



**Die saubersten
Bahnhofsklos**

HANNOVER. Der Hauptbahnhof Hannover (HBF) punktet beim Thema Sauberkeit: Laut einer aktuellen Untersuchung sind die Sanifair-Toiletten am HBF die saubersten Bahnhofstoiletten Deutschlands. Das Reisegutscheinportal tripz.de hat die WC-Anlagen an den Hauptbahnhöfen deutscher Großstädte verglichen – und einen klaren Sieger gekürt.

Mit durchschnittlich 2,7 von 5 Sternen (bei 394 Bewertungen) liegt Hannover demnach an der Spitze. Die Kabinen seien größtenteils jederzeit zugänglich, die Toiletten funktionierten zuverlässig und es gebe ausreichend Toilettenpapier, heißt es in der Auswertung. Besonders positiv sei das vor Ort tätige Personal aufgefallen, das auf „grundsätzliche Sauberkeit“ achte.

Zum Vergleich: Der Bundesdurchschnitt liegt bei ernüchternden 1,6 Sternen. Mannheim bildet mit nur 1,2 Sternen das Schlusslicht – Nutzer klagen dort unter anderem über verschmutzte Böden und verstopfte Toiletten. Auch Mainz und Potsdam schneiden mit jeweils 1,2 Sternen schlecht ab.

Trotz der Spitzenposition zeigt die Bewertung von 2,7 von 5 Punkten, dass auch in Hannover noch Luft nach oben ist. So sei die Anlage insgesamt auch nur in einem „akzeptablen Zustand“ – für den verlangten Preis von 1,50 Euro, der als „hoch“ kritisiert wird, erwarten viele Reisende wohl mehr.



**Käthe Steinitz –
Die wilden Jahre**

HANNOVER. Das Sprengel Museum Hannover widmet der Künstlerin, Autorin und Kunstwissenschaftlerin Käthe Steinitz (1889–1975) erstmals eine umfassende Retrospektive. Unter dem Titel „Käthe Steinitz. Von Hannover nach Los Angeles“ werden bis zum 25. Januar 2026 rund 180 Werke aus sieben Jahrzehnten gezeigt – darunter expressionistische Hinterglasbilder, Zeichnungen, Fotografien und Texte, die den Lebensweg der Künstlerin und ihr Schaffen und Wirken nachzeichnen. Erstmals werden zahlreiche fotografische Arbeiten präsentiert, die bislang nur als Negative überliefert waren. Begleitend zur Ausstellung erscheint im Hirmer Verlag eine Monografie. Sie ist Ergebnis eines Forschungsprojekts, das vom Niedersächsischen Ministerium für Wissenschaft und Kultur gefördert wird. Zudem vergibt die Landeshauptstadt Hannover erstmals den „Käthe Steinitz Preis für künstlerische Kollaboration“, der das vielseitige Schaffen der Künstlerin in die Gegenwart führt.



Eine Künstlerin wird wiederentdeckt: Käthe Steinitz.

Foto: Sprengel Museum

**Opernball huldigt der
„Stadt der Liebe“**

Seite 2

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

Neuer Rekord!
Feingold 113,00€ - Zahngold 70,69€
750 Gold 84,00€ - Silber 1,00€
585 Gold 65,52€ - Versilbert 35,00€
333 Gold 37,30€ - Zinn 16,00€
Goldankauf Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069

Die Leibniz-Uni hat wieder mehr Erstsemester

Gesamtzahl der Studierenden sinkt aber weiter in Hannover

HANNOVER. An der Leibniz Universität Hannover ist die Zahl der Studienanfänger nach einem Einbruch im Vorjahr wieder gestiegen. Rund 4000 Erstsemester beginnen jetzt zum Wintersemester 2025/26 an der größten hannoverschen Hochschule. Das sind 6 Prozent mehr als im Herbst 2024. Die Einschreibbezahl liegt damit wieder etwa auf dem Niveau, das die Uni im Oktober 2023 erreichte.

Auch bei den neuen Masterstudierenden legt die Leibniz Universität zu. 1850 Studierende haben sich neu in einen der 51 weiterführenden Masterstudiengänge eingeschrieben, etwas mehr als im Vorjahr. Die Nachfrage ist damit stabil.

Dennoch sinkt die Gesamtzahl der Studierenden an der

Leibniz-Uni schrittweise weiter. Insgesamt sind aktuell 25.300 Studenten eingeschrieben, im Vorjahr hatte die Universität noch gut 26.000 Studierende. Im Wintersemester 2020/21 waren noch 29.400 Menschen eingeschrieben.

Die Uni erklärt den stetigen Rückgang damit, dass weiterhin zahlenstarke Jahrgänge nach ihrem Studienabschluss die Hochschule verließen. Neueinschreibungen würden dies nicht ausgleichen können. In der Vergangenheit nannte die Uni den demografischen Trend als Ursache für den Rückgang. Aktuell gebe es noch Bewegung bei den Einschreibungen, auch durch laufende Losverfahren. Endgültige Zahlen liegen der Uni erst Mitte November vor.



Start ins Uni-Leben: Svea Borchert, Lina Zastrow, Maja Lins, Leonie Gehring und Joel Krause (von links) beginnen an der Leibniz Universität ihr Studium für Deutsch und Geschichte auf Lehramt.

Foto: Jonas Dengler

Unter den 4000 Studienanfängern startet die größte Gruppe mit dem voraussichtlichen Ziel, eines Tages am Gymnasium Kinder zu unterrichten. Der Studiengang Fächerübergreifender Bachelor liegt mit 624 Einschreibungen vorn, in der Regel führt er ins Lehramt oder einen anderen pädagogischen Beruf.

Ebenfalls beliebt bei den Erstsemestern sind die Studiengänge Wirtschaftswissenschaft (512 Einschreibungen), Rechtswissenschaften (415), Bau- und Umweltingenieurwesen (235), Informatik (212), sowie Sonderpädagogik (172). Die beiden größten Masterstudiengänge sind das Lehramt an Gymnasien (261 Neueinschreibungen) sowie das Lehramt Sonderpädagogik mit 176 Anfängern im Mas-

ter. Es folgen Wirtschaftswissenschaft (147), Bauingenieurwesen (110) sowie Mechatronik und Robotik (91).

Die Leibniz Uni bietet insgesamt 32 grundständige Studiengänge sowie 51 Angebote für den Master. Einige davon auf Englisch, andere bilingual.

ABC Wäschediens
am besten clean
Wäscherei, Reinigung
und Mangelservice
Service und Hygiene rund um die Wäsche...
• Textilreinigung / chem. Reinigung
• Mangelwäsche in 24 Std.
• Bettdecken / Kopfkissen
• Business-Hemden, handgeb.
• Tisch- und Bettwäsche
• Zelte, Planen, Schlafsäcke etc.
• Imprägnierungen
• Gardinen, Vorhänge
• Kittel und Berufsbeleidung
ABC Wäschediens GmbH
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 6 – 14 Uhr
Wo. Listboote 87 (direkt neben CleanCar)
30177 Hannover
Tel. 0511-71 74 67

TRANSPARENT • SERIÖS • SICHER
EPHESUS
est. 1995
Wo Eleganz auf Goldschmiedekunst trifft
Georgsplatz 3A | 30519 Hannover | 0511-3631177 | www.ephesus.de

HERBST-COUPON
20%
Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.
Gültig bis 31.10.25
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 · Kattenbrookstr. 163
online: www.LeineApotheke.de
Code „HERBST“

BERG & TAL
OUTDOOR OUTLET
Ob kurz oder lang,
ob eng oder lose...
BEI UNS
FINDET JEDER EINE
PASSENDE HOSE!
50% AUF FAST ALLES
EKZ Altwarmbüchen
Opelstr. 36-40 · 30916 Isernhagen-Altarmbüchen
Mo., Di., Do., Fr. 10:00 – 18:00 Uhr
Mi. 10:00 – 15:00 Uhr, Sa. 10:00 – 14:00 Uhr

IHR LETZTER WILLE
KANN EIN ANFANG SEIN –
FÜR KINDER WELTWEIT.
Erfahren Sie mehr und bestellen Sie telefonisch oder online unseren Ratgeber für Ihre Nachlassplanung – kostenlos und unverbindlich.
www.savethechildren.de/testamente
oder 030 27 59 59 79 - 446
Nicole Santiana Jansen
testamente@savethechildren.de

Die größten Musical-Hits aller Zeiten
Die NACHT der MUSICALS
Das Original!
FROZEN - TANZ DER VAMPIRE - ALADDIN
PHANTOM DER OPER - CATS - KÖNIG DER LÖWEN
MAMMA MIA - MULLIN ROUGE u.v.m.
23.02.26 | Hannover - Theater am Aegi

DIE ERFOLGSSHOW ÜBER DEN KING OF POP!
BEAT IT!
Mit dem größten Hit von
MICHAEL JACKSON
14.03.26 | Hannover - Swiss Life Hall
TICKETS: WWW.COFO.DE
eventim

-15% RABATT*
LOKAL SHOPPEN
ZAHLT SICH AUS!
*auf Ihren nächsten Einkauf und bei Vorlage des Coupons, ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Rezepturen, Bücher, Gütescheine, Dienstleistungen, Botendienste und unsere Sonderangebote. Code in einer der PINC-Apotheken vorzeigen.
Gültigkeit: Oktober/November 2025
WWW.PINC-APOTHEKEN.DE
ROSEN APOTHEKE | EUROPA-APOTHEKE | PINC APOTHEKE | Die Ernst-August-Apotheke

Der Opernball 2026 huldigt der Stadt der Liebe

Unter dem Motto des Édith-Piaf-Chansons „PADAM!“ dreht sich bei dem von der HAZ präsentierten Event alles um Paris

Bodo Busse hat Heimweh. Seit dieser Spielzeit ist er Intendant der Staatsoper Hannover. Zuvor hatte er acht Jahre lang das Saarländische Staatstheater in Saarbrücken geleitet. Die Nähe zu Frankreich fehle ihm ein wenig, gesteht der Nachfolger von Laura Berman. Umso mehr freue er sich auf den Opernball 2026 in Hannover. Das Produktionsteam habe ihm mit der thematischen Ausrichtung ein Geschenk gemacht: Unter der Überschrift „Padam!“ dreht sich am Freitag, 13., und Sonnabend, 14. Februar 2026, alles um Paris. Der Kartenvorverkauf hat begonnen.

VON HAZ PRÄSENTIERT

Zum zweiten Mal in Folge präsentiert die HAZ das gesellschaftliche Großereignis in der niedersächsischen Landeshauptstadt. Stand dieses Jahr das Italien der Fünfzigerjahre im Mittelpunkt, dürfen sich die Gäste für die nächste Ausgabe auf eine Zeitreise durch unterschiedliche Epochen der französischen Geschichte bis in die Gegenwart hinein freuen. Das Produktionsteam um Felix Schrödinger, der für Regie und künstlerische Programmgestaltung des Opernballs verantwortlich ist, verspricht eine prachtvolle Ausstattung, die dem Sonnenkönig alle Ehre macht. So wird das Lavesfoyer im Opernhaus in ein königliches Schlafgemach umgewandelt. Doch nicht nur Versailles dient als Vorlage für die Ausstattung. Es wird auch Räume im Stil der



Das neue Motto „Padam!“ des nächsten Opernballs präsentieren Luzie Nehls-Neuhaus (von links, Kostümbildnerin), Intendant Bodo Busse, Patrick Bludau von der MADSACK Mediengruppe, Felix Schrödinger (Regisseur und Künstlerischer Leiter) und Bühnenbildner Pascal Seibicke.

Belle Époque geben. Und auch die Fünfziger-, Sechziger- und Siebzigerjahre mit ihren jeweiligen Stars wie etwa Édith Piaf, Brigitte Bardot und Jane Birkin stehen Pate für so manche Kulisse.

Hinzu kommt das breitgefächerte musikalische Programm, das die Fülle an französischen Stilrichtungen abbildet: Édith Piaf gibt mit ihrem weltberühmten Chanson „Padam ... padam“ den Takt vor. Mit der viel-

ra ist ein Eigengewächs des Feuerwerk der Turnkunst Showteams – sie begann hier ihre künstlerische Karriere. Michi ist Breakdance-Weltmeister. Als Duo verbinden sie sinnliche Partnerakrobatik mit coolen Breakdance-Moves und verkörpern Vielfalt, Kreativität und Emotion.

Emotional wird es auch, wenn die Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen der unterschiedlichen Lokalgruppen auf die Bühne treten. Mit teils hochkarätigen Darbietungen zeigen sie, was sie auch durch ihre Vorbilder – die Ensemblemitglieder der vergangenen Turneen – in ihren Vereinen gelernt haben. Sie eifern den Weltklassekünstler*innen nach, wie großen Geschwistern. Bei VIVA fügen sie sich nahtlos ins Programm ein und werden so ein unverzichtbarer Teil der Show. Viele von ihnen bleiben dem Feuerwerk der Turnkunst ein Leben lang verbunden.

Europas erfolgreichste Turnshow schweiß durch unvergessliche gemeinsame Erlebnisse zusammen. Die Künstler*innen aber auch das Publikum, in dem sich Großeltern mit ihren Enkeln, Freund*innen und ganze Familien von einer sagenhaften Show verzaubern lassen. Aber auch Mitglieder und Ehrenamtliche aus Turnvereinen, die sich gemeinsam auf die Tribüne setzen, sich inspirieren lassen

Berühren werden auch Kira und Michi als Duo In Motion. Kira

und schon allein dadurch Teil dieser großen „Feuerwerk-Familie“ werden. Werde auch Du Teil der „Feuerwerk“-Familie und sichere Dir jetzt die besten Tickets!

Da ist zum Beispiel Rosemie, die selbstironische schwäbische Hausfrau, die sich wie ein roter Faden – oder gewissermaßen wie die Mutti des Ensembles – durch die Show bewegt. Sie ist mit ihrer großen Lebensfreude das Zentrum von VIVA, um das sich alles dreht, zu dem alles immer wieder zurückkehrt. So wie das Feuerwerk der Turnkunst Showteam – diese quirlige Gruppe aus Turner*innen, Gymnast*innen und Breakern. Sie verknüpfen die einzelnen Acts auf tänzerische Weise miteinander und schaffen die unterhaltenden Übergänge und auch die Verbindung zum Publikum. Mit schier grenzenloser Energie und Dynamik erzählen sie Geschichten, die berühren.

Verkörpern Vielfalt, Kreativität und Emotion: Kira und Michi als Duo In Motion.

Foto: Philip Loeper / Feuerwerk der Turnkunst

schule Bothe melden und mit Profis übers Parkett gleiten.

CHAMPAGNER, PETITS FOURS UND ANDERE SPEZIALITÄTEN

Kulinarisch hat die französische Küche bekanntlich viel zu bieten. Das Opernhaus catering „vomfeinsten“ serviert von Croque bis Quiche diverse Spezialitäten. Für Petits Fours und Pralinés sorgt die hannoversche „Pâtisserie Elysée“. Und Champagner gibt es auch. Wozu also noch nach Paris fahren? Bodo Busse hat seinen letzten Besuch in der französischen Hauptstadt in nicht so guter Erinnerung: Zu viel Lärm, zu viel Chaos habe auf den Straßen geherrscht, berichtet er. Nach der Vorstellung des Programms zum Opernball ist er überzeugt davon, sich eine Reise nach Frankreich sparen zu können. Denn: „Das schönste Paris kann man nächstes Jahr im Februar in Hannover erleben.“

Tickets gibt es ab sofort unter www.staatsoper-hannover.de oder telefonisch unter (0511) 99 99 11 11

Familienshow durch und durch

Feuerwerk der Turnkunst: Die VIVA-Tournee läuft vom 28. Dezember 2025 bis zum 29. Januar 2026

Weitere Infos und Tickets: www.feuerwerkderturnkunst.de



+++ SOFORT BARGELD +++ SOFORT BARGELD +++

OPHIRUM Deutschlands größter Filialist

REKORDSTÄNDE IM GOLDPREIS! JETZT IHR ALTGOLD VERKAUFEN!

