

Hitzeschutz-
Maßnahmen

HANNOVER. In Hannover wird es zunehmend heißer, das zeigen sowohl Messungen als auch Prognosen für das Stadtgebiet. „Hitze ist das größte klimawandelbedingte Gesundheitsrisiko in Deutschland“, warnen die Initiatoren des bundesweiten Hitzeaktionstags 2025. Die Stadt Hannover bereitet sich deshalb vor.

KOSTENLOSE BROSCHÜRE

Jeder kann sich online unter hannover.de/hitze darüber informieren, wie man gut durch die heiße Jahreszeit kommt. Zum Beispiel gibt es dort Verhaltenstipps in Bezug auf Flüssigkeitsaufnahme und Ernährung, Kleidung und Lüften. Zudem ist zum Download die Broschüre „Große Hitze – was tun?“ zu finden, die alle Gesundheitstipps mehrsprachig und in einer Version für Ältere zusammenfasst.

TRINKWASSERBRUNNEN
UND KÜHLE ORTE

Der Bereich Soziale Hilfen in Wohnungslosigkeit hat im Rahmen der „Sommerhilfe“ mit dem Netzwerk der Wohnungslosenhilfe unterschiedliche Maßnahmen zur Unterstützung wohnungsloser Menschen in Hitzeperioden entwickelt. Unter anderem können Tunnelstationen der Üstra und die Marktkirche als kühle Orte aufgesucht werden. Möglichkeiten zum Trinken zu schaffen, ist besonders wichtig: So werden auch in diesem Jahr Edelstahlflaschen verteilt, über die Standorte der aktuell 20 Trinkwasserbrunnen der Stadt informiert und zusätzliche Trinkmöglichkeiten geschaffen. Die Standorte der Trinkwasserbrunnen stehen online auf hannover.de/LHH-Trinkwasserbrunnen-in-Hannover.

KLIMA-ANPASSUNG

Ein wichtiges Feld der Anpassungsstrategie sind die klimangepasste Stadtplanung und das klimangepasste Bauen. Nähere Informationen stehen auf hannover.de/klimawandelanpassung.

Geranien Markt

Sonn- und Feiertags
von 10 - 13 Uhr geöffnet

**Baumschule
Nötel**

Mo - Fr, 9 - 12.30 Uhr
Sa, 9 - 16 Uhr, So, 10 - 12 Uhr

**Beet- und
Balkonpflanzen** in riesiger Auswahl

**2x im Raum Hannover
Garbsen/Berenbostel**

Festplatz Berenbostel/Dorfstraße/Ecke am Hechtkamp
vom 9.4. - 25.6.2025

Weiterhin Kooperationspartner für Kundenberatung & Warenprüfung gesucht. Bei Interesse: notdienst@baumschule-nötel.de oder im Markt melden.

**Langenhagen
Handelshof am CCU/
Stadtbahn**
vom 9.4. - 21.6.2025

Parkplätze sind an allen Standorten vorhanden

Unsere 10-er-Träger

- Fuchsalien
- Dahlien
- Begonien
- Tagelies
- Verbänen
- Salben
- Petunien
- Alyssum
- Ageratum
- Margeriten

Geranien in verschiedenen Größen, Sorten & Farben

Tomatenpflanzen in verschiedenen Sorten und **Gemüsepflanzen** in verschiedenen Sorten

Machen Sie doch einen Blumenummel - es lohnt sich bestimmt

Hier finden Sie alles für Haus und Garten: Beet- und Balkonpflanzen, Ampelpflanzen, Baumschulpflanzen, Stauden, Tomatenpflanzen, Pflanzgefäße, Blumenerde, Gemüsepflanzen u.v.m.

So wird der Garten
hundefreundlich

Seite 7



Foto: Michal Petras / Pexels

Drachenboot-
Festival

HANNOVER. Es wird wieder getrommelt: Der Hannoversche Kanu-Club richtet zu Pfingsten sein traditionelles Drachenboot-Festival aus. Von Sonnabend, 7. Juni, bis Montag, 9. Juni, starten jeweils ab 9 Uhr die Rennen auf dem Maschsee. Es ist eines der größten Festivals seiner Art in Europa. Zuschauen ist gratis und Anfeuern erwünscht.

Teilnehmende
für Studie gesucht

HANNOVER. Ein Forschungsprojekt am Institut für Food and One Health der Leibniz Universität Hannover (LUH) untersucht, ob eine gezielte Anpassung der Essenszeiten die Schlafqualität verbessern kann. Im Fokus der deutschlandweiten Studie steht die sogenannte Chronoernährung – eine zeitlich begrenzte Nahrungsaufnahme, auch missverständlich als Intervallfasten bezeichnet. Teilnehmen können Menschen im Alter von 30 bis 65 Jahren, die aktuell unter schlechtem Schlaf leiden und bereit sind, ihre tägliche Essenszeit auf ein Zeitfenster von zehn Stunden zu beschränken und nach 20.30 Uhr keine Kalorien mehr aufzunehmen. Die Teilnahme, die von zu Hause aus erfolgen kann, umfasst eine vierwöchige Essenszeiten-Umstellung, Online-Fragebögen sowie die Abgabe von Speichelproben.

survey.uni-hannover.de/
index.php/861124

Stadt putzt die Nanas heraus

Sophie, Charlotte und Caroline bekommen neue Farben



Die Stadt macht die Nanas am Hohen Ufer wieder hübsch.

Foto: Andreas Voigt

HANNOVER. Sie heißen Sophie, Caroline und Charlotte. Und stehen seit 1974 am Hohen Ufer. Die drei bunten Frauenfiguren von Niki de Saint Phalle müssen hin und wieder aufpoliert werden, Wind und Wetter setzen dem beliebten Damen-Trio immer wieder zu. Jetzt ist es erneut so weit: Die Stadt lässt Sophie, Caroline und Charlotte aufarbeiten.

Die bekannten Wahrzeichen Hannovers werden zunächst gereinigt und die Farben dann nachkoloriert. Die türkisfarbene Skulptur Caroline lässt die Stadt zudem noch aufarbeiten, inklusive ihrer Schleifen. Deshalb ist sie aktuell eingerüstet.

FARBEN MIT DEM BÜRO DER
KÜNSTLERIN ABGESTIMMT

Was macht die Stadt genau? Anschleifen der Oberfläche, entstauben, entfetten, bearbeiten der geschliffenen Oberfläche und aufbringen einer Grundierung: Das sind im Einzelnen die Arbeitsschritte.

Die Nachkolorierung der Nanas erfolgt mit speziellen Lacken in den verschiedenen Farbtönen, angerührt nach Farbanalysen – „ermittelt und freigegeben

durch das Büro von Niki de Saint Phalle“, so Stadtsprecherin Susanne Stroppe. Vervendet werden die extra angefertigten Kontur-Schablonen, die von den Originalen abgenommen wurden. Die restliche Oberfläche wird mit Feinpolierpaste und Lackreinigern bearbeitet.

NANAS SIND SPÄTESTENS
ENDE JUNI GEPUTZT

Die Dauer der Arbeiten sind nach Angaben der Stadt abhängig nach Aufwand und sind abhängig von der Witterung. „Bis Ende Juni sollten die Arbeiten aber abgeschlossen sein“, so die Stadt. Die Gesamtkosten belaufen sich auf rund 35.000 Euro.

JUWELIER COHRS

Machen Sie Ihr Gold zu Geld! Bei uns zum Höchstpreis verkaufen.

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

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

Wir bauen um !

10.06.25 - 20.06.25

- Absolute Sicherheit und Diskretion
- Vier statt zwei Ankaufsplätze
- Verkürzte Wartezeit
- Gesicherter VIP-Raum
- Schließfachvermietung

Goldankauf Bott

Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069

LOKAL SHOPPEN

ZAHLT SICH AUS!

Gültigkeit: Juni / Juli 2025

WWW.PINC-APOTHEKEN.DE

**-15 %
RABATT***

**PINC
Apotheken**

*auf Ihren nächsten Einkauf und bei Vorlage des Coupons, ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Rezepturen, Bücher, Gutscheine, Dienstleistungen, Botendienstleistungen und unsere Sonderangebote. Code in einer der PINC-Apotheken vorzeigen.

ROSE APOTHEKE **EUROPA-APOTHEKE** **Die Ernst-August-Apotheke**

20%

**Rabatt auf Ihren gesamten
nächsten Einkauf.
Gültig bis 31.08.25**

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

**LEINE
APOTHEKE**

vor Ort:
Leine-Center Laatzen
Hauptbahnhof Hannover
Ernst-August-Galerie Hannover
Misburg - Waldstraße 1

Neu:
Kronsrode - Kattenbrookstrift 163

online: www.LeineApotheke.de
Code „SOMMER“.

Tobas silberner Abgang

Sein letzter Auftritt: **TURNSTAR AUS HANNOVER** glänzt bei der Europameisterschaft in Leipzig am Reck

Bei seiner Ehrenrunde sah die Hallendecke wie ein Sternenhimmel aus. Zum Lied „Time to say Goodbye“ schritt Andreas Toba durch die Leipziger Arena. Der strahlendste Himmelskörper schien seine Silbermedaille zu sein. Hannovers Turn-Star lachte, schüttelte ungläubig den Kopf, wischte sich die Tränen weg nach seinem großartigen Reck-Finale. „Ich bin überwältigt, das war jetzt alles viel zu viel“, sagte Toba. Bei der EM war der 34-Jährige vom TK Hannover zum Abschluss seiner internationalen Karriere zu Platz zwei gewirbelt. „Es hätte nicht großartiger enden können, alles hat gestimmt, es ist ein absoluter Traum“, sagte der Döhrener.

Sein DTB-Teamkollege Nils Dunkel hatte vorgelegt und fast schon sensationell EM-Gold am Barren geholt. Deutschlands Mixed-Europameister Timo Eder wurde Dritter. Aber die sechste Medaille der in Leipzig so erfolgreichen deutschen Riege sollte noch folgen.

Im Einzelfinale am Reck, am Königsgerät, legte der Litauer Robert Tvorogal als Erster gleich die Siegenote von 14,300 vor und beeindruckte damit die wartenden sieben Rivalen. Die beiden nächsten Turner stürzten, Tvorogal kam kein Konkurrent nahe, Toba war als Sechster dran.

Unter Anfeuerungsrufen ging der amtierende deutsche Meister an sein Lieblingsgerät. Seine Übung war fehlerfrei und sehr gut, er hatte den Schwierigkeitsgrad im Vergleich zur Qualifikation klar gesteigert. Der „Hero

de Janeiro“ landete sicher, machte keinen Schritt mehr. Das brachte den Bonus, die zusätzlichen 0,1 Zähler – und eben keinen Punktabzug mehr in dieser engen Konkurrenz. Toba stand einfach da, kniff ungläubig die Augen zusammen. Dann bekreuzigte er sich einmal mehr, wies mit dem Finger zur Decke.

Die Gesamtnote von 14,000 katapultierte Toba auf Platz zwei. Als dann Mehrkampf-Europameister Ardem Asil aus der Türkei als vorletzter Starter nur eine 13,633 bekam, war Toba eine Medaille nicht mehr zu nehmen. Asil, der in der vergangenen Saison für den TuS Vinnhorst in der Bundesliga geturnt hatte, gratulierte fair. Und zum Schluss kam der Franzose Anthony Mansard mit einer 13,966 nicht an Toba vorbei. War das die beste Reck-Übung seiner Karriere? „Auf jeden Fall war es die sauberste“, so Toba.

Dervierfache Olympionike gewann damit nach 2021 erneut Silber am Königsgerät – bei seiner zehnten EM. „Ich hab mir das aus ganzem Herzen gewünscht. Es ist unbeschreiblich, dass es für Silber gereicht hat“, sagte Toba.

Erste Gratulanten waren Trainer Adrian Catanoiu sowie TKH-Teamkollege Glenn Trebing, der wie Toba Tränen in den Augen hatte. Beide umarmten sich lange. Ihre Wege trennen sich nicht, Toba macht als Landestrainer für den Niedersächsischen Turner-Bund (NTB) weiter. Dessen Präsident Heiner Bartling lobte Toba als „Vorbild für eine ganze Generation von Turnerinnen und



Ein Dank geht gen Himmel: Andreas Toba ist ein sehr gläubiger Mensch. „Gott hat mir 30 Jahre lang geholfen, das alles zu erreichen“, sagt er.

Foto: IMAGO/Harald Bremes

Turnern“. Der stolze Vater Marius Toba, der unter den 5500 Fans war, sagte: „Wir haben wieder geschafft zu beweisen,

dass auf die Tobas Verlass ist.“ Schließlich ging Andreas Toba auf eine letzte Ehrenrunde, ließ sich noch einmal feiern. „Diese

EM war das Krasseste, das ich je erlebt habe. Ich danke Gott, dass ich 30 Jahre turnen konnte. Es ist der Sport, den ich so sehr liebe.“

Vize-Europameister Andreas Toba beginnt als NTB-Coach

Turn-Legende Andreas Toba war tatsächlich schon wieder am Reck. An dem Gerät, an dem der 34-Jährige vom TK Hannover bei der EM in Leipzig gerade erst Silber gewonnen hatte. Am Königsgerät. „Ging ganz gut, hätte ich gedacht“, sagte der „Hero de Janeiro“ und vierfache Olympionike. Seine internationale Karriere hat der zweifache Reck-Europameister zwar beendet. Aber am Samstag geht er noch einmal für den TV Wetzgau in der Bundesliga an die Geräte. Die Schwaben empfangen ausgerechnet den TuS Vinnhorst. „Es kann doch gar nicht besser sein“, sagte Toba.

„HERO DE JANEIRO“ STEHT WIEDER AUF DER MATTE

Nach seinen ersten Einheiten als Bundesstützpunkttrainer für den Nachwuchs am Olympia-Stützpunkt Hannover gab es einen Empfang des Niedersächsischen Turnerbundes und des TKH für Toba. Präsident Heiner Bartling würdigte den Döhrener „für dessen großartige Lebensleistung in seinem geliebten Sport“ und räumte ein, bei dessen EM-Triumph einige Tränen vergossen zu haben.

Es gab Geschenke und eine besondere Trophäe für die Turn-Legende – die allerdings nicht für die Vitrine daheim gedacht ist: Der „Toba-Talent-Pokal“ soll

künftig an junge Sportler gehen, die sich durch Leidenschaft, Engagement und Teamgeist um das Gerätturnen in Niedersachsen verdient machen. Eben das, was Andreas Toba und sein Vater Marius jahrzehntelang im NTB und TKH getan haben. „Wir haben den Vornamen daher bewusst weggelassen“, so Bartling. Erster Preisträger ist nun Andreas Toba.

André Kwiatkowski, Präsident des Landessportbundes, bezeichnete Toba als „Aushängeschild par excellence des DTB, NTB und des LSB“. Er habe mehrfach „vor dem Fernseher geheult“, wenn Toba in Aktion war. Es sind emotionale Tage.

Andreas Toba dankte allen Förderern und vor allem seinem langjährigen Trainer Adrian Catanoiu. „Wie ein zweiter Vater war er. Nur wir haben uns wahrscheinlich sogar öfter gesehen“, flachste der amtierende Meister am Reck, der eine Medaille mit dem deutschen Nationalteam mehrfach knapp verpasste. Zuletzt in Leipzig um nur 0,3 Punkte – an Toba hatte es nicht gelegen, er präsentierte sich stark und zeigte zum Abschluss die beste Reck-Übung seines Lebens. Nun macht er als Coach weiter und freut sich darauf. „Turnen ist mein Leben. Ich liebe es sehr und bin dankbar für all die Jahre. Nun gebe ich etwas zurück und will die Leidenschaft vermitteln“, so Toba.



Hahne Tagespflege
Heidehaus



Jetzt unverbindlich testen!

In Gemeinschaft schlemmen

Zu einem Besuch der Hahne Tagespflege gehören Frühstück, drei unterschiedliche Mittagsgespeise sowie Kaffee und Kuchen. Die Mahlzeiten bereitet unsere haus-eigene Küche für Sie zu. Überzeugen Sie sich bei einem **kostenlosen** Probetag!

Tel.: 0511 367 36-1003
hahne-tagespflege.de/heidehaus

★★★★★



BIRKENSTOCK

STOCK-SCHUHE

GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

33168401_002625

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.



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

6452101_002625

Wir suchen Verkäufer (m/w/d)



Fleischerei • Partyservice

Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24
fleischerei-heemann@t-online.de
Di., Do., Fr.: 8 - 12.30 Uhr u. 15 - 18 Uhr • Mi.: 8 - 12.30 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

Wir suchen Verstärkung!

33244101_002624

Drei Tipps, die Kinder vor dem Ertrinken schützen

Gerade kleine Kinder können schneller ertrinken, als man denkt – Eltern sollten ihren Nachwuchs im Wasser nie aus den Augen lassen

Wildes Fuchteln mit den Armen, lautes Schreien: Geht es um Ertrinken, dürften viele Eltern dieses Bild im Kopf haben. Dabei ist das Gegenteil die Realität: Kinder ertrinken still – etwa, weil sie mit dem Gesicht voran ins Wasser fallen und sich aus dieser Lage nicht befreien können.

Die gute Nachricht: Ertrinkungsunfälle können vermieden werden. **Dabei kommt es auf diese drei Sachen an:**

KINDER NICHT UNBEAUFSICHTIGT LASSEN

Das Kind spielt friedlich am Wasser – da kann ich doch kurz meine Nachrichten auf dem Smartphone checken? „Wir erleben sehr häufig, dass Eltern abgelenkt sind, kurz auf ihr Handy schauen“, sagt Andreas Paatz.

Er ist Bundesleiter der Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes. „Genau diese wenigen Sekunden reichen aber oftmals dafür aus, dass das Kind in eine Gefahrensituation gerät.“

Zum Beispiel, wenn das Kind beim Spielen stolpert und ins

Wasser fällt. Selbst das wenige Zentimeter tiefe Wasser am Ufer eines Sees kann dann lebensgefährlich sein. „Kinder können auch in einem kleinen Gartenteich oder in einem Pool mit 20 Zentimetern Wassertiefe ertrinken, wenn sie mit dem Gesicht



Vorsicht ist alles: Eltern sollten sich bei der Aufsicht ihrer Kinder nie ablenken lassen.

Foto: imageBROKER/Harald von Radebrecht

ins Wasser fallen“, sagt Alexander Paffrath, Leiter Einsatz der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG).

Das Kind im Blick behalten, lautet also das Motto. Sitzen mehrere Erwachsene auf der Picknickdecke am See, sollte man absprechen, wer gerade für die Aufsicht zuständig ist, rät Paatz. So lässt sich ausschließen, dass alle Beteiligten davon ausgehen, dass die jeweils anderen Kind oder Kinder im Blick haben.

NICHT AUF SCHWIMMLERNHILFEN VERTRAUEN

Schwimmreifen, -flügel oder -tiere sind beim Nachwuchs beliebt – und auch bei vielen Eltern. Sie gaukeln allerdings eine trügerische Sicherheit vor. „Schwimmflügel sorgen nicht

dafür, dass mein Kind ständig mit dem Kopf über Wasser bleibt“, sagt Andreas Paatz.

Schwimmhilfen können allenfalls helfen, wenn Eltern – gemeinsam im Wasser – das Kind nicht die ganze Zeit stützen wollen. Sie entbinden Eltern aber nicht von der Aufsichtspflicht, wenn das Kind am Ufer spielt oder im Wasser planscht.

BEIM SCHWIMMKURS ANMELDEN

Prävention ist die beste Rettung. „Sorgen Sie dafür, dass Ihre Kinder gut und sicher schwimmen können“, sagt Andreas Paatz. „Nutzen Sie die Angebote für Schwimmkurse.“ Die DLRG empfiehlt den Beginn der Schwimm Ausbildung im Alter von fünf Jahren, also in der Vorschulzeit.

Wie Kinder Schwimmen lernen – ohne Kosten

Gemeinsam mit der **NP** ist das Partnerprojekt Schwimmsommer am Start / Das Interesse ist groß

Die Schwimmoffensive der Region Hannover ist ein Erfolgsprojekt. Auch in diesem Jahr gibt es wieder kostenlosen Schwimmunterricht für Kinder in Hannover und dem Umland. – und das Interesse ist groß.

Die Temperaturen steigen, die Sommerferien rücken näher: Zeit, die Schwimmflügel auspacken. Damit der Sprung ins Wasser für Eltern nicht zum Albtraum wird, gibt es das Projekt Schwimmoffensive Hannover – mit Extrakursen im Partnerprojekt NP-Schwimmsommer. Innerhalb von drei Jahren haben dadurch bereits 10.000 Kinder in 900

Kursen schwimmen gelernt – ein echtes Erfolgsprojekt.

