die Ursache des Schlaganfalls noch im Wagen ermittelt und eine Therapie gegen Durchblutungsstörungen im Hirn ermittelt werden. Eine mobile Stroke-Unit kostet rund 1,5 Millionen Euro.

Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen



Spezialcreme gegen Gesichtsrötungen

Rötungen an Nase und Wangen entstehen, wenn die Äderchen im Gesicht stärker durchblutet werden und durch die Haut schimmern. Gründe dafür können häufige Temperaturwechsel, zunehmendes Alter oder UV-Strahlung sein. Viele versuchen, dem Problem mit verschiedenen Präparaten entgegenzuwirken.

Unser Tipp: Eine Spezialcreme mit einzigartigem 3-fach-Effekt (Deruba, Apotheke)! Dank mikroverkapselter Pigmente kaschiert Deruba Gesichtsrötungen sofort. Die spezielle Aktivstoff-Formel mildert sie längerfristig. Der integrierte UV-Schutz mit LSF50+ beugt der Entstehung neuer Rötungen vor. Deruba – die Rundum-Antwort auf Hautrötungen!

Für Ihre Apotheke:

Deruba
(PZN 11008068)

www.deruba.de

Ob am Schreibtisch im Home-office, auf der Couch oder im Auto: Wir verbringen immer mehr Zeit im Sitzen. Ergonomisch korrekte Haltung – oft Fehlanzeige! Die Über- und Fehlbelastung der Muskulatur führt dann schnell zu Verspannungen und Schmerzen. Die gute Nachricht: Das natürliche Rubaxx Schmerzgel (Apotheke, rezeptfrei) hilft vielen Betroffenen!

Stundenlanges Sitzen mit gebücktem Rücken und hängenden Schultern führt schnell zu Verspannungen und einhergehenden Schmerzen.



„Rubaxx Schmerzgel schafft bei mir einen starken Schmerzurückgang und die Verspannungen am Nacken sind auch weg.“

zen. Hinzu kommt meist Bewegungsmangel: Häufig fehlt die so wichtige und ausgleichende Bewegung im Alltag. Verspannungen und Schmerzen nehmen zu! Betroffene sehnen sich nach einer einfachen Hilfe gegen ihren täglichen Schmerz.

Wirksam mit der Kraft der Natur

Um gegen die Schmerzen wirksam und schonend vorzugehen, haben Experten der Apotheken-Marke Rubaxx ein wirksames Schmerzgel entwickelt, das mit der Kraft der Natur wirkt. Rhus toxicodendron, der pflanzliche Arzneistoff in Rubaxx Schmerzgel, wirkt schmerzlindernd. Und das nicht nur bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen, sondern auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Dank der guten Verträglichkeit hilft das Rubaxx Schmerzgel sanft, aber wirkungsvoll. Einfach ein- bis zweimal täglich auf den zu behandelnden schmerzhaften Stellen auftragen.



Das steckt in Rubaxx Schmerzgel

Der Wirkstoff in Rubaxx Schmerzgel (Rhus toxicodendron) entstammt einer Arzneipflanze, die vor allem in Nord- und Südamerika beheimatet ist. Das Besondere: Er ist nicht nur wirksam bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen, sondern auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen!

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)

www.rubaxx.de

JETZT NEU
180g
Vorteilspackung

Abbildungen Betroffenen nachempfunden. RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGF GmbH, 82166 Grafelfing

BUCH-TIPP

Tokio, nachts um eins. Im Mondschein und dem Licht der Neonröhren wird die Nacht fast zum Tag. Eine Filmrequisiteurin, eine Telefonseelsorgerin, ein Privatdetektiv, eine angehende Schauspielerin, ein Barkeeper. Sie treffen sich, verpassen sich, träumen und erinnern sich. Es geht um Außenseiter, um zufällige Begegnungen, um das große Ganze, in dem alles zusammenhängt. Inmitten dieses Netzwerks fährt Matsui durch die Nacht, er ist Taxifahrer und kutschiert so allerlei mehr oder weniger skurrile Gestalten herum. Immer ist jemand irgendwie auf der Suche – mal nach einem nächtlichen Imbiss, mal nach den Filmen eines verstorbenen Vaters, mal nach jemandem, der einfach zuhört und versteht. Ein warmherzig und liebevoll erzählter Episodenroman, der das Besondere im Alltäglichen findet.

Atsuhiko Yoshida, geboren 1962 in Tokio, ist Schriftsteller und preisgekrönter Coverdesigner, der den kleinen Dingen nachspürt, die das Leben lebenswert machen.

Atsuhiko Yoshida:
„Gute Nacht, Tokio“
Übersetzt aus dem Japanischen von Katja Busson Hanserblau
Gebundene Ausgabe, 22 Euro
ISBN 978-3-446-27845-5

Arbeiten aus 50 Jahren

HANNOVER. Ölfarbe und Tafelbild sind die zentralen Ausdrucksmittel des hannoverschen Künstlers Giso Westing, dessen Werke im Fokus einer neuen Ausstellung stehen, die die Städtische Galerie Kubus noch bis zum 14. Januar zeigt. Die Ausstellung wird Arbeiten aus gut 50 Jahren umfassen. Auftragsarbeiten, Projekte und Kunst am Bau waren nie Westings Sache, es ging ihm stets um die selbstbestimmte Arbeit im Atelier. Es werden unterschiedliche Bilderserien zu sehen sein: von ganz frühen, noch unter dem Einfluss des Surrealismus gemalten Bildern, zu den späteren reduzierten, formal strengen Arbeiten, über die Serie der „Schriftbilder“ bis zu ganz aktuellen Werken. Die Galerie Kubus, Theodor-Lessing-Platz 2, ist geöffnet von Dienstag bis Sonntag bei freiem Eintritt. Immer sonntags bietet der „SonnTALK“ von 14 bis 15 Uhr einen Raum zum Sprechen und Nachdenken über Kunst.



Giso Westing, o.T., 2021, Öl auf Leinwand Foto: Rüdiger Stanko

Wortreich ins neue Jahr

Von Slam-Poetry bis Stand-up-Comedy: „**MACHT WORTE!**“ liefert im Januar wieder Denkakrobatik ab

HANNOVER. Gelabert wird rund ums neue Jahr ja recht viel. Da gibt es Neujahrsansprachen, die immer gleich klingenden Begrüßungsphrasen und natürlich jede Menge gute Vorsätze, die meistens früher entsorgt werden als die abgeschmückte und vertrocknete Nordmannanne im Wohnzimmer. Wer da zur Abwechslung mal Wortschwallde der klugen und unterhaltsamen Art sucht, sollte einen Blick auf das Januar-Programm von „Macht Worte!“ werfen. Die Spezialisten für hannoverschen Poetry-Slam haben nämlich wieder einiges vorbereitet. Die Literaturtankstelle in der Lindener Buchhandlung, Limmerstraße 43, öffnet am Donnerstag, 11. Januar, ab 19.30 Uhr die Türen. Zu Gast mit ihrer „Textsklaven“-Lesung ab 20 Uhr sind Jan Fischer und Martin Spieß. Zwei Autoren, eine Menge Bier und zusammen mehr als fünfzehn veröffentlichte Bücher: Wenn Jan Fischer und Martin Spieß lesen, ist das weit entfernt von andachtsvoller Duldungsstarre in staubigem Ambiente. Stattdessen zeigen die beiden, was Literatur auch sein kann: absurd, gewagt, freaky, packend, dreckig, laut, ein wenig anarchisch – und immer tolerant gegenüber Zwischenrufen. Naja, fast immer. Die Literaturtankstelle steht für Bücher und Veröffentlichungen abseits des Mainstreams mit lokalem und regionalen Background, bietet eine randvoll gefüllte, bunte Poesie-Tüte mit Überraschungs- und Entdeckungspotential. Der Eintritt ist frei, der Hut geht herum und Spenden sind gerne gesehen. Einen Abend zwischen Poesie, Impro und Musik gibt es mit „Wortspiel“ am Freitag, 12. Januar, in der Warenannahme / Faust, Zur Bettfedernfabrik 3.