WIR SIND FÜR SIE VOR ORT IN

HANNOVER CALENBERGER ESPLANADE 1-8

GOLDFUXX BRAUNSCHWEIG Wendenstr. 57 38100 Braunschweig

OPHIRUM MAGDEBURG Breiter Weg 213 39104 Magdeburg

GOLDFUXX BREMEN Fedelhöfen 12 28203 Bremen

Bundesweit 42 Standorte

Qualitätsbarren & -münzen
Schnelle & professionelle Abwicklung
Anonymer Goldkauf
Beste Preise für Ihr Altgold

www.ophirum.de

Elektromobile & Wartungsservice

- bis 15 km/h schnell
- Reichweite bis 60 km
- Ausstellung und Probefahrt
- verschiedene Größen und Ausführungen
- Vermietung
- Neu- und Gebrauchtfahrzeuge

Kostenloser Akku-Check

Alt gegen Neu Rabatt !!!

Sanitätshäuser Stephan Stöppel
Völgerstraße 6 · 30519 Hannover · Telefon 95 90 56-0
Wallensteinstraße 15 · 30459 Hannover · Telefon 30 05 67-2

Wir suchen Verkäufer (m/w/d)

Wir suchen Verstärkung!

Heimann
Fleischerei • Partyservice

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

Engagement, das den Unterschied macht – im Ehrenamt der Johanniter

Das Johanniter-Team heißt Sie willkommen.

- Sterbenden Menschen und ihren Zugehörigen Beistand bieten im **Ambulanten Hospizdienst**
- Menschen mit Demenz begleiten und Angehörige entlasten im **Demenz-Projekt**
- Menschen Zeit schenken, zuhören und Spaß am Plaudern haben im **Besuchsdienst**

Sie möchten sich engagieren? Dann melden Sie sich einfach bei uns.

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Ehrenamtszentrum
Gartenallee 25, 30449 Hannover
Tel. 0511 6550570
ehrenamtszentrum.hal@johanniter.de



JOHANNITER

www.johanniter.de/hannover-leine

Fotoausstellung im Neuen Rathaus

HANNOVER. Die Ausstellung „25 Jahre EXPO 2000 – Bilder der 1. Weltausstellung in Deutschland“ des Fotografen Hassan Mahramzadeh ist vom 26. bis zum 29. Oktober im Bürgersaal des Neuen Rathauses, Platz der Menschenrechte 1, zu sehen. Die Vernissage am morgigen Sonntag, 26. Oktober, um 11 Uhr im Bürgersaal eröffnet der Schirmherr der Ausstellung, Ministerpräsident a.D. Stephan Weil. Zu sehen sind auf etwa 80 Postern in den Formaten DIN A0 und DIN A1 aus einer Auswahl von 11.000 Digitalfotos die Pavillons, Impressionen und unzählige Menschen der vielen verschiedenen Nationen, die zur Weltausstellung in Hannover waren.



Seine Küche ist die Straße

HOBBYKOCH „ASPHALT KITCHEN“ zaubert in Hannover Speisen an unkonventionellen Orten: Bei Ikea, vor dem Rathaus oder dem Arbeitsamt

HANNOVER. Die Teriyakisauce wirft große, goldbraune Blasen in der Pfanne. Es duftet nach Knoblauch und Ingwer. „Asphalt Kitchen“ steht vor seinem Gaskocher auf dem ZOB und zeigt auf die blubbernde Masse. „Jetzt drehen wir noch mal richtig auf, bis die Teriyakisauce schreit“, sagt er grinsend. „Sie soll um Gnade winseln.“

„Asphalt Kitchen“ ist Hobbykoch, aber kein gewöhnlicher. Seine Küche ist überall. Seit zwei Monaten zieht der 25-jährige Hannoveraner mit Campingkocher und Kameramann durch die Stadt und kocht spontan an unkonventionellen Orten. Er hat schon Burger vor dem Arbeitsamt gebraten, Bruschetta in der U-Bahnstation serviert und Salat in der Ausstellungsküche bei Ikea angerichtet.

Kochen zur Unterhaltung ist keine neue Idee. TV-Kochshows gibt es, seit es Fernsehen gibt. Doch junge, multikulturelle Zuschauer erreichen diese Formate kaum noch. Sie feiern stattdessen Straßenköche wie „Sharo45“, „Ghostchef Kitchen“ und „Gio1neun“ in den sozialen Medien – und jetzt auch „Asphalt Kitchen“ in Hannover.

Heute hat er seine mobile Küche auf dem ZOB aufgebaut. Es gibt Lachsfilet und Garnelen mit Brokkoli, Reis und Teriyakisauce. Wer dem groß gewachsenen Koch zusieht, merkt schnell: Er hat Spaß am Kochen, nimmt sich dabei aber nicht zu ernst. „Es ist einfach, sich ein gutes Essen zu machen. Dafür braucht man keine Ausbildung“, betont er. Profi ist er nicht, wie er betont, aber er arbeitet mit Leidenschaft.

Erst Anfang des Jahres entdeckte „Asphalt Kitchen“ das Kochen für sich. Früher lebte er von Fertiggerichten und hatte



„Asphalt Kitchen“ sieht im Kochen auf der Straße eine Chance für soziale Arbeit: „Statt Jungs, die nichts mit sich anzufangen wissen, von Spielplätzen zu verschrecken, sollte man ihnen lieber etwas bieten“, sagt er.

Foto: Tobias Woelki

20 Kilogramm mehr auf den Rippen. „Irgendwann habe ich gemerkt, was für einen Mist ich da esse, und mich mit Ernährung beschäftigt.“ Er begann, selbst zu kochen – mit frischen Zutaten, ausgewogen und gesünder. Das machte ihm so viel Spaß, dass er seine Leidenschaft teilen wollte.

Wo er kocht, entscheidet er meist spontan, oft erst am Abend vorher. Sein Kameramann, ein Freund, begleitet ihn dabei und filmt mit seinem Handy durch.

Sobald die Arbeitsfläche auf dem klapprigen Campingtisch vorbereitet ist, kocht „Asphalt Kitchen“ einfach drauflos. Er studiert nebenher kein Rezept, wiegt nichts sorgfältig ab. Das Lachsgericht hat er am Vortag zum ersten Mal ausprobiert. „Da habe ich mies verkackt“, sagt er lachend. „Aber ich hab mich noch mal eingesehen, heute wird's besser.“

Während er kocht, kommentiert er sich selbst im lockeren Slang. „Was machen die Broks?“, fragt er, als er die Konsistenz des Brokkolis prüft. Dann greift er zu den Garnelen, „Garnis“, wie er sie nennt. Das Reiswasser schüttet er in den Gully mitten auf dem ZOB. „Das ist Street, Bro“, sagt er in die Kamera. Zwei ZOB-Mitarbeiter in gelben Westen, die neugierig nachfragen, was hier passiert, vertröstet er: „Kommt in zehn Minuten noch mal, meine Bres. Dann könnt ihr probieren.“

Auf dem Busbahnhof bleibt das Personal entspannt. Das ist nicht immer so. „Asphalt Kitchen“ kocht ohne Erlaubnis und wird fast immer darauf hingewiesen. Meist moderiert er den aufkeimenden Konflikt charmant. Doch als er im Arbeitsamt Burger verteilen wollte, eskalierte die Situation. Ein Sicherheitsmann stürmte auf ihn zu, schlug ihm den Burger aus der Hand

und riss ihm das Handy weg. Den Hobbykoch schreckt das nicht ab. Das Spiel mit dem Verbotenen ist kalkuliertes Risiko. „Ein bisschen wollen wir provozieren“, gibt er zu. „Man muss ja auf sich aufmerksam machen.“ In seinem Instagram-Profil steht: Menschen überraschen – Grenzen testen.

Wenn jemand darauf besteht, dass er geht, tue er das sofort, beteuert er. „Aber die meisten sind korrekt und lassen mich zumindest zu Ende kochen“, sagt er. „Wir machen ja nichts Böses, hinterlassen alles sauber und bieten jedem etwas an.“

Mit seiner Kunstfigur will „Asphalt Kitchen“ nicht nur unterhalten, sondern auch junge Menschen fürs Kochen begeistern. Der Hannoveraner mit russisch-marokkanischen Wurzeln wuchs in der List auf und kennt die Probleme zielloser Jugendlicher. „Statt Jungs, die nichts mit sich anzufangen wissen, von

Wurst-Basar
SCHLESISCHE WEISSWURST
 nach Originalrezept | 100g **1,59**

% SONDERANGEBOTE %
 gültig vom 27.10. – 01.11.2025

Vorder-Eisbein frisch o. mild gepökelt **100g 0,59**

Kotelett frisch oder Kasseler mit Filet **100g 0,89** ohne Filet **100g 0,79**

Backofen-Schweinefilets „Elsässer Art“, vom Strohschwein **100g 1,59**

Rouladen Oberschale, von der Färsche **100g 1,99**

Schweinemetz gewürzt **100g 0,89**

Kohl-Hackfleischintopf (kg 7,98) **500g 3,99**

weitere Angebote finden Sie unter www.wurst-basar.de

ALLE STARS. ALLE TICKETS. EIN SHOP!

HAZ Tickets NP

haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

Ein Innenhof fürs Stadtklima

„Mittengrün“ an der Nikolaistraße ist ein preisgekröntes Projekt: Wilder Wein, Hortensien und Pfeifenwinde kühlen das Klima

HANNOVER. Peter Carl muss sich ein wenig recken, dann erreicht er sein Ziel: Vorsichtig löst der Landschaftsarchitekt ein Bündel kleinerer Weintrauben von der Rebe, die vertikal an einem schmalen Gitter vier Stockwerke nach oben klettert. „Hier kann man ernten“, sagt er stolz. Vor drei Jahren hat er den Innenhof des Gundlach-Projektes „Mittengrün“ an der Nikolaistraße geplant. Das Ergebnis ist eine grüne Oase mitten in der City, ein preisgekrönter Vertikalgarten.



Blumenpracht für das Klima: Die Hortensien im Hof an der Nikolaistraße blühen im Sommer, an vertikalen Gerüsten klettern Wein und Pfeifenwinde nach oben.

Foto: Sören Steger

Öffentlich zugänglich ist dieser Innenhof nicht, um den sich 44 Wohnungen gruppieren. Doch er leistet seinen Beitrag zum Stadtklima. „Wir brauchen Pflanzen, die uns helfen, die City abzukühlen“, erklärt der Fachmann und verweist auf die inzwischen hüft-hoch wachsenden Hortensien, deren Blüten im Sommer acht Wochen lang Farbenpracht in blau, violett, weiß und rosa in den Hof gebracht haben.

Aber brauchen Hortensien nicht unglaublich viel Wasser? Viele Gärtner geben dieser Pflanzenart hierzulande kaum eine Chance in Zeiten des Klimawandels. Carl sieht das differenziert: „Das komplette Regenwasser der beiden Gebäude wird über Rinnen in sogenannten Retentionsboxen im Boden gesammelt, aus denen der Boden befeuchtet wird. Nur wenn wochenlang Regen ausbleibt, wird Wasser nachgespeist.“

Der Klimavorteil der Hortensien sei deren große Blattmasse: „Sie produzieren Verdunstungskälte im Sommer.“ Denn in der heißen Jahreszeit strahle die Sonne in den Mittagsstunden direkt in den Hof mit Südausrichtung.

In einigen Jahren dürfen sich die Anwohnenden dann aber

über Schatten freuen: Das ausgeklügelte Vertikalgartensystem mit Weinranken und Pfeifenwinden hat in Höhe der obersten Geschosse auch Horizontalseile. An einigen Stellen hangeln sich die Pflanze schon zur gegenüberliegenden Seite, Triebe baumeln wie Vorhänge nach unten. „Ich bin begeistert davon, wie schnell alles wächst“, sagt Carl.

Das geht auch João Vicente so, der seit zwei Jahren zusammen mit einem Freund in einer der Erdgeschosswohnungen lebt. „Wir haben miterlebt, wie hier alles grün geworden ist. In diesem Sommer haben wir auch gemerkt, dass es sich durch die Pflanzen im Sommer kühler und frischer im Hof anfühlt.“ Wird der Innenbereich denn auch genutzt? „Noch nicht genug“, findet der 40-Jährige. „Wir sollten hier öfter zusammenkommen.“

Sitzgelegenheiten sind vorhanden: Elegant geschwungene Holzbänke stehen im Mittelgang, für Kinder gibt es zwei kleine Trampolinflächen und eine Klettergelegenheit. Vormittags liegt Stille über dem etwa 400 Quadratmeter großen Areal, das als Anlage für „exklusives Wohnen“ vermarktet wird.

Gundlach hatte das Gelände gekauft, 2023 war der Neubau fertig – inklusive Tiefgarage mit Autoaufzug über zwei Ebenen. Eine 86-Quadratmeter-Dachgeschosswohnung steht zum Beispiel für 699.000 Euro über einen Makler zum Verkauf. 19 Einheiten sind aber auch im Gundlach-Mietbestand – zum Teil sind es Microapartments, es gibt aber auch WG-Wohnungen mit bis zu vier gleich großen Zimmern und gemeinschaftlichem Ess- und Wohnbereich. Die Quadratmeterpreise reichen von 13 bis 16 Euro.

Gundlach wollte damit das Viertel aufwerten. „Der Bereich zwischen Striehl- und Nikolaistraße war als Schmutzdecker verschrien“, sagt Corinna Stubdet der 40-Jährige. Die Ökologiebeauftragte betreute das Nachverdichtungsprojekt für Gundlach, für das es den zweiten Platz im bundesweiten Städtebau-Wettbewerb um den „Polis Award“ gab.

„Die Anlage ist ein großartiges Beispiel dafür, wie Architektur und Landschaftsarchitektur mit dem Thema Hitze in der

Stadt umgehen“, sagt Robert Marlow, Präsident der Architektenkammer Niedersachsen, als zum Tag der Architektur im Juni Führungen durch „Mittengrün“ angeboten wurden. Denn Landschaftsarchitekt Peter Carl musste für seine grüne Vision viele Einschränkungen hinnehmen. Direkt unter dem Hof befindet sich die zweite Ebene der Tiefgarage. „Wir konnten also nur 40 Zentimeter Bodenschicht auftragen. Für Bäume reicht das nicht. Sie können sich nicht verankern, das wird bei Windböen gefährlich.“ Seine Idee des Vertikalgartens ist ein inklusives Konzept: „Auch die Menschen in den oberen Geschossen sollen die Pflanzen erleben.“

Außerdem sieht er die Rankpflanzen als „Pufferzone“ im engen Innenhof, die Privatsphäre möglich macht. „Man sitzt auf den Balkonen dicht aneinander.“ Gesellschaft bekommen die Anwohnenden auf jeden Fall: „Vögel lieben den wilden Wein“, erzählt der Landschaftsarchitekt. „Und im Sommer brummen in den Ranken die Bienen.“

Rückzugsorte für Insekten, Bienen und Fledermäuse – „sie gehören zur Klimastrategie“, erklärt Gundlachs Ökologiebeauftragte Stubdet. Ebenso die Gründächer und befeuchteten Mooswände im Hof, die man von den Rückseiten der drei Erdgeschoss-Restaurants an der Nikolaistraße sieht.

Wer in „Hamachi“ (französisch-asiatische Fusionsküche), „Kailua“ (Frühstück) und demnächst im „Tap“ (spanische Tapas) speist, blickt auf Natursteine. Hier sollen sich in den nächsten Jahren Algen, Moos, gelber Märchenspinn, Mauerrauten und andere genügsame Schattengewächse hochranken.

1.500 GRATIS Parkplätze

So hilfreich

TAG DER SICHERHEIT

1.11.