Um diese Zahl weiter zu steigern, gibt es auch in diesem Jahr den NP-Schwimmsommer mit weiteren 500 Kursplätzen in Hannover und im Umland. „Ich bin sehr stolz und glücklich, diese Kurse in einem so starken Netzwerk umsetzen zu können“, sagt NP-Chefredakteur Carsten Bergmann. „Der Bade-spaß soll für Familien keine unnötigen Grenzen haben.“

Die Initiative erfreut sich größter Beliebtheit, der Andrang ist groß. „Die Eltern sind schneller geworden in der Buchung und warten nicht mehr so lange“,

freut sich Leena Stratmann vom Turn-Klubb zu Hannover (TKH), sie leitet das Projekt. „Es sind noch Plätze frei, aber es wird langsam knapp.“ Gehrden und Hemmingen sind bereits ausgebucht, die Wartelisten füllen sich.

Schon vor der Corona-Pandemie war die Schwimmfähigkeit bei Kindern deutlich rückläufig. In den Schuleingangsuntersuchungen wurden schwere Defizite festgestellt, die sich mit dem Lockdown noch verschärften. Die Region Hannover reagierte, indem sie die Kooperation mit dem Stadtportbund Hannover (SBB), Regionsportbund (RSB) und TKH ins Leben rief.

Das Ziel: „Alle Kinder in der Region sollen unabhängig von der wirtschaftlichen Situation der Eltern Schwimmen lernen“, so der Initiator, Regionspräsident Steffen Krach (SPD). In diesem Sommer neu dabei sind die Landeshauptstadt Hannover und die Stadt Hemmingen.

Jetzt gilt es, sich schnell die letzten Plätze sichern, bevor es zu spät ist: Die Anmeldung erfolgt ganz einfach über folgende Seite: neuepresse.de/schwimmsommer25. Für Kinder bis zwölf Jahre ist die Teilnahme kostenlos.

Die Kurse finden überall in Hannover und im Umland statt. Für den NP-Schwimmsommer, ausgerichtet vom TKH, dem SSB,

dem CVJM und Waspo, stehen folgende Bäder zur Verfügung: Misburger Bad (21. Juli bis 10. August), Volksbad Limmer (23. Juni bis 1. August), Annastift in Bemerode (28. Juli bis 10. August), Buntbad in Hemmingen (7. bis 18. Juli), Delphi Bad in Gehrden (7. bis 18. Juli) sowie das Freizeit- und Bewegungshaus Abbensen, Wedemark (23. Juni bis 1. August).



Schwimmoffensive der Region Hannover: Tausende Kinder lernen kostenlos schwimmen – auch mit Unterstützung der NP.

Foto: Debbie Jayne Kinsey

Fürs Ehrenamt aus Alaska an den Annateich

Vor Jahren wollte der Amerikaner **MARK JOHNSON** (72) „nur“ Deutsch lernen: Nach vielen Sprachkursen in Schulen verbessert der Rechtsanwalt seine Kenntnisse nun anders – als Ehrenamtler in der Tagesförderstätte von Diakovere

Auf den Punkt genau platziert Yvonne Knothe (47) ein Glitzersteinchen auf dem Diamond-Painting-Bild, das vor ihr liegt. Das Motiv: Zwei Elefanten in der Savanne während eines Sonnenuntergangs. Die 47-Jährige nimmt mit einem speziellen Stift den nächsten Stein auf, heftet ihn aufs Bild. Mark Johnson (72) schaut ihr neugierig über die Schulter: „Ich könnte das nicht. Dafür muss man über Geduld verfügen. Und davon habe ich nicht viel.“

Der 72-Jährige hat dafür viel Empathie, Nächstenliebe und Wissensbegier aufzuweisen: Der Amerikaner kam extra aus seiner Heimatstadt Anchorage im Bundesstaat Alaska nach Hannover und arbeitet für einen Monat ehrenamtlich in der Kleefelder Diakovere-Tagesförderstätte. Die Gründe für sein Engagement sind vielfältig, wie uns der pensionierte Rechtsanwalt gerade in den sogenannten Tag-Werken an der Anna-von-Borries-Straße erzählt hat. Solche Tag-Werke sollen Menschen mit Behinderung Teilhabe am Leben in der Gesellschaft und am Arbeitsleben erfahrbar machen. Bei Yvonne Knothe wurde nach der Geburt eine spastische Tetraplegie diagnostiziert.

„Zunächst einmal ist da mein Großvater, der Deutscher war“, erzählt Johnson von dem Schiffskapitän Robert Marquardt, der 1889 oder 1890 in Lüneburg geboren wurde. Fest steht: 1910 hat er Deutschland verlassen und ist nach San Fran-

cisco an die US-Westküste gezogen. „Als Kind habe ich ein paar-mal die Sommerferien bei ihm verbracht“, erinnert sich Johnson. „Ein kräftiger Mann. Ernst, stolz, sehr deutsch.“ Deutsch geredet hat er mit seinem Enkel-kind allerdings nicht. „Er hat immer Englisch gesprochen, mit sehr starkem Akzent.“

Erst vor 30 Jahren packte es Johnson, seine Wurzeln auch sprachlich zu erforschen und er fing an, die Muttersprache seines Opas zu lernen. Dafür besuchte er diverse Sprachschulen in der Bundesrepublik, mal in Frankfurt, Schwäbisch Hall, Berlin. Manchmal hat er die Reisen mit seiner Frau gemacht, sie besuchten in den oberbayerischen Alpen den Schauplatz der G7-Gipfel aus den Jahren 2015 und 2022. „Schloss Elmau hat ein großartiges Spa, alles Spitzenqualität“, so Johnson lachend.

Sein aktueller Deutschland-Trip, es ist der 15., ist eine Sprachreise der besonderen Art. Über das Freiwilligenzentrum Hannover erkundigte sich Mark Johnson nach einer Möglichkeit, ehrenamtlich tätig zu werden und fernab von Vokabelheften und Schulbänken praxisnah seine Deutschkenntnisse weiter zu verbessern. „Nach so vielen Unterrichtsstunden wollte ich einen anderen Weg wählen.“

Das Freiwilligenzentrum vermittelte einen Kontakt zum evangelischen Sozialunternehmen Diakovere, genauer gesagt zu Agnes Wegwerth-Maiwald. Sie leitet die Tag-Werke. „Wir



**Bewundert ihre Geduld:
Mark Johnson und
Yvonne Knothe in der
Ideenwerkstatt der
Tag-Werke der Diakovere
in Hannover.**

Foto: Thea Marie Klinger

Behinderung, die Möglichkeit der Integration und Teilhabe auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt. Insgesamt sind 191 Plätze an den sechs Standorten vorhanden, aber längst nicht alle belegt: „48 Plätzen sind frei“, so Agnes Wegwerth-Maiwald von Diakovere.

Die Frage, warum ausgerechnet jemand aus den USA herkommt, um ehrenamtlich zu unterstützen, kann Mark Johnson nur schwer nachvollziehen: „Ich bin nicht wichtig. Anderen zu dienen, das ist wichtig. Es ist mir eine Ehre.“ Der 72-Jährige hilft beim Verteilen des Mittagssessens, macht Spaziergänge, erledigt Einkäufe, Berührungängste gibt keine – beideszeitig nicht. In seiner Freizeit erkundet er die Stadt, war als politisch interessierter Mensch sogar schon im Landtag.

Auch weitere Ausflüge hat er unternommen, in die Altmark nach Stendal sowie in den Harz. „Auf den Brocken habe ich es nicht geschafft, ihn aber gesehen.“ Vielleicht beim nächsten Mal: „Er kann gerne wiederkommen“, sagt nämlich auch die Beschäftigte Yvonne Knothe.

haben uns das erste Mal über Teams gesehen“, erzählt sie. Dafür hat sie sich am späten Nach-

mittag, Johnson frühmorgens vor den Computer gesetzt – zehn Stunden Zeitverschiebung liegen zwischen Anchorage und Hannover. Das Kennenlernen lief gut, die Verständigung ebenso. „Für uns war wichtig zu wissen, ob Herr Johnson sich vorstellen kann, Menschen im Rollstuhl zu betreuen.“ Konnte er, auch wenn er es vorher noch nie getan hat.

Es folgten Fragebögen, Formulare, bürokratische Faktenchecks – und schließlich die Flugreise nach Hannover. Warum eigentlich Hannover? „Ich kenne eine in Deutschland geborene Professorin in Alaska, die kurz

vor dem Mauerbau aus Berlin ausgewandert ist. Und die meinte, in Hannover wird das beste Deutsch gesprochen.“

Anfang Mai landete Johnson in Hannover, bezog sein Apartment im Heideviertel in der Nähe des Annateichs – alles übriges auf eigene Kosten. Drei Tage später trat er seinen Dienst in Kleefeld an. 23 Beschäftigte, so nennt die Einrichtungen die Menschen, die das Angebot nutzen und unterschiedlichen Tätigkeiten nachgehen, sind hier montags bis freitags anwesend. Es gibt drei Gruppen: Farb-welten, das Lädchen, eine Ideenwerkstatt. Diese Arbeits-welten bieten Menschen mit ho-hem Assistenzbedarf, meist sind es Menschen mit körperlicher

**Protect Home
Ameisen-Köder-
dose Natria 2
Stück**
Bekämpft Ameisen
zuverlässig und an-
haltend bis ins Nest

~~8.99~~
5.99
Unser
Top Preis
5.-
Stanze
Greencard Preis*

**Substral Ameisen-
mittel Granulat
zum Gießen und
Streuen 500 g Dose**
Ameisenmittel zur gezielten
Bekämpfung auf Terrassen
und Wegen

~~11.99~~
5.99
Unser
Top Preis
11.98 € / kg
5.-
Stanze
Greencard Preis*
10.00 € / kg

10 Golfische
rot, 4-6cm, Carassius
auratus auratus

~~24.99~~
14.99

Japan Koi
große Auswahl an
handselektierten
Japan Koi

ab 19.99

Weber Spirit E-210 Gasgrill

Zwei Brenner, punktgenaue
Hitze dank Snap-Jet-
Zündung, langlebige
Gusseisenroste und
Aroma-Boost durch
Edelstahl-Flavourizer
Bars. Mit praktischen
Seitentischen und Snap-On-
Zubehörsystem wird Grillen
noch smarter.

inkl.
Abdeckhaube
& FK BBQ Set
im Wert von
187,94 €

~~499.-~~
399.-

Viele weitere
Aktionsmodelle
lieferbar!

Hannovers größte Auswahl an Weber Grills!

Gutschein

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

**10%
Rabatt**
ohne
Greencard*

**15%
Rabatt**
mit Stanze
Greencard*

*Gültig bis 13.06.2025. Gilt nicht für Verlags-
erzeugnisse, Geschenkgutscheine, lebende
Tiere, Motorgeräte und Artikel von Weber.
**Der Greencard Preis ist nur in Verbindung
mit der Stanze Greencard gültig.

2 000001 347836

STANZE Mein Gartencenter

Lavendel
12er Topf

~~2.50~~
2.-
Unser
Top Preis
Stanze
Greencard Preis*

**Pfingsten ist
Blumentag**

13 - 16 Uhr geöffnet*
(Pfingstsonntag
und Pfingstmontag)

**Jetzt den QR-Code
scannen und in
der aktuellen
Beilage stöbern.**

PFLANZENSCHUTZ SEMINAR mit René Wadas

Rene Wadas ist regelmäßiger Gast in
Talkshows, mehrere Reportagen wur-
den bereits über ihn gedreht. Aufgrund
des großen Erfolgs beim TV Publikum

sendete der NDR sogar eine eigene
Serie über den beliebten Pflanzenarzt.
Unter dem Titel „gärtnern natürlich“
konnte Rene Wadas vielen verzweifelen
Pflanzenbesitzern in Norddeutsch-
land helfen. Die Sendung machte ihn
weit über die Sendergrenzen in ganz
Deutschland als kompetenten und lie-
benswürdigen Pflanzenarzt bekannt.

Erleben Sie den Experten live!

Am 14. Juni von 15 bis 17 Uhr gibt er im
Stanze Gartencenter wertvolle Tipps
zum nachhaltigen Pflanzenschutz, mit
einem Fokus auf Rosen.
Erfahren Sie, wie Sie Ihre Pflanzen
umweltfreundlich schützen können.

**Weitere Infromationen und die
Anmeldung** finden Sie unter:

[www.stanze-gartencenter.de/
veranstaltungen](http://www.stanze-gartencenter.de/veranstaltungen)

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

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. - Sa. 09.00 - 19.30 Uhr
So. 13.00 - 16.00 Uhr*

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

stanze-gartencenter.de

@stanzegartencenter

PREMIUM-PARTNER

Änderungen in Form, Farbe und Dekor vorbehalten. Es handelt sich ausschließlich um Abholangebote. Diese Anzeige ist ab Erscheinungsdatum 7 Tage lang gültig.
Abgaben in handelsüblichen Mengen. Bild-, Produkt- und Farbabweichungen sowie Preisirrtum vorbehalten. Alle Preise in Euro. Nur solange der Vorrat reicht!
*Verkauf an Sonn- & Feiertagen gemäß § 4 Abs. 1 Nr. 4a NLöfVZG.

32782302 002624

„Wie ein kleines oder großes Familientreffen“

Superstar der Generation Tiktok: **AYLIVA** im Interview über die Nähe zu ihren Fans, Verletzlichkeit und ihren Auftritt bei der N-Joy Starshow in Hannover

HANNOVER. Ihre Herbsttour ist nahezu ausverkauft. Ihren einzigen Festivalauftritt absolviert Ayliva am heutigen Sonnabend bei der N-Joy Starshow auf Hannovers Expo-Plaza. Im Interview spricht die 27-Jährige über Stärke und Verletzlichkeit, toxische Beziehungen und die Nähe zu ihren Fans.

Ayliva, vergangenes Jahr war ich bei einem Ihrer Konzerte in der ZAG Arena in Hannover und extrem überrascht, wie persönlich der Auftritt war, trotz der großen Kulisse. Wie wichtig ist Ihnen diese Nähe zum Publikum?
Mir ist die Nähe und der Austausch mit meinen Fans unfassbar wichtig, denn so fing überhaupt alles an. Damals durfte ich meine persönliche Geschichte mit ihnen durch meinen ersten Song „Deine Schuld“ teilen, und meine Community stellte sich nach und nach aus vielen Menschen zusammen, die ebenfalls ihre eigenen Geschichten erzählten. Ich möchte ihnen mit meinen Erfahrungen gute Werte für ihr Leben mitgeben. Oft steht man vor ganz unterschiedlichen Herausforderungen, und ich möchte ihnen helfen, besser damit umzugehen und ihnen eine gute Freundin sein.

Sie lassen sich buchstäblich ins Tagebuch blicken. Sind Songs für Sie auch eine Art

Tagebucheinträge, die helfen, Erlebtes zu verarbeiten?
Ja, ich habe dank meiner Fans das große Privileg, meine Kunst dafür zu nutzen, Erlebtes zu verarbeiten, zu heilen und daraus zu lernen. Wenn daraus wundervolle Songs entstehen, die dann auch anderen Menschen in ähnlichen Situationen helfen können und ihnen Trost und Halt geben, ist das für mich etwas ganz Besonderes. Musik hat so viel Kraft und begleitet uns in allen Lebenslagen.

Sie kehren nun nach Hannover zurück, im Herbst dreimal in die Arena, vorher aber noch auf die Expo-Plaza. Was sind für Sie die Unterschiede zwischen einem Solokonzert und einem Festivalauftritt?
Bei einem Festivalauftritt liebe ich es, unter freiem Himmel zu spielen. Ich genieße es, in all die glücklichen Gesichter zu schauen, und freue mich darüber, wie viel Spaß die Menschen haben. Besonders schön finde ich es auch, dass ich hier die Möglichkeit habe, meine Kunst einem neuen Publikum zu präsentieren. Das ist wirklich etwas ganz Besonderes. Auf einer Ayliva-Tour ist alles viel intimer. Hier sind die Menschen nur wegen mir und meiner Musik da. Es ist wie ein kleines oder großes Familientreffen, und ich möchte meiner Familie auf meinen Konzerten einfach etwas zurückgeben.

Sie spielen bei der N-Joy Starshow zwischen badmómzjay und The Chainsmokers – eine gute Gesellschaft?
Die Abwechslung der verschiedenen Künstlerinnen und Künstler sowie der unterschiedlichen Genres ist genau das, was ein Festival wie das N-Joy-Starshow-Festival so besonders macht. Auf diese Weise ist für jeden einzelnen Besucher etwas dabei. Ich selbst fühle mich hier in bester Gesellschaft und freue mich auch auf die Auftritte meiner Kolleginnen und Kollegen.

Sie sind bekannt geworden mit „Deine Schuld“, einem Song letztlich über toxische Männlichkeit, am konkreten Beispiel eines Ex-Freunds. Wie wichtig ist es, solche Erfahrungen öffentlich zu machen?
Offen über toxische Zustände zu reden ist meiner Meinung nach ein sehr wichtiger Bestandteil der Realisierung und Heilung dieser Situation. Ob man mit einer guten Freundin spricht, mit einem Therapeuten, einer Lehrerin oder eben mit einer Community im Internet: Ich möchte anderen Menschen zeigen, dass sie mit ihren Erlebnissen und Erfahrungen nicht allein sind. Und dass sie durch den Mut, ihre Erfahrungen zu teilen, Stärke gewinnen können, um aus dieser extremen Situation zu fliehen.

Und dann?
Jeder kann es schaffen, aus toxischen Beziehungen rauszukommen und wieder ein normales Leben in guter Gesellschaft zu erlangen. Dabei geht es nicht nur um Beziehungen zwischen zwei Menschen, die sich einmal

geliebt haben, sondern auch um geschäftliche Beziehungen, Freundschaften, Arbeitsverhältnisse und vieles mehr. Wenn etwas einem selbst nicht guttut, muss man lernen, loszulassen und sich davon zu trennen.

Ihre Lieder strahlen zugleich Stärke wie auch selbstbewusste Verletzlichkeit aus. Bedingt das eine das andere?
Ich glaube tatsächlich, dass beides sehr eng beieinander liegt und zusammengehört: Stärke und Verletzlichkeit. „Alles was dich bricht, macht dich stärker“, so sang ich es mal in meinem Song „Deine Schuld“. Tatsächlich glaube ich, dass hinter jeder fallenden Träne und nach all den schweren Tagen gute Zeiten warten. Ich glaube, dass man immer wieder lernt, stärker zu werden. Für mich sind diese beiden Seiten kein Widerspruch, sondern bedingen sich gegenseitig.

Sie haben einmal Lehramt studiert. Jetzt haben Sie ein zum Teil sehr junges Publikum, an das Sie sich sehr persönlich und achtsam wenden. Sind Sie womöglich immer noch eine Art Lehrkörper?
Das ist wirklich eine schöne Frage. Es ist witzig, dass ihr mich das ausgerechnet jetzt fragt, denn ich habe erst vor ein paar Tagen mit meinem Team genau darüber gesprochen. Wir haben uns vorgestellt, wie ich als Lehrerin wäre und wie ich unterrichten würde. Ich finde es so schön, dass ich mit etwas so Wunderbarem wie Musik auch etwas weitergeben und lehren kann. Vielleicht ist es sogar etwas, das man

so in der Schule gar nicht lernen würde. Aber ich würde mich eher als gute Freundin bezeichnen.

■ Die N-Joy Starshow mit Alle Farben, Esther Graf, Sophia, badmómzjay, Ayliva und The Chainsmokers beginnt am heutigen Sonnabend um 15 Uhr. Für Kurzentschlossene gibt es noch Tickets an der Tageskasse.



Ayliva steht heute auf der Bühne bei der N-Joy Starshow.
Foto: Län Philipp Le

UNSER PRODUKT
JUNI
DES MONATS

Ortho Reha Sanitätshäuser

WELTNEUHEIT
Push med Fußbandage FP
89,95 €
Nur im Einzelverkauf zur Selbstbehandlung, solange die Vorräte reichen.

UNENDLICHE WEITEN DER SCHMERZFREIHEIT!

Die **Push med Fußbandage FP** – die nächste Generation zur Behandlung von **Fasciitis plantaris**. Diese Bandage ist keine Science-Fiction: Sie stützt das Fußgewölbe, entlastet so die Plantarfaszie, lindert Schmerzen effektiv und bietet maximalen Komfort bei jeder Bewegung – auch auf Langstrecken-Missionen durch den Alltag. 🗨️ Logisch, dass Ihre Füße das lieben werden.