Matti Linke (Poet), Fabian von Wegen (Songwriter) und 12 Meter Hase (Improtheater) kommen in diesem außergewöhnlichen Konzept zusammen und ergänzen sich auf ganz besondere Weise. Slam- und wettkampferfahren treffen hier die Besten vom Besten zusammen. Alle drei Meister auf ihrem Gebiet – und an diesem besonderen Abend alle miteinander verwoben. Was sie vereint? Eine Bühne. Spaß an der Sache. Liebe zum Detail. Die Offenheit für Ungeahntes, Verqueres, Anderes. Tragikomödie, Herzbruch. In Worten gesponnen, auf einer Gitarre fabriziert, mit Händen und Füßen erklärt. Los geht's ab 20 Uhr, Einlass ist ab 19 Uhr. Tickets kosten im Vorverkauf 9 Euro zuzüglich Gebühren und an der Abendkasse 12, ermäßigt 9 Euro. Lange Zeit wurde geglaubt, dass Lachen die beste Medizin ist. Heute wissen wir, die beste Medizin ist die Quantenheilkunde. Doch Jan Philipp Zymny hat den Mut zu fragen: „Hey... warum nicht beides?“ In seinem rund 100-minütigen Comedy-Programm „Quantenheilung durch Stand Up-Comedy“ präsentiert der Künstler einen Abend für alle, denen gewöhnliche Comedy zu doof, Philosophie zu anstrengend und die Realität zu langweilig ist. Der Buchhändler praktiziert seit über zehn Jahren als Autor und Comedian. Er hat seine hypochochondrische Ausbildung mit der Bestnote 3+ abgeschlossen und einen Master of Science in hypothetischer Physik. Außerdem steht er in direktem spirituellen Kontakt mit dem Erzengel Kallierpermanganat. Und weil so viel Heilsames im Doppelpack besonders wirkungsvoll ist, gibt es gleich zwei Termine: Am Freitag, 19. Januar, und Sonnabend, 20. Januar, ist Jan Philipp Zymny



Jan Philipp Zymny bietet „Quantenheilung durch Stand Up-Comedy“. Foto: Fabian Stürtz

live zu erleben in der Warenannahme. Einlass ist jeweils ab 19 Uhr, Begin um 20 Uhr. Die Karten gibt es im Vorverkauf für 18 Euro plus Gebühren, an der Abendkasse für 21, ermäßigt 18 Euro. Das „Heimspiel!“, Hannovers größte regelmäßige Live-Literatur-Veranstaltung, ist ein Fest für alle Fans von Wortwitz, Poesie und ABC-Alarm. Die nächste Schlacht um die Slam-Krone be-

ginnt am Donnerstag, 25. Januar, um 20 Uhr (Einlass: 19 Uhr) in der Warenannahme. Der Eintritt kostet im Vorverkauf 7 Euro plus Gebühren, an der Abendkasse 9, ermäßigt 7 Euro. Hinnerk Köhn macht sich mit seinem Stand-up-Comedy-Programm „Infinity“ auf den Weg in Richtung Unendlichkeit. Station in der warenannahme macht er dabei am Sonntag, 28.

Januar, ab 20 Uhr. Und was verspricht er? „Ein Programm wie ein Rausch zwischen Zuckerschok, Kokain-Missbrauch und Super RTL auf 120 Dezibel.“ Einlass ist ab 19 Uhr. Tickets gibt es für 19 Euro im Vorverkauf (zuzüglich Gebühren), an der Abendkasse für 24, ermäßigt 19 Euro. Vorverkauf: macht-worte.com

Manze & Midori

HANNOVER. Andrew Manze, der langjährige Chefdirigent der NDR Radiophilharmonie kehrt zu „seinem“ Orchester zurück und führt mit der japanischen Stargeigerin Midori am Donnerstag, 11. Januar, ab 20 Uhr Detlev Glanerts Violinkonzert und Anton Bruckners 2. Sinfonie auf. „Mein Engel, mein alles, mein Ich“ – so beginnt Ludwig van Beethovens legendärer Brief an seine „unsterbliche Geliebte“. Der Komponist Detlev Glanert hat vor diesem Hintergrund ein neues Violinkonzert geschaffen, das Midori nun zusammen mit der NDR Radiophilharmonie unter Andrew Manze spielt. Das Konzert findet im Großen Sendesaal, Rudolf-

von-Bennigsen-Ufer 22, statt. Eintrittskarten (12 bis 53 Euro) sind über den NDR-Ticketshop erhältlich. Christian Edelmann gibt um 19 Uhr im Großen Sendesaal eine Konzert-einführung. NDR Kultur sendet das Konzert live. Musik von Franz Schubert und Johannes Brahms erklingt beim Kammerkonzert am Mittwoch, 10. Januar im Kleinen Sendesaal des NDR. Ab 20 Uhr spielen dort Midori sowie Stipendiaten der Joseph Joachim Akademie Schuberts Klaviertrio Es-Dur und das Sextett in B-Dur von Brahms. Der Eintritt kostet 10, ermäßigt 5 Euro. Vorverkauf: ndr-orchester_chor/radiophilharmonie



Violinvirtuosin Midori tritt bei Konzerten im NDR-Funkhaus auf. Foto: Timothy Greenfield-Sanders

Mordgelüste und Machtspiele

HANNOVER. Shakespeares berühmtes Königsdrama „Richard III.“ kommt als abgründig-düstere Komödie in einer neuen Fassung von Michel Decar auf die Bühne des Schauspielhauses. Richard ist hässlich und verhasst. Dank einiger Morde, die er für seinen Bruder Edward während der Rosenkriege geleistet hat, ist dieser nun König. Für Richard hingegen bringt das Ende des Krieges keinen Frieden. Sein Hass auf die Gesellschaft sitzt zu tief. Und so tut er, was er am besten kann und mordet weiter. Sein Ziel: die Krone. Wenn er schon nicht Teil der Gesellschaft werden darf, will er sie wenigstens beherrschen. Er weiß um die Manipulierbarkeit der Menschen und nutzt dieses Wissen – heilsichtig, heuchlerisch, verführerisch. Die Titelrolle übernimmt Stella Hilb, die bereits in der Hosenrolle als Malvolio in „Was ihr wollt“ als ausdrucksstarke Schauspielerin überzeugen

konnte. Ihre Darstellung des Richard III. ist ein grandioses Wechselspiel zwischen Abgestumpftheit und Verletzlichkeit. Die nächste Aufführung im Schauspiel Hannover, Prinzenstraße 9, beginnt am Mittwoch, 10. Januar, um 19.30 Uhr. Am Donnerstag, 1. Februar, läuft die

Vorstellung ab 19.30 Uhr, bereits ab 18.45 Uhr gibt es eine Einführung. Eintrittskarten (16,50 Euro bis 41,50 Euro, ermäßigt ab 5 Euro) sind im Vorverkauf online erhältlich. staattstheater-hannover.de



Schauspiel Hannover: „Richard III.“ nach William Shakespeare in einer Bearbeitung von Michel Decar. Foto: Kerstin Schomburg

Bilderbuchkino mit Schneekind

HANNOVER. Im Bilderbuchkino der Stadtbibliothek Am Kronsberg / Krokus, Thie 6, wird am Dienstag, 9. Januar, ab 16 Uhr „Das Schneemannkind“ präsentiert. Die Geschichte von Jörg Hilbert ist für Kinder ab vier Jahren geeignet und erzählt von dem Braunbär Schoko, der als Eismann arbeitet. Es liegt noch Schnee, aber es riecht schon nach Frühling. In dieser interessanten Wetterlage rettet Schoko das Schneemannkind Flocke vor der Schmelze und macht es zu seinem Kompanion. Im Gefrierschrank der Eiskarre überlebt Flocke und gewinnt zunehmend Freude am Sommer, an der Welt der Farben, den Kindern, am Eisverkaufen und dem Gesang der Nachtigall. Das Bilderbuchkino findet im Raum H.2 09 (2. Etage) statt. Im Anschluss wartet im Nachbarraum eine Bastelaktion mit Familiencafé. Der Eintritt ist frei. RHR