Tipps & Tricks von Sicherheitsprofis

Marco Brandes, Torsten „Toto“ Heim, Peter Althoff

Shoppens • Parkens • So einfach

CCL CITY CENTER LANGENHAGEN

MIX Markt

Gültig ab Montag 27.10. bis Samstag 01.11.2025*

Schweine-Schulter ohne Knochen 1 kg **5.55**

Schweineschulter mit Knochen 1 kg **5.55**

Schweine-Lachse 1 kg **6.50**

Schweineschulter wie gewachsen 1 kg **3.33**

Schweine-Kopf, Pfoten, oder -Schwänze 1 kg **1.99**

Schärippen vom Schwein 1 kg **3.33**

Kaki 1 Stk., Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung **0.70**

Tomaten 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung **1.49**

Kartoffeln 5 kg Sack, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung, 1 kg = 0,46 **2.29**

Granatapfel 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung **3.33**

Pangasiusfilet Luxus ohne Haut, roh, glassiert, tiefgefroren 800 g Pack, 1 kg = 8,75 **7.00**

Lachs- oder Schwarzkaviar - Imitat aus Fischfond und Alginathülle je 220 g Gl, 1 kg = 11,32 **2.49**

Teigtaschen mit Kartoffelfüllung, tiefgefroren 1 kg Btl. **4.50**

Teigtaschen „Bigmeni“ mit Schweine-Rindfleisch- & Butterfüllung, tiefgefroren 1 kg Pack. **5.50**

XL TEIGTASCHEN **4.50**

Geflügel-Fleischwurst „Doktorskaja s mjasom ptizi“ 400 g St, 1 kg = 8,33 **3.33**

Kochsalami „Serelat Prasnitschnyji“, heißgeräuchert 300 g Pack, 1 kg = 11,10 **3.33**

„Salo Litovskoe“ Schweinebauch, kaltgeräuchert 100 g, 1 kg = 11,50 **1.15**

Geräucherter und gegarter Schweinebauchspeck „Boczek parzony, wędzony“ 100 g, 1 kg = 11,50 **1.15**

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

Mo-Fr 09:00 - 19:00, Sa 09:00 - 18:00 **Mix Markt 18 OHG** Vahrenheider Markt 6 30179 Hannover-Vahrenheide

Mo-Fr 09:00 - 19:00, Sa 09:00 - 18:00 **Mix Markt 122 OHG** Lange Weihe 65 30880 Laatzen

Mo-Fr 09:00 - 19:00, Sa 09:00 - 19:00 **Mix Markt Hannover** Inhaber: Dmitri Kaschko Schlierholzstr. 128 30655 Hannover

MHH macht Alzheimer-Patienten in der Region Hoffnung

Meilenstein in der Medizin? Ab Ende des Jahres setzt die Uniklinik **DAS NEUE MEDIKAMENT** Leqembi ein. Die Arznei soll nicht nur Symptome lindern, sondern auch die Ursachen von Alzheimer angreifen können.

HANNOVER. Hoffnung für Betroffene in Hannover: Ein neuartiges Alzheimer-Medikament wird ab Ende des Jahres auch an der Medizinischen Hochschule (MHH) eingesetzt. Leqembi gilt in der Alzheimer-Forschung als das erste Mittel weltweit, mit dem man nicht nur die Symptome der Erkrankung behandeln, sondern auch an den Ursachen ansetzen kann. Doch eine Infusion erhält noch lange nicht jede betroffene Person.

Leqembi ist seit September auch in Deutschland auf dem Markt und hatte zuvor bereits in den USA für viel Aufsehen gesorgt. Der Wirkstoff Lecanemab, ein synthetisch hergestellter Antikörper, greift die für Alzheimer typischen Eiweißablagerungen im Gehirn an und soll dadurch erstmals den geistigen Abbau verlangsamen können.

GÖTTINGEN IST EINZIGER DZNE-STANDORT IM BUNDESLAND

Nötige Voruntersuchungen und die Überwachung der Patienten sind sehr aufwendig. Deshalb kommen für die Therapie laut dem Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE) vor allem

spezialisierte Kliniken und spezialisierte Schwerpunktpraxen infrage. Das DZNE ist eine Forschungseinrichtung für Alzheimer-Demenz oder Parkinson mit Standorten unter anderem in Berlin und – als einzigem Standort in Niedersachsen – Göttingen. Die Berliner Charité und die Göttinger Universitätsmedizin gehörten bundesweit zu den ersten Kliniken, die bereits Anfang September Patienten behandelten.

EXPERTENTEAM IN DER MHH ZUSAMMENGESTELLT

Die MHH ist zurzeit die einzige Klinik in der Region, die diese Behandlung anbieten wird. „Wir wollten keinen Schnellschuss, sondern sicher sein, dass wir alle nötigen Schritte koordinieren können“, sagt der Direktor der MHH-Klinik für Neurologie mit Klinischer Neurophysiologie, Prof. Aiden Haghikia. Vor allem für die Zusammenstellung eines interdisziplinären Memory-Boards, eines Teams von MHH-Experten aus Neurologie, Psychiatrie, Neuroradiologie und Nuklearmedizin, habe man Zeit gebraucht. „Deshalb hat es etwas länger gedauert“, sagt Haghikia.



„Leqembi kann der Anfang von etwas ganz Neuem sein“: MHH-Professor Aiden Haghikia. Foto: Tim Schaarschmidt

LEQEMBI ALS ANFANG VON ETWAS GANZ NEUEM

Haghikia hält Leqembi aus klinisch-versorgungsmedizinischer

Sicht für einen Meilenstein. „Leqembi kann der Anfang von etwas ganz Neuem sein“, sagt er. Der Neurologe ist zwar überzeugt, dass es langfris-

tig nicht ausreichen wird, die Ursache für Alzheimer nur im Gehirn zu suchen. „Man muss das ganze System betrachten, Ernährung, Bewegung, Lebensstil“, sagt er. Der Zustand der Patienten werde durch Leqembi zudem nicht verbessert oder stabilisiert. Aber die Verschlechterung werde verzögert. Leqembi werde aber vor allem dazu führen, „dass etwas ins Rollen kommt, das wir vorher so nicht im Blick hatten – und die Therapie langfristig deutlich verbessern“, hofft er. Ein Beispiel dafür sei die Multiple Sklerose: Der Fortschritt seit der Entdeckung des ersten wirksamen Medikaments vor 30 Jahren sei enorm.

PROFESSOR: LEQEMBI HILFT NUR IM FRÜHSTADIUM

Seit Leqembi auf dem Markt ist, steht in Haghikias Abteilung das Telefon nicht mehr still. Erkrankte und Angehörige machten sich große Hoffnungen, baten um eine Behandlung. Zur Wahrheit über Leqembi gehört aber auch: Es hilft nur im Frühstadium von Alzheimer, bei leichten kognitiven Beeinträchtigungen.

„Die Patienten müssen ihren Alltag noch komplett selbstständig bewältigen können“, sagt

Haghikia. Wortfindungsstörungen könnten erste Anzeichen sein. Oder den Erkrankten falle auf, dass sie sich kurzzeitig nicht orientieren könnten oder Entscheidungen verlangsamt treffen. „So etwas merken Betroffene als Erste“, sagt Haghikia: „Wenn das Umfeld das mitbekommt, könnte es sich schon um eine etablierte, demenzielle Erkrankung handeln. Dann wäre es für Leqembi zu spät.“

SCHWERE NEBENWIRKUNGEN KÖNNEN AUFTRETEN

Zudem sei die Gruppe begrenzt, die von der Behandlung profitiere. Im Einzelfall könnten schwere Nebenwirkungen auftreten: Hirnschwellungen oder Mikroblutungen. Die Anzahl der Kriterien, die Patienten von einer Therapie ausschließen, sei deshalb hoch. „Das bedeutet, dass es sehr aufwendig ist, geeignete Patienten zu identifizieren“, sagt Haghikia.

Fünf bis zehn Patienten sollen in der Startphase an der MHH mit Leqembi behandelt werden. Ob die Demenz der Kandidaten noch im geeigneten Frühstadium sei, müssten zuvor neuropsychologische Tests ergeben. Dann werde mit einer Lumbal-

punktion – der Entnahme von Hirn-Rückenmark-Flüssigkeit – geprüft, ob im Gehirn des Patienten jene Eiweißablagerungen nachweisbar sind, die der Wirkstoff Lecanemab abbaut.

Dann müssten weitere Ausschlusskriterien geklärt werden: Dazu gehörten unter anderem schwerwiegende Gefäßkrankungen im Gehirn wie Durchblutungsstörungen oder bereits bestehende kleine Hirnblutungen. Manche Gerinnungshemmer seien nicht zulässig. Menschen mit zwei Kopien des sogenannten ApoE4-Gens seien ausgeschlossen, weil bei ihnen ein erhöhtes Risiko einer Hirnblutung bestehe.

„Erst nachdem die ganze Checkliste abgearbeitet ist, kann mit den Infusionen begonnen werden“, sagt Haghikia. Alle zwei Wochen werden sie gegeben. Die Behandlung werde mit MRT-Kontrollen streng überwacht. Jeder Einzelfall werde sorgfältig evaluiert – und bei Komplikationen abgebrochen. „Die MHH stellt sich interdisziplinär auf, um all das zu gewährleisten“, sagt Haghikia. Es kooperieren die Klinik für Neurologie, die Psychiatrie, die Neuroradiologie und die Nuklearmedizin.

Gemeinsam gegen Lungenkrebs und Asthma

Neues Zentrum für Lungen- und Thoraxmedizin soll 2026 starten

HANNOVER. Lungenkrankheiten sind weltweit die zweithäufigste Todesursache. Nach Prognosen der Weltgesundheitsorganisation WHO wird ihre Bedeutung in den kommenden 20 Jahren sogar noch weiter zunehmen. Zu den fünf häufigsten Erkrankungen zählen Asthma, chronisch obstruktive Lungenkrankungen (COPD), akute Infektionen der unteren Atemwege, Lungenkrebs und Tuberkulose. Während der Pandemie waren besonders viele Patienten von Einschränkungen des wichtigen Organs betroffen.

Ein Spitzenzentrum für Lungen- und Thoraxmedizin in Hannover – das ist daher das gemeinsame Ziel der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) und des Klinikums Region Hannover (KRH). Das Hannover Lungen und Thorax Centrum (HLTC), dessen Start für 2026 vorgesehen ist, soll eines der größten und leistungsfähigsten dieser Art in Deutschland werden. Die gemeinsame Leitung und die Einrichtung einer Schwerpunktprofessur an der MHH sind Eckpfeiler des Vorhabens.



Gemeinsam für Spitzenmedizin: MHH und KRH therapieren und erforschen künftig gemeinsam Lungenkrankungen. Foto: André Walther/MHH

„Mit dem HLTC reagieren wir gemeinsam auf die Herausforderungen der modernen Gesundheitsversorgung und die Zielsetzungen der aktuellen Krankenhausreform, die eine stärkere Konzentration medizinischer Leistungen und eine enge Vernetzung von Klinikstandorten vorsieht“, sagt Dr. Matthias Bracht, KRH-Geschäftsführer Medizin. Für die Menschen in der Region Hannover und in Niedersachsen bedeute diese Kooperation zudem

besseren Zugang zu exzellenter medizinischer Versorgung, ergänzt Prof. Frank Lammert, Vizepräsident der MHH. Das neue Zentrum vereine Wissen und Erfahrung der besten Expertinnen und Experten auf dem Gebiet der Lungen- und Thoraxmedizin in Klinik und Praxis, die nun künftig Hand in Hand arbeiteten – zum Benefit der Patienten.

Die beiden Kliniken zählen bereits zu den führenden Einrichtungen in der Versorgung von Lungen- und Atemwegserkrankungen.

So bietet die Pneumologie am KRH-Klinikum Siloah eine umfassende Grund- und Regelversorgung mit Schwerpunkten in der pneumologischen Onkologie und Beatmungsmedizin. Die MHH ist spezialisiert auf seltene Lungenkrankungen und international anerkannt für ihre Expertise in der Lungentransplantation und bei innovativen Verfahren wie ECMO und biohybrider Ersatzlung. „Als Universitätsklinikum kann die MHH aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse und neue Therapien einbringen“, erklärt die MHH-Präsidentin Prof. Denise Hilfiker-Kleiner.

Das HLTC will die bestehenden Kompetenzen bündeln und durch abgestimmte Leistungsangebote eine optimale Patientenversorgung ermöglichen. Die Kooperation soll aber nicht nur die Versorgung verbessern, sondern auch die klinische Forschung stärken. Ein gemeinsamer Patientenpool ermöglicht die künftige Ausweitung auf neue Schwerpunkte wie COPD, Beatmungsmedizin und interventionelle Bronchoskopie.

Neue Chemotherapie schenkt Lebenszeit

Impuls der MHH: Besonderes Verfahren bei Krebs im Bauchraum

HANNOVER. Neue Hoffnung auf mehr Lebenszeit: Eine besondere Chemotherapie soll Patienten und Patientinnen mit Magenkrebs und Bauchfellmetastasen mehr Lebensjahre ermöglichen. Betroffene mit Tumoren auf dem Bauchfell haben bislang kaum Aussicht auf Heilung. Denn meist handelt es sich dabei um Metastasen eines Tumors in einem anderen Bauchorgan etwa im Magen. Magenkrebs ist mit rund 14.500 Neuerkrankungen im Jahr eine der zehn häufigsten Krebsarten. Bei mehr als jedem dritten Betroffenen treten im fortgeschrittenen Stadium Bauchfellmetastasen auf. Dann ist die Krebserkrankung schon weit fortgeschritten und eine Behandlung schwierig.

Ein MHH-Team aus Experten der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie sowie der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie, Infektiologie und Endokrinologie, bietet jetzt eine neue Behandlungsmethode an – NIPS (neoadjuvante intraperitoneale Systemtherapie). Dabei wird eine herkömmliche Chemotherapie

über die Vene mit einer gezielten Chemo im Bauchraum kombiniert. Ausgangstumor und Metastasen sollen sich verkleinern, um sie anschließend operativ entfernen zu können. Die neue Therapie ist für bestimmte palliative Patientinnen und Patienten für diese Patientinnen und Patienten im Bauchfell gedacht. Für sie besteht die Hoffnung auf eine deutlich längere Überlebenszeit.

„Im Gegensatz zu Metastasen in anderen Organen, beispielsweise in der Leber oder der Lunge, gibt es für Metastasen im Bauchfell bisher keine guten Therapiemöglichkeiten“, erklärt Oberarzt Thomas Wirth von der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie, Infektiologie und Endokrinologie. Die Standardtherapie für diese Patientinnen und Patienten ist eine palliative systemische Chemotherapie mit einer durchschnittlichen Überlebenszeit von sechs bis zwölf Monaten. Die operativen Möglichkeiten sind ebenfalls sehr begrenzt.

Bei der neuen Behandlungsmethode NIPS werden die Tumore im Bauchfell mittels Im-

plantation eines Ports unter der Haut im Bauch erreicht. Über diesen Port kann das Chemotherapeutikum dann verabreicht werden und sich im Bauchraum verteilen. Das Verfahren hat viele Vorteile. „Wir können es ambulant und zeitgleich mit der systemischen Chemotherapie durchführen“, erläutert Wirth.

Die MHH ist eine der ersten Kliniken in Deutschland, die das Verfahren umsetzen. Das Team hat bereits die ersten drei Patienten in Behandlung. Sie bekommen einmal pro Woche über einen Zeitraum von insgesamt neun Wochen die kombinierte Chemotherapie mit NIPS. Danach schauen die Fachleute, ob die Therapie erfolgreich war und sich das Magenkarzinom und die Bauchfellmetastasen ausreichend verkleinert haben, um sie zu operieren. Mit Blick auf eine japanische Studie ist Mediziner Wirth optimistisch. „Die Kolleginnen und Kollegen dort erzielen mit NIPS wirklich sehr beachtliche Erfolge, teilweise profitieren die Betroffenen von einer Lebensverlängerung von mehreren Jahren.“

Lesung mit Dr. Thomas Reinbacher

Mittwoch, 8. Oktober 2025



Dr. Thomas Reinbacher

Die Veranstaltung wird aufgezeichnet:



Einlass : 17.30 Uhr
Beginn : 18.00 Uhr

Pavillon

mit anschließender
Gesprächsrunde u.a. mit
Facharzt
Dr. med. Thorsten Sueße

Tickets unter:
www.pavillon-hannover.de



www.habmutzeiggesicht.de

Mit Ihrer Spende
unterstützen Sie unsere
Vereinsarbeit!



Veranstalter:
Selbsthilfegruppen Garbsen
Hab Mut, es tut gut! &
Mittendrin - trotz Angst!
www.depressionen-hannover.de

Gefördert durch:
AOK
aok.de/leistungen

BKK24
Länger besser leben.

„Nach Grau kommt himmelblau“

Thomas Reinbacher promovierte in Technischer Informatik und machte Karriere als Forscher und Manager. 2021 wurde er schwer depressiv. „Nach Grau kommt himmelblau“ ist seine Geschichte für Betroffene, Angehörige und alle, die verstehen möchten, wie es sich anfühlt, wenn die eigene Psyche zum größten Gegner wird – und wie man den Weg zurück ins Leben finden kann. Es wird ein interaktiver interessanter Abend, indem es nachdenkliche, aber auch humorvolle Momente geben wird.

Im Anschluss gibt es die Möglichkeit in der Gesprächsrunde Fragen zu stellen u.a. an den Leiter der Selbsthilfegruppen in Garbsen Stefan Loth, sowie auch an den

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und psychosomatische Medizin, Dr. med. Thorsten Sueße und natürlich auch an Thomas Reinbacher selbst. Diese Veranstaltung ist möglich durch die Selbsthilfeprojektförderung der Krankenkassen-AOK-Leistungen, sowie der BKK24. Parallel dazu wird die Veranstaltung aufgezeichnet und online per Livestream auf YouTube übertragen.