→ Entwickelt für den täglichen Gebrauch & sportliche Aktivitäten

→ Hoher Tragekomfort bei maximaler Bewegungsfreiheit

→ Spürbare Schmerzlinderung über den ganzen Tag

→ Effektive Entlastung nach dem Tape-Prinzip

→ Dünn und komfortabel wie ein Strumpf

→ beugt Fersensporn vor

Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!

Leinstraße 33	30159 Hannover	Tel.: (0511) 30 10 50
Rundestraße 5	30161 Hannover	Tel.: (0511) 388 833 43
Vahrenwalder Str. 62	30165 Hannover	Tel.: (0511) 31 76 53
Falkenstraße 1	30449 Hannover	Tel.: (0511) 44 21 77
Ziegelstr. 9	30519 Hannover	Tel.: (0511) 83 17 09

11 x in der Region Hannoverwww.teraskede

Diese Sperrungen kommen auf Hannover zu

Die Deutsche Bahn will 40 hochbelastete Bahnstrecken in Deutschland bis zum Jahr 2030 sanieren

HANNOVER. Auf Bahnreisende kommen in den nächsten Jahren massive Einschränkungen zu. Die Deutsche Bahn (DB) beginnt noch in diesem Jahr mit ihren geplanten Generalsanierungen. Mit diesem großen Infrastrukturprogramm sollen nach und nach hoch belastete Abschnitte des deutschen Schienennetzes zu Hochleistungsstrassen ausgebaut werden. „Mehr Qualität, mehr Pünktlichkeit und deutlich weniger Störungen der Infrastruktur“ erhofft sich die Bahn. Bei den Generalsanierungen werden laut Deutscher Bahn „alle erforderlichen Baumaßnahmen innerhalb einer Sperrung“ ausgeführt. Bis 2030 sollen so 40 Streckenabschnitte in ganz Deutschland saniert werden, darunter auch solche von und nach Hannover. Danach sollen „in der Regel für mehrere Jahre keine größeren Baumaßnahmen mehr erforderlich“ sein.

Auch in Hannover müssen sich Bahnreisende in den nächsten Jahren auf Einschränkungen einstellen. ▶ **2027: Lehrte–Berlin** Insgesamt 227 Kilometer der Schnellfahrstrecke zwischen Lehrte und Berlin will die Deutsche Bahn im Jahr 2027 sanieren. Dabei sollen unter anderem Gleise und Weichen ausgetauscht, „sowie mehrere Bahnhöfe modernisiert und aufgewertet“ werden. Die Schnellfahrstrecke zwischen Hannover und Berlin ist seit 1998 in Betrieb und ein wichtiger Teil der Ost-West-Verbindung zwischen Nordrhein-Westfalen und der Bundeshauptstadt. ▶ **2028: Nordstemmen–Göttingen** Diese Strecke kennen sicherlich viele, die schon einmal mit dem Metronom von Hannover in

Richtung Südniedersachsen unterwegs waren. Die Strecke durch das Leinetal wird aber vor allem vom Güterverkehr genutzt. Bis zu 170 Züge pendeln auf der kurvenreichen Streck. Im Jahr 2028 will die Deutsche Bahn hier 81 Kilometer ausbauen. ▶ **2029: Hannover–Hamburg** 189 Kilometer ist die Bahntrasse zwischen Hannover und Hamburg lang. Nicht nur für den Personenverkehr ist die Strecke von enormer Bedeutung. Auch der internationale Güterverkehr ist auf die Trasse angewiesen, denn sie führt direkt vom Hamburger Hafen weiter in Richtung Süden. Laut Bahn fährt „jeder vierte Güterwagen in Deutschland ab oder nach Hamburg“. Europas größter Rangierbahnhof Maschen liegt ebenfalls an der Strecke. 2029 steht zwischen Hannover und Hamburg die Generalsanierung an. Die Details werden laut Deutscher Bahn noch ausgearbeitet.

▶ **2029: Bremen/Rotenburg–Wunstorf** Die 129 Kilometer lange Strecke ist eine wichtige Verbindung für Pendlerinnen und Pendler zwischen Hannover und Bremen. Teilen müssen sich Nah- und Fernverkehrszüge die Trasse mit dem Güterverkehr. Züge verkehren hier in enger Taktung. Laut Bahn liegt der Abschnitt „auf zwei europäischen Güterverkehrskorridoren“. Zudem ist er eine Hauptverkehrsader „für den Seehafen-Hinterland-Verkehr aus Bremerhaven, dem JadeWeser-Port, Emden, Cuxhaven und Nordenham“. Und der Rangierbahnhof Seelze befindet sich auf der Strecke. Die Infrastruktur ist wegen der hohen Auslastung stark beansprucht. Die Bahn will im Jahr

2029 durch verschiedene Baumaßnahmen die „Betriebsqualität“ verbessern. ▶ **2029: Lehrte–Groß Gleidingen** Der Abschnitt zwischen Lehrte und Groß Gleidingen liegt auf der Verbindung zwischen Hannover und Braunschweig. Nicht nur für Pendler ist diese Strecke wichtig, laut Bahn verkehren hier auch viele Güterzüge zwischen Ost- und Westdeutschland. Güter- und Personenverkehrszüge müssen sich die Strecke teilen. Im Jahr 2029 sollen auf der 29 Kilometer langen Strecke zwischen Lehrte und Groß Gleidingen Oberleitungen saniert und das Stellwerk Groß Gleidingen erneuert werden. Dort soll die Technik erneuert werden, damit das Stellwerk laut Bahn „fit für die Zukunft“ werde. ▶ **Modernisierung Hauptbahnhof und ICE-Werk**

Pferdeturm Zu den Generalsanierungen auf den Strecken kommen zudem Maßnahmen an Bahnhöfen. So soll der Hauptbahnhof in Hannover ausgebaut werden, um dem geplanten Hochleistungsnetz gewachsen zu sein. Noch bis in diesen Sommer hinein – knapp zwei Jahre länger als ursprünglich geplant – dauert die Sanierung des ersten und zweiten Bahnsteigs. Parallel laufen die Arbeiten an den Bahnsteigen 3 und 4. Nach und nach sollen alle Gleise modernisiert werden. Die Bahn will bis Mitte der 2030er-Jahre zudem zwei zusätzliche Gleise bauen, um mehr Zugverkehr über abwickeln zu können. Die Planungen haben begonnen. Parallel laufen Sanierungsarbeiten an den Brücken rund um den Hauptbahnhof sowie Modernisierungsarbeiten am ICE-Werk am Pferdeturm noch bis 2026.



Die Deutsche Bahn (DB) beginnt noch in diesem Jahr mit ihren geplanten Generalsanierungen. Mit diesem großen Infrastrukturprogramm sollen nach und nach hoch belastete Abschnitte des deutschen Schienennetzes zu Hochleistungsstrassen ausgebaut werden.
Foto: Daniel Reinhardt/dpa

Chiara T.
Freiwilliges Soziales Jahr
Rettungsanwärterin

Arbeiten mit
FREUDE & EINSATZ

Miteinander füreinander da sein. Das macht uns Johanniter aus. Dich ebenso?
Wir suchen engagierte junge Menschen und bieten Praxiserfahrung, Berufsorientierung und coole Teams. Mögliche Dienstorte sind: Hannover, Ronnenberg, Langenhagen, Wunstorf, Schwarmstedt und Landesbergen.

Jetzt bewerben auf
johanniter.de/fsj-hannover

JOHANNITER

Mit bloßer Faust

Der Boxer **HASAN ÖZER** hat sich auf Bare-Knuckle-Kämpfe spezialisiert. Ein gefährlicher, blutiger und umstrittener Sport. Warum macht er das?

Es sieht beinahe so aus, als trüge Hasan Özer einen dünnen roten Handschuh, so blutrot ist seine zur Faust geballte Hand. Doch er hat nur rotes Tape um die Handgelenke gewickelt. Die typischen dick gepolsterten Boxhandschuhe sind in diesem Ring verboten. Mit bloßen Knöcheln setzt Özer über drei Runden hinweg Schläge wie am Fließband in das Gesicht von Ikhan Kulayev. Die beiden Männer stehen sich im Castello Düsseldorf gegenüber. Um sie herum jubeln Tausende Fans.

Nach dem Kampf streckt Özer die roten Hände in die Höhe. An seinem linken Auge klaffen zwei Wunden. Männer in weißen T-Shirts mit der Aufschrift „Team Hasan“ tragen ihn auf den Armen. So thront der Boxer wortwörtlich über seinem Gegner. Er hat den Bare-Knuckle-Kampf gewonnen.

Wenige Wochen später trainiert Özer im Ihme-Zentrum. Er gehört zum Lee Gym, das dort seine Räume hat. Der 29-Jährige ist in Hannover geboren und aufgewachsen. Im Alter von sechs Jahren begann Özer mit Kampfsport – damals noch in der Sportakademie Dr. Lee. „Kung-Fu, Taekwondo, Hapkido, Kick-Thai-Boxen, ich habe nahezu alles gemacht“, sagt Özer.

Als Jugendlicher zog Özer mit seiner Familie von Vahrenheide nach Seelze. Noch heute wohnt er in Dedensen. Seine sportliche Heimat fand er dort beim BSK Hannover-Seelze und begann mit 13 Jahren zu boxen. „Kurz danach habe ich alles andere gelassen und bin komplett zum Boxen gewechselt“, erzählt er. In den kommenden Jahren bestritt



Mit nackten Knöcheln: Hasan Özer ist Bare-Knuckle-Boxer und trainiert für seine Kämpfe im Lee Gym. Foto: Florian Petrow

er für den Verein 78 Kämpfe, davon 46 siegreich. Özer war mehrfach Niedersachsen-Meister, zweimal deutscher Vizemeister und kämpfte in der 1. Bundesliga. Das alles noch mit Boxhandschuhen.

Vor vier Jahren verabschiedete sich Özer vom Boxen und trainierte wieder in Hannover, im Lee Gym und stieg erstmals mit bloßen Fäusten in den Ring. Aber warum?

„Der Gedanke hat mich einfach gekitzelt. Ich hatte das Gefühl, das Boxen an sich interessiert zu haben. Boxen ist ein Schachspiel. Und ich kann mit allen Taktiken umgehen. Aber im Bare-Knuckle fehlte dieses Schach. Davon habe ich mir Vorteile versprochen. Ich dachte mir: Von denen kommt keiner an mich ran.“ Mit dieser Annahme

sollte Özer recht behalten. Er hat drei Bare-Knuckle-Kämpfe hinter sich und ist ungeschlagen. Die ersten beiden Kämpfe hat er in der ersten Runde mit einem K.o. beendet.

Der dritte Kampf gegen Kulayev hingegen erstreckte sich über die ganzen sechs Minuten. So wie alle seiner vorherigen Bare-Knuckle-Kämpfe war diese Begegnung von der Ringlife Combat Series organisiert, die der Box-Influencer Edmon Avagyan gegründet hat. „Das war der heftigste Kampf, den wir je bei uns hatten“, rief Avagyan der jubelnden Menge nach dem Kampf zu. Deshalb machte er den Boxern ein Angebot: Sie können noch einmal in den Ring steigen und gegeneinander um den Serien-Titel in der Gewichtsklasse 81 Kilogramm kämpfen.

„Eine Flamme in mir sagt: Du musst dir diesen Titel holen“, sagt Özer. Eigentlich wollte er nach seinem dritten Kampf aufhören, aber den angekündigten Titelfight will er dann doch nicht ablehnen. Vorher muss sich der Boxer aber noch einige Monate schonen und die Wunden verheilen lassen. Die Kämpfe sind eine Zumutung für Özers Körper: „Die Fäuste sind danach so geschwollen wie Ballons.“ Bare-Knuckle-Kämpfe sind gefährlich, Verletzungen nicht unwahrscheinlich. Manche sehen darin nicht mehr als eine blutige Kneipenschlägerei. Was sagt Özer dazu? „Bare-Knuckle ist brutal, das kann ich nicht abstreiten. Aber für mich ist Boxen Kunst. Und in der Kunst gibt es immer verschiedene Geschmäcker.“

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

MIX Markt

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

Mix Markt 122 OHG
Lange Weihe 65
30880 Laatzen

Mix Markt 18 OHG
Vahrenheider Markt 6
30179 Hannover-Vahrenheide

Mix Markt Hannover
Schierholzstr. 128
30655 Hannover

Angebote gültig von Mo. 09.06. bis Sa. 14.06.2025

Schweinenacken mit Knochen 1 kg	Schweineschulter wie gewachsen 1 kg	Rindernacken ohne Knochen 1 kg	Rindernacken ohne Knochen 1 kg
6.99	4.79	10.00	6.99
Marinierter Schaschlik vom Schweinenacken 1 kg	Schweinenacken mariniert mit Knochen in Scheiben 1 kg	Marinierte Schälrippen vom Schwein 1 kg	Hähnchenflügel mariniert Harkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1 kg
8.49	7.49	4.79	4.99
Lachs, frisch Fanggebiet: laut Auszeichnung 1 kg	Stör, frisch Fanggebiet: laut Auszeichnung 1 kg	6.29	Grillmakrelen, frisch Fanggebiet: laut Auszeichnung 1 kg
11.00	9.00		4.99
Handgemachte Manty nach sibirischer Art – Teigtaschen mit Schweinefleischfüllung, tiefgefroren 1 kg Pack.	Teigtaschen mit Schweine- und Rindfleischfüllung „Semejnie“, tiefgefroren 1,6 kg Btl., 1 kg = 8,50	Brühwurst – Ring, mittelgrob, geräuchert, nach Krakauer Rezeptur „Kielbasa wiankowska“ 100 g.	Kochsalami „Servalat Kremlino“ heißgeräuchert 300 g St., 1 kg = 11,97
8.50	7.50	0.85	3.59
Eis mit Vanilleschmack „Masha and the Bear“ im Waffelbecher 9 x 130 ml 1170 ml Pack., 1 L = 3,34	3.90	3.19	Kochsalami „Servalat po-dworjanski“ heißgeräuchert 280 g Pack., 1 kg = 11,40

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

MEHRWERTSTEUER? GESCHENKT!

Spare bei über 400 Böden.

Laminat Vinyl Parkett

15 JAHRE **19%**

*19% Mehrwertsteuer sparen (entspricht einem tatsächlichen Rabatt von 15,966 %) gilt für alle Böden ab 12,99 €/m². Nur vom 04.06. bis zum 24.06.2025. Nur bei sofortiger Mitnahme und solange der Vorrat reicht. Gilt nicht für Sonderbestellungen und ist nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Eine Rabattierung bereits getätigter Aufträge ist nicht möglich. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen.

Yosemite Stone frosty (8532)

bodomoLAMINAT (8533)
Dekor Yosemite Stone pearl
• 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
• Ideal für stark beanspruchte Räume
• Echter Steinlook für modernen Stil
• Schnelle und einfache Verlegung
• Made in Germany

Unser Verkaufspreis, €/m² **32,99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **5,41**
Alles zusammen: **38,40**
Unser Preis: **32,99**
Aktionspreis jetzt nur €/m² **27,72**

Vancouver coffee (5226)

bodomoRIGID-VINYL (5228)
Dekor Vancouver Honey
• 5 mm Stärke | Nutzschrift: 0,4 mm | NK 32
• Integrierte Korkdämmung
• Breites Format mit natürlichem Holzlook
• Sehr strapazierfähig und robust
• 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Unser Verkaufspreis, €/m² **32,99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **5,41**
Alles zusammen: **38,40**
Unser Preis: **32,99**
Aktionspreis jetzt nur €/m² **27,72**

Laminat DEPOT

Quadratmeter für Kinderherzen ¹²

Mit dem Kauf eines neuen Bodenbelags während der Charity-Initiative „Quadratmeter für Kinderherzen“ am 13. und 14. Juni in der Filiale in Hannover, Varrelheide 204, helfen Sie dem „Kinderladen Nieschlagstraße.“ Hier werden Kinder betreut, wovon einige einen erhöhten Förderbedarf haben. Ziel ist es, die Fähigkeiten der Kinder zu fördern, um ihre Ich-Kompetenz, Sozial- und Sachkompetenz zu stärken und weiterzuentwickeln. Der Einsatz von Akustikdecken in einigen Räumlichkeiten würde eine enorme Reduzierung des Lärmpegels bedeuten, wodurch sich die auditive Wahrnehmung sowie der sprachliche Bereich für alle Kinder verbessern würde. Pro verkauftem Quadratmeter geht an diese Einrichtung.

Laminat DEPOT

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10 - 19 Uhr • Sa 9 - 18 Uhr

Laminat-Lager Mitte GmbH • Herforder Str. 158 • 33609 Bielefeld

Hannover am A2 Center • Varrelheide 204

TEST TOP SERVICE-QUALITÄT
AUSGABE 3/2021
Konsumentenbefragung
★★★★★ 2021/22

LaminatDEPOT
IN DER KATEGORIE LIFESTYLE & SHOPPING

SONNTAG IST SCHAUTAG!
Jeden Sonntag 12.00 Uhr – 16.00 Uhr ohne Verkauf und Beratung

laminatdepot.de

Jetzt 20x - auch in: Bielefeld, Bietigheim, Bochum, Dortmund, Duisburg, Erkrath, Essen, Gelsenkirchen, Hamburg, Hamm, Iserlohn, Lippstadt, Mönchengladbach, Mülheim/Ruhr, Paderborn, Porta Westfalica, Solingen, Velbert und Wuppertal

„Wir sind keine Spielhalle, sondern ein Museum mit hohem Spaßfaktor!“

Im großen **magaScene**-Interview: **REGINE SILBERMANN** HI-SCORE Erlebnis- und Technikmuseum für Videospielkultur

Hannover hat seit Februar ein Erlebnis- und Technikmuseum für Videospielkultur. Das HI-SCORE in der Anna-Zammert-Straße 28 ist aber mitnichten eine ordinäre Spielhalle. Selbstverständlich kann in der rund 1.000 qm großen, ehemaligen Lagerhalle in der Nähe des Südbahnhofs nach Herzenslust an den Videospiegelgeräten und Konsolen aus den Jahren 1970 bis heute gespielt werden. Im Gespräch mit der Initiatorin Regine Silbermann, die 39-Jährige hat das Museum gemeinsam mit ihrem Ehemann Marko aus der Taufe gehoben, wird aber schnell klar, dass es bei diesem Projekt um viel mehr geht als um die Jagd nach dem Highscore. Hannovers jüngstes Museum möchte ein Treffpunkt für alle Generationen sein, ein Ort der Begegnung und des Austausches, an denen soziale Unterschiede und die Probleme des Alltags vor der Tür bleiben. Das vollständige Interview von Jens Bielke gibt es in der Juni-Ausgabe der magaScene.

magaScene: Regine, was ist das Verbindende innerhalb

der Gaming-Community?
Silbermann: Der Spaß am Spiel! Leider denken viele Menschen beim Thema Gaming immer noch nur an Baller-Spiele. Videospiele sind ein tolles Medium zum Geschichtenerzählen und Leute zusammenbringen. Für Leute, die Videospiele als solche cool finden, gab es in Hannover bis zur Eröffnung des HI-SCORE nichts dergleichen. Das haben wir jetzt mit unserem Erlebnis- und Technikmuseum für Videospielkultur geändert.

magaScene: Welche Zielgruppe habt ihr mit dem HI-SCORE?
Silbermann: Der Durchschnittsbesucher ist erwachsen, zwischen 30 bis 40 Jahren alt und kommt gerne auch mit seinem Nachwuchs zu uns. Wir haben aber auch den Opa mit dem Enkel.

magaScene: Muss man bei einem Besuch viel Münzgeld mitbringen?
Silbermann: Nein, alle Geräte sind auf Freispiel eingestellt. Im HI-SCORE geht es aber auch



Regine Silbermann: „Videospiele sind ein tolles Medium zum Geschichtenerzählen.“

Foto: Clemens Niehaus

nicht nur darum, Highscores aufzustellen und der Beste zu sein. Unser Fokus liegt auf „friendly competition“. Bei uns sollen alle einfach eine schöne Zeit haben.

magaScene: Wie wird man eigentlich ein Museum?
Silbermann: Es gibt ein Prüffahren, das man durchlaufen muss. Darin wird unter verschiedenen Kriterien genau ge-

schaут, was du anbieten möchtest. Das HI-SCORE ist heute durch die Staatsbibliothek Berlin und das Deutsche Institut für Museumsforschung als Museum anerkannt. Für uns ist die

Ernennung zum Museum ein Ritterschlag. Wir sind nämlich keine Spielhalle, sondern ein Museum mit hohem Spaßfaktor!

magaScene: Spaß sollte eigentlich jeder Museumsbesuch machen...