Kleinkunst in der Marlene

HANNOVER. Die Kleinkunst-Wanderbühne begrüßt am Mittwoch, 10. Januar in der Marlene, Prinzenstraße 10, mit einem abwechslungsreichen Programm das neue Jahr. Ab 20 Uhr präsentiert Moderatorin Roxana unter dem Motto „Da lacht der Bär“ unterhaltsame Gäste auf der Bühne. Mit von der Partie sind der Comedy-Zauberer Das Wiesel, Burlesque-Tänzerin Yvette Chelou, Zeichner und Autor Timo Stoffregen mit Neujahrsgeschichten, das Kabarett-Duo 2VorRaus, die Quartalsbanditen sowie das Tanz-Duo Sálva & Serenity mit klassischem orientalischen Tanz. Der Eintritt ist frei, der Hut geht herum für eine Spende. Einlass ist ab 19 Uhr. RED

Im Heinz wird's rebellisch

HANNOVER. Drei Punk-Bands spielen beim „Rebell Fest“ am Sonnabend, 6. Januar im Béi Chéz Heinz, Liepmannstraße 7b. Die Konzerte beginnen ab 19 Uhr, Einlass ist ab 18.30 Uhr. Der Band Drei Meter Feldweg gelingt es, in ihren Songs sowohl feucht-fröhliche Partystimmung zu verbreiten, als auch einen ernsteren Ton anzuschlagen und sich Themen wie dem immer stärker werdenden Rechtsruck in Deutschland, einer aufkommenden Zwei-Klassen-Gesellschaft und gewöhnlichen Alltagsorgen zu widmen. Graupause bringen melodischen und abwechslungsreichen Punkrock mit ordentlichem Druck und Tempo mit, die Texte sind politisch und gesellschaftskritisch. Die Band Abfluss spielt deutsche Punkrock, der mit eingehenden Refrains gepaart ist, die zum Mitgröhlen einladen. Tickets gibt es online ab 17 Euro plus Gebühren, alle Ticketeinnahmen gehen an das Bündnis „Kein Bock auf Nazis“ rebellfest.de



SILBERMOND - AUF AUF 10. August 2024 | Gilde Parkbühne

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

- Original Egerland Musikanten**
20. Januar 2024: Theater am Aegi
- Pulsar Trio**
20. Januar 2024: Jazz Club
- Die Schneekönigin**
21. Januar 2024: Theater am Aegi
- Jan Wagner - Steine & Erden**
23. Januar 2024: Literaturhaus

- Johannes Flöck**
23. Januar 2024: Apollokino
- The Music of Harry Potter**
24. Januar 2024: Theater am Aegi
- Das Fest**
25. Januar 2024: Schauspielhaus
- Samiam**
26. Januar 2024: Cafe Glocksee

- Vor Ort für Sie da:**
- In den HAZ & NP Geschäftsstellen**
Hannover, Lange Laube 10
Neustadt, Am Wallhof 1
Burgdorf, Marktstraße 16
Langenhagen, im CCL, Marktplatz 5
Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2



Telefonische Bestellannahme: 0511 12123333, online: tickets.haz.de // tickets.neuepresse.de

HOROSKOP

**WIDDER 21.3.–20.4.**

Vermeiden Sie Fehlinvestitionen. Auch kleine Summen werden Ihnen im Nachhinein in einer Situation bitter fehlen, in der Sie sie nötig hätten.

**STIER 21.4.–20.5.**

Sparen Sie lieber mehr mit Kritik als mit Lob. Sie wissen zwar vieles besser, sollten sich anderen Ideen gegenüber jedoch nicht verschließen.

**ZWILLINGE 21.5.–21.6.**

Wahrscheinlich hatten Sie in einer beruflichen Sache mehr Widerstand erwartet, aber die wird sich jetzt in bestem Einvernehmen regeln lassen.

**KREBS 22.6.–22.7.**

Versuchen Sie, kritische Situationen in den Griff zu bekommen. In der Liebe und in Freundschaftsbeziehungen sieht es ausgesprochen rosig aus.

**LÖWE 23.7.–23.8.**

Pläne, die ins Auge gefasst wurden, sollten Sie vorsichtshalber noch einmal besonders sorgfältig auf deren Realisierbarkeit hin durcharbeiten.

**JUNGFRAU 24.8.–23.9.**

Seien Sie nicht traurig, wenn sich noch nicht der erträumte Weg abzeichnet. Pflegen und genießen Sie Ihre Freundschaften und gehen Sie hinaus.

**WAAGE 24.9.–23.10.**

Träumen erlaubt! Malen Sie sich ruhig einmal aus, was Sie in Zukunft erreichen wollen. Je realistischer Ihre Vorstellungen sind, desto besser.

**SKORPION 24.10.–22.11.**

Bei unterschiedlicher Interessenlage kann schon einmal ein Wort schärfer formuliert werden als gewollt. Sie sollten unbedingt gelassen bleiben.

**SCHÜTZE 23.11.–21.12.**

Wenn Sie im privaten Bereich Verbesserungen erzielen wollen, ist dies ein geeigneter Zeitpunkt. Verzichteten Sie für eine Weile auf Genussmittel.

**STEINBOCK 22.12.–20.1.**

Mit Beständigkeit erreichen Sie jetzt viel. Schalten Sie in Sachen Freizeit einfach einmal das Gedankenkarussell ab. So lässt es sich genießen.

**WASSERMANN 21.1.–19.2.**

Nichts hält Sie zu Hause, Sie benötigen dringend einen Tapeetenwechsel. Ein spontaner Ausflug sorgt für Abwechslung und gibt Ihnen neue Impulse.

**FISCHE 20.2.–20.3.**

Mit Spannungen muss gerechnet werden. Zum Kräfteremessen eine denkbar ungünstige Zeit. Kompromissbereitschaft erleichtert jetzt vielen das Leben.

APOTHEKEN

SONNABEND 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Dr. Mohi – Deine Apotheke am Ring, Tel. 664730, Isernhagener Str. 109
Storch Apotheke, Tel. 313933, Lister Meile 37
LAATZEN: Hermes-Apotheke, Tel. 864380, Hildesheimer Str. 52

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:





Apotheke am Fasanenkrug, Tel. 905940, Burgwedeler Str. 31
Limmer Apotheke, Tel. 6002770, Färberstr. 1
Nordstadt-Apotheke, Tel. 1615253, Bodestr. 2-6
Wilhelm-Apotheke, Tel. 851532, Marienstr. 70

GEWINNRÄTSEL

Ackerbau	Leibriemen	deutsche Schauspielerin (Brigitte)	▼	ein-fältig	▼	erste Frau Jakobs (A.T.)	▼	japanischer Politiker † 1909	Segelkommando: wendet!	Absicht	▼	griech. Vorsilbe: bei, daneben	Schleppkahn	▼	Pressearbeit (engl. Abk.)	
▶	▼					5			▼	Ausruf vor Schreck			Kraftfahr-erorga-nisation (Abk.)		▼	
deutsche Pop-sängerin		Ge-liebter der Julia	▶					Ver-mählte	▶					2		
▶				Fidschi-Insel	3		vor kurzer Zeit	▶							spa-nisch: ja	
▶	1														▼	
nord. Göttin d. Vergan-genheit		männ-licher franz. Artikel	▼									Kurort an der Lahn (Bad ...)	eh. DDR-Geheim-dienst (Abk.)			
spani-scher Artikel	▶											griechi-scher Buch-stabe	▼	deutsch-franz. TV-Sender	▼	
▶															▼	
spani-scher Ausruf	Heiß-getränk	Rufname v. Sport-moderator Furler	▼	bibli-scher Patriarch	Schlange im 'Dschun-gelbuch'	birman. Staats-mann (2 W.)	britische Luft-waffe (Abk.)	▼	Buch der Bibel (Hosea)	Faultier	6	italie-nisch: drei	modern			
Sport-lehr-gang	▶								Akrobat	▶						
früherer Name Tokios	▶			Blut-armut	▶		4					zu keiner Zeit	▶			
Winter-sportart	▶										1	2	3	4	5	6

STARKE MARKEN STARKER SERVICE!

FritzRaupers



Verkauf: Wunstorfer Landstr. 86 | Service: Am Bahndamm 50
30453 Hannover-Ahlem | Telefon 0511/400090 | www.autohaus-raupers.de

Das Mitmachen lohnt sich: Diesmal verlosen wir für eifrige Rätselfreunde zehn Überraschungspakete (Bücher und DVDs). Da wird das Heimkino und der Lesespaß zum Genuss.