Informationen auch unter
www.depressionen-hannover.de
Eintritt: VVK: ab 7,60 €

(zzgl. evtl. Gebühren) direkt im Pavillon oder online.
AK: 8,00 € - am Veranstaltungstag ab 16.30 Uhr.

Üstra verlegt ihr Servicecenter

Am Platz der Weltausstellung werden täglich mehrere Hundert Kunden bedient – nun soll der Standort schließen – denn es gibt **STREIT MIT DEM EIGENTÜMER**

HANNOVER. Wer persönliche Beratung und direkten Kundenservice bei der Üstra braucht, muss bald neue Wege gehen. Das Unternehmen verlässt den angestammten Standort am Platz der Weltausstellung und sucht ein neues Domizil, wieder in zentraler Lage.

Hintergrund sollen dem Vernehmen nach Differenzen zur Unterhaltung und Modernisierung der Immobilie sein. Dazu aber gibt es keine Stellungnahme von der Üstra. Ein Sprecher bestätigt nur, „dass das angemietete Gebäude sanierungsbedürftig ist und auch energetisch ertüchtigt werden muss“. Deshalb werde man den Standort wechseln.

Wer glaubt, dass durch das Digitalzeitalter die Nachfrage an Beratungen und persönlichem Kontakt sinken, wird bei der Üstra eines Besseren belehrt. Im Tagesdurchschnitt kämen 500 Menschen ins Servicecenter, sagt Sprecher Tolga Otkun. Zusätzlich würden rund 300 telefonische Anfragen aus der Hotline beantwortet. „In der Summe ergibt das etwa 800 direkte Kundenkontakte am Tag.“ Zusätzlich von Anfragen per Mail und App.

Bei den Menschen, die selbst vorbeikommen, handele es sich nicht nur um Seniorinnen und Senioren, die Probleme mit den digitalen Angeboten hätten, betont Otkun. „Zu Schuljahresbeginn, wenn es neue Beförderungskarten gibt, haben wir zuweilen regelrechte Schlangen vor der Eingangstür.“ Insgesamt arbeiten mehr als 100 Üstra-Beschäftigte auf den drei Etagen, davon knapp 70 ausschließlich für den Kundenservice.



Ersatz gesucht: Die Üstra verlässt ihr zentrales Kundencenter am Platz der Weltausstellung an der Karmarschstraße. Foto: Irving Villegas

Egal ob Auskünfte oder Beschwerden, ob Unterlagen-Check nach dem Erwischtwerden ohne Fahrkarte oder Überprüfung der Fahrerlaubnis für Menschen, die am Carsharing teilnehmen wollen: Es gibt viele Gründe, das Servicecenter aufzusuchen. Lange Zeit war auch ein Café mit Ausblick im obersten Stockwerk beheimatet. Anfangs war es ab dem Jahr 2002 das privat betriebene Café Traffix, später übernahmen Café-Teams des Freiwilligenzentrums die Aufgabe, das Untermieter im Haus war.

Und jetzt? Auch wenn vielerorts über Leerstand in der Innenstadt geunkt wird: Den optimalen Standort für ein neues Servicecenter zu finden, dürfte für die Üstra nicht einfach sein. Bei der Revitalisierung von Großgebäuden wie dem Karstadt-Glashaus am Schillerdenkmal oder der einstigen Horten- und späteren Kaufhof-Immobilie gegenüber der Marktkirche würde solch ein Center nur Bruchteile der Flächen ausmachen. Mit 1500 Quadratmetern Bürofläche füllte es grad mal ein Drei-

Bigstel der Kaufhof-Verkaufsetagen. Kleinere Einzelhandelsflächen in den zentralen Lagen der Innenstadt aber stehen selten lange leer. Auf den einstigen Esprit-Flächen gegenüber dem Hauptbahnhof etwa macht sich aktuell der niederländische Elektrolieferant Coolblue stark im neuen Geschäft. Und im ehemaligen H&M-Store am Schillerdenkmal baut Sport-Scheck seinen neuen Standort in der Fußgängerzone auf. Die Eröffnung dort allerdings klappte nicht mehr zum

diesjährigen Weihnachtsgeschäft, heißt es in der Branche.

Auch für die Üstra seien Zentralität und damit gute Erreichbarkeit wichtig, sagt Otkun. Man habe „den Markt sondiert und festgestellt, dass Alternativen verfügbar sind“. Weil man während einer Kersanierung der bisherigen Immobilie ohnehin für mindestens ein Jahr aus und dann wieder hätte zurückziehen müssen, habe man sich für die Variante eines einmaligen Umzugs entschieden. Der Umzug muss Ende 2026 erfolgen und Anfang 2027 abgeschlossen sein. Dann läuft der Mietvertrag in der Karmarschstraße 30/32 ab.

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

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

Marktstraße 17
Burgdorf
Tel.: 05136-22 28

vom 27.10. bis 01.11.2025

Montag bis Mittwoch:
Schaschlikpfanne mit Bacon & Paprika-Würfel 100 g **1,29 €**

Zimmermanns Schlemmer-Tüte
- 2 Krakauer Würstchen für Pfanne oder Eintopf
- 400 g Schaschlikpfanne
- 2 marinierte Hähnchensteaks „Rosmarin Meersalz“ **Tüte nur 11,90 €**

von Montag bis Samstag

Spartipp! vom Becklinger Strohschwein:
Schinkengulasch vom Strohschwein, mager 100 g **1,19 €**

Schlachteplatte: herzhafter Wurst, Thüringer Mett, Zwiebelfleisch, hausgemachtes 100 g **1,69 €**

Kennen Sie schon?
Bärlauchjagdwurst - fein würzig 100 g **1,39 €**

Portionswurst zum Knallerpreis
feine Delikatessleberwurst, Jagdwurst oder Mortadella 100 g **1,39 €**

Aus unserer Feinkostküche
Gyrossalat - super lecker 100 g **1,49 €**
Krautsalat 100 g **0,79 €**

Donnerstag bis Samstag
Prager Schinken vom Strohschwein, Stück für 3-4 Personen, mit Bratanleitung 100 g **1,49 €**
Filet-Topf klassisch, mit Champignons in Zwiebel-Soße-Schale 780 g **16,90 €**

Nasse Keller? Feuchte Wände? Undichter Balkon?

20% Rabatt auf alle Abschlüsse bis 08.11.2025

- über 25 Jahre Erfahrung
- 10 Jahre Gewährleistung
- TÜV-zertifiziert
- qualifiziertes Fachpersonal
- Festpreis- & Sauberkeitsgarantie

BDSF innotech
Sanierungsfachbetrieb für feuchte Bauwerke

Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60

ANZEIGE

Harter Stuhl: Früh handeln!

Warum ist das gerade bei Hämorrhoiden so wichtig?



Hämorrhoiden zählen zu den häufigsten Begleitscheinungen von hartem Stuhl bzw. regelmäßiger Verstopfung. Lassen Sie es gar nicht so weit kommen!

„Ich habe Hämorrhoiden“ – Worte, die niemand von uns gerne in den Mund nehmen möchte. Tatsache ist jedoch: Wir alle haben Hämorrhoiden. Dabei handelt es sich schlichtweg um Blutgefäße rund um den Darmausgang. Wer umgangssprachlich von Hämorrhoiden spricht, meint damit vielmehr eine schmerzhaft

Vergrößerung dieser Blutgefäße. Besonders häufig treten diese aufgrund von zu starkem Pressen beim Toilettengang auf. In vielen Fällen muss das aber gar nicht sein! Lesen Sie, was Sie tun können, um wirkungsvoll gegenzusteuern!

WARUM SALBEN UND ZÄPFCHEN NICHT REICHEN

Entsprechende Salben und Zäpfchen können zwar kurzfristig Linderung verschaffen, beseitigen jedoch nicht die

Ursache des Problems. Wer lediglich die Symptome bekämpft, wird langfristig immer wieder mit den lästigen Hämorrhoiden zu kämpfen haben. Am besten Sie setzen also bereits an, bevor es so weit kommt. Und zwar bei einer gut funktionierenden Verdauung.

HARTER STUHL WIRKSAM ENTGEGENSTEUERN

Ärztliche Leitlinien empfehlen bei hartem Stuhl die Erhöhung der Ballaststoffzufuhr, um die Verdauung sanft

anzuregen. Dies ist sinnvoller als ein akut angewendetes (synthetisches) Abführmittel. Letzteres kann bei häufigem Gebrauch nämlich zu einem Gewöhnungseffekt führen – der Darm braucht dann ständig den Reiz von außen, um einwandfrei zu arbeiten. Hinzu kommt, dass viele Abführmittel auch zu Durchfall führen können. Dadurch wird der ohnehin bereits empfindliche Darmausgang weiter gereizt, was die Beschwerden wie Juckreiz, Brennen oder Schmerzen bei Hämorrhoiden verstärken kann.

BALLASTSTOFFE: SANFT UND WIRKSAM

Ballaststoffe hingegen regen bei ausreichender Aufnahme durch ihren Quelleneffekt ganz natürlich die Darmtätigkeit an und sorgen so für eine normale Stuhlkonsistenz – noch bevor es zu den lästigen Hämorrhoiden kommt. Studien haben in diesem Zusammenhang gezeigt, dass gerade Ballaststoffmischungen einen positiven Effekt zeigen und somit einen klaren Vorteil gegenüber einzelnen Ballaststoff-Präparaten haben.¹

INNOVATION AUS ÖSTERREICH

Ein solches Mittel, mit dem immer mehr Betroffene gute Erfahrungen gemacht haben, ist Dr. Böhm® Darm aktiv. Das fruchtige Trinkpulver enthält eine ideal dosierte 5-fach-Kombination aus Ballaststoffen (Flohsamen, Gerstengras, Apfel, Pflaume sowie Yaconwurzel). Die spezielle Kombination unterstützt gleich dreifach:

1. Der Stuhl wird weicher und gleitfähiger
2. Die Darmaktivität wird angeregt²
3. Die Darmentleerung wird erleichtert

Anwender loben darüber hinaus den leckeren Geschmack, wodurch sich das Präparat gut trinken lässt und auch problemlos regelmäßig eingenommen werden kann – z. B. als Ergänzung zu einer ausgewogenen Mahlzeit.

GUT ZU WISSEN:

Wie alle Produkte der führenden österreichischen Apothekenmarke Dr. Böhm® wird auch Darm aktiv unter strengsten Qualitätsvorschriften mit hochwertigen Rohstoffen produziert.

¹Christodoulides S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103-16. ²Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung. ³PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)

FRAGE an den Experten

Wie hängen harter Stuhl und Hämorrhoiden zusammen?

Jeder Mensch hat Hämorrhoiden. Dabei handelt es sich um Blutgefäße rund um den Darmausgang. Harter Stuhl führt dazu, dass der Darm nur durch verstärktes Pressen entleert werden kann. Dadurch können sich die Hämorrhoiden vergrößern und zu Schmerzen oder Blutungen führen. Eine ballaststoffreiche Ernährung kann helfen, solchen Problemen vorzubeugen.

Wirkt sanft bei hartem Stuhl

Dr. Böhm® Darm aktiv
Ballaststoff-Getränk

Die Lösung bei hartem Stuhl
Zur Anregung der Darmtätigkeit dank Flohsamen
Plus Gerstengras, Pflaume, Applepektin und Yaconwurzel
Pflanzliche Ballaststoffe

- ✓ Wohlschmeckende 5-fach Kombination aus pflanzlichen Ballaststoffen
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung dank Flohsamen
- ✓ Spürbarer Effekt schon nach einem Tag³

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

Mit dem Zweiten schützt man besser

Der **DIGITALE PATIENTENZWILLING** soll zeigen, wie Therapien je nach Risikoprofil wirken. Aber es gibt Hürden.

VON
KIRA VON DER BRELIE

BERLIN. Krankheiten früher erkennen, Diagnosen verbessern und Komplikationen vorhersehen – die Potenziale des Digital Patient Twin (DPT), zu deutsch: „Digitaler Patientenzwilling“, sind immens. Er simuliert auf Grundlage von Daten des Patienten oder der Patientin unter anderem Behandlungswege – inklusive möglicher Komplikationen. Damit kann er dem Arzt oder der Ärztin, aber auch den Patientinnen und Patienten als Entscheidungshilfe dienen und verbessert so die Patientensicherheit. DPTs haben das Potenzial, die Gesundheitsversorgung grundlegend zu verändern.

Eigentlich ist der digitale Zwilling eine Technologie aus dem Ingenieurbereich. Firmen wie Boeing oder Siemens verwenden sie, um Fertigungsprozesse zu überwachen oder Wartungspläne zu optimieren. Im Bauwesen werden sie beispielsweise im Bereich Smart Cities eingesetzt, in der Landwirtschaft können Felder so effizienter und präziser bewirtschaftet werden. Nun sollen sie also auch die Medizin besser machen.

Molekularmedizinerin Theresa Ahrens forscht am Fraunhofer-Institut für Experimentelles Software Engineering zur Digitalisierung im Gesundheitswesen. Sie leitet die Abteilung „Digital Health Engineering“ und sieht großes Potenzial bei den DPTs in der Prävention und Gesundheitsvorsorge.

„Gesundheit ist ein abstraktes Thema und schwer zugänglich.

Die wenigsten können sich tatsächlich vorstellen, wie sich eine Entscheidung etwa für gesunde Ernährung oder Rauchen auf unsere Gesundheit auswirkt“, sagt Ahrens. „Unsere Hoffnung ist, dass der DPT dieses Feedback besser veranschaulichen kann.“ Es geht also letztlich darum, zu visualisieren, was Entscheidungen im Jetzt für die Gesundheit in der Zukunft bedeuten können.

Der DPT geht über die elektronische Patientenakte hinaus. „Ein DPT ist das virtuelle Abbild einer Person, in dem verschiedene Datenquellen wie Arztberichte oder Fitnessuhr-Daten zusammengeführt, mit modernen KI-Verfahren miteinander verrechnet und Vorhersagen getroffen werden“, sagt Ahrens. Digitale Schattenbilder, also reine Datensammlungen wie die elektronische Patientenakte, geben selbst kein Feedback. DPT beschreibt also auch ein System, in dem Patient oder Patientin, medizinisches Personal und DPT in ständigem Austausch stehen.

„Die Ärzteschaft kann beim DPT direkt sehen, ob Medikamentenunverträglichkeiten bestehen, oder simulieren, wie ein Medikament oder eine Behandlung vertragen werden könnte – das könnte das Risiko minimieren, dass es zu Komplikationen kommt“, sagt Ahrens. „Auch könnte medizinisches Personal

mit DPTs risikofrei lernen.“ DPT sei in Deutschland noch in der Anfangsphase. Es gibt aber bereits klinische Studien, die den Effekt untersuchen.

Einer Beobachtungsstudie, die im Fachmagazin „Nature“ publiziert wurde, zufolge haben DPTs bei Diabetes-Typ-2-Personen positive Effekte auf die Therapie. Nach einem Jahr sank der HbA1c-Wert, also der durchschnittliche Blutzuckerspiegel der vergangenen drei Monate, der 1853 Teilnehmenden signifikant. Sie mussten auch weniger blutzuckersenkende Medikamente zu sich nehmen, die Glukosewerte besserten sich, und die Teilnehmenden nahmen Gewicht ab.

Das Erfolgsrezept der DPTs? Dem richtigen Teilnehmer zur richtigen Zeit die richtigen Lebensmittel vorschlagen – so das Fazit der Forschenden. Der Grad der Personalisierung gehe über die Möglichkeiten herkömmlicher CGM- und Ernährungsinterventionen hinaus. Was den DPT-Ansatz so wirksam mache, sei die „Fähigkeit, eine hochgradig maßgeschneiderte und dynamische Antwort auf die spezifischen Stoffwechselbedürfnisse einer Person zu geben“. Auch an der Universität Hamburg läuft seit dem vergangenen Jahr ein DPT-Projekt, das bei der Behandlung von Typ-2-Diabetes helfen soll.

Forschende aus Australien argumentieren in einem Artikel, der in der Fachzeitschrift „Wiley Interdisciplinary Reviews“ erschien, für DPTs in der Krebstherapie. Sie würden eine „patientenzentriertere, präzisere und individuellere Versorgung“ ermöglichen und Entscheidungen erleichtern – sowohl für das klinische Personal als auch für die Erkrankten.