Silbermann: Das wäre das Beste. Bei uns im HI-SCORE ist es so: Wenn du spielst, dann lernst du. Das ist Gamification im besten Sinne. Der spielende Mensch muss sich an festgelegte Regeln halten, lernt im Spiel ständig dazu und richtet sein Handeln auf ein Ziel aus. Dabei darf das Spiel nicht zu leicht sein, aber auch nicht zu schwer. Irgendwann im Spiel erreichst Du einen Zustand, der dir richtig Spaß macht, wir nennen das den „Flowstate“. Gamification kann man mittlerweile sogar studieren!

magaScene: Welche Öffnungszeiten habt ihr?

Silbermann: Geöffnet haben wir freitags von 16 bis 24, samstags von 12 bis 24 und sonntags von 14 bis 18 Uhr. Bei uns



Stadtmagazin für Hannover **magaScene**

Viele weitere, spannende Neuigkeiten aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an über 500 Auslegestellen in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.

spielen Menschen mit- und nicht gegeneinander, Menschen, die sich draußen in der Welt vermutlich nie begegnet wären. Das sind kleine, süße Geschichten wie damals auf dem Spielplatz. Das ist der eigentliche Zauber am Museum HI-SCORE.

➔ Mehr zum Museum, dem Spieleangebot und der Ticketbuchung unter www.hi-score.org

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

7154701_002625

Fleischerei B. Zimmermann GmbH
- gleich 2x in Ihrer Nähe

Raabestr. 1/ Podbielskistraße
Hannover/List
Tel.: 0511-52 55 60
(ehemals Fleischerei Reich)

Marktstraße 17
Burgdorf
Tel.: 05136-22 28

von 09.06. bis 14.06.2025

Dienstag bis Mittwoch:
Hähnchen-Gemüsepfanne mit Zuckerschote 100 g **1,39 €**

Zimmermanns Schlemmer-Tüte
- 2 Frikadellen gebraten
- 2 Wiener + 200 g Hausmacher Kartoffelsalat
- 400 g Hähnchen-Gemüsepfanne **Tüte nur 11,90 €**

von Dienstag bis Samstag

Spartipp! Vom Becklinger Strohschwein
magerer Braten vom Rücken oder marinierte Minutensteaks **100 g 1,29 €**

Kennen Sie schon?
bunte Geflügelpastete 100 g **1,99 €**

Hähnchen-Bacon-Spieß mit Currynote, Spieß ab 2,25 € 100 g **2,22 €**

Celler Gekochte oder Fleischwurst vom Strohschwein 100 g **1,39 €**

Dattelfrischkäse 100 g **1,89 €**

Sommernudelsalat, fein fruchtig 100 g **0,99 €**

Donnerstag bis Samstag
Spargel-Hähnchensalat Bombay 100 g **1,69 €**
Gulasch halb & halb 100 g **1,39 €**
Wildbratwurst fein süßlich abgeschmeckt mit Preiselbeeren 100 g **1,89 €**

14293401_002625

bloomert
SMART LAUNDRY
Premium Markt

Miele-Qualität für Bettdecken, Topper & mehr

Riesige Kapazität, unschlagbare Preise – der einzige **Waschsalon** in Garbsen!

✓ Waschmittel, Desinfektionsmittel & Weichspüler **inklusive** – automatische Dosierung
✓ Preise ab 5,50 €

Nord-West-Zentrum
Havelser Str. 2-8,
30823 Garbsen

☎ 05161 / 9492915
🌐 www.smart-laundry.de
✉ service@realbay-gmbh.de

7245501_002625

„Sing’s mir“ zum letzten Mal

Mit einer Vorstellung auf der großen Bühne endet die beliebte Liederabend-Reihe des Staatstheaters

HANNOVER. Eine der charmanteren Reihen am Schauspiel Hannover endet: Am 11. Juni gibt es das letzte Mal den Wunschliederabend „Sing’s mir“ – zum Finale auf der großen Bühne. Moderator Hajo Tuschy und Organisatorin Tabitha Frehner blicken zurück.

Es war der Juni 2020, kurze Zeit nach dem ersten Corona-Lockdown. Wer Kultur machte, durfte zaghaft wieder veranstalten. 75 Menschen saßen auf Abstand im Hof des Schauspielhauses. Katharina Sattler, damals Ensemblemitglied, sang „Ich liebe das Leben“ von Vicky Leandros, und im überschaubaren Publikum flossen Tränen der Rührung. Es war das erste Mal „Sing’s mir“, die Geburtsstunde eines der anrührendsten Formate aus der Intendanz von Sonja Anders. Nun naht das letzte Mal: Am 11. Juni, fünf Jahre und eine Woche nach der Premiere, erfüllt das Ensemble noch einmal Liedwünsche des Publikums.

„Es ist schön zu sehen, welche Entwicklung dieses Format genommen hat“, sagt Schauspieler Tabitha Frehner, die „Sing’s mir“ organisiert. „Bei jeder Ausgabe ist die Hälfte der Leute zum ersten Mal da. Das spricht für die Mund-zu-Mund-Propaganda. Und es sind ganz viele Leute dabei, die sonst nicht ins Theater gehen.“

Die Idee ist einfach: Das Publikum wünscht sich vorab Lieder. Mitglieder des Ensembles singen das nach ihren jeweiligen Möglichkeiten. Wichtig ist, dass zu jedem Wunsch eine Begründung gehört, warum es nun ausgerechnet dieser Titel sein soll. Die wird vorab verlesen. Das Format lebt davon, dass Lieder Erinnerungsträger sind. „Es sind Geschichten, die für viele sprechen“, sagt Schauspieler Hajo Tuschy, der „Sing’s mir“ seit jeher moderiert. Frehner ergänzt: „Auch wenn der Brief von einer bestimmten Person kommt, fühlt sich das restliche



Hajo Tuschy und Tabitha Frehner auf der Treppe der Cumberlandische, anlässlich ihres Abschieds aus dem Ensemble.

Foto: Jonas Dengler

Publikum doch immer auch mit angesprochen. Es stellt sich ein großes Gruppenerlebnis ein.“

Als Beispiel nennt sie die Geschichte einer Frau bei einer der letzten Shows. Sie hatte sich Pink Floids „Wish you were here“ für ihren verstorbenen Großvater gewünscht, „zu dem sie ein ganz enges Verhältnis hatte. Das hat sie beschrieben auf kei-

ne traurige, sondern eine ganz liebevoll-freudige Art.“ Momente wie dieser übertragen sich auch auf das restliche Publikum. Nur diese eine Frau hatte diesen Opa. Aber alle haben oder hatten einen.

„Man kann sich nur bei dem Publikum bedanken, dass die Leute uns mit ihrem Klarnamen ihre Liebesbekundungen, Abschiedsworte, Danksagungen anvertrauen“, sagt Tuschy. Sogar einen Heiratsantrag auf der Bühne habe es bei „Sing’s mir“ schon gegeben. Zum Jahreswechsel 2023 war das, bei der Silvestergala im Schauspielhaus. Spätestens seitdem sind die Shows binnen kürzester Zeit ausverkauft. Hauptquartier von „Sing’s mir“ ist die Cumberlandische Galerie mit drei, vier Ausgaben pro Spielzeit. Aber auch im Hof, in den Kulissen der sommerlichen Open-Air-Theaterstücke wurde schon gesungen.

„Es passiert durch den Erfolg leider auch, dass Menschen, de-

ren Lieder wir ausgewählt haben, keine Karte mehr bekommen“, sagt Tuschy. Sein Tipp: „Am besten, man kauft die Tickets, bevor man sich auch nur hinsetzt und anfängt, den Brief zu formulieren.“ Noch gibt es Karten für das Finale im Schauspielhaus (für 17,50 Euro, ermäßigt ab 5 Euro). Einsendeschluss für Musikwünsche ist der 28. Mai. Für Frehner und Tuschy ist es auch ein Abschied: Beide verlassen Hannover am Ende dieser Spielzeit.

„Sing’s mir“ basiert auf einem Freiwilligkeitsprinzip, auch bei den beteiligten Ensemblemitgliedern. „Die Leute, die die Lieder singen müssen, müssen schon darauf Lust haben“, sagt Frehner. „Das würde sonst auch der Intimität schaden. Wir tun sonst immer so, als wenn wir ein fertiges Produkt hätten, obwohl keine Produktion je ganz fertig ist. Bei „Sing’s mir“ geht es um die Behauptung: Wir machen das auch zum ersten Mal.“ Und nun leider zum letzten Mal.

Achtklässler wandern für krebskranke Kinder

Tellkampfschüler stellen sich Herausforderung und hoffen noch auf Sponsoren

HANNOVER. Es ist eine ganz besondere Challenge: Vier Achtklässler der Tellkampfschule müssen sich alle Achtklässler zu kleinen Gruppen zusammenschließen und in der Woche vom 16. bis 22. Juni einer besonderen, selbst gewählten Herausforderung stellen. Das kann ein Theaterstück sein, welches die Kinder einstudieren und aufführen, oder ein Möbelstück, das sie gemeinsam bauen. Einige Gruppen fahren zur Arbeit auf Bauernhöfe oder einem Gnadenhof, andere helfen in der Pflege. Auch die Planung, Organisation und Durchführung müssen sie ganz allein bewältigen.

„Wir haben das jetzt fest ins Schulprogramm aufgenommen“, sagt Klassenlehrerin Martina Sewerin: „Wir wollen so Selbstständigkeit, Team- und Konfliktfähigkeit sowie die Übernahme von Verantwortung für sich und andere fördern.“ Zweimal müssen die Schülergruppen ihre Ideen und ihren Planungsfortschritt einer Auswahlkommission, bestehend aus dem Schulleiter, der Schulsozialarbeiterin, dem Stufenleiter, Elternvertreter und anderen vorstellen. Dort wird auch ge-

schaут, ob es wirklich eine Herausforderung ist. „Es soll ja keine Urlaubsfahrt sein“, bekräftigt Lehrerin Martina Sewerin. Bei Josefa (14), Claas (13), Jule (14) und Florian gibt es da keine Bedenken. Am ersten Tag wollen sie bis Garbsen laufen, an Tag zwei bis zum Kulturgut Poggenhagen, dann geht es durch das Tote Moor am Steinhuder Meer bis nach Rehburg. Tag vier wird in Bokeloh übernachtet, am nächsten Tag in Barsinghausen, Tag sechs in Benth. Sonntag wollen sie gegen 13 Uhr zurück an ihrer Schule sein.

Über die App Komoot haben die Vier ihre Strecke geplant,



Claas (von links), Florian, Josefa und Jule aus der achten Klasse der Tellkampfschule planen einen siebentägigen Spendenlauf für die Kinderkrebshilfe. Foto: Jonas Dengler

beim Wandern wollen sie aber mit Landkarten navigieren – auch das ist eine Herausforderung, wo sich alle nur noch auf Google Maps und Co verlassen.

Eine Absicherung gibt es: Sie werden von zwei älteren Schülern aus dem 12. Jahrgang begleitet, die aber nur einschießen, wenn ein Notfall vorliegt. Allerdings: Auch deren Essen muss von den Kindern mitfinanziert werden.

Ihrer Herausforderung mit dem Spendenaufruf noch eine besondere Bedeutung zu geben, darauf sind die Vier ebenfalls gekommen. „Wir wollen mit dem Marsch wirklich

etwas erreichen“, sagt Florian. „So sind wir auf die Kinderkrebshilfe gekommen. Es muss furchtbar für die erkrankten Kinder sein, nicht zu wissen, ob man oder die anderen Kinder auf der Krebsstation am nächsten Tag noch da sind. Und wir sind auch noch selbst Kinder!“ Daher hoffen sie, möglichst viele Menschen zu motivieren, ihr Projekt zu unterstützen und für krebskranke Kinder zu spenden.

„Walk for Life 2025“ haben sie ihre Aktion genannt, jetzt hoffen sie auf möglichst viele Unterstützer. Auch ein Konto wollen sie unter diesem Stichwort über die Schule einrichten. Dort kann man für jeden Kilometer spenden oder auch für die gesamte Strecke. Einige Geldgeber haben sie auch schon. Viel Wandererfahrung haben die Vier bisher nicht. Die beiden Mädchen sind mit ihren Vätern im Urlaub gewandert: „Aber so lange Strecken über mehrere Tage noch nicht“, sagt Josefa. Claas hofft bei der Challenge auf wertvolle Erfahrungen: „Später möchte ich mal den ganzen Jakobsweg laufen – nach dem Abi“, sagt er.

Grüne Wellness für den Hund

EIN GEPFLEGTER GARTEN ist auch für Vierbeiner ein Glücksfall – mit wenig Aufwand lässt er sich in **EIN FREILAUF-PARADIES** verwandeln

Schnüffeln, Toben und Entspannen – der Garten kann auch für Hunde zu einem Wohlfühlort werden. Es können aber auch Gefahren in ihm lauern. Die Tierschutzstiftung Vier Pfoten erklärt, wie man nicht nur dafür sorgt, dass der Vierbeiner im Garten sicher ist, sondern auch mehr Spaß hat.

KEINE FLUCHTMÖGLICHKEIT FÜR DEN HUND

Eine Leine ist im Garten nicht nötig. Umso wichtiger ist es allerdings, dass Halter überprüfen, ob es mögliche „Fluchtwege“ gibt, über welche die Tiere entweichen könnten. Das kann ein Loch in der Hecke sein, ein kaputter Zaun oder auch das Gartentor, das nicht mehr richtig schließt.

Apropos Gartenzaun: Der sollte für Hunde mindestens so hoch sein, dass sie nicht darüber springen können. Außerdem sollten Bäume, Hecken oder Stühle möglichst nicht in der Nähe des Zauns stehen – sie könnten in diesem Fall nämlich als Sprungbrett dienen, sagt Judith Förster, Diplom-Biologin und Heimtier-Expertin bei Vier Pfoten. Für den Fall, dass der Hund trotz aller Vorichtsmaßnahmen doch aus dem eigenen Garten ausreißt, kann man ebenso vorsorgen: Ein Tier, das gechippt und in einem Heimtierregister registriert ist, lässt sich leichter wiederfinden.

EIN PLATZ ZUM BUDELN UND PLANSCHEN

Ein Mix aus verschiedenen Tex-



Garten mit Auslauf: hundesicherere Zäune und Hecken schützen vor ungewollten Ausflügen – und ermöglichen dem Tier freie Bewegung ohne Leine.

Foto: dpa / Christin Klose

turen bringt Spaß beim Erkunden und stimuliert die Hundepfoten. Dazu kann man etwa Flächen mit Gras, glatten Steinen oder Rinde anlegen. Wer genügend Platz hat, kann im Garten einen eigenen Bereich

festlegen, in dem der Hund nach Lust und Laune buddeln darf.

In den Sommermonaten genießen auch Hunde ein schattiges Plätzchen im Garten. Das kann etwa unter

einer Markise, einem Sonnensegel oder einem hölzernen Unterstand sein. „Im Hochsommer freuen sich einige Hunde außerdem über ein Hundeplanschbecken“, empfiehlt Förster.

VORSICHT VOR GIFTIGEN SUBSTANZEN IM GARTEN

Anstatt Pestizide oder Kunstdünger einzusetzen, sollten Hundehalter im Garten lieber tierfreundliche Alternativen verwenden. „Kunstdünger auf Basis von Kakaoschoten und unter Anreicherung von Rizinusmark sind beispielsweise giftig für Hunde“, erklärt die Heimtier-Expertin. Wer einen Dünger in Wasser aufgelöst hat, muss das Restwasser anschließend unbedingt entsorgen.

Aber Achtung dabei: Manche Hunde trinken gern aus Gießkannen. Es ist also wichtig, dass diese dann sorgfältig gereinigt werden oder für den Vierbeiner nicht erreichbar sind.

Gartenmythen auf der Spur

Hausmittel und alte Routinen: Im Umgang mit dem eigenen grünen Fleckchen halten sich viele falsche Überzeugungen hartnäckig

Gärtnern ist als Handwerk, Freizeitspaß und Lebensgrundlage uralt. Und so ranken sich mit Rosen, Efeu und wildem Wein auch viele Mythen um den Garten. Sven Wachtmann beantwortet als Landesgartenfachberater regelmäßig Fragen Berliner Hobbygärtner und Hobbygärtnerinnen. Dabei begegnen ihm immer wieder Irrglauben und falsche Überzeugungen.

1. Nur Gift hilft gegen Schädlinge

Die hartnäckigsten Fehlanahmen halten sich im Bereich Schädlingsbekämpfung. So würden in vielen Gärten Schnecken noch immer mit chemischem Schneckenkorn oder seltener mit Bierfallen bekämpft – beides tötet die Tiere, und beides auf grausame Art und Weise.

„Wenn man die Möglichkeit hat, mit Schneckenzäunen oder Kupferbändern, mit Hochbeeten oder einfach mit Muschelkalk zu arbeiten, funktioniert das aber genauso gut“, sagt Wachtmann. Das gelte auch für Blattläuse: Eine Austriebsspritzung mit einer Mischung aus Wasser und Rapsöl benetzt im Frühling, wenn die Knospen sich gerade öffnen, die Eier der Schädlinge und erstickt sie. Gerade bei schwachem Befall sei die beste Methode immer: „Warten, dass die Nützlinge kommen“, sagt Wachtmann. „Die Natur hat zu jeder Kraft einen Gegenspieler entworfen.“ Bei Blattläusen sind das Schlupfwespen und Marienkäferlarven, die es auch im Internet gibt.

Wer naturnah gärt, hat diese Nützlinge sowieso im Garten – und große Schneckenplagen seien nicht selten die Folge eines zu aufgeräumten, artenarmen Lebensraums, erklärt Wachtmann. Er fasst zusammen: „Wenn man mit der Natur zusammenarbeitet, lösen sich ganz viele Probleme von selbst.“

2. Mythos Umgraben

Ein Stichwort für die zweite Praxis, die sich bereits in den letz-

ten Jahren als Mythos herausstellte und um die sich mittlerweile viele Forumsbeiträge und Über-die-Hecke-Gespräche ranken, ist das Umgraben. Woher der uralte Gedanke kommt, ein umgegrabener Boden sei stets gut für Pflanzen, kann Wachtmann sich selbst nicht ganz erklären.

Fakt sei jedenfalls: Beim Umgraben kommen Mikroorganismen, Pilze und Insekten, die nur in tieferen Bodenschichten überleben können, an die Oberfläche und andersherum. Das Ergebnis: Das Mikrobiom im Boden stirbt, der Garten leidet. „Stattdessen den Boden mit einem Sauzahn, einer Grabegabel, der Hacke oder Ähnlichem aufzulockern, ist in Ordnung.“ Auch könne man, um besagten Mikroorganismen einen Gefallen zu tun, Frischkompost unterheben oder eine Mulchschicht aufbringen.

3. Die Gießmythen

Wer seine Pflanzen in der Sommerhitze gieße, riskiere einen Sonnenbrand bei ihnen, denn durch die Wassertropfen könne ein Brennglaseffekt entstehen und die Blätter schädigen – so lautet eine Regel, die landläufig als Irrglaube gilt. Wachtmann sagt aber: „Ich habe schon live gesehen, dass durch Wasser auf den Blättern enorme Verbrennungen entstehen können.“

Zwei Wahrheiten stecken in jedem Fall in dem Rat: Erstens sollte man im Sommer lieber morgens oder abends gießen, wenn weniger Wasser verdunstet und die Pflanzen deshalb mehr davon aufnehmen können. Zweitens gehöre auch der Gartenschlauch, mit dem Pflanzen großzügig auf Brusthöhe begossen werden, der Vergangenheit an. „Bewässerung sollte immer von unten erfolgen, vor allem im Sommer, wenn das kalte Wasser auf den Blättern ein unnatürlicher Schock für die Pflanzen wäre“, erklärt Wachtmann. Hier könnten sich deutsche Gärten viel von Bodenbe-



Vom Gießen bis zum Umgraben: Viele Vorstellungen darüber, wie man den eigenen Garten und die Pflanzen darin am besten behandelt, haben mit sinnvollen Empfehlungen eher wenig zu tun.

Foto: NomadSoul

wässerungssystemen in südlicheren Ländern abschauen.

4. Im Frühjahr wird gepflanzt

Der Frühling ist der ideale Zeitpunkt zum Pflanzen, glauben viele. Mittlerweile werde dieser Brauch unserem Klima nicht mehr gerecht, meint Wachtmann: „Der Sommer ist viel zu schnell da, und der Frühling fehlt.“ Der bessere Zeitpunkt zum Anpflanzen, auch zum Rasenvertikutieren und zur Aussaat sei inzwischen der Herbst, damit die Pflanzen genug Feuchtigkeit bekommen und Zeit zum Anwurzeln haben.