ACHTUNG: So können Sie gewinnen (nur diesmal): Schreiben Sie eine Mail mit dem Betreff „Überraschungspaket“ und Angabe des Lösungswortes sowie Name und vollständiger Adresse an aktionen@wochenblaetter.de, um an unserem Gewinnspiel teilzunehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Alle Lösungen, die bis Donnerstag, 11. Januar, 17 Uhr, eingehen, nehmen teil.

LEBENSHILFE	
Drogenberatungsstelle	70 14 60
Drogenberatung Neues Land	33 61 17 30
Alkohol- u. Medikamentenabhängige	70 03 10 90
Anonyme Alkoholiker	9 80 55 14
Hannöversche Aids-Hilfe	(07 00) 44 53 35 11
Telefonseelsorge	(08 00) 1 11 01 11
Epilepsie-Beratung	8 56 50 25
Selbsthilfegruppen (Kontaktstelle)	66 65 67
Krisenberatung Mädchenhaus zwei 13	3 00 58 72
Frauenhaus Hannover	66 44 77
Frauen- und Kinderschutzhaus	69 86 46
Sorgentelefon Kinder und Jugendliche	(08 00) 1 11 03 33
Hörgeschädigtenberatung	8 38 65 32
Sehgeschädigtenberatung	5 10 42 18

NOTDIENSTE

Stadt Hannover:

Allgemeiner Notruf (Polizei)

110

Feuerwehr

112

Rettingsleitstelle

Krankentransport

1 92 22

Gift-Notrufzentrale (05 51)

1 92 40

Notfallsprechstunde (Zentrum)

11 61 17

Notfallsprechstunde (Nordstadt)

1 23 83 43

Kinderärztliche Notfallambulanz

81 15 33 00

Augenarzt

31 40 44

Zahnärztlicher Notdienst (alle Kassen)

31 10 31

Zahnärztl. Notdienst (alle Kassen)

6 42 48 08

Privatärztlicher Notdienst* Privatärztl. Akutdienst* (0 18 05)

1 92 57 30 45 05

Privatzahnärztl. Notdienst*

8 38 73 03

Zahnschmerz-Notdienst

2 61 42 10

Schwangere in Not (08 00)

6 05 00 40

Notruf für vergewaltigte Frauen

33 21 12

Tierärztlicher Notdienst

65 51 18 21

*Keine Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen

TECHNISCHE NOTDIENSTE

Pannenhilfe des ADAC (0 18 02)

22 22 22

Pannenhilfe des ACE (0 18 02)

34 35 36

Pannenhilfe des AvD (08 00)

9 90 99 09

Deutsche Telekom (08 00)

3 30 20 00

Stadtwerke (Gas)

4 30 41 11

Stadtwerke (Strom)

4 30 31 11

Stadtwerke (Wasser)

4 30 51 11

Stadtwerke (Fernwärme)

4 30 32 11

Stadtwerke (Straßenbeleuchtung)

4 30 31 12

Installateure, Heizung, Sanitär

84 10 10

Elektro-Notdienst

1 31 66 91

Noch mehr Jobs in und um Hannover finden Sie hier:

www.jobsfuerniedersachsen.de

Jobs für NIEDERSACHSEN

Zwischen Krisen, Krieg und knappen Kassen

SO KLINGT MUSIK MADE IN HANNOVER: 20 Künstlerinnen, Künstler und Bands, die man aus 2023 in Erinnerung behalten sollte

HANNOVER. Vorsichtige Schätzung: Musikerinnen und Musiker aus und in Hannover haben im Jahr 2023 mindestens 600 Songs komponiert, aufgenommen und meist bei den gängigen Streamingplattformen veröffentlicht. Am Stück gehört ergibt das einen Soundtrack von 48 Stunden Länge (ohne Schlaf und Pausen). Und der ist gut! Und er klingt von Jahr zu Jahr elektronischer und geht weg vom (nie ganz zutreffenden) Klischee der Rock-Hauptstadt Hannover.

Ein wichtiger Motor für Wandel und Erneuerung und Voraussetzung für die Qualität sind dabei die Studiengänge für Pop und Jazz der Musikhochschule Hannover. Zum Tragen kommt dabei, dass dort nicht nur Virtuosität und Produktionstechnik gelehrt wird, sondern Absolventinnen und Absolventen der Raum gegeben wird, die eigentlich Essenz von Pop zu entwickeln: Das Sagenswerte zur Zeit so mit Musik zu sagen, dass das Publikum es hören will – und Konzerttickets kauft.

Diese Newcomer-Liste stellt keine Charts nach objektiven Maßstäben dar. Sie ist kein Streaming-Wettbewerb, sondern ein Countdown von persönlichen Lieblingsliedern des Autors.

20 Remote Bondage: „Vulvarine“

Die hannoversche Bassistin Louise Peyk spielt eine Hauptrolle beim Punk-Rock-Sound. „Vulvarine“ ist eine feministische Anleitung zum (sexuellen) Glückselin. Tipp: „Remote Bondage“ im Internet sucht, löscht danach die Browser-History, sonst zeigt die Suchmaschine „exotische“ Werbung.

19 Steintor Herrenchor: „Eine Woche“

Neue Neue Deutsche Welle mit Post Punk und Synth-Wave. Aggressive Sanftmütigkeit und dringliche Zögerlichkeit verdichtet im Zeitgeist-Nachbrenner. Und was für ein Bandname!

18 The Planetoids: „Back in Time“

Die Planetoids waren 2023 schwer beschäftigt. Bilanz: Gelbe Bühnen-outfits, ein Remix-Album über aerodynamische Kühe, eine EP mit der südafrikanischen Sängerin Namakau Star und eigene neue Songs. „Back in Time“ klingt so, wie der Titel es verheißt – und doch zukünftig.

17 Sobi: „Taliṭha, Wake Up“

Sobi arbeitet neuerdings mit der Berliner Produzentin Charlie McClean zusammen (vorher: Silbermond-Produzent Helge Preuß). In ihren Songs weht frischer, aber immer noch schmeichelnd warmer Sommerwind. Das Album „Beloved Child“ erscheint im Februar, das Release-Konzert im Lux ist am 23. März (Karten gibt's schon). „Taliṭha, Wake Up“ ist ein Appetizer.

16 Jonatan Morgenstern: „Rimski's Piano“

Nicht vergessen: Hannover ist auch immer noch eine Jazz-Stadt. Pianist Jonatan Morgenstern hat mit seinem Trio (Bass: Josh Ginsburg, USA, Drums: Diego Pinera, Uruguay) das Debüt-Album „Aguazul“ veröffentlicht. Anspieltipp: „Rimski's Piano“.

15 Tillmann Bross: „Beautiful Failures“

Der Sänger, Pianist und Gitarrist Tillmann Bross hat über die Jahre Songs geschrieben, mit denen er eigentlich nie etwas machen wollte. Im Frühjahr 2023 hat er



Die Band Margarita & the Boys veröffentlicht das Album „Back to Bloom“. Foto: Fabian Siefert

gedrängt von Freunden das Balladen-Album „Songs Long Gone“ mehr oder weniger stillschweigend veröffentlicht. Ein Glücksfall wegen Perlen wie „Beautiful Failures“.

14 Tudo Azul: „Tico-Tico no Fubá“

Der zweite Jazz-Song dieser Liste: Tudo Azul, die Band um Drummer Chris Witz und Sängerin Carolina Sulczynski, holt mit Brasil-Jazz einen Hauch von Ipanema an die Leine. Bester Einstieg in das famose Album ist die Tudo-Azul-Version des Genre-Klassikers „Tico-Tico no Fubá“.

13 Crewkid/Somervail: „Schoen“

Crewkid (Mathias Müller) ist Rapper bei der Band Passepartout (siehe unten), hat aber mit Produzent Somervail nebenbei das Kurzalbum „Metaworse“ veröffentlicht. Die gewohnt scharfzüngigen Raps mischen sich mit Hip-Hop-untypischen Electro- und Dubstep-Sounds. So was wie „Schoen“ hatten wir aus Hannover noch nicht.

12 Isabelle Gebhardt: „Appletree“

Isabelle Gebhardt liefert mit dem Album „Isabelle“ und Songs wie „Appletree“ den perfekten

Soundtrack fürs Picknick im Georgengarten oder ein Kioskbier auf der Dornröschenbrücke. Die Songs kommen ohne gewollte Coolness aus, sind aber nicht uncool, sie sind schwermütig, aber nicht belanglos.