Ein Faktor, der nach Einschätzung von Molekularmedizinerin Ahrens hierzulande eine Lücke schließen könnte: Denn die Digital Health Data Literacy, also die Fähigkeit, digitale Gesundheitsdaten zu lesen, zu interpretieren und kritisch einzuordnen, sei in der deutschen Bevölkerung sehr gering. „Wir haben da einen großen Nachholbedarf gegenüber anderen europäischen Ländern“, sagt Ahrens.

Durch DPTs würden die Prozesse für Patientinnen und Patienten transparenter werden, sie könnten sich besser und schneller informieren. Auch gäbe dieser einen Überblick über die ganzen Daten und Befunde, der visuell schnell erfasst werden könnte. „Deswegen ist es auch wichtig, bereits die Softwareoberflächen nutzungszentriert zu planen“, sagt Ahrens.

In Deutschland ist DPT jedoch noch in der Anfangsphase. „Bevor DPTs in das deutsche Gesundheitssystem implementiert werden können, ist allein regulatorisch noch viel zu tun“, sagt Ahrens. Die Datensicherheit müsse gewährleistet werden, aber auch die Datensouveränität. Auch gebe es ethische Bedenken. „Wenn mein DPT bei-



Ein DPT ist das virtuelle Abbild einer Person, in dem verschiedene Datenquellen wie Arztberichte oder Fitnessuhr-Daten zusammengeführt und mit KI ausgewertet werden.

Symbolfoto: Owen Beard / Unsplash

spielsweise vorhersagen kann, dass ich relativ früh an Alzheimer erkrankte, ist das eine Information, die ich im Alter von 20 Jahren vielleicht noch gar nicht wissen will“, sagt Ahrens. „Ein

DPT müsste also auch das Recht auf Nichtwissen abbilden können.“ Aber: „Die Potenziale sind so enorm, dass man sich von Datenschutzbedenken nicht direkt abhalten lassen sollte.“

Auch müsse man die Schwächen der KI mitdenken. Denn theoretisch könnten DPT auch ein Mittel gegen die Benachteiligung sein. „DPTs würden es zukünftig möglich machen, Medikamente auch für Gruppen, die sonst in der Forschung benachteiligt werden, wie Frauen oder Kinder, relativ schnell und sicher virtuell zu testen“, sagt Ahrens. Aktuell werden die meisten Medikamente an Männern getestet. Frauen benötigen aber oft eine ganz andere Dosierung. „Das Problem ist aber: Wir haben aus den Patientengruppen Kinder und Frauen zu wenig Daten, um die KI-Modelle zu validieren oder um sie sicher zu entwickeln“, sagt Ahrens. „Das führt dazu, dass sich die Diskriminierung auf KI-Modelle überträgt und den Bias dupliziert oder sogar verstärkt.“

Die Verlässlichkeit der KI-Vorhersage sei zudem immer eine Frage der verfügbaren Daten. „Je besser die Daten, desto besser die Vorhersage. Viele Gesundheitsdaten sind aber noch gar nicht digitalisiert, geschweige denn ist klar, inwiefern man beispielsweise auch Daten aus der Kultur und Historie einfließen lassen muss, um KI-Modelle auch auf andere Bevölkerungen übertragen zu können“, warnt Ahrens. Außerdem sei es wichtig, nicht in einen „technischen Blindflug“ zu kommen. „Wir alle sollten nicht blind auf die Technik vertrauen, sondern auch unsere menschlichen Fähigkeiten weiter schärfen, ausbilden und erhalten und beispielsweise den Signalen unseres Körpers trotzdem auch weiter vertrauen.“

-Anzeige -

Möbel Stauder, Küchen Stauder und der Concept Store laden ein zum extralangen Aktionswochenende mit verkaufsoffenem Sonntag am 02.11.

Mit Wintermarkt und vielem mehr

Am extralangen Aktionswochenende vom 01.-02.11. findet nicht nur der große Wintermarkt bei Möbel Stauder statt, denn rund um die Ausstellung gibt es viele tolle Aktionen!

Wintermarkt und viel zu entdecken

Am großen Aktionswochenende gibt es viele bunte Aktionen in der Meelbaumstraße 15. Es erwartet Sie ein **Wintermarkt** mit allerlei handgemachten und stimmungsvollen Produkten. Natürlich hat die **Aktion Sonnenstrahl** wieder für ein buntes Kinderprogramm gesorgt. Und da auch **Weihnachten** naht, gibt es auch schon allerlei festliche Deko, handgemachte Weihnachtskarten und Geschenkideen zu entdecken. Ein besonderes Highlight: Das **GOP** ist mit einem Gewinnspiel und einem Glücksrad vor Ort! Besonders in der kalten Jahreszeit gemütlich: **Sons of Sauna** präsentiert Outdoor-Saunen und Pools!

Kulinarische Angebote

Wer vom Stöbern durch die Ausstellung oder die vielen Aktionen Hunger oder

Durst hat, bekommt Einiges geboten: Etwa **frische Crepes** oder **handgemachte Liköre**. Dazu gibt es deftige **Suppen** und regionales sowie saisonales **Obst und Gemüse**. Zum Start das umfangreiche italienische Frühstücksbuffet, Sonntag können Sie bereits ab 9 Uhr im Möbelhaus frühstücken, bevor die Ausstellung um 10 Uhr ihre Pforten öffnet.

Stöbern, schlemmen und gesund kochen

Außerdem können Sie am Wochenende bei Küchen Stauder beim großen **Showkochen** zusehen. Besuchen Sie die Aktivküchen des Küchencenters und erfahren Sie beim **Showkochen mit BORA** alles über die aktuellen Koch- und Küchentrends. Zusätzlich gibt es bis zu **3.000 Euro Super-Sonderabbatt** zu sowie **Sonderpreise auf Ausstellungsküchen zum extralangen Wochenende**.

Freie Fahrt für Spitzenangebote

Während der Jubiläums-Aktionstage können Sie kräftig sparen: Sie erhalten bis zu **25 % Aktionsabbatt und 10% Extra-Rabbatt**.

Am verkaufsoffenen Sonntag: Frühstück ab 9.00 Uhr, geöffnet ab 10.00 Uhr, Verkauf ab 12.00 Uhr

Möbel Stauder, Küchen Stauder & Concept Store, Meelbaumstr., 30165 Hannover

Tipps vom Demenz-Profi: „Die Menschen da abholen, wo sie stehen“

Sonja Huxolt leitet das Johanniter-Team der ehrenamtlichen Demenzbegleitung in Hannover

HANNOVER. Wenn Sonja Huxolt von ihrem Beruf erzählt, leuchten ihre Augen: „Mit Menschen mit Demenz zu arbeiten – das war immer mein Traum“. Gemeinsam mit rund 20 Ehrenamtlichen begleitet sie demenziell veränderte Menschen zuhause oder in Pflegeeinrichtungen. Gerade Angehörige bekommen so Entlastung und eine – häufig dringend nötige – Pause.

Ganz wichtig ist es für Sonja Huxolt, den demenziell Veränderten mit Respekt gegenüberzutreten. „Die Menschen haben ein ganzes Leben gelebt, mit Freude, Wut, Trauer und allem, was dazu gehört. Wenn man es schafft, ihnen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern, dann hat man etwas richtig gemacht.“ Ihrem ehrenamtlichen Team vertraut sie dabei voll. „Das sind ganz wunderbare Menschen und es ist wirklich schön, meine Erfahrungen an sie weiterzugeben.“

EMPATHISCH BLEIBEN UND GENAU HINSCHAUEN

Oft erleben Menschen mit Demenz starke Gefühle. Manchmal kommt lange Verdrängtes auf einmal zum Vorschein. „Es ist wichtig, sich in den Menschen hineinzuversetzen und ihn da abzuholen, wo er gerade steht. Nur weil wir die Ursache des Gefühls gerade nicht verstehen, ist es trotzdem da und für die Menschen sehr real.“ Sonja Huxolt achtet deshalb auch auf kleine Anzeichen, etwa von Unruhe oder Angst. Dann bietet sie Hilfe an und signalisiert eine positive Stimmung. „Ein freundliches ‚Hallo!‘ reicht manchmal schon.“ In anderen Fällen muss sie einfach Zeit und Raum lassen für starke Emotionen wie Ärger oder Wut. Die Person aus der Si-



Sonja Huxolt leitet ein Team von Ehrenamtlichen, die Menschen mit Demenz begleiten.

Foto: Johanniter/Janna Schielke

situation herauszuholen oder abzulenkeln, kann beruhigen. Heute klappt es nicht, an der Kaffeetunde teilzunehmen? Dann passt vielleicht ein Spaziergang. Manchmal hilft es, gemeinsam nach Lösungen zu suchen: Das Portemonnaie ist verschwunden? Wir schauen zusammen nochmal überall nach.

NEUE WEGE FINDEN, ZU KOMMUNIZIEREN

Bei vielen Menschen mit Demenz schwindet die Sprachfähigkeit. Sonja Huxolt rät dazu, dennoch möglichst viel im Kontakt zu bleiben – zum Beispiel über Berührungen, Gestik oder Mimik. „Eine Teilnehmerin der Demenzgruppe spricht nicht mehr, aber was noch klappt, ist Zuprosten. Also hebe ich regelmäßig das Glas. Der Effekt: Sie trinkt einen Schluck und fühlt sich als Teil der Gruppe.“

Das Langzeitgedächtnis funktioniert bei vielen demenziell Veränderten besser. Erinnerung-

gen zu wecken trainiert diese Fähigkeit und gibt obendrein ein gutes Gefühl. Was genau für die Menschen passt, ist dabei ganz individuell. „Eine Dame hat sich immer wieder auf meinen Bürostuhl gesetzt und ‚Keine Zeit!‘ gerufen. Ich habe ihr dann etwas zu schreiben gegeben und jetzt macht sie immer fleißig Notizen. Vielleicht hat sie mal im Verwaltungsbereich gearbeitet – oder sich einen solchen Beruf gewünscht.“ Auch die Ehrenamtlichen bringen in ihren Begleitungen Dinge mit, die Freude machen und an Erlebnisse von früher erinnern: Das können Bücher, Landkarten oder Gesellschaftsspiele sein. Virtuelle Ausflüge an Heimat- oder Urlaubsorte lassen sich mittels VR-Brille unternehmen.

DIE EIGENEN GRENZEN WAHREN UND SICH UNTERSTÜTZUNG HOLEN

„Auch demenziell veränderten Menschen gegenüber darf ich Grenzen setzen und muss nicht alles aushalten“, sagt Sonja Huxolt. „Vor allem ist es für pflegende Angehörige wichtig, die Herausforderungen nicht allein meistern zu müssen und sich frühzeitig Hilfe zu holen.“ Hier entlasten die Ehrenamtlichen und übernehmen stundenweise die Betreuung. Auch zu den vielfältigen anderen Unterstützungsmöglichkeiten berät das Demenz-Team.



JOHANNITER

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

„Es war und ist ein außergewöhnliches Konzertjahr“

Hannover-Concerts-Chef **NICO RÖGER** im Interview über erfolgreiche Stadionkonzerte, weiter steigende Preise und Herausforderungen für seine Branche

HANNOVER. Hannovers Sommer war geprägt von Großkonzerten wie denen der Scorpions, Post Malones und 50 Cents. Doch steigende Kosten und veränderte Trends fordern die Veranstalter heraus.

Nico Röger, die Zeit der Open-Airs ist vorerst vorbei, die Saison der Großhallenkonzerte beginnt. War und ist es ein gutes Jahr?

Es war und ist ein außergewöhnliches Konzertjahr mit vielen außergewöhnlichen Konzerten für die Stadt und die Region, aber auch für uns. Große internationale Künstler waren da und daneben auch viele tolle Konzerte im Clubbereich. Und es kommt noch einiges, worauf wir uns sehr freuen.

Da die großen internationalen Künstlerinnen und Künstler wieder gekommen: Sind in der Hinsicht die Corona-Nachwehen vorbei?

In der Hinsicht ja. Aber die Nachwehen spüren wir noch immer – wir kämpfen zum Beispiel mit vielen Preiserhöhungen, was auch zur Folge hat, dass die Tickets teurer werden. Dadurch wird es nicht einfacher, in Zukunft Konzerte zu veranstalten.

Eventim-Geschäftsführer Klaus-Peter Schulenberg geht davon aus, dass Ticketpreise noch weiter steigen werden. Wie gehen Sie als lokaler Veranstalter damit um?

Das ist leider die Entwicklung, in die viele Faktoren hineinspielen und die neue Anforderungen für uns mitbringt. Die Kosten steigen auf allen beteiligten Seiten, sowohl bei uns als Veranstalter, als auch bei den Künstlerinnen und Künstlern. Das hebt die Kosten allgemein an, auch die Ticketpreise. Daher finde ich ein breites und ausgeglichenes Angebot wichtig, damit wir in allen Segmenten etwas anbieten können, besonders auch im Nachwuchsbereich, wo der Produk-



„Da kommt noch einiges dazu“: Nico Röger, Geschäftsführer von Hannover Concerts. Foto: Jonas Dengler

tionsapparat noch nicht so umfangreich ist.

Haben Sie Stellschrauben, um am Preis zu drehen? Nein. Das liegt am Ende nicht in unserer Hand.

Es wird beklagt, die Großkonzerte mit ihren teils horrenden Ticketpreisen laufen gut, während die kleinen Konzerte leer bleiben. Nehmen Sie das so wahr?

Nach der Pandemie, also die letzten zwei Jahre, sind gefühlt alle Top-Acts wieder auf Tour gewesen. Ich nehme wahr, dass sie gut funktionieren, während es im breiten Spektrum aller Konzerte etwas anders aussieht. Deshalb müssen wir noch genauer schauen, wie wir unser Programm in den einzelnen Genres aufstellen. Zuletzt war alles sehr geballt. Ich glaube,

Malone im Stadion zum Beispiel oder eine Ayliva gleich mehrfach in der ZAG Arena. Driften da etwas auseinander?

Da gibt es sicherlich einige Phänomene, ja. Durch Streaming, Youtube und Tiktok geht es wesentlich schneller als früher, dass ein Hype ausbricht. Manchmal zählt das Momentum. Mir geht es selbst so, mein Sohn kommt mit irgendjemandem an, und ich frage mich: Wo kommt das denn jetzt her? Darum ist es gut, wenn wir uns als Veranstalter mit den Generationen auseinandersetzen und die verschiedenen Trends mitbekommen. Bei Post Malone muss ich sagen: Eine solche Show hatte ich nicht erwartet, ich war hin und weg. Das war eines der besten Konzerte, das ich je im Stadion gesehen habe.

Gab es auch Flops?

Ich würde nicht von Flops sprechen. Es gibt immer Shows, bei denen wir uns verkalkulieren. Wir haben uns sicher mehr Besucher bei Will Smith versprochen. Da spielten die Eintrittspreise und sein Auftritt in der Autostadt unmittelbar vor unserem Konzert auf der Gilde Parkbühne eine Rolle, aber es war eine tolle Show. Bei 50 Cent hätten wir sicher ein bisschen mehr Publikum vertragen können. Aber auch da: Das Stadion hat super ausgesehen, und die, die da waren, haben es gefeiert.

Was sind für Sie die kommenden Highlights des Jahres?

Ich freue mich sehr auf die Night of the Proms und auf Simply Red. Nina Chuba wird super. SDP auch. Ja, da kommt noch einiges ...

Wie wird 2026? Mit Die Toten Hosen auf dem Messegelände und Helene Fischer und Iron Maiden im Stadion sind bereits drei Großkonzerte angekündigt. Kommt noch etwas hinzu?

Davon gehe ich stark aus. Wir sind mit Hochdruck dabei, das Jahr 2026 zu gestalten und uns ein bisschen neu zu erfinden. Da kommt noch einiges dazu, insbesondere für den Sommer und die zweite Jahreshälfte.

Wie wird sich langfristig Ihre Arbeit als Veranstalter weiter verändern?

Da alles schneller geht, werden wir einfach agiler werden und schalten. Die Zeiten, dass wir uns über Wochen auf einen Vorverkaufsstart vorbereiten konnte, sind vorbei. Vieles entscheidet sich von heute auf morgen. Die Internationalisierung der Konzerne spielt zunehmend eine Rolle. Aber wir veranstalten für Hannover, und wir lieben, was wir tun. Darum nehmen wir die Herausforderungen gerne an.