Die Gefahr, dass der Winterfrost ihnen schade, sei gering: „Wenn man im Oktober anpflanzt, ist die Zeit bis zum ersten richtigen Frost im Januar noch lang.“ Schließlich sei man auch im Frühling vor Frost nicht ganz gefeit. Und der Boden sei dann viel kälter als im Herbst.

5. Im Herbst geht der Garten schlafen

Der Herbst sei insgesamt eine unterschätzte Jahreszeit im Gar-

ten: „Viele, vor allem ältere Menschen, sind der Ansicht, ab Oktober muss alles ordentlich sein und nichts mehr im Garten anfallen.“ Deshalb werde alles aufgeräumt und abgeschnitten – dabei seien herumliegendes Laub und abgestorbene Pflanzenstängel für Insekten überlebenswichtig und sollten in Ruhe vermodern dürfen.

Einen Herbstschnitt kritisieren Gartenexperten schon lange. „Die Pflanze befindet sich im Herbst noch nicht in der Ruhephase und braucht ihre Kraft für den Rückzug in die Erde“, schreibt etwa das Schweizer Gartencenter Meyer auf seiner Website. Sträucher und Stauden sollte man schonen – auch andere Blühpflanzen werden durch Rückschnitt im Herbst anfälliger für Krankheiten. Weil im Frühling Knospen, Triebe und Früchte leichter erkennbar sind, ist ein Schnitt dann zudem laienfreundlicher.

Klima und Zeitgeist ändern sich, Wahrheiten werden zu Mythen. Besser als eine uralte Geschichte ist stets eine Antwort aus Fachkreisen.



Gras, Reisig, Moos: Wer heimische Vögel beim Nestbau unterstützen möchte, sollte auf unbehandelte Materialien setzen. Foto: dpa / Andrea Warnecke

Vögeln beim Nestbau helfen: Nicht mit Hundehaar

Nicht nur wir haben im Frühjahr wieder einiges im Garten zu tun, auch Vögel sind jetzt fleißig: Sie suchen nach Materialien für den Nestbau. Tierfreunde versuchen sie dabei zu unterstützen, etwa mit Hundehaar – denn das ist schließlich weich und kuschelig.

Tatsächlich ist das aber keine gute Idee, sagt Biologin und Wildtierexpertin Eva Lindenschmidt von Vier Pfoten: „In sozialen Netzwerken wird diese Idee immer wieder geteilt: ausgekämmte Hundehaare als Nistmaterial für Vögel. Doch so nett das klingt – in der Praxis kann es für viele Vogelarten sogar gefährlich werden.“

HUNDEHAARE: ZU LANG UND ZU VIEL CHEMIE

Das Problem: Hundehaare sind nicht frei von Rückständen, etwa von Spot-on-Präparaten gegen Zecken, Flöhe oder andere Parasiten. Diese enthalten Insektizide, die für Jungvögel gefährlich werden können. Auch Reste von Shampoos, Medikamenten oder Hautpflegemitteln können noch im Fell sein und ebenfalls schädlich wirken.

Einige Wildvögel verwenden zwar Haare von Wildtieren – aber nur einzelne und nicht ganze

Haarhaufen wie bei ausgekämmtem Hundefell. Lange und dichte Hundehaare sind ein Risiko: „Längere Hundehaare können sich um die zarten Beine, Flügel oder Krallen von Jungvögeln wickeln“, so Eva Lindenschmidt. Das kann zu Verletzungen führen.

Wer die Gartengäste beim Nestbau unterstützen möchte, kann ihnen natürliche, unbehandelte Materialien anbieten. Dabei sollte man allerdings auf die Menge und Mischung achten. Geeignet sind beispielsweise:

- kurze, trockene Grashalme
- kleine Zweige und Reisig
- Moos oder Federn (falls sie natürlich vorkommen)

Noch besser ist es, eine wilde Ecke im Garten zu lassen, die naturnah und unaufgeräumt bleibt. Das kann eine Wildnisfläche mit hohem Gras, Sträuchern und Laub sein. Dort finden Vögel nicht nur Nistmaterialien, sondern auch Nahrung und Rückzugsmöglichkeiten.

Tatsache ist aber auch: „Vögel sind wahre Baumeister“, sagt Wildtierexpertin Lindenschmidt. „Wenn wir ihnen Raum und Vielfalt bieten, finden sie ganz von selbst das, was sie brauchen – ganz ohne unsere Hilfe.“



Heinz Sielmann Stiftung

Was bleibt? Mein Erbe. Für unsere Natur.

Erinnern Sie sich noch an das Frühlingslied „Alle Vögel sind schon da“? In Deutschland steht der dort besungene Star auf der Roten Liste der gefährdeten Arten – wie viele weitere heimische Lebewesen, deren Lebensräume schwinden. Es liegt in unserer Hand, ihr Überleben zu sichern und unsere Lebensgrundlage zu erhalten.

Helfen auch Sie mit, den Verlust der Artenvielfalt zu stoppen, bedrohte Tierarten und ihre Rückzugsgebiete zu schützen, um sie auch noch für nachfolgende Generationen erlebbar zu machen. **Geben Sie eigene Werte weiter: mit einem Testament zu Gunsten der Arbeit der gemeinnützigen Heinz Sielmann Stiftung.** Wir fördern Natur- und Umweltschutz sowie das Naturerleben – auch für Kinder.

Deshalb setzt sich die Stiftung, ganz im Sinne ihres Gründerpaares (dem legendären Tierfilmer Heinz Sielmann und seiner Frau Inge Sielmann), mit viel Leidenschaft und aller Kraft für die Vielfalt der Natur und ihrer Erhaltung ein.

Ein kostenfreier Ratgeber zum Thema Testament und Engagement liegt für Sie bereit. Wir beantworten Ihre Fragen und beraten Sie gerne unter 05527 914 419

www.sielmann-stiftung.de/testament



Abfuhrtermine verschoben

HANNOVER. Am Pfingstmontag, den 9. Juni, holt die Abfallwirtschaft Region Hannover (aha) keine Rest- und Bioabfälle, Leichtverpackungen und Altpapier ab. Die Abholung verschiebt sich ab dem Montag jeweils um einen Tag nach hinten. Die Deponien und Wertstoffhöfe bleiben am 9. Juni geschlossen. **RED**

Gospel-Konzert: Massamba Nzinga

HANNOVER. Massamba Nzinga und Band geben am Sonnabend, 14. Juni, ab 17 Uhr ein Konzert bei der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde, Walderseestraße 10. Auf dem Programm stehen Gospel und Soul. Eintritt an der Abendkasse: 12 Euro, ermäßigt 6 Euro. **RED**

Waldhörner im Bürgerhaus

HANNOVER. Der Pinkenburger Kreis lädt ein zum Konzert „Horch die Waldhörner“ am Sonntag, 15. Juni, ab 17 Uhr im Bürgerhaus, Pinkenburger Straße 8A. Studierende der HMTMH spielen Werke von Händel, Rossini und anderen. Eintritt: 15 Euro. **RED**

Ultimate Frisbee für Kinder

HANNOVER. Ultimate Frisbee ist ein neues Teamsport-Angebot für Kinder von sechs bis zwölf Jahren. Trainiert wird freitags ab 16.30 Uhr auf dem Sportplatz des NTV Hannover, Rübekamp 50. Neuzugänge sind willkommen. Infos online:

funaten.de/ultimate/kindertraining

Geld macht wohl doch glücklich

Studie zum **BEDINGUNGSLOSEN GRUNDEINKOMMEN** zeigt, dass finanzielle Sicherheit die Menschen freier und zufriedener macht

VON CLARA GEILEN UND SEBASTIAN BAUERSCHÄFER

BERLIN. Elisabeth Ragusa fand ihren alten Job okay – mehr aber nicht. Sie arbeitete als Industriekauffrau, aber träumte davon, Lehrerin zu sein. Doch das Geld für ein Studium reichte nie. Inzwischen studiert die 32-Jährige Lehramt für Grundschulen mit den Fächern Deutsch und Naturkunde an der Pädagogischen Hochschule Freiburg. Ihren alten Job hat sie gekündigt. „Ich fühle mich freier, sicherer und bin glücklich“, sagt sie jetzt.

Für Ragusa ist ihr Glück eng verknüpft mit einem Sozialexperiment, an dem sie seit Juni 2021 teilgenommen hat. Der Verein Mein Grundeinkommen hatte zusammen mit dem Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung (DIW) 122 Teilnehmende finanziell mit einem bedingungslosen Grundeinkommen unterstützt.

Ragusa und alle anderen bekamen bis Mai 2024 jeden Monat 1200 Euro auf ihr Konto überwiesen. Einfach so. Die Forscher wollten wissen, was das Geld von 180.000 Spendern bei den Menschen auslöst, die davon profitieren. Die Teilnehmenden waren zu Beginn der Langzeitstudie zwischen 21 und 40 Jahre alt, verdienten zwischen 1100 Euro und 2600 Euro in ihrem Job und lebten allein.

Alle sechs Monate gaben sie den Forschern in Befragungen Informationen darüber, ob ein

bedingungsloses Grundeinkommen in die soziale Hängematte führt oder als Sprungbrett dient. Sind sie weiter zur Arbeit gegangen, oder haben sie ihren Job gekündigt? Haben sie gespart? Waren sie glücklich, oder hat das Grundeinkommen sie satt und faul gemacht? Antworten auf diese Fragen gaben die Forscher in einer Pressekonferenz in Berlin. Eine Erkenntnis ist, dass die Menschen nicht aufhören zu arbeiten – auch wenn sie es sich theoretisch leisten könnten. Proband Dominic Schiffer arbeitete während der drei Jahre als Rettungssanitäter. „Ich habe auch nicht darüber nachgedacht, mit den Stunden runterzugehen“, sagt er. Stattdessen machte er neben dem Hauptjob eine Weiterbildung zum Versicherungskaufmann und arbeitete anderthalb Jahre im Zweitjob.

Die beteiligte Wissenschaftlerin der Wirtschaftsuniversität Wien, Susanne Fiedler, fasste die Empfehlung der Forscher so zusammen: „Bei aktuellen Rechenmodellen sind teilweise Annahmen aus den 1970er-Jahren enthalten. Wir sind fest davon überzeugt, dass unsere Langzeitstudie einen wichtigen Beitrag leisten kann – den die neue Regierung beachten sollte.“ SPD und CDU zweifeln jedoch an der Idee. Auch das arbeitgebernahe Institut der deutschen Wirtschaft (IW) ist skeptisch. Es kritisiert die Studie der Berliner Konkurrenz als zu klein, zu selektiv und wenig aussagekräftig. „Aus diesen Ergebnissen Ableitun-



gen für eine ganze Volkswirtschaft bilden zu wollen, ist fragwürdig“, sagte IW-Ökonom Dominic Enste. Das Grundeinkommen bleibe gesamtgesellschaftlich gesehen ein teurer Wunschtraum.

Für die Teilnehmenden jedenfalls hat sich das Experiment gelohnt. Die mentale Gesundheit der Probandinnen und Probanden verbesserte sich spürbar. Die Sicherheit und Handlungsspielräume, die das Grundeinkommen gewährleistete, steigerten das persönliche Wohlbefinden und das Gefühl, einer sinnvollen Tätigkeit nachzugehen. Stress und Depressionen verringerten sich. Die Effekte zeigten sich sogar noch sechs Monate nach Ende des Experiments. Auch Dominic Schiffer geht es jetzt besser.

Mit 250 Euro monatlich stotterte er anfangs einen Kredit ab. „Es ging mir psychisch nicht so gut, ich hatte eine Depression“, sagt er. Wegen hoher Spritpreise und der Schulden zählte er oft die Tage bis zum nächsten Gehalt. „Das Grundeinkommen hat mich unterstützt, ich musste nicht darüber nachdenken, wie viele Nebenjobs ich annehmen muss. Ich wusste, wenn ich einen annehme, dann für mich, nicht für die Bank.“

Das ist eine allgemeine Erfahrung unter den Probanden: Ihre Arbeitszufriedenheit stieg, sie nahmen sich als selbstbestimmter wahr. Außerdem schliefen sie ungefähr eine Stunde mehr pro Woche als die Vergleichsgruppe. Die Empfängerinnen und Emp-

fänger verbrachten zudem wöchententlich knapp vier Stunden mehr mit Freunden und Familie. „Die Menschen handeln anders. Nicht, weil sie sich als Menschen verändert haben, sondern ihre Möglichkeiten“, erläutert Wissenschaftlerin Fiedler. Bei vielen führte das Geld zu einem aktiveren Leben, sie verwendeten mehr Geld für Freizeit und Reisen. Auch Dominic Schiffer: „Wir waren in Thailand, Südafrika und der Karibik.“

Zunächst sei er überfordert gewesen von der Aufgabe, das Geld zu verwalten. „Ich war an einem Punkt in meinem Leben, an dem ich mich sehr mit meiner Rente beschäftigt habe.“ 300 Euro zahlte er jeden Monat in eine private Altersvorsorge und

Versicherungen ein. 500 Euro sparte der 28-Jährige monatlich für Reparaturen oder Urlaube. Damit entspricht er in etwa dem Schnitt: Die Teilnehmenden legten durchschnittlich 779 Euro auf die hohe Kante – mehr als das Doppelte der Vergleichsgruppe.

Die Studie zeigt: Bei der geistigen Gesundheit konnte eine Standardabweichung von 0,35 festgestellt werden – das entspricht etwa einer therapeutischen Maßnahme, erläutert Fiedler. In der wahrgenommenen Lebensqualität ergab sich sogar eine Abweichung von 0,42, was in etwa vergleichbar sei mit frisch geschiedenen gegenüber frisch verheirateten Menschen.

Abgesichert zufriedener: Arbeitszufriedenheit und geistige Gesundheit stiegen bei den Teilnehmenden einer Studie zum Grundeinkommen. Symbolfoto: Maitree Rimthong / Pexels

Gesundheit

ANZEIGE

Probleme im Schlaf? Magnesiummangel?

Experten klären auf, was dahintersteckt und warum ein neuartiger Magnesium-Komplex jetzt in Deutschland für Aufsehen sorgt!

Mega-Trend aus den USA: Immer mehr Amerikaner verzichten auf chemische Hilfen und setzen stattdessen auf einen Mineralstoff, der den Körper während der Nacht bei seiner Erholung unterstützen soll: Magnesium! Auch in Deutschland steigt die Nachfrage nach Magnesiumpräparaten rasant. Kein Wunder: Viele Probleme im Schlaf stehen mit Magnesium in Verbindung.

Die Gründe für eine schlechte Nacht sind unterschiedlich: Muskelkrämpfe, psychischer Druck oder erschöpftes Nervensystem durch zu viel Stress. Eines können sie jedoch gemeinsam haben: Eine unzureichende Versorgung mit Magnesium kann ein Mitauslöser sein.

Mittlerweile setzen daher immer mehr Menschen auf das Mineral Magnesium, das eine wichtige Rolle für die Muskeln und Regenerationsprozesse im Körper spielt – auch in der Nacht.

Magnesium als essenzieller Unterstützer

Magnesium ist an über 300 Vorgängen im Körper beteiligt und unterstützt die normale Funktion von Muskeln und Nerven.^{1,2} Besonders Menschen, die nachts unter Muskelkrämp-



fen oder innerer Unruhe leiden, sollten auf eine ausreichende Zufuhr achten. Denn Magnesium aktiviert das parasympathische Nervensystem, den sogenannten „Ruhemodus“ des Körpers, und ermöglicht so die wichtigen Ruhephasen für den Organismus.

Auch Alltagssorgen und Beziehungsprobleme, die den Kopf nachts beschäftigen und uns psychisch belasten, stehen mit einem Magnesiummangel in Verbindung. Denn Magnesium

trägt auch zu einer normalen psychischen Funktion bei.³ Viele Probleme im Schlaf lassen sich also mit einer unzureichenden Magnesiumversorgung erklären.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium

In Nahrungsergänzungspräparaten liegt Magnesium nie allein vor, sondern ist immer an Bindungspart-

ner gekoppelt – und nicht jede Verbindung wird gleich gut vom Körper aufgenommen. Deshalb empfiehlt sich ein Magnesium-Komplex mit verschiedenen Magnesiumformen, der Muskeln, Nerven und Psyche umfassend unterstützen kann.

Besonders empfehlenswert ist Magnesium in der Verbindung mit der Aminosäure Glycin als sogenanntes Magnesiumbisglycinat. Dieses gilt als sehr hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit. Glycin ist zudem für seine entspannungsfördernden Eigenschaften bekannt.

Trimagnesiumdicitrat kann der Körper ebenfalls gut verwerten. Es trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und psychischen Funktion bei und unterstützt damit die Regeneration. Magnesiumoxid hingegen trägt zur Entspannung der Muskeln bei. Unser Fazit: Die richtige Kombination ist ausschlaggebend!

Neu von der Expertenmarke Baldriparan

Baldriparan gehört seit über 70 Jahren zu den führenden Marken in deutschen Apotheken und sorgt seit jeher für einen erholsamen Start in den Tag. Nun gibt es einen innovativen Premium-Magnesium-Komplex von Baldriparan, der sich genau aus der Kombination Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid zusammensetzt.

Expertenempfehlungen entsprechend enthält es 300 mg Magnesium pro Tagesdosis, ist vegan, zuckerfrei und ohne künstliche Zusätze.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan

Magnesium

(PZN 19553871)

www.baldriparan.de

Baldriparan®

Magnesium

Schon die Kleinsten können retten

JOHANNITER gibt Erste-Hilfe-Kurs in der Kita „Maschwiese“

HANNOVER. Die Kinder grübeln, schieben Bilder hin und her, diskutieren. Gehört der Klebestift in den Verbandkasten? Nein. Oder vielleicht doch? Die Schere auf jeden Fall! So wie die Pflaster und die Verbände. Der Teddy könnte helfen, da sind sich alle einig, er wird dann aber doch aussortiert. Anna Sophie Lüthi (20) schaut den Kindern in der Kita Maschwiese in Sehnde aufmerksam zu. Sie macht kurzzeitig den Freiwilligendienst bei den Johannitern und ist für einen Erste-Hilfe-Kurs hier. Das Füllen eines Verbandkastens gehört zu den Aufgaben, die sie für die Sechsjährigen mitgebracht hat, ebenso wie das nicht ganz einfache Pflasterkleben am Finger und die Frage: „Welche Nummer hat der Notruf? Und wer sitzt eigentlich am anderen Ende?“ Für die Kita Maschwiese ist der Erste-Hilfe-Kurs eine Premiere. Einrichtungsleiterin Manuela Stierwald hatte 19 der älteren Kinder, die im Sommer in die Schule wechseln werden, angemeldet und ist nach dem ersten Durchgang begeistert: „Die Kinder haben super mitgemacht und kamen mit ihren Urkunden ganz stolz zurück in ihre Gruppen.“ Charmanter Nebeneffekt: Der Kurs war kostenlos. Die Johanniter bieten zusammen mit dem Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophen-

hilfe (BBK) Erste-Hilfe-Kurse mit Selbstschutzzinhalten an. Ziel ist es, die Resilienz und praktischen Fähigkeiten der Bevölkerung in außergewöhnlichen Notlagen zu steigern. Das kindgerechte Modul 1, das Anna Sophie Lüthi in der Kita lehrt, ist für Kinder zwischen fünf und zwölf Jahren entwickelt worden, spielerisch sollen sie Erste-Hilfe-Maßnahmen kennenlernen.

TRÖSTEN UND HILFE RUFEN

Denn Erste Hilfe können schon die Kleinsten leisten. Pflaster kleben, trösten, die 112 rufen und ganz wichtig – hinsehen und Notlagen erkennen. Mit Tricks geht das bei den Kindern am besten. Die Nummer 112 lässt sich leicht mit einem Fingerspiel merken, und ein Fingerpflaster hält, wenn vorher Dreiecke reingeschnitten werden. Die stabile Seitenlage können die Sechsjährigen jetzt auch. Weil der Kurs im Tobe- und Sportraum der Kita stattfindet, können alle auf den weichen Matten an Anna Sophie und Artur (6) üben, wie ein Kopf überstreckt und ein Körper in eine sichere Position gerollt wird. Außerdem wissen die Kinder nun, was in einen Verbandkasten gehört. Zum Schluss gibt Anna noch einen wichtigen Rat: „Man muss nicht alles aushalten! Hilfe holen und sich trösten lassen, das ist total okay.“



Gut erklärt: Freiwilligendienstleistende Anna Sophie Lüthi beim Erste-Hilfe-Kurs in der Kita Maschwiese mit Artur (Mitte) und Oskar. Foto: Heun/JUH

Neben dem Angebot für Kinder gibt es sechs weitere Module von Erste-Hilfe-Kursen mit Selbstschutzzinhalten. Mehr Informationen dazu sind unter johanniter.de/selbstschutz zu finden.