11 Ruben Dietze: „1000 Bar“

Ruben Dietzes Album „Comfortzone“ ist technisch gesehen zwar „Electro“, klingt aber gar nicht so. Der Sänger, Komponist, Produzent und Klangsammler schreibt Songs, die mindestens bewegend oft sogar tanzbar sind und trotzdem Platz für Lyrik von urbaner Neo-Schlaueit lassen. Bester Album-Einstieg: „1000 Bar“.

10 Margarita & the Boys: „Part Of The Problem“

Die, die Hannovers Ruf als Rockstadt erspielt haben, sind inzwischen alle „Ü 50“. Jetzt wird das Genre aufgemischt: Sängerin Margarita Luisa Maposse und ihre Band Margarita & the Boys definieren mit dem Album „Back to Bloom“, wie Rock aus Hannover 2024 sein kann: jung, feministisch, artikuliert, brillant, bunt, kantig, klischeefrei, mehr Power als Pose. Endlich!

9 Rabea: „Kingdom“

Gitarre mit Gesang ist Singer-

Songwriter-Standard. Rabea weicht davon ab und begleitet sich bei ihren Konzerten mit dem Cello. Erhabenheit! Dieser merkwürdig diffuse Begriff passt hier. Rabeas 2023er-Album „Kingdom“ und der gleichnamige Titelsong gehen Meilen tief und weit und bleiben dabei doch radikal intim.

8 Hertzcasper: „Die letzte Zigarette“

Elo alias Hertzcasper ist eine der starken Stimmen in Hannovers aktuellem Soundtrack. Es gibt auf Streaming-Plattformen erst vier Songs – wie „Die letzte Zigarette“ –, aber noch kein Album. Trotzdem bemühen sich viele Bühnen der Stadt um Hertzcasper-Konzerte. Die Mischung aus Hip-Hop-, Soul- und Funk-Grooves mit Liedern über alles zwischen Kopf- und Herzschmerz ist eben kein Internet-, aber definitiv ein Bühnenphänomen.



Sängerin Joules the Fox veröffentlicht das EP-Album „If Time Is“. Foto: Laura Schepers

7 Joules the Fox: „Salamano“

„Salamano“ hört sich gar nicht so an, ist aber ein A-cappella-Song. Vielstimmig zwar, aber allein von Joules the Fox eingesungen (live geht das mit einer Loop-Station). Auf dem im Februar

veröffentlichten Album „If Time Is“ gibt es außer einem Piano im Titelsong und ganz wenigen weiteren instrumentalen Tupfern überhaupt nur diese Stimme. Und die trägt. Richtig weit.

6 Passepartout: „Haus in Flammen“

Hip-Hop plus Soul plus große Band mit Gebläse: Die Explosivität der Passepartout-Performances hat im Oktober erstmals im Capitol am Schwarzen Bären den Funken überspringen lassen – mit Songs wie „Haus in Flammen“. 2024 dann auf der Gilde-Parkbühne?

5 Michèl von Wussow: „Keine Angst vor der Zukunft“

Michèl von Wussow ist Hannovers Pop-Sonntagskind. Für ihn gehen kurze Karrieretüren auf, bevor er anklopft: bei „Inas Nacht“, im „MoMa“ (Morgenmagazin), als Support von Johannes Oerding und Silbermond. Anfang Oktober ist sein Song „Keine Angst vor der Zukunft“ erschienen – und quasi über Nacht überfällt die Hamas Israel. Passt der Song da trotzdem noch ins Jahr? Ja, jetzt erst recht.

4 Ottolien: „Querfeldein“

Jonas und Leonard Ottolien ha-



Sängerin Serpentin alias Johanna Kaiser veröffentlicht das EP-Album „Atta“. Foto: Fiona Kutscher

ben im Herbst ihr Album „Wir tun uns so gut weh“ vorgelegt. Das passt musikalisch ganz gut in die aktuelle Deutschpoplandschaft, aber die Texte sind deutlich schlauer als genreüblich. Große Gefühle meisterhaft in kleine Worte verpackt. Eine emotionale „Querfeldein“-Wanderung.

3 Joy Bogat: „Raise my Glass“

Nach der Babypause stehen im kommenden Jahr eine Deutschland-Tournee (23. März im Faust-Mephisto, Karten gibt's schon) und das Debütalbum „Fabric of Dreams“ (8. März) an. Einige der wundervollen Neo-Soul-Songs sind schon zu hören – zum Beispiel „Raise my Glass“.

2 The Driftwood Orchestra: „Wilderness“

Sänger und Gitarrist Stefan Püschel hat sich lange Zeit gelassen mit diesem Solo-Debüt: Im späten Herbst erschien nach der Premiere „Eat, Sleep, Die“ der Track „Wilderness“, und der ist für Hannover etwas Unerhörtes, der klingt so schön nach großer, weiter Welt. Der Song des Jahres aus Hannover?

1 Serpentin: „Innig“, „Herz geklaut“

Niemand in der Stadt singt so brutal ehrlich über die zerklüftete Topografie seiner Gefühlswelt wie Serpentin (Johanna Kaiser) in der Ballade „Innig“. Bedrückend, verstörend – und ein musikalisches Meisterwerk. Aber nicht so typisch für das Serpentin-Repertoire. Dafür stehen eher Songs wie „Herz geklaut“. Auch düster, aber mit drückenden, schnellen Indie-Electro-Beats befreiend tanzbar. Die Konzerte sind immer ein Erlebnis – Newcomerin des Jahres in Hannover!

ANZEIGE

Was tun bei brüchigen Nägeln?

Oft findet sich die Antwort in der Nährstoffversorgung!



Gerade jetzt in der kalten Jahreszeit sind brüchige Nägel ein Thema, das viele Betroffene beschäftigt.

Der Wechsel zwischen kalten Außen- und warmen Innentemperaturen macht den Nägeln zu schaffen. Sie trocknen aus, werden spröde und brechen ab. Hinzu kommt, dass die Kälte auch ihr Wachstum verlangsamt, wodurch die Nägel noch länger für die Regeneration brauchen. Wie kann man dennoch gegensteuern?

ALLTAGSTIPPS GEGEN BRÜCHIGE NÄGEL

So simpel es klingt: Handschuhe zu tragen, kann helfen, die Nägel zu schützen – und zwar sowohl vor der eisigen Kälte im Freien als auch beim Putzen im Haushalt. Schließlich können neben den oben genannten Temperaturunterschieden auch austrocknende Substanzen wie Putzmittel bzw. sogar Desinfektionsmittel den Nägeln zusetzen. Ein weiterer Tipp ist, Nagellacke zu nutzen,

die sich ohne Lösungsmittelhaltige Nagellackentferner wieder abbekommen lassen. Denn solche Nagellackentferner ziehen den Nägeln wertvolle Feuchtigkeit und diese werden spröde.

Keine Empfehlung kann hingegen für sogenannte Nagelöle ausgesprochen werden: Im Gegensatz zur weitverbreiteten Meinung können diese nicht in den Nagel eindringen und ihn somit auch nicht regenerieren.

PROBLEMZONE: NÄHRSTOFF-HAUSHALT

Wer sich mit dem Thema auseinandersetzt, stößt auch immer wieder auf die Behauptung, dass ein Mangel an Vitaminen und anderen Mikronährstoffen für die brüchigen Nägel verantwortlich sein kann bzw. das Problem noch verstärkt. Tatsächlich ist es so, dass bei einem Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt zufriedenstellende Ergebnisse ausbleiben – ganz egal wie

intensiv man die Nägel von außen pflegt. Auch Experten sind sich einig: Die Zufuhr der richtigen Nährstoffe ist eine der erfolgversprechendsten Optionen bei brüchigen Nägeln. Diese gelangen über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo Zellteilung und Regeneration stattfinden. Sie unterstützen somit genau dort, wo es am effektivsten ist. Doch welche Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sollte man nun konkret einnehmen?

QUAL DER WAHL

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für Betroffene nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen.

Umso vertrauenserweckender ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen. So empfehlen 2 von 3 der österreichischen Apotheker Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.* Es enthält eine ausgewogene Zusammensetzung essenzieller Nährstoffe für ein gesundes Nagelwachstum; darunter etwa

- **Silizium** (aus Goldhirse und Kieselerde) als wichtiger Bestandteil fester Nägel. Das Spurenelement trägt auch zur Elastizität bei, was gerade bei spröden Nägeln wichtig ist.