WINTER Träume

Schloss Eldingen

Eldingen zwischen Celle und Wittlingen

30. Oktober - 2. November

Das große Festival zum Kaufen und Genießen

Donnerstag bis Sonntag von 10 - 18 Uhr

Zahlreiche Aussteller aus ganz Europa präsentieren anspruchsvolle Wohnkultur, Kunst und Design, Antiquitäten, Schmuck, Landhausmoden und die schönsten Winterdekorationen aus aller Welt im Innen- und Aussenbereich.

Zusätzlich: Lichter Shopping Night: Fr. und Sa. bis 20 Uhr

Das stimmungsvoll dekorierte Schloss wird mit Lichtern in Szene gesetzt.

Höhepunkt ist eine Musicalshow mit Lichteffekten, der Jagdhornbläsercorps der Jägerschaft Celle wird Ihren Besuch klangvoll begleiten.

www.schloss-romantik.de Hunde sind im Park erlaubt, nicht im Schloss!

Ist Ihr Teppich sauber?



Wir bieten Ihnen einen einmaligen Service für Ihre Teppiche. Angefangen beim An- und Verkauf über die Wasche und Reparatur bis hin zur Inzahlungnahme. Sie meinen Ihr Teppich ist noch sauber? Oberflächen schon, aber was versteckt sich alles im Flor? Milben, Motteneier, Pflanzensporen, Spuren von Tierkot und Urin, aber vor allem feiner Sand. Diese Dinge bringen Sie nämlich - ohne es zu wollen und zu spüren - immer wieder mit nach Hause. Die Lösung: eine professionelle Teppichwäsche.

Sogar der feine Sand, der tief im Flor fest sitzt und im Inneren wie Schleifpapier den Teppich aufarbeitet, wird

restlos entfernt. In einem Zeitraum von 3-5 Jahren können übrigens bis zu 250 Gramm Feinsand pro Quadratmeter zusammenkommen. Wir waschen den Teppich per Hand mit Reinigungsmitteln auf biologischer Basis. Das schont nicht nur den Teppich, sondern auch die Umwelt. Danach wird der Teppich gespannt und getrocknet. Durch „Rückfettung“ erhält das Schmuckstück ein Schutzschild gegen Schmutz und Feuchtigkeit. Also tun sie etwas für Ihren Teppich und lassen Sie ihn im alten Glanz erstrahlen. Zögern Sie nicht lange und rufen Sie uns an. Wir kommen kostenlos vorbei.

PR-Anzeige

Sonderaktion

30% Rabatt

Alle Teppiche sind innerhalb einer Woche fertig.

kostenloser Abhol- und Bringendienst bis 100 km!

Bio-Handwäsche

Wir waschen nach traditioneller Art.

50 €* GUTSCHEIN

*ab heute 5Tage gültig

Restaurieren von Teppichen aller Art

(Löcher, abgetrennte Stellen, Kanten, Fransen erneuern), Beseitigung von Wasserschäden

Teppich Klinik

Lange-Feld-Strabe 58
30926 Seelze/Letter
Tel.: 0511 - 10 59 28 81

Olympische Fußballspiele in Hannover?

Stadt beteiligt sich an Hamburgs Olympiabewerbung für Spiele in den Jahren 2036, 2040 oder 2044

HANNOVER. Olympisches Feuer am Maschsee – darauf hofft jetzt Hannover. Die Stadt unterstützt Hamburg bei seiner Bewerbung um die Olympischen Spiele in den Jahren 2036, 2040 oder 2044. In Hannover könnten dann olympische Fußballspiele der Frauen und Männer ausgetragen werden. „Als Sportstadt unterstützen wir die Idee, Teil der Olympischen Spiele in Norddeutschland zu sein, und sind bereit, unseren Beitrag dazu zu leisten“, sagt Hannovers Oberbürgermeister Belit Onay (Grüne). Die Heinz von Heiden Arena am Maschsee sei hervorragend als Spielstätte für das olympische Fußballturnier geeignet.



Möglicher Austragungsort: Olympische Fußballspiele könnten im Stadion am Maschsee stattfinden. Foto: Tim Schaarschmidt

AUCH MÜNCHEN, BERLIN UND DAS RHEIN-RUHRGEBIET BEWERBEN SICH

Hamburg will sich neben anderen Städten wie Berlin, München und dem Rhein-Ruhr-Gebiet um die Austragung der Olympischen Spiele bewerben. Dabei sollen auch andere norddeutsche Städte eine Rolle spielen. So sollen Fußballpartien nicht nur in Hannover stattfinden, sondern auch in Bremen, Wolfsburg, Rostock, Dresden und Magdeburg.

Die meisten Standorte lägen nur rund 200 Kilometer vom

Hauptaustragungsstandort Hamburg entfernt, heißt es zur Begründung aus Hamburg. Die Auswahl der sechs Spielorte sei Ende August offiziell beim Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) eingereicht worden. „Ihr ging eine sorgfältige Prüfung voraus“, betont die Stadt Hamburg. Alle Stadien in den genannten Städten erfüllen die Anforderungen an ein olympisches Fußballturnier. Und alle Standorte seien echte Sportstädte, heißt es weiter. Hamburg sieht in der Bewerbung nicht nur eine Chance für den Sport, sondern auch für

den Wirtschaftsstandort und das internationale Ansehen der beteiligten Städte.

REFERENDEN GEPLANT

Bis der olympische Fußball in Hannover und den anderen Städten rollt, ist es aber noch ein weiter Weg. Zunächst sollen die Hamburgerinnen und Hamburger am 31. Mai kommenden Jahres über eine Olympiabewerbung ihrer Stadt abstimmen. Ob es eine Mehrheit gibt, ist nicht gewiss. 2015 hatte sich eine knappe Mehrheit dagegen ausgesprochen, die Olympiabewer-

bung für 2024 fortzusetzen. Auch die Konkurrenzstadt München und die Rhein-Ruhr-Region planen Referenden. Nur Berlin will derzeit auf eine Abstimmung zur dortigen Olympiabewerbung verzichten. Im Herbst 2026 stimmt eine außerordentliche DOSB-Mitgliederversammlung über den deutschen Kandidaten ab. Und dann wird es sich zeigen, ob eine deutsche Bewerbung Aussichten auf Erfolg hat. Die endgültige Entscheidung für die Spiele im Jahr 2036 trifft das Internationale Olympische Komitee (IOC) voraussichtlich erst in 2027.

DIAKOVERE
ALTENHILFE
HENRIETTENSTIFT

ANNES TANZBALL

Erster Herbstball für Menschen mit und ohne Demenz

Freitag, 31. Oktober 2025 von 15 bis 17 Uhr, Einlass ab 14.15 Uhr
Tanzhaus Hannover, Podbielskistraße 299 b, 30655 Hannover

Anmeldung und Information
DIAKOVERE Kommunikation, Vanessa Pollmann, Telefon: 0511 5354-781, vanessa.pollmann@diakovere.de

Die Kartenvorbestellung (Eintritt: 15,- € pro Person) ist bis zum 29. Oktober 2025 möglich per Telefon 0511 5354-781, per E-Mail an vanessa.pollmann@diakovere.de oder vorzugsweise direkt über diesen QR-Code oder das Anmeldeportal: <https://gstoo.de/annestanzball2025>

Mit freundlicher Unterstützung und Mitwirkung von
Tanzschulen Familie Bothe, Podbielskistr. 299 b, 30655 Hannover

BOthe!
Tanzschulen
Fam. Bothe

Kleine Hexen mit Zauberhut und Besen

Happy Halloween: **DIESE KOSTÜME LIEGEN BEI ERWACHSENEN UND KINDERN IM TREND** für den 31. Oktober

HANNOVER. Happy Halloween: Die Kostümverleihe in Hannover arbeiten auf Hochtouren, denn zum 31. Oktober wollen wieder viele Hexen, Vampire und Geister durch die Straßen ziehen. Aber welche Kostüme dieses Jahr bei Kindern und Erwachsenen wirklich im Trend liegen, überrascht bestimmt alle Grusel-Fans!

Wenn Spinnweben großflächig an der Wohnzimmerdecke hängen, Kürbisse grinsen und irgendwo ein Skelett kichert, dann ist es nicht mehr lang hin bis zu Halloween. Schon jetzt arbeiten die Kostümverleiher wie die „Ankleiderer“ an der Christuskirche und für Kinder „Findus“ auf der Deisterstraße auf Hochtouren.

„Gerade bei jüngeren Kindern sollten man genau abschätzen, wie viel Grusel sie ertragen können“, sagt Findus-Chefin Claudia Grete. Seit mehr als 20 Jahren leitet sie den Kinderkostümverleih an der Deisterstraße 67. Viele ihrer Kostüme sind handgeschneidert. Nach dem Tragen werden sie gereinigt und für das nächste Verkleidungsfest aufbereitet. Ihr Tipp zu Halloween: „Die Mischung macht's – es kann ja auch ein fröhliches Gruseln

mit Augenzwinkern statt Horror sein.“

Und damit liegt sie klar im Trend: Denn Halloween 2025 gesellen sich zu all den bekannten Vampiren, Aliens und Zombies besonders viele kleine Zauberer, Mumien oder glitzernde Gespenster auf die Straßen.

„Besonders nachgefragt sind dieses Jahr kleine Hexen mit Zauberhut und Besen. Aber auch Fledermäuse, Drachen und Skelette werden viel ausgeliehen. Und die Kinder werden in ihren Wünschen immer kreativer“, sagt Claudia Grete: „Ich hatte auch schon Jungen und Mädchen, die haben sich meine Piraten- und Raubkatzenkostüme für Halloween ausgeliehen.“

Passend im Trend: bunte Deko zum fröhlichen Gruseln wie orangefarbene Lichterketten, lila Spinnennetze, witzige Kugelaugen und lustige Hexennasen bringen mit Gänsehaut auch gute Laune. Auch die Kürbis-Deko muss nicht immer schaurig sein. Warum nicht mal einen lachenden Emoji-Kürbis schnitzen oder ihn mit bunten Punkten bemalen?

Doch nicht nur die Kinder feiern, auch unter den Erwachse-



Liegen im Trend: Kostüme für kleine Hexen mit Zauberhut und Besen.

Foto: privat

nen sind schaurige Halloween-Party groß im Kommen. Wer hierfür Kostüme sucht: Die „Verkleiderer“ an der Christuskirche 18 hat in den Kellerräumen vom Theaterpädagogischem Zentrum einen riesigen Fundus an Kostümen. Auf über 100 Quad-

ratmetern gibt es mehr als 4000 Kostümen – viele davon sind handgeschneidert und aus ehemaligen Theaterproduktionen.

Dort gibt es alles, was man für Verkleidungspartys braucht: von Barock bis Modern, von Abendrobe bis schrille Outfits für Hallo-

ween. Und dazu natürlich auch alle Accessoires von Perücken bis Dolche. Vielleicht passt die Venedig-Maske zum mittelalterlichen Vampirkleid? Der Lackanzug, die Highheels und die blond aufgetuppten Haare zu Horror-Barbie?

Wie bei den Kindern sind Hexen, Zauberer und andere magische Kostüme für Erwachsene angesagt. Aktuell wird die Halloween-Szene besonders vom Film „Wicked“ mit Cynthia Erivo und Ariana Grande inspiriert – Teil 2 kommt im November in die Kinos. Aber auch die Harry-Potter-Hexe Bellatrix Lestrange ist ein cooler, beliebter Look, besonders für diejenigen, die viel Spaß am Schminken haben.

Alternative: Seit der Netflix-Serie mit Jenna Ortega in der Hauptrolle zählt auch Wednesday Addams zu den Top-Hallo-

ween-Kostümen und ist leicht gemacht: weiße Bluse, schwarzes Kleid, Perücke mit schwarzen Zöpfen – schon steht das Gothic-Mädchen.

Weiterer Tipp aus der „Verkleiderer“ für alle, die ein schnelles Kostüm suchen: Gangster, Räuber und Geisterjäger.

Der Brauch ist ein ganz alter, er geht in vorchristliche Zeit zurück: Die Kelten feierten am 31. Oktober „Samhain“. Sie glaubten, an diesem Tag kämen die Toten zurück. Die irischen Einwanderer bauten später das Fest in den USA in Erinnerung an ihre Heimat weiter aus.

Feiern Sie Hannovers schönste Gruselparty für Kids!

Gruselige Kostüme, gespenstische Süßigkeiten und Kinderdisco – die Baggi am Raschplatz verwandelt sich wieder Hannovers größte Halloween-Party für Kinder. Seit Wochen ist die Veranstaltung, präsentiert von der Neuen Presse, ausverkauft. Doch für Mutige, die das schaurige Spektakel live erleben wollen, haben wir noch Tickets.

Am 31. Oktober beginnt die Party um 13 Uhr. Stargast des Nachmittags ist Kinderdisco-Queen Isa Glücklich. Möchten Sie beim großen Familienspaß live dabei sein? Kein Problem. Unter allen Teilnehmenden verlosen wir 5 mal 4 Tickets. Schreiben Sie eine Mail an np-aktion@neuepresse.de und mit etwas Glück sind Sie dabei.

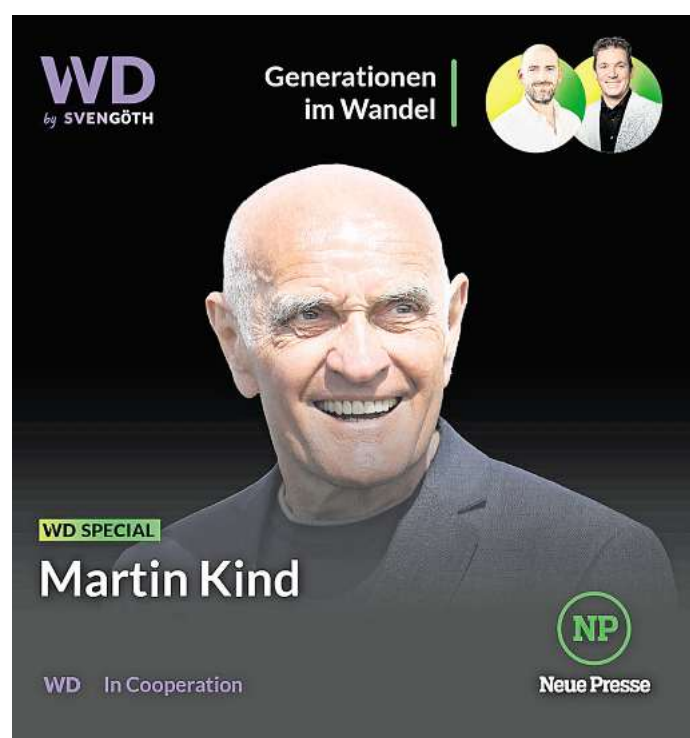
Ein Blick hinter die Kulissen

NP-Podcast „Wirtschaftsversprechen Deutschland – Generationen im Wandel“

HANNOVER. Die Wirtschaftsnation Deutschland steht vor gewaltigen Herausforderungen. Ganz besonders Familienunternehmen. In Zahlen: Fast 200.000 Organisationen suchen in den nächsten Jahren eine Nachfolge für den Chefsessel. Eine existenzielle Entscheidung – ganz besonders für den deutschen Mittelstand.

Der NP-Podcast „Wirtschaftsversprechen Deutschland – Generationen im Wandel“ blickt hinter die Kulissen, berichtet von Erfolgsgeschichten und Misserfolgen. Die Aufgaben der Zukunft sind riesig. Fast die Hälfte aller Familienunternehmen stehen vor der bange Frage der Nachfolgeregelung. Und genau hier setzen wir an.

„Wirtschaftsversprechen Deutschland“ gehört zu den erfolgreichsten Formaten Deutschlands. Sven Göth, einer



zum deutschen Branchenführer. Frühzeitig strukturierte der heute 81-Jährige das Unternehmen um, übergab es in die Hände von Sohn Alexander. Nun folgte der Verkauf für 700 Millionen Euro.

Im Gespräch mit Sven Göth und NP-Chefredakteur Carsten Bergmann gibt der Unternehmer Einblicke und Impulse auf sein Verständnis von wirtschaftlicher Zukunftsfähigkeit und wie der Verkauf des Familien-Imperiums von langer Hand vorbereitet wurde. Was er sich für den Standort Deutschland wünscht und vor allem: Was macht die Familie Kind nun mit einem Vermögen von 700 Millionen Euro?