Interessenten für Kurse im Großraum Hannover werden gebeten, eine Mail an ausbildung.niedersachsenmitte@johanniter.de zu schicken.



JOHANNITER
www.johanniter.de/hannover
Telefon KundenServiceCenter:
0800 / 0 01 92 14 (kostenfrei)

Campus Handwerk startet große Dozentenkampagne

Handwerkskammer Hannover sucht Honorardozentinnen und -dozenten für die Fachkräfte von morgen

HANNOVER. Die Handwerkskammer Hannover startet ab sofort für den Campus Handwerk eine groß angelegte Kampagne zur Gewinnung von bis zu 75 neuen Honorardozentinnen und -dozenten (m/w/d/u). Gesucht werden engagierte Fachkräfte aus dem gewerblich-technischen, aber auch aus dem kaufmännischen Bereich, die ihr Wissen und ihre Erfahrung an die nächste Generation weitergeben möchten – nebenberuflich, praxisnah und mit Sinn. „Wir suchen Menschen, die ihr Können weitergeben wollen“, sagt Michael Preßler, Abteilungsleiter Förderungs- und Bildungszentrum am Campus Handwerk. „Honorardozentinnen und -dozenten leisten einen unverzichtbaren Beitrag zur Ausbildung zukünftiger Gesellen und Meister. Wer fundiertes Fachwissen mitbringt, kommunikativ ist und Lust hat, junge Menschen zu begleiten, ist bei uns genau richtig.“

VON DER WERKSTATT IN DEN UNTERRICHT – MIT FLEXIBILITÄT UND SINN

Der Campus Handwerk in Garbsen ist die Nachwuchsschmiede für das Handwerk in der Region. In über 100 modern ausgestatteten Werkstätten vermitteln über 60 Fachausbilderinnen und -ausbilder gemeinsam mit zahlreichen Honorarkräften praktisches Wissen in den Bereichen Gebäudetechnik, Fahrzeugtechnik, Metall, Bau, Ausbau, Holz, SHK, Elektro und mehr.

Eine Übersicht aller Fachbereiche und Gruppen findet sich auf der Landingpage. Die Tätigkeit als Honorardozentin ist flexibel planbar und richtet sich sowohl an Berufstätige als auch an Ruheständlerinnen oder Selbstständige. Der zeitliche Umfang wird individuell abgestimmt – von gelegentlichen Einsätzen bis hin zu regelmäßigem Engagement. Unterrichtet werden sowohl Auszubildende als auch angehende Meisterinnen und Meister. Was die Tätigkeit besonders macht, ist die Vielseitigkeit: Für viele der Lehrkräfte ist es schön, wenn ihr Beitrag Früchte trägt – sei es, wenn ehemalige Teilnehmende später selbst erfolgreiche Betriebe führen oder durch neue Impulse im Beruf weiterkommen. Die Bewerbungsformalitäten sind bewusst niedrigschwellig gehalten: Interessierte mit Ausbilderschein können sich unkompliziert über ein Online-Formular bewerben – ganz ohne Lebenslauf. Gesucht werden Menschen mit Persönlichkeit, fachlicher Kompetenz, Verlässlichkeit und Freude an der Arbeit mit größeren Gruppen. Die Handwerkskammer betont ausdrücklich, dass sie keine Fachkräfte aus Betrieben abwerben möchte. Ziel ist es, Fachleute aus der Praxis für eine sinnvolle und flexible Nebentätigkeit zu gewinnen. Weitere Informationen und Bewerbung online unter: www.hwk-hannover.de/honorardozentwerden

Kraftloses, dünnes Haar kann viele Ursachen haben!



Das sieht niemand gerne – nach dem Kämmen finden sich zahlreiche Haare in der Bürste oder dem Waschbecken. Gerade bei dünnerem Haar ist die Sorge groß, dass es zusätzlich auch noch an Volumen einbüßen könnte. Wichtig zu wissen: Wer pro Tag um die 60 Haare verliert, muss sich noch keine Gedanken machen. Das ist völlig normal und dem natürlichen Wachstumszyklus der Haare geschuldet. Wachsen nur mehr dünne Haare nach, sollte man aber gegensteuern.

WARUM DIE HAARE AUSFALLEN

Dass die Haare erst im Alter vermehrt ausgehen, ist ein

weit verbreiteter Irrglaube. Tatsächlich gibt es zahlreiche andere Gründe für abnehmendes Haarvolumen, die Frauen in jedem Alter betreffen können:

1. Saisonaler „Haarausfall“
Gerade jetzt im Sommer können vermehrt Haare ausgehen. Der Hintergrund ist einerseits die vermehrte Sonneneinstrahlung, andererseits aber auch die Belastung durch Zusätze in Schwimmbädern oder dem austrocknenden Salzgehalt im Meerwasser.

2. Hormonelle Umstellung
Sind die Hormone aus dem Gleichgewicht (etwa während der Wechseljahre), kann das den Wachstumszyklus der Haare verkürzen. Die mögliche Folge ist dünneres und

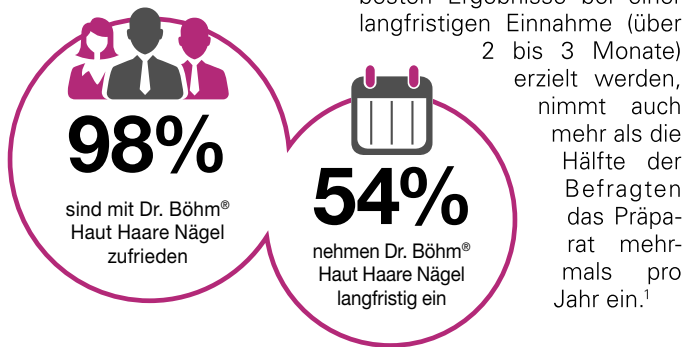
langsamer nachwachsendes Haar. Auch in der Stillzeit werden die Haare lichter – Frauen verlieren dann bis zu 30 % ihrer Haare.

3. Zu häufiges Föhnen
Beim Föhnen gilt: Weniger ist mehr. Die Haare also am besten lufttrocknen lassen – gerade jetzt, wo es draußen ohnehin wieder wärmer ist. Wenn trotzdem geföhnt wird, sollten Sie immer auf einen Abstand von mindestens 20 cm zwischen Föhn und Haaren achten.

WARUM HAARE SPRÖDE & BRÜCHIG WERDEN?

Was viele nicht wissen: Ein Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt kann zu dünnem, sprödem und brüchigem

Haar führen. Umso wichtiger ist es die Haarfollikel von innen heraus zu unterstützen. Gegensteuern kann man zum Glück mit der richtigen Nährstoffkombination: Eine gezielte Versorgung mit Biotin leistet einen Beitrag zum Erhalt normaler Haare.



Es ist auch als „Schönheitsvitamin“ bekannt und spielt eine elementare Rolle für die Haarsubstanz. Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann nicht ausreichend Keratin gebildet werden und es wird spröde und brüchig. Doch Biotin allein ist nicht genug. Durch eine Kombination mit den wichtigen Spurenelementen Eisen, Zink und Selen werden die Haarwurzeln umfassend mit Nährstoffen versorgt.

WAS APOTHEKER EMPFEHLEN

Diese Kombination an Nährstoffen ist in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten enthalten. Zusätzlich punktet das Produkt mit organischem Schwefel (MSM) und hohem Anteil an Kieselerde, die neben der enthaltenen Goldhirse ein natürlicher Lieferant von Silizium ist. Bereits im Mittelalter war die Goldhirse als „Schönheitskorn“ bekannt.

Besonders interessant: Alle Produkte von Dr. Böhm® werden unter höchsten Arzneimittelstandards produziert – keine Selbstverständlichkeit für Nahrungsergänzungsmittel.

UMFRAGE BESTÄTIGT ZUFRIEDENHEIT

Eine groß angelegte Umfrage unter Anwendern von Dr. Böhm® Haut Haare Nägel bestätigt deren Zufriedenheit. Von über 130 Teilnehmern waren 98% zufrieden oder sehr zufrieden. Da die besten Ergebnisse bei einer langfristigen Einnahme (über 2 bis 3 Monate) erzielt werden, nimmt auch mehr als die Hälfte der Befragten das Präparat mehrmals pro Jahr ein.¹

¹Kundenbefragung seit 2018

APOTHEKEN-TIPP bei schütterem Haar



NR. 1
MEISTGEKAUFT²

Nahrungsergänzungsmittel

Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Biotin, Zink und Selen für den Erhalt normaler Haare
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Ergänzt durch natürlichen Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente

Dr. Böhm® - höchste Qualität aus der Apotheke

Dr. Böhm® kombiniert seit über 50 Jahren erfolgreich traditionelles Heilwissen mit aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen und höchsten Arzneimittel-Standards. Das Ergebnis: Optimal dosierte, effektive und gut verträgliche Präparate. Mehr Infos unter drboehm.com

²Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 03/2025



3 Monatskur

Dr. Böhm Haut Haare Nägel ist als Monatspackung (60 Stk.) sowie als 3-monatige Schönheitskur (180 Stk.) zum Vorteilspreis erhältlich. Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach.

Für Ihre Apotheke
PZN: 19485477, 180 Stk. UVP 49,90 €
PZN: 15390975, 60 Stk. UVP 19,90 €

DVD-TIPP

EIN FILM WIE PURER SPRENGSTOFF – UND EINE ECHTE SPAßGRANATE



Als Liam Ógs Partynacht in einem Verhörraum der Polizei endet, hilft Irisch-Lehrer JJ, der für die englisch-sprechende Polizistin dolmetschen soll, ihm nicht nur dabei, das LSD aus seinem Notizbuch zu verstecken. Die darin enthaltenen Texte von Liam Óg und seinem Kumpel Na-oise über Drogen, Sex und den Widerstand gegen das britische Establishment werden mit ein paar Beats aus JJs Garage zu einer ungeplanten Welle, die ganz Belfast überrollt. Doch Polizei, Politik und Paramilitär haben alle ihre eigenen Gründe, den Erfolg der Band im Keim ersticken zu wollen. Zwischen Radioboykotten und Brandanschlägen geraten die drei chaotischen Jungs ins Kreuzfeuer und werden unverhofft zum politischen und rebellischen Symbol einer ganzen Generation. KNEECAP nimmt die Zuschauer mit auf einen durchgeknallten, high-energy Trip voller Sex, Drugs & Hip-Hop durch Belfast und erzählt die teils fiktionale Entstehungsgeschichte des gleichnamigen irischen Hip-Hop-Trios. Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).

Festival mit viel Flex

HANNOVER. Das Flex Ensemble lädt zu einem Wochenende voller Musik ein beim „reflex Open-Air“ im Hölderlin Eins, Hölderlinstraße 1. Am Freitag, 13. Juni, ab 9 Uhr und ab 11 Uhr, geht es los mit dem Musiktheater „Märchen reloaded“ für Kinder von fünf bis elf Jahren. Restkarten können unter info@hoelderlin-eins.de angefragt werden. Am Sonnabend, 14. Juni, werden bei einem Picknick-Konzert ab 14 Uhr Tänze für Klavierquartett präsentiert. Ab 20 Uhr steht zunächst Strawinskys „Sacre du Printemps“ für Klavier zu vier Händen auf dem Programm, danach heißt es: Bühne frei für Jazz-Improvisationen von Markus Becker. Das Flex Ensemble spielt am Sonntag, 15. Juni, ab 12 Uhr, Mozarts Klavierquartett in Es-Dur und transformiert John Cages „Living Room Music“ mit Garten-geräten zur „Innenhof Music“. Der Eintritt ist frei, Spenden sind erwünscht. **RED**

hoelderlin-eins.de

Meister des subtilen Humors

Das Museum Wilhelm Busch widmet **F. K. WAECHTER UND TEX RUBINOWITZ** eine Doppelausstellung

HANNOVER. Zwei Künstler, die als Meister des subtilen und schrägen Humors gelten – und eine Beziehung zu Hannover haben. Tex Rubinowitz wurde in dieser Stadt geboren, F. K. Waechter hat hier einige seiner wichtigsten Theaterstücke inszeniert. Das Museum Wilhelm Busch widmet ihnen eine Ausstellung, die noch bis zum 14. September zu sehen ist.

Unter dem Titel „Wo die Irren flirren – F. K. Waechter. Unvergessen für immer“ werden die Absurditäten des Alltags in den Fokus gerückt. Vergnüglich darf man sich fragen: „Sind denn alle verrückt geworden?“ Denn der Karikaturist, Autor und Dramatiker versteht es wie kaum ein anderer, Regeln und Autoritäten in Frage zu stellen und Beobachtungen des scheinbar Alltäglichen mit subversiver Gesellschaftskritik zu verbinden.

Mit Cartoons wie „Wahrscheinlich guckt wieder kein Schwein“ (1971) inspirierte er Generationen von Zeichnenden. Als ein Vertreter der Neuen Frankfurter Schule prägte er seit den 1960er-Jahren die deutsche Satire.

Bekannt vor allem als Gründungsmitglied des berühmt-berüchtigten Satire-Magazins „Titanic“, war er jedoch auf vielen Bühnen zu Hause – im wahrsten Sinne: Mehr als 40 Theaterstücke hat er geschrieben. Fünf Uraufführungen gab es in Hannover. Das bekannteste Stück, „Die Eisprinzessin“, die in über 200 Aufführungen zwischen 1993 und 2005 durch das Treppenhäus der Cumberlandschen Galerie fegte und dabei langsam auftaute, liefert dann auch die Inspiration für den Titel. „Auf nach Süden!“, heißt es darin, „wo die Irren flirren“.

Das Museum Wilhelm Busch gibt in dieser Ausstellung beiden Teilen seines Schaffens

Raum, sowohl der Zeichenkunst als auch der Welt des Stückeschreibers. Insbesondere Waechters Theaterarbeit in Hannover wird mit einer Auswahl an Programmheften, Bühnenfotografien und Filmausschnitten präsentiert. Am Sonnabend, 23. August, wird zum 350-jährigen Jubiläum der Herrenhäuser Gärten zudem ein Theaterstück Waechters live beim Sommerfest im Großen Garten aufgeführt: „Der alberne Hans“. In dem modernen Märchenspiel verwandelt eine Hexe alle Hofbewohner in Katzen, und der Dumme stellt sich am Ende als der Kluge heraus.

Zeitgleich werden Waechters Zeichnungen aus den Bilder- und Mitmachbüchern „Da bin ich“ und „Die Kronenklaue“ gezeigt, die sich sowohl an Kinder als auch an Erwachsene richten.

„Kartoffeln machen Druck von unten“ heißt der Titel der Ausstellung, die Cartoons und Stickstoff von Tex Rubinowitz präsentiert. Stickstoff? Ja, richtig gelesen. Dabei handelt es sich um auf Stoff gestickte oder genähte Sinnsprüche. Sind sie ein parodierendes Augenwinkern an die gestickten Sinnsprüche, die in manchen deutschen Wohnzimmern oder Dachbodenkisten noch immer auf gerahmte Bildern über der Tür oder auf Zierkissen und Geschirrtüchern zu finden sind? In der Rubinowitz-Version steht dann dort: „Deine Luft will ich auch nicht mehr atmen“ oder auch dadaistische Poesie.

Der Künstler liebt es, Traditionen ihrer gewohnten Bedeutung zu berauben. So hat er unzählige Listen gesammelt, beispielsweise „Was Psychiater sich während der Therapiesitzung so notieren“, wo man dann liest: „Das hat er mir letzte Woche schon erzählt...“.



F. K. Waechter: „Alles klar – Ne wieso“, o. J.

F. K. Waechter Erbengemeinschaft

Die skurrilen und tiefsinnigen Cartoons und Texte des gebürtigen Hannoveraners sind unter anderem in der Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung, dem österreichischen Standard, der Wiener Stadtzeitung Falter und dem Satiremagazin Titanic zu sehen und zu lesen. Spätestens, „Das hat er mir letzte Woche schon erzählt...“.

mann-Preis gewann, ist Tex Rubinowitz dem Publikum auch als Autor bekannt. In seinen Zeichnungen treffen zerzauste Figuren auf Eichhörnchen, Federvieh oder Raupen – harmlos auf den ersten Blick, oft tiefsinnig auf den zweiten. Mit lakonischem Humor dekonstruiert Rubinowitz die Welt des Alltags, jongliert mit Sprache und Sinn und hinterlässt

beim Betrachter ein leises Stau-nen, manchmal gemischt mit angenehmer Ratlosigkeit.

Die nächste Sonntagsführung durch die Ausstellungen beginnt am 8. Juni um 11.30 Uhr, eine Reservierung ist online möglich. Die Teilnahme kostet 5 Euro zuzüglich Museumseintritt. **R/H/R**

karikatur-museum.de

„hell:wach“: Klassik für alle

HANNOVER. Zehn Jahre „UNESCO City of Music“ – das wird gefeiert, unter anderem mit der Reihe „hell:wach“ des Landesverbandes der Freien Klassik-Szene Niedersachsen. Der Konzertbesuch ist jederzeit möglich, das Publikum darf Besuchsdauer und auch den Eintrittspreis selbst bestimmen. Es gilt: Zahlen, so viel man kann und möchte. Das Programm beginnt am Freitag, 13. Juni, um 16 Uhr am Musik-Kiosk am Kröpcke. Nach Konzerten von Jazz über Klassik bis Tango und Filmmusik mit dem Birgit Marx Trio, Klarinet-tentrio Schmuch, Duo Saveri und Danza-Duo geht es mit Samba-Rhythmen der Percu-sion Unit Hannover ab 17.30 Uhr auf vom Musik-Kiosk zum Künstlerhaus, Sophienstraße 2. Dort spielt dann im Literaturhaus ab 18 Uhr das Ensemble La Festa Musicale „Music between Earth and Air“ – eine Orchester-suite nach Vorlagen von Georg

Friedrich Händel. Im Hofsaal präsentiert das Flex Ensemble Werke von Mozart und Brahms, danach gibt es unter anderem vierhändiges Klavierspiel nach Samuel Barber vom Duo Ion-Yilmaz und Bach-Interpretationen der Hannoverschen Hofkapelle (20 Uhr). „Transkulturelle Bach-Neudeutungen zu Klangmosai-ken“ stehen auf dem Programm des Asamura Ensemble, das Klassik weiterdenkt und unter Berücksichtigung kultureller Zugehörigkeit und Diversität neu und innovativ erlebbar machen



Asamura Ensemble
Foto: Ghazaleh Ghazanfari

will. Ab Mitternacht geht es nach Gypsy Swing von Strada Si Gitarra über in ein genreübergreifendes DJ-Set von Demir Cesar. Am Sonnabend, 14. Juni, beginnt das Festivalprogramm morgens um 8 Uhr im Hofsaal des Künstlerhauses mit Taverna Nova: Das Quartett spannt einen Bogen von barocken Melodien über argentinischen Tango bis zu mediterranen Volksliedern. In der spannenden Kombination aus zwei Harfen, Viola und Querflöte spielt das Amarte Ensemble Werke von Maurice Ravel und Bernard Andrés. Das Ensemble Megaphon bringt zum Abschluss des Festivals Lieder des sozialen Widerstands mit, die von Ludwig van Beethoven über Erik Satie bis zu John Lennon reichen. **R/H/R**

Das Programmheft mit allen Konzerten steht auf freie-klassik-niedersachsen.de zum kostenlosen Download bereit.