- **Natürlicher Schwefel** (oft als „MSM“ abgekürzt) befindet sich von Natur aus im Körper und ist ein Strukturelement der Nägel. Steht nicht ausreichend davon zur Verfügung, werden sie brüchig.

- **Biotin** zur Erhöhung des Keratin-Anteils im Körper, der ebenfalls die Nägel festigt.



„Ich habe schon viel ausprobiert, da meine Fingernägel immer absplittern und sich regelrecht abgeblättert haben. Endlich wachsen sie normal und sind richtig kräftig geworden.“

Johanna S. (42)**

Seit Kurzem sind die Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten nun auch in Deutschlands Apotheken erhältlich und begeistern schon über hunderttausend Anwender dank spür- und sichtbarer Ergebnisse.

GEDULD ZAHLT SICH AUS

Da die Nägel mehrere Monate Zeit benötigen, um sich vollständig zu erneuern, sollten die Mikronährstoffe zumindest über 8-12 Wochen hinweg eingenommen werden, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen. Dafür gibt es Dr. Böhm® Haut Haare Nägel jetzt auch in der attraktiven 3-Monats-Packung zum Preis von nur zwei einzelnen Monatspackungen. Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach.

Jetzt sparen!

2+1 GRATIS

Dr. Böhm®
Haut Haare Nägel
Schönheitskur

Nährstoffe für schöne Haut, volles Haar & feste Nägel!

Biotin und Zink für normale Haut und Haare
Selen und Zink für normale Nägel sowie MSM
Plus Goldhirse-Extrakt & Kieselerde

Nahrungsergänzungsmittel
180 Tabletten

2+1 GRATIS
3-MONATS-KUR
3 Packungen zu 60 Stk. = gratis

3-MONATS-KUR

3 Packungen (à 60 Stk.) zum Preis von 2 Packungen.

Gültig solange der Vorrat reicht.
Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur
Für Ihren Apotheker. 180 Stk. **PZN 18851135**

► STELLENMARKT

Kommissionierer / Lagermitarbeiter gesucht! (m/w/d) Sie sind unzufrieden in Ihrem Job? Sie suchen eine neue Herausforderung? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Unbefristeter Arbeitsvertrag! Unterstützen Sie uns bei der Kommissionierung von Drogerieartikeln in der Region Hannover bei unserem Kunden! Egal ob Voll- oder Teilzeit, 2- oder 3 Schicht! Wir bieten eine attraktive Vergütung ab 13,80 Euro / Stunde, Staplerfahrer mehr! Melden Sie sich jetzt und starten Sie gemeinsam mit uns durch! **Randstad Inhouse Services, Isernhägener Str. 16, 30938 Burgwedel, Alexandra Gürtler, ☎ 05139-977990, ✉ alexandra.guertler@randstad.de**

Arbeitslos?

Führerscheinförderung zum LKW- oder Busfahrer durch die Agentur für Arbeit oder das JobCenter möglich. Wir vermitteln Ihnen kostenlos einen Arbeitsplatz. **www.bvzjanik.de ☎ (01 70) 3 12 89 93 oder ☎ (0 50 41) 77 66 46**

Reinigungskraft H-Nord, Mo-Fr. 8.00-9.30 ☎ 612101

Gelernter Fliesenleger sucht Arbeit ☎ 0160/97739654

Suche Maler in VZ/TZ od. 520-€-Basis, gerne auch Rentner, ☎ 0157/85079888

Su. MA für Datenaufnahme/-erfassung (m/w/d, Std. 30€) ☎ (01 76) 50 41 03 41

Pflegefachkraft

in Teil- oder Vollzeit für ein familiär geführtes Alten- und Pflegeheim in Laatzen gesucht. **Verein Für Erste Hilfe e.V. ☎ (0 51 1) 98 39 90**

Kraftfahrer/in CE, nat./int., VZ/TZ gesucht - leichte Tätigkeit auch für Rentner/in ☎ (01 78) 2 18 31 21

Revierfahrer (m/w/d) ges. Bewerbungen von Mo-Do 10-16 Uhr Firma Technoplan, Günther-Wagner-Allee 5, 30177 Hannover oder ✉ info@technoplan-hannover.de oder ☎ (05 11) 69 60 00 26

www.drk-jobboerse.de

Raumpflegerin, 11-15 Uhr, nur Samstag. Tel. 0511/ 612-101

► STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Putzfrau mit Erf. sucht Stelle im Privat-Haushalt. ☎ (01 55) 10 92 43 86

► STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL

List Dessauerstr. Perle für unsere Raumpflege gesucht. Möglichst Anfang d. Wo. und Freitagvormittag. Neugierig? Wir freuen uns auf Ihren Kontakt. ☎ 0 17 17 43 34 33

Putzfrau gesucht von Privat für 3Std. pro Woche in Hann.-Bemerode. Tel.: 0171-8307855

► STELLENGESUCHE HAUSPERSONAL

Erfahrener Fensterputzer sucht Arbeit priv. Haushalt, Büro. ☎ 0177/1477987

► STELLENANGEBOTE MINIJOBS

Fahrer gesucht Die Stiftung zum Heiligen Geist wächst und sucht ab sofort einen zuverlässigen Auslieferungsfahrer vormittags, um Einrichtungen mit Mittagessen zu versorgen. Arbeitszeit (TZ, GfB) kann frei vereinbart werden. FS nur Klasse B, Vergütung angelehnt an TVÖD. Besonders geeignet für Hausfrauen & Rentner Montag ab 08 Uhr 0511 / 89 599 113 oder info@das-stift.org

Hausmeister (m/w/d) für kleines Hotel, Minijob-Basis, 2x/Wo., gern auch Rentner gesucht. ☎ (01 71) 3 36 19 41

Zimmermädchen (m/w/d) auf Minijob-Basis oder TZ für kleines Hotel im Zoo- viertel ab sofort gesucht, vormittags. ☎ (01 71) 3 36 19 41

Putzhilfe (w/m/d) für Familien aus Kirchrode & Misburg gesucht. Jeweils 3-4 Std./Woche. Minijob. Kontakt über pme Familienservice ☎ 0511-7002000. hannover@familienservice.de oder https://betreuung.familienservice.de/

► STELLENGESUCHE MINIJOBS

Ich helfe Ihnen im Haushalt, beim einkaufen oder bei der Gartenarbeit. ☎ (01 75) 9 66 90 30

► PFLEGE, BETREUUNG GESUCHE

Gute Seele für liebenswertes, älteres Ehepaar zu Pflege und Alltagsvorsorge gesucht. - Gute Bezahlung - ☎ D 348 515

► EIGENTUMSWOHNUNGEN VERKAUF

2 Zi.-ETW, 61m²

H. Badenstedt, top Zustand, 1. Etage, Bk., EBK, Carport (abschließbar), von privat, per sofort verfügbar, a la couleur für Single und Partner, günstig, VB 165.000€ ☎ (01 52) 05 20 16 79

► IMMOBILIENMARKT GESUCHE

SUCHE HAUS auch sanierungsbedürftig und älter oder zum abreißen. ☎ 01 76 86 09 98 68

Wir kaufen Immobilien, auch renovierungs- und sanierungsbedürftig. Makro Management GmbH - 05102 8939132 3138381, 3202623

Wohnung zum Kauf Finanziell abgesicherter Ingenieur sucht eine 1-4 Zi. Wohnung oder ein Einfamilienhaus, gerne renovierungsbedürftig, zum Kauf für die private Altersvorsorge. ☎ (01 73) 9 89 54 53

► BAUGRUNDSTÜCKE GESUCHE

SUCHE Baumöglichkeit ab 400qm. Abschnitt vom Garten, Abirss .2. Reihe, Resthof, o.ä. ☎ 01 76 15 41 63 72

► HÄUSER VERMIETUNG

Haus m. gr. Garten in Moraira Costa Blanca, langfristig zu verm., ☎ (0 53 31) 6 25 99