Die Episode mit Martin Kind ist der Auftakt der zweiten Staffel. Jeden Donnerstag erwarten Sie weitere Episoden. Dieses Mal mit dabei Petra Berner und Frank Thomsen von PLAN International, Christoph Werner, CEO des Drogerie-Giganten dm, Marc Opelt, Vorstandsvorsitzender des Versandriesen OTTO, sowie Stephan Schnabel, in dritter Generation Chef der Helm AG, einem der erfolgreichsten Chemieunternehmen der Welt mit Sitz in Hamburg.

Das Podcast-Special „Wirtschaftsversprechen Deutschland – Generationen im Wandel“ gibt es auf neuepresse.de und überall, wo es Podcasts gibt.



Timon Dzienus (von links), Julia Willie Hamburg, Swantje Michaelsen, Evrim Camuz, und Katrin Langensiepen laden ins neue Kiezbüro ein.

Foto: Bündnis 90/Die Grünen

Willkommen im neuen Kiezbüro

– Anzeige –

Veranstaltungen für alle: Grüne setzen auf Lastenräder, Kneipe und offene Gespräche

HANNOVER. Lastenräder testen, über Europapolitik diskutieren und bei der Grünen Kiezkneipe den Abend ausklingen lassen – das neue Wahlkreisbüro in der Rehbockstraße bringt grüne Politik direkt ins Nordstadt-Viertel. Gleich in den kommenden Wochen stehen drei Veranstaltungen auf dem Programm, die zeigen, wie vielfältig Politik vor Ort sein kann.

Ende September haben fünf grüne Abgeordnete ein gemeinsames Büro mitten in der Nordstadt eröffnet: die niedersächsische Kultusministerin und stellvertretende Ministerpräsidentin Julia Willie Hamburg, die Landtagsabgeordnete Evrim Camuz, die Europa-Abgeordnete Katrin Langensiepen sowie die beiden Bundestagsabgeordneten Swantje Michaelsen und Timon Dzienus teilen sich künftig einen ganz besonderen Raum in der Rehbockstraße 1.

Das Kiezbüro soll Anlaufstelle für alle sein, die in der Nordstadt

wohnen, arbeiten oder einfach vorbeischaun möchten – ein Ort für Begegnung, Austausch und politische Teilhabe. Damit wollen die Grünen ein Zeichen setzen: Politik gehört nicht nur in die Rathäuser und Parlamente, sondern dorthin, wo die Menschen leben.

Die Türen stehen für alle Nachbarinnen und Nachbarn sowie Interessierte offen. Hier wird zugehört, diskutiert und gemeinsam nach Lösungen gesucht, für Fragen, die den Stadtteil bewegen. Zum Start organisieren die „neuen Nachbarn“ gleich drei spannende Veranstaltungen.

Donnerstag, 30. Oktober, 16-18 Uhr: Lastenteilerie – Lastenrad-Probefahrten

Ein Nordstadt-Highlight für alle, die sich fragen, ob ein Lastenrad das Richtige für sie ist. Vor dem Kiezbüro können verschiedene Modelle getestet werden – vom kompakten Zweirad bis zum großen Familientransporter. Die perfekte Gelegenheit,

um selbst in die Pedale zu treten und mit den Grünen ins Gespräch zu kommen.

Freitag, 7. November, ab 19 Uhr: Die Grüne Kiezkneipe mit Timon Dzienus

Politik ohne Anzug und Krawatte: Bei der Grünen Kiezkneipe wird der Abend zum lockeren Austausch. Timon Dzienus setzt sich für bezahlbare Mobilität, höhere Mindestlöhne und bezahlbares Wohnen ein. Bei einem Getränk können die Gäste mit ihm über Hannover, die große Politik und die Themen sprechen, die sie bewegen.

Donnerstag, 20. November, 16-18 Uhr: Auf ein Wort mit Swantje Michaelsen

Keine Anmeldung nötig, einfach vorbeikommen und mitreden: Swantje Michaelsen hat sich im Bundestag mit der Reform des Straßenverkehrsrechts und der Förderung des Radverkehrs einen Namen gemacht. Wer Fragen hat oder einfach nur zuhören möchte, ist herzlich willkommen.



BIRKENSTOCK
STOCK-SCHUHE
GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

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

Hommage an Glenn Miller

Walt Kracht & His Orchestra:
Big Band live bei Aufnahmen im Tonstudio Tessmar erleben

HANNOVER. Mit der Big Band Walt Kracht & His Orchestra live bei TV- und Hörfunkaufnahmen als Studiogast dabei sein: Dieses besondere Erlebnis wartet auf das Publikum am Sonntag, 9. November. Mit einer Hommage an Glenn Miller gestaltet das Walt Kracht Orchestra ein Videokonzert für die Freunde der Swingmusik – und widmet sich einer musikalischen Legende, die heute noch Generationen verbindet. Sogar in manchen Diskotheken hört man „In The Mood“ und andere Miller-Ohrwürmer. Das Konzert mit Walt Kracht & His Orchestra beginnt um 16 Uhr im Tonstudio Tessmar, Reinhold-Schleese-Straße 24. Einlass ist bereits ab 15 Uhr mit einem Angebot von Kaffee und Kuchen. Eintrittskarten sind er-



Live: Walt Kracht & His Orchestra

Foto: privat

hältlich für 28 Euro im Vorverkauf, Tonstudio Tessmar,

Telefon (0511) 90925513, E-Mail: info@tonstudio-tessmar.de

Sparkasse in der City bis 2027 dicht

HANNOVER. Seit Freitag, 17. Oktober, ist Hannovers zentrale Sparkassenfiliale geschlossen – für etwa zwei Jahre. Die in den Siebzigerjahren erbaute Immobilie in der Bahnhofstraße wird einem Totalumbau unterzogen. Auch das SB-Center mit den Automaten im Erdgeschoss ist geschlossen.

Wer regelmäßig Bargeld braucht, etwa weil Sozialleistungen ausgezahlt werden, muss künftig zur modernisierten Filiale Vahrenwalder Straße fahren. Devisenwechsel und Barverkehr

wird der Immobilie auch eine große Glasfassade vorgehängt. Im Inneren sollen großzügige Beratungsbereiche entstehen, in den Obergeschossen mit Schwerpunkt auf ein jüngeres Publikum und Veranstaltungsräumen.

Weil auch der große Automatenbereich wegfällt, hat das Geldinstitut am Straßenrand der Marktstraße neben dem Immobiliencenter Karmarschstraße zwei große, mobile Automaten installieren lassen. So soll die Bargeldversorgung gesichert sein.

Bis in die zweite Jahreshälfte 2027 soll der Umbau dauern. Nach Plänen des Architekturbüros p.a. von Claus-Peter Schulze

BUCH-TIPP

Inspirierend und mit viel Liebe zum (Pflanzen-)Detail erzählt: Eine Frau verwirklicht ihren Traum eines Gartens hoch über der Elbe, der später weltberühmt wird. Hamburg, 1913: Als Hedda ihre Stelle als Obergärtnerin bei der jüdischen Bankiersfamilie Clarenburg antritt, hat sie es nicht leicht. Auf dem parkähnlichen Anwesen oberhalb der Elbe ist sie die erste Frau auf diesem Posten und wird von den ausschließlich männlichen Kollegen entsprechend kritisch beäugt. Auch körperlich wird ihr viel abverlangt, denn das Anwesen über der Elbe ist riesig, und der Erste Weltkrieg fordert ihr gärtnerisches Können noch einmal besonders heraus. Trotzdem gelingt es Hedda, hier ihren gärtnerischen Traum zu verwirklichen – bis hin zum Amphitheater im römischen Stil, das zum Mittelpunkt prachtvoller Feste und Theateraufführungen wird. Doch als sich in den 1930er Jahren die Zeiten verdüstern, geraten sowohl Hedda, die jüdische Vorfahren hat, als auch die Familie Clarenburg immer mehr in Bedrängnis.

Marion Lagoda hat Kunstgeschichte studiert und zahlreiche Gartenbücher und Gartenreportagen geschrieben. In „Ein Garten über der Elbe“ erzählt sie das Leben der Frau nach, deren wahrer Name Else Hoffa lautete und die als Obergärtnerin der Familie Warburg den berühmten Römischen Garten in Hamburg-Blankenese anlegte.

Marion Lagoda:
„Ein Garten über der Elbe“
Verlag: Penguin
ISBN: 978-3-328-11103-0



Offenes Trommeln am Thie

HANNOVER. Mitmach-Angebot an jedem letzten Montag eines Monats: Der Trommel-Profi und Künstler Mo Bittaye lädt herzlich dazu ein, gemeinsam zu trommeln und das Leben zu feiern. In der Freude am Trommeln finden Klein und Groß, sowie Anfänger bis Profi zusammen. Einfach dazukommen und mitmachen oder zuhören: Der nächste Termin ist am 27. Oktober von 17 bis 19 Uhr im Stadtteilzentrum Krokus, Thie 6. Der Eintritt ist frei und die Teilnahme ohne Anmeldung möglich. **RED**

„Bei uns im Figurentheater passiert seit 40 Jahren ein großes Miteinander“

Die **magaScene** im Gespräch mit Britt Wolfgramm und Mathias Müller-Wolfgramm vom **FIGURENTHEATER MARMELOCK**

Britt Wolfgramm hat sich vor 40 Jahren mit viel Leidenschaft dem Figurentheater verschrieben. 1985 gründete sie mit ihrem Mann Mathias Müller-Wolfgramm das Figurentheater Marmelock, hier in Hannover - und eine Erfolgsgeschichte nahm ihren Lauf. Nicht weniger als 35 Stücke wurden seitdem inszeniert. Es gab Zusammenarbeiten mit bekannten Regisseuren und Regisseurinnen, mit Autoren und Autorinnen sowie Kooperationen mit vielen musikalischen Wegbegleitern und sogar der Staatsoper Hannover. 2006 gründete Britt dann mit zwei weiteren Akteuren das Figurentheaterhaus Theatrio.

Britt, Du feierst am 1. November Dein 40-jähriges Bühnenjubiläum im Theatrio. Wann hast Du Dich mit dem Theatervirus infiziert?

Britt: Das war schon ganz früh, im Kindesalter. Meine Eltern waren damals recht erfolgreich mit einem Zaubervarieté unterwegs.

Wie alt warst Du?

Britt: Fünf!

Matze hat quasi auch schon 40-jähriges Jubiläum und sitzt hier mit uns.

Matze: Wir haben uns an der Fachhochschule kennengelernt, ganz beiläufig in der Mensa. Und dann hat Britt mich gefragt, ob ich als angehender Architekt

auch eine Puppenbühne bauen könnte. Ich fand das sehr spannend und habe spontan zugesagt. Seitdem bin ich mit dabei.

Figurentheater erfordert viel Improvisationstalent, oder?

Britt: Ja, das Publikum liebt dieses Spontane – und kommt auch deswegen zu uns. Es fragt, wir antworten. Auch von den Erwachsenen gibt es viele Reaktionen. Am meisten freuen sie sich, wenn ihre Kinder schlaue Sachen fragen. Bei uns im Figurentheater passiert ein großes Miteinander. Das unterscheidet uns von den digitalen Medien.

Am 1. November wird Euer 40-jähriges Bühnenjubiläum im Theatrio groß gefeiert. Was genau passiert dann?

Britt: Es wird kein Figurentheater geben, also kein komplettes Stück. Durch den Abend führt aber eine Figur, der Kommissar Sievers. Er erkundet dann, was hier in den letzten Jahren so vorgefallen ist und stellt uns beiden Fragen, die sich sonst keiner trauen würde zu stellen. Außerdem kommen unsere musikalischen Partner, also Künstler und Künstlerinnen, mit denen wir schon einmal kooperiert haben – und sie werden auch kleine Beiträge spielen. Mit dabei ist das Streichquartett Aperto der Staatsoper Hannover, die Hannover Harmonists kommen. Wolfgang Stute ist dabei, er hat



40 Jahre Figurentheater Marmelock: Britt Wolfgramm und ihr Mann Mathias Müller-Wolfgramm.

Foto: Clemens Niehaus

mal ein Stück für uns vertont, und bringt noch zwei junge Rockmusiker mit. Der Kinderzauberer Tobini sorgt für Stimmung, Holger Kirleis und Christoph Linder werden einen kleinen, musikalischen Beitrag bringen. Alles Weggeführten aus 40 Jahren Marmelock. Dazu gibt es Quiche, Käse und Wein. Es wird toll werden!

Das ist nur ein kleiner Auszug – das komplette Gespräch findet Ihr in der aktuellen Ausgabe der magaScene (11-25)

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 Ausgestellen in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.



Songwriter Night mit Newcomern

HANNOVER. Die hannoversche Newcomer-Band Perish to the Muse ist am Mittwoch, 29. Oktober, im Rahmen der „Songwriter Nights“ live im Kulturpalast, Deisterstraße 24. Mit ihrer Debüt-Single „Home“, die sie im Februar 2025 veröffentlicht hat, erschafft die Band Klangräume zwischen Soul und Funk, in denen man sich verlieren – oder vielleicht sogar wiederfinden – kann. Getragen von Gitarrensounds und einer Stimme, die jeden Raum neu färbt, erzählen die Musiker Geschichten mit emotionaler Tiefe – Songs über Liebe, Verlust und Verletzungen, über Spiritualität, Glauben und Existenz oder die Frage nach dem, was zwischen den Dingen liegt. Das Konzert beginnt um 20 Uhr, anschließend ist Open-Mic-Session. Der Eintritt ist frei. **RED**



Live: Perish to the Muse aus Hannover. Foto: Kulturpalast Linden

Bilder: 25 Jahre EXPO

HANNOVER. Die Ausstellung „25 Jahre EXPO 2000 – Bilder der 1. Weltausstellung in Deutschland“ des Fotografen Hassan Mahramzadeh ist vom 26. bis zum 29. Oktober im Bürgersaal des Neuen Rathauses, Platz der Menschenrechte 1, zu sehen. Die Vernissage am Sonntag, 26. Oktober, ab 11 Uhr im Bürgersaal eröffnet der Schirmherr der Ausstellung, Ministerpräsident a.D. Stephan Weil. Kuratorin ist die

Künstlerin und Galeristin Karin Kummer-Trull. Zu sehen sind auf circa 80 Postern in den Formaten DIN A0 und DIN A1 aus einer Auswahl von 11.000 Digitalfotos die Pavillons, Impressionen und unzählige Menschen der vielen verschiedenen Nationen, die zur Weltausstellung in Hannover waren. Vom 27. bis 29. Oktober ist die Ausstellung täglich von 8 bis 18 Uhr zu sehen. Der Eintritt ist frei. **RED**



EXPO 2000 in Hannover

Foto: Hassan Mahramzadeh

Halloween in Hannover

HANNOVER. Grusel Spaß für große und kleine Halloween-Fans: Rund um das schaurige Kürbisfest gibt es in Hannover Programm für die ganze Familie. Eine Auswahl.

Eine bunte Grusel disco wartet im Stadtteilzentrum Ricklingen, Anne-Stache-Allee 7, am Donnerstag, 30. Oktober, von 16 bis 17.30 Uhr auf Kinder ab sechs Jahren. Es gibt Tänze, einen Kostümwettbewerb, ein monstermäßiges Knabber-Buffer, Partygetränke und natürlich jede Menge Spaß. Karten gibt es im Vorverkauf im Stadtteilzentrum für 5 Euro.

Kinder ab fünf Jahren feiern mit schaurigen Kostümen, Spielen und Spaß am Donnerstag, 30. Oktober ab 16 Uhr in der TechnoThek der Stadtbibliothek, Hildesheimer Straße 12. Der Eintritt ist kostenlos und die Teilnahme ohne Anmeldung möglich.

Das Museum August Kestner, Platz der Menschenrechte 3, bietet am Freitag, 31. Oktober, eine besondere Familienführung zu Halloween an. In „Geschichten aus dem Jenseits – Ägypten“ erfahren die Teilnehmenden ab 15.30 Uhr Spannendes über Mumien und ägyptische Ge-

schichte. Die alten Ägypter beschäftigten sich intensiv mit dem Tod und dem Leben nach dem Tod. Noch heute finden viele ihre Vorstellungen vom Totengericht faszinierend, und Mumien sind aus der modernen Popkultur gar nicht wegzudenken. Die Teilnahme eignet sich für Familien mit Kindern ab sechs Jahren. Museumseintritt: 5 Euro, ermäßigt 4 Euro. Zur Teilnahme an der Führung ist eine Anmeldung unter museumspaedagogik.kestner@hannover-stadt.de erforderlich.