Reggae & Pflanzentausch

HANNOVER. Mobi Rick, das mobile Kulturangebot im Bauwagen, ist wieder unterwegs. Präsentiert vom Stadtteilzentrum Ricklingen, gibt es an drei Orten ein Kulturprogramm zum Mitmachen – unter freiem Himmel und für alle Generationen. Also: Aus-schau halten nach dem pinken Wal! Am Sonnabend, 7. Juni, ist Mobi Rick noch auf dem Nenn-dorfer Platz. Von 15 bis 17 Uhr sind dort alle Pflanzenfans eingeladen zum Tauschen – ob Setzlinge, Kräuter oder Zimmerblumen, alles kann in neue, liebevolle Hän-de gegeben werden. Auch wer noch keine eigenen Pflanzen hat, kann gern vorbeikommen Infos gibt es von der Solidarischen Landwirtschaft (Solawi). Die Teilnahme ist kostenlos. Weiter zieht Mobi Rick zum Friedrich-Ebert-Platz, vom 12. bis 14. Juni ist dort jeweils von 15 bis 18 Uhr Programm. Am Freitag, 13. Juni, tritt ab 17 Uhr die Peace Development Crew auf. Mit ihrer positiven

Energie und mitreißenden Büh-nepresenz bringt sie den karibi-schen Groove mit viel Bass und Elektronik in die Stadt. Gesungen und gerappt mit deutschen, eng-lischen und spanischen Texten, liefert die Band tanzbaren Roots Reggae ab, der gerne auch mal durch Ska, Jungle, Dub, Hip Hop, Latin und Dancehall schweift. Der letzte Standort für Mobi Rick ist dann vom 19. bis 22. Juni, jeweils von 15 bis 18 Uhr, auf dem Dor-mannplatz. Der Eintritt ist frei, die Teilnahme ohne Anmeldung möglich. **R/H/R**



Live: Peace Development Crew
Foto: BackstagePro

Slipknot rocken die Expo-Plaza

HANNOVER. Nachdem sie ihre Tour zum 25-jährigen Bandjubiläum restlos ausverkauft haben und ihre legendäre Live-Performance als Headliner zum Rock am Ring brachten, machen Slipknot Station auf der Expo-Plaza. Am Dienstag, 10. Juni, gibt es ab 17.30 Uhr die volle Metal-Dröhnung. Ihr unverkennbarer Sound, düstere Texte und die markanten Masken haben Millionen von Fans weltweit begeistert. Support kommt von Motionless in White und Polaris. Tickets (ab 93,40 Euro zuzüglich Vorverkaufsgebühren) sind über eventim zu haben. **RED**

Jazz trifft auf Poesie

HANNOVER. Begleitet von einem großartigen Jazz-Trio (Johannes Keller, Tim Nicklaus und Max Hobohm) treten beim „Jazz ‘n’ Poetry“ am Donnerstag, 12. Juni, ab 20 Uhr Slam-Poetinnen und Bühnenrockers an. Live in der Warenannahme / Faust, Zur Bettfedernfabrik 3, tragen Jenny Ly-Rieck, Elias Naeb und Jule Sklarek ihre Texte vor. Das Publikum entscheidet per Applaus-Lautstärke, wer gewinnt. Durch den Abend führt Henrik Szanto. Eintritt an der Abendkasse: 18 Euro, ermäßigt 15 Euro. **R/H/R**

Kreativer Kindertanz

HANNOVER. Hüpfen, toben, schleichen oder massieren, verkleidet als Glitzerfee oder kühne Piratin – beim kreativen Kinder-tanz verbinden sich Bewegung, Spiel, Fantasiewelt und Entspannung. Die Tanzpädagogin Anna Lenz bietet in einem Kurs für kleine Tanzbegeisterte zwischen vier und sechs Jahren einen wert-schätzenden Raum, in dem die Teilnehmenden sich entfalten können. Dabei stehen Freude an Bewegung und Gemeinschaft im Mittelpunkt. Der Kurs findet vom 6. bis 27. Juni freitags ab 16 Uhr im Freizeitheim Linden, Windheimstraße 4, statt. Eine An-meldung ist erforderlich unter fzh-linden@hannover-stadt.de, die Teilnahme kostet 24 Euro, mit Aktiv-pass 12 Euro. **RED**

Tucholsky unter freiem Himmel

HANNOVER. Das Theater an der Glocksee zeigt zu Pfingsten weitere Aufführungen unter freiem Himmel nach Tucholskys Roman: „Gripsholm. Fragmen-te“ behandelt eine Ménage à trois vor dem Hintergrund eines Urlaubs in Schweden. Treffpunkt ist eine Stunde vor Beginn am Pa-villon im Garten des Museums Wilhelm Busch. Dort erhält man (nach Online-Reservierung) Ticket und Kopfhörer, danach geht es über rund einen Kilometer durch den Georgengarten und auf Picknickdecken. Termine am Sonntag, 8. Juni, sind um 11 Uhr und um 16 Uhr. **RED**

Tickets: theater-an-der-glocksee.de



CRO - CRONICLES OPEN AIR
28. August 2025 | EXPO Plaza

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Will Smith - „Based on a True Story“
15. Juli 2025: Gilde Parkbühne

Nico Santos - Sommer Live
17. Juli 2025: Gilde Parkbühne

The Courettes
18. Juli 2025: Cafe Glocksee

Authority Zero + Makewar
29. Juli 2025: Béi Chéz Heinz

Fährmannsfest 2025
Diverse Termine: Weddigenufer

Gaerea
05. August 2025: Béi Chéz Heinz

Babylon Circus
07. August 2025: Faust - 60er Jahre Halle

Santana - Oneness Tour
09. August 2025: ZAG-Arena

Vor Ort für Sie da:

In den HAZ & NP Geschäftsstellen

Hannover, Lange Laube 10

Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2

Hannover, Georgstr. 35 im Musik Kiosk

Burgdorf, Marktstraße 16



tickets.haz.de | Barrierefreier Schwerbehinderten-Service unter: service@haz-ticketshop.de

HELPER IN SCHWEREN STUNDEN

DAS GIBT ANGEHÖRIGEN HALT



Erinnerung in Stein gemeißelt

Was bei der Auswahl eines Grabsteins wichtig ist – und wie sich seriöse Anbieter erkennen lassen

Die Auswahl eines Grabsteins ist ein bedeutender Schritt im Rahmen der Trauerbewältigung und der würdevollen Erinnerung an einen Verstorbenen. Dabei geht es nicht nur um ästhetische Fragen, sondern auch um rechtliche, praktische und finanzielle Aspekte. Ein Grabstein soll dauerhaft Bestand haben, den Charakter des Verstorbenen widerspiegeln und den geltenden Friedhofsordnungen entsprechen.

Vorgaben zur Größe

Zunächst ist es wichtig, sich über die örtlichen Vorschriften zu informieren. Friedhöfe legen häufig genaue Vorgaben zur Größe, Form und zum Material von Grabmalen fest. Ein professioneller Steinmetz kennt diese Regelungen und kann bei der Auswahl beraten.

Beim Material bieten sich Natursteine wie Granit, Marmor oder Sandstein an, wobei Granit aufgrund seiner Widerstandsfähigkeit besonders beliebt ist. Die Wahl des Materials beeinflusst nicht nur die Optik, sondern auch die Pflegeintensität und Haltbarkeit des Grabmals.

Kosten variieren

Gestaltungselemente wie Inschrift, Symbole oder Ornamentik sollten mit Bedacht gewählt werden. Sie tragen zur individuellen Ausstrahlung des Grabsteins bei. Auch hier lohnt es sich, auf fachkundige Beratung zurückzugreifen. Ein seriöser Anbieter nimmt sich Zeit, um auf die Wünsche der Hinterbliebenen einzugehen, informiert transparent über Kosten und gibt einen Überblick über Gestaltungsmöglichkeiten.

Die Preisgestaltung kann stark variieren. Umso wichtiger ist es, Angebote sorgfältig zu vergleichen.



Ein Grabstein symbolisiert liebevolle Erinnerung und persönliche Verbundenheit. Mit handwerklicher Präzision gestalten Steinmetze individuelle Modelle – jedes davon ist ein Unikat.

Symbolfotos: Tima Miroshnichenko/Pexels, RDNE Stock/Pexels

chen. Die Verbraucherzentrale rät dazu, beim Abschluss von Werk- oder Kaufverträgen möglichst keine oder nur eine geringe Vorauszahlung zu leisten – idealerweise nicht mehr als zehn Prozent des Gesamtpreises. Auf diese Weise wird das finanzielle Risiko minimiert. Weitere Hinweise auf Seriosität sind ein detaillierter Kostenvoranschlag, nachvollziehbare Preisangaben und schriftliche Vereinbarungen zu Lieferzeiten und Zusatzleistungen.

Referenzen einholen

Empfehlenswert ist es, Referenzen des Anbieters einzuholen

oder sich vor Ort abgeschlossene Arbeiten anzusehen. Zertifikate von Handwerkskammern oder Mitgliedschaften in Fachverbänden können zusätzliche Orientierung bieten. Auch ein unverbindliches Beratungsgespräch sollte jederzeit möglich sein.

Ein Grabstein ist eine langfristige Entscheidung. Sie sollte in Ruhe getroffen und nicht unter Zeitdruck erfolgen. Fachliche Kompetenz, Einfühlungsvermögen und Transparenz seitens des Anbieters sind entscheidende Kriterien für eine vertrauensvolle Zusammenarbeit.



„Ich“ oder „wir“ – Testamenteröffnung hängt von Formulierungen ab

Nachlassgericht informiert unter Umständen alle Beteiligten über den Inhalt des Dokuments

Vor dem Tod hat niemand Anspruch darauf, zu erfahren, welche Testamente eine Person errichtet hat – noch nicht einmal nahe Angehörige. Erst nach dem Tod werden diese eröffnet und den gesetzlichen Erben sowie den Bedachten bekanntgegeben.

Mit der Geheimhaltung geht es sogar so weit, dass bei einem gemeinschaftlich errichteten Testament – etwa von Eheleuten – beim Tod eines Ehegatten nur dessen Verfügungen eröffnet werden. Die Verfügungen des hinterbliebenen Ehepartners müssen zunächst geschwärzt werden und dürfen erst bekanntgegeben werden, wenn auch dieser stirbt.

Doch nicht immer ist diese Grundregel bei gemeinschaftlich errichteten Testamenten einzuhalten. Lassen sich die Verfügungen nicht eindeutig trennen, zum Beispiel weil der letzte Wille in der „Wir-Form“ verfasst ist, ist das

Nachlassgericht dazu befugt, das gesamte Testament zu eröffnen. Das zeigt ein Beschluss des Ober-

landesgerichts Zweibrücken (Az. 8 W 13/24) auf das die Arbeitsgemeinschaft Erbrecht des Deut-

schen Anwaltvereins hinweist. In dem konkreten Fall hatte ein Witwer nach dem Tod seiner Frau

beim Nachlassgericht beantragt, das Testament nur teilweise, nämlich ohne die gemeinsame Verfügung der Eheleute, zu eröffnen und bekannt zu geben. Das Nachlassgericht kam diesem Wunsch aber nicht nach und kündigte an, das gemeinschaftliche Testament der Eheleute vollständig bekanntzumachen.

Zu Recht, wie das Gericht befand. Das Testament der Eheleute war nicht nur in der Wir-Form verfasst, es enthielt auch Verfügungen, die mit Formulierungen wie „der Überlebende von uns“ oder „der Längstlebende von uns“ eingeleitet wurden. Weil solche Ausdrücke explizit aussagen, dass sie auch vom Erstverstorbenen mitgetragen wurden, sind die Verfügungen unteilbar miteinander verbunden, das Testament muss insgesamt bekanntgegeben werden. dpa



Testamente bleiben zu Lebzeiten geheim: Nicht einmal Angehörige sollten vor dem Tod Einsicht nehmen.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

**Bestattungen
Werner Georg**

Tag und Nacht dienstbereit
Wir helfen Ihnen persönlich.
Erledigen alle Formalitäten
und Ihren Schriftverkehr.

Sehnder Str. 5, 30559 Hannover-Anderten
Victor-Schulte-Straße 2, 30539 Hannover-Bemerode
Tel.: 0511 / 51 28 28
info@bestattungen-georg.de
www.bestattungen-georg.de

5577101_000125

**Behling
BESTATTUNGEN**

Mitglied im Bestatterverband
Niedersachsen e.V.

125 Jahre Vertrauen durch Kompetenz
-wenn Sie uns brauchen, haben wir Zeit!

ERD-, FEUER-, SEE- UND WALDBESTATTUNGEN
BERATUNG IM TRAUERHAUS - VORSORGE - EIGENE TRAUERHALLE

30659 Hannover-Buchholz
Sutelstr. 69

30629 Hannover-Misburg
Waldstraße 12

Telefon **0511-6478014**

e-mail: ab@behling-bestattungen.de - www.behling-bestattungen.de

18630501_000125

**Kolumbarium
Hl. Herz Jesu**

**Würdevolle Urnenbeisetzungen
in der Kirche Hl. Herz Jesu**
Max-Kuhlemann-Str. 13 • 30559 Hannover
Info-Telefon: 0511 9 59 26-0
www.kolumbarium-hannover.de

10963301_000125

**Hermann Niemann
BESTATTUNGsinstitut**
Inh. Petra Niemann

- Fachkundige Beratung zur Bestattungsvorsorge
- Individuelle Ausführung aller Bestattungsarten
- Persönliche Beratung, Hausbesuche

Tag & Nacht unter: (0511) **66 12 34**
Husarenstraße 29 • 30163 Hannover
www.niemann-bestattungen.de • info@niemann-bestattungen.de

Seit 1903
in Familienbesitz

Vertrauen Sie in über 100 Jahre Erfahrung im Bestattungswesen!

6519301_000125

JÖCKS BESTATTUNGEN

Mars-la-Tour-Straße 3
30175 Hannover
Telefon (0511) 47 53 22 0

Inh. Anja Lentze-Jöcks

12169601_000125

Raum und Zeit für den Abschied

BÖKER
Bestattungen Tischlerei

- Bestattungen auf allen Friedhöfen
- Erledigung sämtlicher Formalitäten
- Persönliche und kompetente Beratung
- Hausbesuche auf Wunsch
- Gestaltung von Trauerdruck
- Eigene Trauerfeierhalle
- Trauerbegleitung
- Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten

Beekestraße 66/68, 30459 Hannover-Ricklingen
0511 / 42 17 17
bestattungen@boeker-hannover.de
www.boeker-hannover.de

6582401_000125

**Unterstützung mit
Herz und Verständnis.**

Warnecke
BESTATTUNGEN

Tag & Nacht Tel. 0511-53 03 60
Breithauptstr. 3 • Hannover
www.warnecke-bestattungen.de

5944901_000125

**BESTATTUNGSDIENST
LUTZ BIERWISCH**

Erd-, Feuer-, Seebestattungen
eigene anonyme Grabanlage • Friedwald • Ruheforst
Wunstorfer Str. 49 • 30453 Hannover
Tel.: 0511 / 590 31 33 • Mobil: 0171 / 841 87 49
Ronnberg • Hannover • Lehrte
www.bierwisch-bestattungen.de

6447601_000125

FROMM
Familienbetrieb seit 1908

Pieperstraße 14 • 30519 Hannover
Telefon 0511 - 86 26 91
info@fromm-bestattungen.de
www.fromm-bestattungen.de

**Erd-, Feuer- und Seebestattungen
Bestattungsvorsorge**

6521101_000125

Gebr. Lautenbach
Bestattungshaus

WIR SIND FÜR SIE DA!
Ihre Hilfe im Trauerfall –
digital & jederzeit

- Abmelde-Assistent**
Ihr digitaler
Formalitätenhelfer
- Gedenkseite**
Gemeinsam trauern
& sich erinnern
- Trauerfeier-Musik**
der Soundtrack
eines Lebens

u.v.m

Filialen
• Linden
• Ricklingen
• Mühlenberg
• Hemmingen

0511 – 92 99 10

6503001_000125

www.lautenbach-bestattungen.de

HOROSKOP

**WIDDER 21.3.–20.4.**

Mit Ihrem Gespür für Menschen erkennen Sie jetzt auf den ersten Blick, wem Sie vertrauen können und wem nicht. Nehmen Sie eine Sache mit Humor.

**STIER 21.4.–20.5.**

Das Verständnis, das Ihnen jemand entgegenbringt, weckt Sympathien. Mit einem Mal scheint das Leben viel einfacher und unkomplizierter zu sein.

**ZWILLINGE 21.5.–21.6.**

Je bunter und abwechslungsreicher Ihr Leben, desto besser. Sie grübeln nicht, sondern genießen das Dasein. Und genau das strahlen Sie auch aus!

**KREBS 22.6.–22.7.**

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

**LÖWE 23.7.–23.8.**

So mancher festgefahrene Standpunkt braucht dringend eine neue Draufsicht. Kompetente Berater könnten Ihnen da eine Vielzahl guter Tipps geben.

**JUNGFRAU 24.8.–23.9.**

Eine positive Ausstrahlung spiegelt Ihre optimistische Lebenseinstellung wider. Das macht es für Sie einfach, zurzeit neue Kontakte zu knüpfen.

**WAAGE 24.9.–23.10.**

Man könnte Ihnen einen Kompromiss vorschlagen, den Sie nicht einfach ablehnen sollten. Denken Sie darüber nach und gehen Sie keine Risiken ein.

**SKORPION 24.10.–22.11.**

„Funkstille“ ist zwar nicht das Thema, doch dürfen Sie sich ruhig etwas gesprächiger zeigen. Niemand weiß momentan, was Sie gerade beschäftigt.

**SCHÜTZE 23.11.–21.12.**

Verschließen Sie sich gut gemeinten Ratschlägen nicht, auch sollten Sie Ihre eigenen Gewohnheiten einmal auf ihre Notwendigkeit hin überprüfen.

**STEINBOCK 22.12.–20.1.**

Ganz Mutige wagen den Absprung in eine vorteilhaftere Lebenssituation durch Wohnungs- oder Ortswechsel. Eine Zeit der Veränderung hat begonnen.

**WASSERMANN 21.1.–19.2.**

Viele zauberhafte Stunden machen diese Zeit unvergesslich. Um sie in vollen Zügen genießen zu können, sollten Sie alles langsam angehen lassen.

**FISCHE 20.2.–20.3.**

Gefühle sollten etwas gebremst werden, wenn es sich um anstehende Entscheidungen dreht. Wichtige Informationen erhalten Sie durch einen Zufall.

GEWINNRÄTSEL

Ackerbau

weicher Eisniederschlag

Stern im ‚Wal-fisch‘

▼

Kindertrompete

▼

Vorname der Dago-ver ↑ 1980

▼

japanischer Politiker ↑ 1909

▼

scheues Waldtier

▼

Richtschnur

▼

türk. Großgrundherr

▼

von sehr hoher Wärme

▼

Neckerei

▼

skand. Erzählstil des MA.

▼

Verstand

▼

spanischer Artikel

▼

früher, einst

▼

jap. Heiligtum

▼

altromischer Kaiser (Mark)

▼

Fremdwortteil: ehemals

▼

babylonische Gottheit

▼

Tapferkeit

▼

weggebrochen (ugs.)

▼

Windseite

▼

geräumige Familienautos

▼

schwäbischer Höhenzug

▼

zentral-mallorq. Ebene (Es ...)

▼

nord. Herrin des Meeres

▼

Possenreißer

▼

deutsche TV-Anstalt (Abk.)

▼

Insel-europäer

▼

japanische Münze

▼

Schellfisch-art

▼

Toilette (Abk.)

▼

Rheindelta-arm

▼

bayrisch: nein

▼

zu dem Zeitpunkt

▼

exakt, genau

▼

Weißhandgibbon

▼

telefonieren

▼

Tränenvergießen

▼

1

2

3

4


5

6

7

8

Länger im Blick bleiben:
Hier Ihre Anzeige buchen auf
www.wochenblaetter.de



Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Ein Film wie purer Sprengstoff – und eine echte Spaßgranate– „Kneecap“. Auf eifrige Rätselfreunde wartet 3 mal 1 DVD als Gewinn.

ACHTUNG: Jetzt QR-Code scannen und gewinnen! So können Sie gewinnen: Scannen Sie einfach diesen QR-Code, um an unserem Gewinnspiel teilzunehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Alle Lösungen, die bis Donnerstag, 12. Juni, 17 Uhr, eingehen, nehmen teil.

LEBENSHILFE

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

APOTHEKEN

SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:	SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:
Apotheke zur Kugel, Tel. 669944, Bödekerstr. 69 Helios-Apotheke, Tel. 407363, Geveker Kamp 58 Leine-Apotheke Misburg, Tel. 580900, Waldstr. 1 Rosen-Apotheke, Tel. 327274, Lavesstr. 6	Apotheke am Heidering, Tel. 76835601, Am Heidering 2 Luise-Apotheke am Opernhaus, Tel. 12370790, Theaterstr. 14 Löwen-Apotheke, Tel. 485558, Richard-Lattorf-Str. 19


NOTDIENSTE

Stadt Hannover:	
Allgemeiner Notruf (Polizei)	110
Feuerwehr	112
Retungsleitstelle	
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	31 10 31
Zahnärztl. Notdienst (alle Kassen)	6 42 48 08
Privatärztlicher Notdienst*	1 92 57
Privatärztl. Akutdienst* (0 18 05)	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



Ihr Reisepreis ab

€ 269

pro Person im DZ



Amsterdam 750 jaar

Meisterwerke von Rembrandt bis Vermeer

750 Jahre Amsterdam & Privatsammlung Leiden Collection

Reisetermine 2-Tage-Reise/ÜF:

Di. 22.07. - Mi. 23.07.2025 | Di. 12.08. - Mi. 13.08.2025

Eine der größten Privatsammlungen zeigt ihre Schätze bei der Sonderausstellung „Von Rembrandt bis Vermeer“ im H'ART Museum Amsterdam. Rembrandt & Co. kommen zurück nach Hause. Amsterdam bekommt ein besonderes Geburtstagsgeschenk: Anlässlich der 750-Jahr-Feier der niederländischen Hauptstadt stellt die renommierte Privatsammlung Leiden Collection 75 Gemälde von Meistern aus dem 17. Jahrhundert für einen kurzen Zeitraum bis August zur Verfügung, darunter 18 Werke von Rembrandt van Rijn (1606-1669) aus.