► 3-ZI.-WHG.-VERMIETUNG

3-ZW, 75m², Frielingen, 1. OG, frei ab 01.03.24, ☎ (0 51 31) 5 33 11

► ALTERSPENSIONEN VERMIETUNG

Garbsen Frielingen 3 Zi.-Whg mit moderner Einbauküche. BJ 2023. Bad, Balkon, Aufzug, Abstellr. Tel: (0511) 36736 1004

► WOHNUNGSMARKT GESUCHE

Suche kl., ruhig gelegenes Häuschen (DHH, Einliegerwhg. o.ä.) im Raum Hannover u. Umgebung. Habe einen sicheren Arbeitsplatz u. keine Schufaerträge. Ich wäre eine ruhige, zuverlässige u. hilfsbereite Mieterin u. freue mich auf Ihren Anruf. ☎ 0162/6884800

Suche 2,5-3 Zi.-Whg., Raum Laatzen-Oesselse, EG, mit Bk., max. 700€, bin Rentner u. Witwer. ☎ (0176)66899432

► MESSEZIMMER GESUCHE

Zimmer gesucht Wochenendheimfahrer, Nichtraucher suche Zimmer oder kleine Wohnung für mehrere Monate , ab 22.Januar 2024 für ca. 450€ Monatlich in den Stadtteilen Herrenhausen , Stöcken ,Seelze oder Garbsen ☎ + 49 17 38 06 36 87

► HANDWERKER / BAUBEDARF

Firma GSR Hannover **Wir legen Sie trocken!** Hochwasser! Keller auspumpen, Trockenlegungen, Drainagenarbeiten, Horizontalsperren, Abdichtungen und Sanierungsarbeiten jeglicher Art und innen und außen, Gebäudesanierung GSR Hannover hat Termine frei. ☎ (05 11) 67 43 47 37

► DACHDECKER

Dachdeckerarbeiten, 30 % Neujahr-rabatt, Steil- u. Flachdach Reparaturen aller Art sowie Dachrinnenarbeiten. Firma Meyer. ☎ (0152) 3133 9573 Kleinflick und Rinne 0511/44497279

► ENTRÜMPELUNG

www.ihr-helferchen.de Die faire **Haushaltsauflösung & Entrümpelung. Vom Keller bis Dach. Mit fairer Wertverr. Wir arbeiten gründlich, besenrein & diskret. ☎ 0511/12271851**

www.allesweg24.de Der Fachbetrieb für Entrümpelung und Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung. ☎ 0511/499495

www.aktasderpacktdas.de Haus & Wohnungsaufösungen, seriös & besenrein, Umzüge/Transporte, uvm. schnell u. zuverlässig. ☎ 0511/5347369

Entrümp. & Kleintrans. (0163) 9134970

Entrümp./Auflös./Ank. (0511) 1327712

► FLIESENLEGER

Fliesenverlegung ☎ 0160/977 396 54

► GÄRTNER

Gartenarb. inkl. Ents. 0511/96774765

Gartenpflege aller Art, Baum- und Heckenschnitt. ☎ (0162) 8982409

Pflasterarbeiten aller Art ☎ (01 57) 78 71 32 64

Gartenpfl. inkl. Ents. 05102/7370745

► HEIZUNG

Kessel-Thermenerneuerung, Rep.- u. Wartung, ☎(0511)5435160 Klimatherm

► MALER, TAPEZIERER

Für Senioren bequemes Renovieren. Wir gestalten Ihre Wohnung, räumen aus u. ein, hinterlassen ein saub. Heim. **Malerbetrieb Gebr. Maikowski GbR, www.seniorenmaler.de (0511)-314441**

Tapetisieren u. streichen, Termine frei! Fa.Hasani 0511 2281020, 0177 5874281

► POLSTERMÖBEL- / TEPPICHREINIGUNG

Fa. Schmeißer ☎ (05 11) 60 44 499

► SANITÄRINSTALLATEURE

Fa. Bad & Wärme Badsanierung kompl. Sanitär/Heizung und mit unseren Partnern: Elektro, Fliesen, Innenausbau. **Wir renovieren und sanieren nahezu staubfrei. ☎ (05 11) 6 47 90 83**

► UMZÜGE

Umzüge mit Tischler ☎ (05 11) 74 10 47

Umzüge, Entr., Transp. 0511/71657401

► VERKAUF ALLGEMEIN

www.teppichhausgermania.de Wäsche, Reparatur, An- und Verkauf **Hans Strauss ☎ (05 11) 76 80 32 43**

► ANKAUF ALLGEMEIN

Sammler sucht gebrauchte HiFi-Stereo-Geräte und Schallplatten, ☎ (01 70) 3 61 03 67

Achtung großer Ankauf !!!!! Abendgarderobe, Pelze, Leder, Trachten, Kristall, Porzellan, Silber, Zinn, Bernstein, Möbel, Kunst u. Krepel, zum fairen Preis. ☎ (01 52) 15 23 78 11

Kaufe Omas Geschirr, Möbel Gläser ☎ 0511/4581945 oder 0162/8624379

Modellbahner suchen Eisenbahn & Zubehör. Anlage oder Sammlung. Auch Modellfahrzeuge usw. ☎ 0 17 57 77 44 99

Sammler kauft Fotoapparate, Ferngläser, Münzen ☎ (01 62) 5 48 76 94

Sammler zahlt Höchstpreise für Militaria, Pelze, Schmuck, Gemälde, Streichinstrumente, Bestecke, Zinn, Uhren, Münzen ☎ (01 63) 4 53 63 49

Waffen-Sammler mit Erwerbsberechtigung sucht: Schreckschuss, Luft & Vorderlader, Deko Salutwaffen, auch Nachlässe ☎ (01 76) 96 45 42 33

KAUFE ORDEN SÄBEL HELME, UNIFORMEN, BAJONNETTE, VORDERLADER, FOTOALBEN usw. Hr.Röhl Tel.05102/739927

Flipperautomat Suche Flipperautomaten aus den 60/70/80/90er Jahren. Zustand egal, gerne alles anbieten. 01523 3602679 mgm809@gmx.de

► VERSCHIEDENES

Betreue Ihren kleinen Hund. ☎ (05 11) 89 80 62 71

Wassergrundstück Familie, Kinder 2 und 6, sucht Wassergrundstück an Leine oder Kiesteiche in Hannover und Umgebung. Kauf oder Pacht. ☎ (01 52) 53 56 46 80

www.paarberatung-pjb.de

Rentner sucht Hilfe für den Verkauf meines Youngtimers, DB 160 A, Vollausstattung, Autom., schwarz, guter Zust., kein TÜV ☎ (01 57) 34 95 94 32

Pummelchen, 62J. Ein unvergessliches Erlebnis, kein GV, ☎ 0152/18209531

► VERANSTALTUNGEN ALLGEMEIN

SKAN-CLUB 60plus	GOLDENE OSTSEEKÜSTE Morada RESORT KÜHLUNGSBORN	8-Tage-Seniorenreisen
Direkt am Kühlungsborner Ostseestrand verwöhnt das MORADA Resort Kühlungsborn seine Gäste mit komfortabel ausgestatteten Zimmern, stilvollen gastronomischen Einrichtungen, Hallenbad, nostalgischer Leseecke u.v.m.		
LEISTUNGEN	TERMINE 2024	PREISSTURZ!
• Fahrt im Fernreisebus mit WC und Getränkeservice • 7 Übernachtungen in Zimmern mit DU/WC und Bademantel inkl. Halbpension • Galabuffet sowie Mecklenburgisches Spezialitätenbuffet (im Rahmen der Halbpension) • Maritimer Abend • Kostenlose Nutzung des Hallenbades • Kofferservice im Hotel nach Bedarf, WLAN und vieles mehr	28.01.-04.02. £ 888,- € 538,-	WINTERZAUBER 21.01.-28.01. € 395,-
	04.02.-11.02. £ 888,- € 538,-	DEM FASCHING ENTFLEHEN 11.02.-18.02. € 448,-
	18.02.-25.02. £ 818,- € 568,-	FRÜHLINGSERWACHEN 17.03.-24.03. € 495,-
	25.02.-03.03. £ 658,- € 628,-	OSTSEE-SAISONAUFTAKT 21.04.-28.04. € 595,-
	03.03.-10.03. £ 658,- € 628,-	
	10.03.-17.03. £ 878,- € 648,-	Während unserer Sonderreisen erwarten Sie besondere Leistungen wie Spezialitätenbuffets, Themenprogramme und inkludierte Ausflüge!
	24.03.-01.04. € 828,-	
	(Ostern, 9 Tage, DZ1: € 160,-)	
	01.04.-07.04. € 658,-	
	(7 Tage, DZ1: € 130,-)	
	07.04.-14.04. € 698,-	
	14.04.-21.04. € 698,-	

Pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension ab Euro **538,-**

Kein Einzelzimmerzuschlag! Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: € 150,- (Sonderreisen ab € 99,-)

Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,- pro Person! Keine Parkgebühren (bis Rückreise 25.02.; außer Sonderreisen) Kurtaxe wird vor Ort erhoben.

Buchung und Beratung bei einem Reisebüro Ihrer Wahl oder unter dem kostenlosen Kundenservice-Telefon: 0800-123 19 19 (täglich von 8 bis 18 Uhr)

Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH · Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel **www.seniorenreisen.de**

Bei Anzeigen, die unter Chiffre erscheinen,

können wir über Auftraggeber keine Auskunft geben.

Die Geheimhaltung des Auftraggebers ist jeweils verpflichtender Bestandteil des Anzeigen-Auftrages bei Chiffre-Anzeigen.

► ANKAUF PKW

Wir kaufen Dein Auto aller Art: Unfall, zu fairen Preisen Bernhardt GmbH ☎ (05 11) 3 52 22 27

Wir suchen ein Auto ab EZ. 2003 ☎ 01 57 87 98 31 35

► ANKAUF MOTORRÄDER

Kaufe Motorräder ☎ (0 51 21) 5 14 58 3

► CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

Su. dringend Wohnwagen od. -mobil auch rep.-bedürftig ☎ (0171) 3743474

The BEST of **Black Gospel**

So, 14. Januar 2024 **MARKUSKIRCHE**

Tickets an allen VVK Stellen online **www.bestofblackgospel.de**

► BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

Neuanfang symp. humov. Mann 55J./1,88/schl. su. nette schl. Sie für gemeinsame Zukunft ☎ 01 57 72 06 92 61

Er, symp., selbstständiger, sportl. Mann, Südländer, 55 J. alt, auf der Suche nach einer lieben Frau zum Urlaub, Tanzen, Freundschaft, ab 45 J. Freue mich auf SMS an ☎ (01 51)18 922 849

Vernachlässigter Ehemann 65 sucht ebensohche Sie um nochmal Schmetterlinge zu spüren logtime@web.de

Dagmar, 74 J., sorgsame Hausfrau u. vorzügliche Köchin, mit etwas vollbus. Figur. Ich bin diese Einsamkeit leid. Verbindet uns das gleiche Schicksal? Dann rufen Sie heute noch üb. PV an, ich könnte Sie mit meinem Auto besuchen u. mich vorstellen. ☎ **0176-34488463**

Er, 45 sucht sie für feste Beziehung. Habe Herz, Seele, Intelligenz und Loyalität. ☎ (01 70) 6 05 86 22

IMMER MIT DABEI!



Newsletter-Anmeldung unter: haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

Postzusteller (m/w/d) in Buchholz, Bothfeld Linden, Ricklingen

Wir Suchen Dich!

Wir bieten:

- eine persönliche Einarbeitung
- eigenverantwortliches Arbeiten
- ein tolles Team!

Kontaktinfos

Informiere und bewirb Dich unter **www.lokalboten.de** oder ruf uns einfach an unter **0800 1234 399**

CITIPOST hannoversche Allgemeine **Neue Presse**

WIR SUCHEN DICH ALS ZUSTELLER (M/W/D) LANGENHAGEN (TEILZEIT)

Von montags bis samstags verantwortest Du morgens zwischen 03:00 und 09:00 Uhr die Zustellung für Printmedien und Briefpost in deinem Bezirk!

Freu Dich auf einen **sicheren Arbeitsplatz und unbefristeten Arbeitsvertrag, eine persönliche Einarbeitung, einen Willkommensbonus und regelmäßige Teamevents**

SEI DER CHEF DEINER EIGENEN TOUR!

Du bist mindestens 18 Jahre alt und hast Lust in unser Team zu kommen? Dann bewirb dich unter **0800 1234 399 oder bewerbungen@zustell-logistik.de**

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: Björn Franz
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

Redaktion Hannover: Christian Kaufer
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme: Tel.: 0800/1 544 233*
*kostenlose Servicenummer

Verantwortlich für den Anzeigenteil: Patrick Bludau

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

Leserbefrie: 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 aufgegebenen Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Erscheinungsweise: wöchentlich sonnabends, gemeldete verteilte Auflage lt. ADA: 305.245 Exemplare (Quart. IV/2022) Es gilt die Preisinformation Nr. 84 ab 01.01.2024

ADA
Auflagenkontrolle der Anzeigenblätter
BVDA
Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

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**

Meine Nachrichten. Mein NP-E-Paper. Meine doppelte Tablet-Freude.

Sichern Sie sich ein Tablet und die NP als E-Paper inklusive NP+. Dazu erhalten Sie ein zweites Tablet zum Vorzugspreis oder 100 € geschenkt.

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

Zweites Tablet zum Vorzugspreis oder 100 € geschenkt!

Neue Presse NP

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (rnd)

Regional
seit
1958

66
JAHRE

MÖBEL
HEINRICH

Wir feiern
JUBILÄUM



Kinderwelten



KINDERBETT, Dekor in Kreideweiß mit Absetzung in Eiche Nebraska NB., Liegefläche ca. 120x200 cm. Mehrpreis für Unterschiebebett, Schutzseiten, Unterschiebregal, Federholzrahmen und Matratzen. Ohne Deko. Art. Nr. 06390035 00

Jubiläums
PREIS

379.⁹⁹
638.-



+ Beratung
Ergo- &
Physiotherapie,
Glücksrad &
Kinderschminken.

Großer
**SCHULRANZEN
TAG**

Über 400
Ranzen, Taschen
& Rucksäcke für
jedes Alter!

Sa. · 13.01.2024 · 10 bis 16 Uhr
Filiale Bad Nenndorf · 2. OG

Mehr Infos unter
www.ranzenmaxx.de



SCHLARAFFIA®
Guter Schlaf. Gutes Leben.

DIREKT-BERATUNG

Filiale Bad Nenndorf
Fr./Sa. 12./13.01.2024

Feiern Sie mit!

3 GRÜNDE
zum Jubeln!

Alle Infos unter
www.moebelheinrich.de

Bis zu
66%
AUF MÖBEL UND KÜCHEN

Bis zu
66 Tage
KNALLER-PREISE

Bis zu
6.666€
GEWINNEN

1) Gültig vom 18.12.2023 bis 09.01.2024 auf Möbel und Küchen ab einem Einkaufswert von 50 Euro. Gilt nur für Neuaufträge, ausgenommen preisreduzierte Werbeware, mit Dauertiefpreis gekennzeichnete Ware inkl. Küchenzubehör und -geräte, Gartenmöbel, bereits reduzierte Ausstellungsstücke die in unserer Ausstellung gekennzeichnet sind, Letzte-Chance Artikel, Geschenkgutscheine und Möbel folgender Hersteller: Musterring, Gallery M, Schöner Wohnen, Joop, Henders & Hazel und Xoon. Ihren persönlichen Gutschein bitte ausschneiden und mitbringen. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. Art. Nr. 0996 1028 3) Teilnahmebedingungen online unter www.moebelheinrich.de/jubiläum | Ohne Deko. | Alles Abholpreise. | Alle Preise in Euro.

BAD NENNDORF
Auf dem Wachtlande 2
31542 Bad Nenndorf
Tel.: 05723 947 - 0
nenn@moebel-heinrich.de

ÖFFNUNGSZEITEN: Montag – Freitag: 10.00 – 19.00 Uhr | Samstag: 10.00 – 18.00 Uhr

HAMELN
Werkstr. 19
31789 Hameln
Tel.: 05151 6095 - 0
hameln@moebel-heinrich.de

KIRCHLENGERN
Lübbecker Str. 137 - 143
32278 Kirchlingern
Tel.: 05223 98505 - 0
kirchl@moebel-heinrich.de

Weitere Infos erhalten Sie
unter www.moebelheinrich.de

Folgen Sie uns:

MÖBEL
HEINRICH