Im Mittelpunkt der Ausstellung stehen die 17 Gemälde und eine Zeichnung von Rembrandt. Der holländische Meister war 1630 aus Leiden nach Amsterdam gekommen und erlebte dort seine Blütezeit. Gezeigt werden nun auch Werke von Rembrandts Zeitgenossen wie Ferdinand Bol, Govaert Flinck, Frans Hals oder Jan Steen. Ein Höhepunkt aber ist das Gemälde von Johannes Vermeer (1632-1675) „Junge Frau am Virginal“. Es ist das einzige Bild des Delfter Malers, dass sich im Privatbesitz befindet. Der US-amerikanische Geschäftsmann, Thomas Kaplan, ist seit seiner Kindheit fasziniert von Rembrandt. Und diese Liebe war, wie er in Amster-

dam sagte, die Basis für seine Sammlung. Er hatte sie auch nach der Geburtsstadt des Malers benannt. Die Leiden Collection ist eine der bedeutendsten Privatsammlungen der niederländischen Malerei des 17. Jahrhunderts. Genießen Sie auch das phantastische 4-Sterne-Superior Design-Hotel Four Elements Amsterdam mit herrlichem Ausblick auf den Hafen und das IJsselmeer!

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Hotel Four Elements Amsterdam****Sup.
✓ VIP-Eintritt Ausstellung „Leiden Collection – Von Rembrandt bis Vermeer“ im H'ART Museum Amsterdam
✓ Inklusive City-Tax Amsterdam

Extrakosten pro Person:	Doppelzimmer zur Alleinbenutzung Einzelzimmer	€ 66
	3-Gang-Abendessen im Hotel.....	€ 28
	Stadtführung Amsterdam ca. 2 Std. inklusive Tax	€ 28
	Grachtenrundfahrt Amsterdam ca. 1 Std.	€ 15

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

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

9664401_002625

STELLENMARKT

WOHN PARK
KASTANIENHOF

WIR
STELLEN
EIN

ex. Fachkraft als Nachtwache

in einer Seniorenresidenz (betreutes Wohnen)

- ✔ Weihnachtsgeld
- ✔ Stundenlohn je nach Erfahrung zzgl. der Zeitzuschläge
- ✔ günstige Verpflegungsmöglichkeiten in unserem Restaurant
- ✔ 300 € Gesundheitsbonus
- ✔ Vergünstigtes Deutschlandticket

ab 4.000 €

21,80€ - 26,85€ pro Stunde
33 Stunden pro Woche

Senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen an
bewerbung@wohnpark-kastanienhof.de

Die Dr. Rohrbach-Schulen in Hannover suchen für ihre staatlich anerkannte **Berufsfachschule für Ergotherapie** ab 01.09.2025 oder später eine/n

**DR. ROHRBACH
SCHULEN**

Ergotherapeut/in (m/w/d)

in Anstellung mit einem Stellenumfang von 75% bis 100% für Leitungsaufgaben, Unterrichtung und Praktikumsbetreuung.

Voraussetzungen sind mehrjährige Berufserfahrungen als Ergotherapeut/in sowie ein einschlägiger Masterabschluss. Pädagogische Kenntnisse und/oder Erfahrung im Unterrichten sind von Vorteil.

Ihre Bewerbung senden Sie bitte per E-Mail an:
Schulen Dr. Rohrbach, Herrn Frank Malisius, bewerbung@rohrbach-schulen.de

www.rohrbach-schulen.de

Erzieher (m/w/d)
in Vollzeit

für unseren liebevollen Kindergarten in Hannover-Bothfeld.

Wir bieten:

- ✓ Bezahlung angelehnt an TVöD-SuE
- ✓ Jahressonderzahlungen
- ✓ Betriebl. Altersvorsorge
- ✓ 32 Tage Urlaub
- ✓ Gute Verkehrsanbindung

Mehr Infos:

- www.die-traumkiste.de
- Bewerbung an: helmerding@htp-tel.de

Arbeitslos?

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

Reinigungskraft m/w/d für Hannover-Blumhardtstr. gesucht. AZ: Montag - Freitag ab 5:00 Uhr, 1,5 Std. täglich Tel. Bewerbung: ☎ 0170/4553815

Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH
Reinigungskräfte für Treppenhausräumung gesucht, VZ/TZ, Minijob, Tariflohn. CMD GmbH ☎ (0511)2123060 o. ☎ (0172) 5491409

Küchenhilfe gesucht, AZ: Mo-Fr von 7-ca. 14:30 Uhr. 0163/6454322

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Gel. Gärtner sucht Arbeit, Gartenpfl., Hecke, Zaun.- Terrasse, etc. ☎ (01 77) 7 06 75 68

Alltagsbetreuung/Begleitung Kosten durch alle Pflegekassen möglich. Tel: 015560191957

Fensterputzer erfahren sucht Arbeit im Privathaushalt Tel.01771477987

Putzfrau mit Erf. sucht Stelle im Privat-Haushalt. ☎ (01 52) 10 14 07 67

Maler sucht Arbeit, auch am Wochenende. ☎ (01 76) 40705700

Gelernter Maler sucht Arbeit. ☎ 0152/09425573

STELLENANGEBOTE MINIJOB

Prospektverteiler m/w/d mit eigenem PKW, bei freier Zeiteinteilung auf 538€-Basis für den Raum Hannover-Burgdorf-Lehrte gesucht. Tel. ab Montag. ☎ 0175 7289494

Treppenhausräumung, 2 Treppenhäuser à 7 Whg., Einsatz 1-2 x pro Woche an privat, Basis € 556,- zu vergeben. ☎ 0171 4126724

Suche Hausmeister, gerne auch Ehepaar für Reinigung u. kleinere Reparaturen eines MFH in Isernhagen Süd, sehr gute Bezahlung ☎ (01 71) 7 06 79 57

STELLENGESUCHE MINIJOB

Bürokaufmann und Verwaltungsbeamter im Ruhestand sucht Büro-tätigkeit als Minijob; 015126849914

Hilfe im Haus Garten, Einkaufen, PKW vorhanden ☎ (05137) 9860390

Achtung Stellensuchende

Legen Sie Bewerbungen keine Originalzeugnisse oder andere wichtige Papiere bei, deren Verlust oft unersetzlich ist.

Für verlorene eingegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

Lust auf mehr Eis und mehr Taschengeld?

Wir suchen
DICH!

Werde **Wochenblattbote (m/w/d)** und verteile in den Sommerferien am Samstag das Anzeigenblatt **in deiner Region!** (ab 14 Jahren)

Ruf uns einfach an
unter: 0511 518 2555

Auf Wunsch, schneller Kontakt über
WhatsApp

BAUGRUNDSTÜCKE GESUCHE

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

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

3-ZI.-WHG.-VERMIETUNG

Laatzten, 3Zi.-Whg., 79,58m², neu renov. (2023), Bad, Gäste-WC, EBK (ohne E-Geräte), Bllk., Kellerraum, Stellplätze kostenlos vor der Anlage, KM 800€ + NK 254€ + Strom + 2108€ Kaution, ab 01.08.2025 frei, zentrale Lage, ☎ (01 78) 6 98 72 19

3Zi.-Whg., 69m², 1. Etage mit Balkon, in Bornum, 700€ KM + ca. 220€ NK, ab 01.07. zu vermieten. ☎ 0511/436436

GARAGEN VERMIETUNG

Stellplatz, überdacht, Wunstorfer Landstr.14, Auto mit Anhänger, 50€, ☎ 40 13 46

Große Garage in Hannover Misburg zu verm., ca. 20 m², Miete 100€/monatl. + MS 300€ ☎ (0 15 20) 2 05 09 96

WOHNUNGSMARKT GESUCHE

max50qm@gmx.de 575€ warm m. WBS

HÄUSER GESUCHE

Junge Familie sucht Haus (EFH, MFH) zum Wohlfühlen in Hannover oder Umland gern mit Garagen. ☎ 01 70 -9 60 97 97

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

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.

HANDWERKER / BAUBEDARF

Fachbetrieb-Klemens Dienstleistungen, Holz- und Bautenschutz, Dachreinigung Dachbeschichtung Fassaden-Gestaltung Steinreinigung Flachdach-Sanierung, Neukunden Rabatt 15 % ☎ 051172717549 Tele:+491635983452 Fassadenverfugung alt und neu, Firma Lada. ☎ (01 52) 58 56 79 36

DACHDECKER

Dachdeckerarbeiten aller Art, Dachrinnenarbeiten, 30% Rabattaktion Firma M & S ☎ (0 15 2) 10 733 246 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. ☎ (05 11) 49 94 95
aktasderpacktdas.de ☎ 0511/5347369 Haushaltsauflösung mit Wertanrechng. Entrümp. & Kleintrans. (01 63) 91 34 970

FLIESENLEGER

Fliesenleger + Badsanierung ☎ 0160/97739654

GÄRTNER

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

Hecken/Baumschnitt, Gartenpflege zum FP. -10% Rabatt ☎ 0176 23608987

Zaunbau, Baumfällung, Pflasterarbeiten, Rollrasen uvm. ☎ (0157) 52461902

Gartenarbeiten und Entsorgung aller Art. 30% Rabatt ☎ (01 73) 21 29 770

Gartenpflege ☎ (01 73) 56 56 896

Gartenpflege zum FP ☎ 0163/7709224

Gartenpflege inkl Ents. 0176 41467766

Gartenarbeit. Inkl. Ents. 051027370745

Gartenarbeit Inkl. Ents. 0511/96774765

Gartenpfl. + Vertikutieren 01735656896

GEBÄUDE- UND FENSTERREINIGUNG

FENSTERREINIGUNG
Privat & Gewerblich ☎ 0176/93709590

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**

Tapezieren 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

BW Stahlhelm, 50 €; BW Stahlhelm-Netz, 10€, beides Zustand gut. BW Koppel, 20€, mit Bestückung: Schloss aus Neusilber, 15€. P1 Tasche mit Reserve-Magazintasche, 40€ Alles neu! BW Signalpistolentasche, Kal. 4 und weitere Bestückung auf Wunsch möglich. ☎ (01 55) 61 01 31 93

Leder Eckgarnitur, schwarz 2,20mx2,20m, sehr gut erhalten, ohne Schlaffunktion, 670€ VB ☎ (01 76) 43 64 79 59

Econelo J 4000, Bj. 2022, 1695km, Akku neu, 1760€ VB ☎ (0 51 30) 18 06

ANKAUF ALLGEMEIN

Achtung großer Ankauf!!!!
Abendgarderobe, Pelze, Leder, Trachten, Kristall, Porzellan, Silber, Zinn, Bernstein, Möbel, Kunst u. Krempel zum fairen Preis. ☎ (0152) 15 23 78 11

Ankauf von Briefmarken, Münzen u. Ansichtskarten zu realen Preisen. Korrekte Abwicklung an Ihrem Wohnort. **Versandhandel Holsten (05195) 972981**

Ankauf: Modelleisenbahn Alle Spuren. Auch gern größere Konvolute. ☎ 0171-3496890

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

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert ☎ (01 77) 8 88 41 44

Stop! Nichts wegwerfen, zahle fair für Trödel & Krempel ☎ 0 16 38 30 97 83

Ankauf von Silber- u. Goldmünzen, Bestecke u. Zinn ☎ 0151/29706814

Pens. Uhrmacher kauft alte/ neue Arm-band- u. Taschenuhren 0151/29706814

!Kaufe Uhren aller Art ☎ 01605319258!

TIERMARKT VERKAUF

Tolle Australien Shepherd Welpen zu verk. ☎ (01 71) 1 49 22 76

ANKAUF PKW

Familie mit 3 Ki. sucht Sharan, Touran, VW Bus od. Alhambra ☎ 01777865249

ANKAUF MOTORRÄDER

Motorräder, Roller, Mopeds, Aufsitzmäher gesucht! Auch defekt. 05121/2068883

Suche altes Moped Motorrad defekt oder total verrostet 0151-11520265

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

CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen 0 39 44-3 61 60, www.wm-aw.de Fa.

BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

Zweisam statt einsam
Die Hürden überstehen, die Annahmlichkeiten gemeinsam genießen. Bald 59 Jahre, 1,70 m, sehr weiblich, vielseitig interessiert möchte den Alltag nicht mehr allein meistern. Welcher Mann hat eine starke Schulter und wie ich noch viele Wünsche ans Leben ☎ 0176-68037080

Ich Vera 67 J., leider verwitwet, bin e. ruhige, hübsche, natürliche Frau, fleißig und gepflegt, ich koche sehr gerne u. gut, beruflich habe ich lange in der mobilen Altenpflege gearbeitet. Das Alleinsein ist nicht einfach für mich, deshalb suche ich pv einen lieben Mann bis 80 J., für den ich da sein darf **Tel. 0151 - 62913878**

Hübsche Witwe, Rosemarie, 77 J., 155 groß, bin tüchtig u. verständnisvoll, sauber u. ordentlich. Wohne hier allein in der Region u. suche pv ernsthaft einen netten Witwer, der mich braucht. Wenn Sie sich melden, könnte ich Sie kurzerhand mit meinem Auto besuchen und mich vorstellen **Tel. 0160 - 7047289**

Witwer, 80 J., 80Kg, 1.82 groß, möchte gerne eine nette alleinstehende Sie! kennen lernen, ca. 65-80 Jahre. ☎ (01 52) 07 87 50 55

Netter Wettberger, 49 sucht Sie, für DEN SPASS zu zweit. Alter, Aussehen usw Nebensache. ☎ 0172/1360087

Lebe als gäbe es kein morgen Er/51/1,88/schl. su. nette schl. sie für Beziehung ☎ 015772069261

Welche Sie hat auf Lust zärtl., erotische Stimulationen m. gepflegtem Ihm? ☎ (0176) 66341136 auch WhatsApp

Skorpion, 50, 1.80, 75, sucht attraktive Frau bis 45 J. ☎ (01 76) 96 41 34 48

ER 61/173 su Jüngere nette Frau für Beziehung tel 015254391154

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:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:
Tel.: 0800/1 5 44 233*
*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

Leserbriefe:
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.

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:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:
Tel.: 0800/1 5 44 233*
*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

Leserbriefe:
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.

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:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:
Tel.: 0800/1 5 44 233*
*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

Leserbriefe:
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.

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:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:
Tel.: 0800/1 5 44 233*
*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

Leserbriefe:
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.

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:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:
Tel.: 0800/1 5 44 233*
*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

Leserbriefe:
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.

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:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:
Tel.: 0800/1 5 44 233*
*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

Leserbriefe:
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.

FAMILIENANZEIGEN

Meine Liebe Frau Elke,

zu unserem 50. Hochzeitstag wünsche ich uns, das aller Beste. Gesundheit, Frohsinn und Gottes Segen, möge er uns noch viele Jahre wie bisher begleiten.

Das Leben mit Dir ist immer schön, voller Sonnenschein.

Auch ein paar dunkle Wolken waren dabei, sind aber schnell verzogen.

Im Ganzen sind wir ein gutes Team. Ich hoffe wir haben noch viele schöne Jahre miteinander, wenn der Schöpfer uns lässt, die noch schöner werden.

**In Liebe
Dein Achim**

Hochzeitsdatum
06.06.1975

Ich traure um meinen Lebenspartner, welcher nach langer Krankheit eingeschlafen ist.

Ivo Petri

* 21.08.1948 † 27.04.2025

Ich werde Dich mein ganzes Leben nicht vergessen.

In ewiger Liebe
Grozda Gavric

Die Beisetzung hat in aller Stille im RuheForst Deister stattgefunden.

VERANSTALTUNGEN ALLGEMEIN

Gartenfestival

HERRENHAUSEN

Alle Infos: www.gartenfestivals.de

6. - 9. Juni

HERRENHÄUSER GÄRTEN | HANNOVER

Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse

Fr. - So. 10 - 19 Uhr | Mo. 10 - 18 Uhr

Freikarten zu gewinnen!
QR-Code scannen & teilnehmen

FERIENHÄUSER / -WOHNUNGEN VERMIETUNG

Ferienbungalow am schönen Scherenzsee für 2-6 Pers., Kinder-Hundefreundl., Badestrand, f. Angler geeignet. ☎ 01522-9258013

Grömitz, Fischerstr., gemütl. FeWo für 2-3 Pers., Balkon, Garage, noch frei ☎ (0157) 33 86 88 68

Sylt/Westerl., 2 Zi. FeWo, strandnah, sofort und Ferien frei. 0511/37386310

MADSACK Medien
Hannover GmbH & Co. KG
August-Madsack-Straße 1
30559 Hannover
www.wochenblaetter.de
E-Mail: info@wochenblaetter.de

Redaktionsleitung:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen - Annahme:
Tel.: 0800/1 5 44 233*
*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

Leserbriefe:
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.

FERIENHÄUSER / -WOHNUNGEN VERMIETUNG

Ferienbungalow am schönen Scherenzsee für 2-6 Pers., Kinder-Hundefreundl., Badestrand, f. Angler geeignet. ☎ 01522-9258013

Grömitz, Fischerstr., gemütl. FeWo für 2-3 Pers., Balkon, Garage, noch frei ☎ (0157) 33 86 88 68

Sylt/Westerl., 2 Zi. FeWo, strandnah, sofort und Ferien frei. 0511/37386310

MADSACK Medien
Hannover GmbH & Co. KG
August-Madsack-Straße 1
30559 Hannover
www.wochenblaetter.de
E-Mail: info@wochenblaetter.de

Redaktionsleitung:
Christian Käufer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

DAUERTIEFPREISE

Bis zu **45%**¹⁾
SPAREN!

229.99
~~329.-*~~
DAUERTIEFPREIS

RELAX-SESSEL,
inkl. Sitzpolster,
ca. 75x110x58 cm.
6521 0054 00

Rückenlehne
STUFENLOS
verstellbar

899.99
~~1299.-*~~
DAUERTIEFPREIS

GARTENSOFA 3-SITZ,
inkl. Sitzpolster,
ca. 205x110x75 cm.
6521 0114 01

**GARTEN-
MÖBEL**
mit System

GARTENTISCH,
Platte Teakholz FSC recycelt,
ca. 220x76x100 cm.
6901 0128 00

999.99
~~1299.-*~~
DAUERTIEFPREIS

HEUTE KAUFEN – MORGEN EINRICHTEN!

Bei Lieferadressen innerhalb unseres Liefergebietes bringen wir Ihre Möbel am folgenden Tag (Mo. – Fr.) bis zum gewünschten Aufstellort!

Voraussetzungen:

- ✓ Artikel ist am Zentrallager Stadthagen vorrätig
- ✓ Lieferung erfolgt durch unsere hauseigene Logistik
- ✓ Keine Buchung von Montageleistungen



VERSCHIEDENE
SITZ- & STELLMÖGLICHKEITEN



Schon einmal in unserem **ONLINE-SHOP** gestöbert? Und: Wussten Sie schon, dass Sie bei Eingabe der Artikelnummer auf unserer Webseite viele weitere Infos erhalten? Probieren Sie es aus unter:

www.moebelheinrich.de/garten

IHRE NEUEN MÖBEL NOCH SCHNELLER NACH HAUSE? Sie können diese auch direkt an unserem Lager abholen!

Gültig bis 01.07.2025 | 1) Dauertiefpreis: Nachlass ist bereits im Verkaufspreis berücksichtigt. | *Listenpreis | Ohne Deko.

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

ÜBER 40.000 M² • 500 M VON DER A2

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

★★★★★
Die Filiale **Bad Nenndorf** wurde
auf Google mit 4,5 bewertet
am 22.05.2025 | 2448 Rezensionen

Weitere Infos unter
www.moebelheinrich.de
Folgen Sie uns:

MÖBEL
HEINRICH