Béi Chéz Heinz, Liepmannstraße 7B, startet die Kürbis-Sause mit der Kinder-Halloween-Party am Freitag, 31. Oktober. Für die jüngeren Kids (Al-

tersempfehlung bis circa sieben/acht Jahre) startet die Party um 13.30 Uhr und für die größeren (Altersempfehlung ab acht/neun Jahren) gibt es eine „späte“ Kinderdisco. Einlass ist hier ab 16.30 Uhr. Auf dem Programm stehen unter anderem verschiedene Spiele, Bällebad, Buttonstation, Kinderkaraoke, Kino und Kinderschminken sowie ein Glücksrad im Hof. Natürlich warten auch die passende Deko und Süßigkeiten, für eine Stärkung sorgt das Team vom Pizzafoodtruck. Kein Eintritt ohne Kind, das Heinz übernimmt keinerlei Aufsichtspflicht, jedes Elternteil hat für sein Kind zu sorgen. Tickets gibt es an der Tageskasse für 7 Euro. Nachdem die

Kids den Kellerclub im Fössebad am Nachmittag bereits angewärmt haben, geht's ab 23 Uhr weiter für alle Erwachsenen, die bei den schaurigsten Indie- und Rock-Hits der 90er- und 2000er Jahre die Nacht durchtanzen wollen. Ein buntes Potpourri aus gruseligster Musikvergangenheit wartet auf die Gäste. Eintritt: 6 Euro, mit Verkleidung 3 Euro.

„Dem Schauer den Schrecken nehmen“ heißt am 30. bis 31. Oktober im Erlebnis-Zoo Hannover eine schaurig-schöne Halloween-Tour. Was ist dran an der Mär vom bösen Wolf? Sind die Tiere, die bei uns eine Gänsehaut auslösen, wirklich so schrecklich oder doch vielleicht nur schaurig schön? Die Zoo-Führer werden den Schrecken entzaubern und mit den Gästen in das Reich der Dämmerung eintauchen. Es bleibt eine Überraschung, welche tierischen Hauptakteure auf dieser Halloween-Tour warten. Die Führung richtet sich an Erwachsene sowie an von diesen begleitete Kinder ab sieben Jahren. Eine Reservierung ist online erforderlich auf zoo-hannover.de/event-kalender, die Teilnahme kostet 24 Euro, ermäßigt 19 Euro. **RED**



Grusel Spaß zu Halloween

Foto: Matheus Bertelli / Pexels

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

HAZ Weinprobe bei Mister Q
20. November 2025: Mister Q

Revolverheld - 20 Jahre Tour
20. November 2025: Swiss Life Hall

Hannover Indians - Herford Dragons
21. November 2025: Eissporthalle

Turnier 2025 - Lindener Narren
Diverse Termine: Swiss Life Hall

Die Schneekönigin
Diverse Termine: Schauspielhaus

DESiMOs spezial Club Mix-Show
24. November 2025: Apollokino

Can Dündar: Ich traf meinen Mörder
25. November 2025: Literaturhaus

Oska - Refined Believer Tour Solo
26. November 2025: Pavillon

Vor Ort für Sie da:

In den HAZ & NP Geschäftsstellen

Hannover, Lange Laube 10

Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2

Burgdorf, Marktstraße 16



ABENTEUERLAND- DAS MUSICAL
Diverse Termine | Theater am Aegi



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

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Im Großen und Ganzen dürfte eine Finanzkrise überwunden sein. Nun alle Energien in den Beruf stecken, um das Fundament dauerhaft zu festigen.

STIER 21.4.–20.5.
Sie sind für Gefühlsregungen zu sehr sensiblen und empfindlich und stehen sich damit selbst im Weg. Geben Sie sich mehr Freiraum.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Sie sollten versuchen, die Unruhe Ihrer Umgebung zu meiden. An Sie gestellte Anforderungen werden hoch sein und volle Konzentration erfordern.

KREBS 22.6.–22.7.
Ihr Konto kommt nun endlich aus den roten Zahlen heraus. Sie haben aber auch hart dafür arbeiten müssen; gönnen Sie sich ab und an eine Pause.

LÖWE 23.7.–23.8.
Die Erledigung einer wichtigen Angelegenheit nicht hinauszögern! Je schneller Sie es hinter sich bringen, desto mehr Platz entsteht für Neues.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Seien Sie zurückhaltender bei Ihrer Terminplanung. In nächster Zeit könnte es einige Programmänderungen geben, auf die Sie nicht gefasst sind.

WAAGE 24.9.–23.10.
Eine eher passive Zeit geht nun ihrem Ende entgegen. Unvermittelt haben Sie die breite Palette Ihrer Möglichkeiten wieder ganz klar vor Augen.

SKORPION 24.10.–22.11.
Eine Meinungsverschiedenheit wird am Ende nicht so schlimm sein, wie sie Ihnen im Moment erscheint. Quälen Sie sich nicht mit Selbstvorwürfen.

SCHUTZE 23.11.–21.12.
Klammern Sie sich nicht an überholten Dingen fest. Manchmal ist es besser, ein kleines Wagnis einzugehen, als immer dem alten Trost zu folgen.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Eine private Beziehung entwickelt sich nicht gerade in die Richtung, in der Sie es gern gesehen hätten. Lassen Sie die Zeit für sich arbeiten.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
In beruflicher Hinsicht kann es leider zu Missverständnissen kommen. Nicht gleich aufgeben! Versuchen Sie, die Situation weitgehend zu klären.

FISCHE 20.2.–20.3.
Gefühlsregungen könnten Sie in eine falsche Richtung lenken. Bei der Beurteilung einer Angelegenheit sollten Sie den Verstand sprechen lassen.

Rätselspaß am Wochenende

Stern- deutung	Autor von 'Maigret' † 1989	Lehns- arbeit	unge- trübt	Kose- wort für Groß- mutter	türk. Groß- grund- herr	bibli- scher Priester	Papier- zählmaß	nicht selten	Vogel- kraut	Rufname von Capone
ein Emirat	US- Präsi- dent, Barack ...	ägypti- scher Sonnen- gott	Strauch mit gelben Blüten	englisch: einges- chaltet	franzö- sisch: Eisen	5	3	Moment		
orienta- lische Rohr- flöte	deutsche Vorsilbe	subark- tischer Hirsch	Thema eines Werkes	Kopf- bedeckung	Vorname der Turner	2				
eng- lischer Gasthof	Rhein- last- kahn	griechi- scher Buch- stabe	Ent- zün- dung der Talg- drüsen	kaufm.: Bestand	franzö- sisch: Salz	franzö- sisch: Schrei	modisch elegant	chem. Zeichen für Helium	Frage- wort	Titel- figur bei Milne (Bär)
polar							kleiner Bissen			
Vorfahr		an- stän- dig, erst- haft						Naum- burger Dom- figur		
delikat, lecker										

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

LEBENSILF

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 Kinderschutzhaus	69 86 46
Hannoversche 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

SONNABEND 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Ahlemer Kronen Apotheke,
Tel. 482400,
Richard-Lattorf-Str. 51
Marien-Apotheke,
Tel. 3534070, Marienstr. 55
Noltemeyer-Apotheke,
Tel. 6476789,
Podbielskistr. 315

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

Lentz-Apotheke,
Tel. 559988, Kirchröder Str. 89/90
Sophien-Apotheke,
Tel. 69095533, Adolf-Emmelmann-Str. 5
Tresckow-Apotheke,
Tel. 466010, Tresckowstr. 187
Apotheke Alt-Laatzten,
Tel. 21375673, Hildesheimer Str. 71

NOTDIENSTE

Stadt Hannover:

Allgemeiner Notruf (Polizei)	110
Feuerwehr	112
Rettingsleitstelle	
Krankentransport	1 92 22
Gift-Notrufzentrale (05 51) 1 92 40	
Notfallsprechstunde (Zentrum)	11 61 17
Notfallsprechstunde (Nordstadt)	1 23 83 43
Kinderärztliche Notfallambulanz	81 15 33 00
Augenarzt	31 40 44
Zahnärztlicher Notdienst	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

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

Medizin

ANZEIGE

Arthrose-Schmerzen sind ein Hilfeschrei der Gelenke!

Dieser Wirkstoff bekämpft alle Formen von Arthrose

Arthrose ist die am häufigsten auftretende Gelenkerkrankung, die vor allem ältere Menschen betrifft. Etwa die Hälfte der Frauen und ein Drittel der Männer über 60 Jahren leiden unter dieser Erkrankung.¹ Sie entsteht durch den schrittweisen Abbau des Gelenkknorpels, der normalerweise als stoßdämpfende Schicht zwischen den Knochen wirkt und so Reibung verhindert. Schäden am Knorpel führen zu Schmerzen, anfangs möglicherweise nur bei Bewegung, später jedoch auch im Ruhezustand.

Formen und Arten von Arthrose
Knorpelschäden können an jedem Gelenk entstehen, so dass es sehr viele unterschiedliche Formen

der Arthrose gibt. Die am stärksten beanspruchten Gelenke sind jedoch am häufigsten betroffen. Mit mehr als dem dreifachen Körpergewicht werden beispielsweise die Kniegelenke beim Treppensteigen belastet.

Kniearthrose

Zunächst fällt es schwer, das Knie ganz durchzudrücken. Knack- und Reibegeräusche werden hörbar. Treppensteigen verursacht Schmerzen, die sich unter Belastung langsam steigern, aber auch plötzlich einschließen können. Im fortgeschrittenen Stadium treten schließlich starke Schmerzen beim Gehen auf.

Hüftarthrose

Erste Anzeichen sind eingeschränkte Beweglichkeit und Schmerzen in der Leiste und im Gesäß. Mit fortschreitender Erkrankung beginnen die Betroffenen zu hinken, um das schmerzende Gelenk zu entlasten. Die Schmerzen machen einfache Handlungen wie das Binden von Schuhen zu einer Herausforderung.

Arthrose in Hand- und Fingergelenken

Arthrose in den Fingern befällt in der Regel



Millionen Betroffene leiden an einer Form von Arthrose.

die beiden Endgelenke der Finger sowie das Grundgelenk des Daumens. Diese Arthrosen treten typischerweise bei Frauen in den Wechseljahren auf. Die Handarthrose ist eine weitere Form von Arthrose, die sich auf die Gelenke der Hand auswirkt. So können selbst einfachste Handgriffe zu einer echten Herausforderung werden.

Schulterarthrose

Die Symptome der Schulterarthrose entwickeln sich schleichend. Typisch sind zunächst unspezifische Schulterschmerzen, vor allem bei Belastung der Schulter. Zunehmend stellen sich allerdings auch Ruheschmerzen und eine morgendliche Steifheit des Gelenks ein. Im weiteren Verlauf kommt es zu einer Bewe-

gungseinschränkung bei Dreh- und Überkopfbewegungen.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Trotz der enormen Belastung gibt es Hoffnung für Betroffene, denn Forscher fanden heraus, dass der natürliche Wirkstoff Viscum album bei Arthrose helfen kann! Dieser findet auch in anderen Therapiegebieten Anwendung und hat sich unabhängig davon auch in der Krebstherapie als erfolgreich erwiesen. Der Wirkstoff überzeugt laut Experten bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.² Mehr noch: Dieser kann laut In-vitro-Studien sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.³ Somit wird der Knorpel geschützt. In Deutschland ist das rezeptfreie Arzneimittel Rubaxx Arthro erhältlich, das den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Das Arzneimittel zeichnet sich vor allem durch seine gute Verträglichkeit aus, da keinerlei Neben- oder Wechselwirkungen bekannt sind.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)
www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!



Rubaxx

¹Deutsche Arthrose-Hilfe: e.V.: <https://www.arthrose.de/arthrose/haeufigkeit> (Stand 2023) • ²Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • ³Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildungen Betroffenen nachempfunden
RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSCP GmbH, 82168 Gräfelfing
3169901_002025

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

WEITERE BERUFSFELDER

Schülerjob gesucht?

Jetzt Zeitungen austragen und Geld verdienen bei der WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH

Einfach online, telefonisch (0800 1234 399) oder über WhatsApp

bewerben und den QR-Code scannen:



Freie Gebiete:

- Nordstadt
- Hainholz
- Bothfeld
- Badenstedt
- Oberricklingen
- Ricklingen
- Calenberger-Neustadt



Dein Job in Hannover & Region

lokalboten.de #1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Groß-Buchholz
- Lahe
- Hemmingen
- Wettbergen

Heute eingestellt, morgen zugestellt

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

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



31438401_002625

flippo
...deine Spielhalle
Aufsichts-/Servicepersonal (w/m/d)
TZ ca. 100 Std./Monat für unsere Spielhalle in Hannover gesucht. Bewerbungen bitte an: Frau Rothkugel Tel. 0173/8809092 Mo.-Do. 8.00 bis 16.00 Uhr

31476801_002625

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

Servicekraft für Spielhalle gesucht! Freundlich, teamfähig, zuverlässig u. flexibel, Voll- und Teilzeit. Standort 30169 Hannover
First Casino Entertainment GmbH, Postfach 80 02 10, 21002 Hamburg, ☎ office@fcg.de ☎ 0176/63779545

Produktionsmitarbeiter/Kommissionierer m,w,d zu sofort. Maschinen bedienen, Food-Nonfood kommissionieren, teilw. Schichtdienst. Deutsch Voraussetzung. Bis 16€ brutto Std-lohn
www.teamatwork-hannover.de Tel. 0511 - 22 06 63 60

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

HÄUSER

Alt-Laatzten

Sehr gute Lage an der Leinemasch, DHH mit Einliegerwohnung, teilweise renovierungsbedürftig, 122 + 50m² Wfl., 5 + 2 Zi., Vollkeller mit Souterrainwhg., 4 (Dusch-)Bäder, Terrasse, Balkon, Garage + Stellplatz, 540m² Grdst., Bj. 1966, Gas-ZH, erneuert 2014, B: 211,48 kWh (m²a), Kl: G, von privat an privat, VB: 370.000,- ☎ 0170 1012310

Heideviertel-MHH 204m²Wfl/323m²G
1-2-3 Familienhaus, Bj57, 2Grg, Keller, Garten, 2Kaminöfen, is24.de/161799027 200,7kWh/m2.a Bedarfsausw.Kennw.G, Gas 590T€ kibar.de ☎ 01712221022

IMMOBIENKAUF- GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Eigentumswohnung
gesucht von privat, leer oder vermietet, auch renovierungsbedürftig ☎ 05192 1379215

HÄUSER

SUCHE HAUS

auch sanierungsbedürftig und älter oder zum abreißen.
☎ 0176 86 09 98 68

Handwerker und Ehefrau suchen Haus oder Wohnung von Privat
☎ 0511-51535365

GRUNDSTÜCKE

SUCHE BAUMÖGLICHKEIT
ab 400qm. Abschnitt vom Garten, Abrisshaus, 2.Reihe, Resthof, o.ä.
☎ 0176 15 41 63 72

MIETANGEBOTE

3 ZIMMER

Barsinghausen/Gr.Munzel 3 ZKB . OG. 76 m² Loggia
Wanne, Keller, Pkw-Platz ab 12/2025
KM 510,- NK 130,-3xMS ,keine Tiere .
☎ 05035-344

3Zi.-Whg., 73m², m. Blk., ruhige Lage,
700€ KM, ☎01590/1312478

MIETGESUCHE

ANDERE MIETGESUCHE

Messezimmer ges. ☎05101/8197215

MARKTPLATZ

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

!!Achtung Seriöser Ankauf!! Pelze, Handtasch., Porzellan, Damenbekl., Näh-Schreibma., Schmuck, Zinn, Mü nzen, Möbel, Bleikristall, Schallpl., Bü cher, Krüge ☎01636248911 Frau Kahl

Zu versch.: Boxspring-Doppelbett
180x200, cremefarben Velours, 2 Nachttische, 2 Bettkästen, Tische Eiche
Rustikal 6Eckig 120 ausziehbar auf 170 oval.
☎0176-40702868

Kaufe Design Möbel: Vitra, Knoll, Louis Paulsen u.w. Ausr. defekt!
Tel:01525/7803822

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert ☎ (0177) 8884144

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

SCHMUCK & UHREN

Sammler kauft alte und neue Luxusarmbanduhren. Auch defekt!
01525/7803822

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

GARTEN

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

Gartenpflege ☎ 0173/5656896

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Achtung Großer Ankauf!!
ten, Kristall, Porzellan, Silber, Zinn, Bernstein, Möbel, Kunst u. Krempel.
zum fairen Preis ☎ (0152) 15 23 78 11

Kunstgegenstände in Kupfer, Messing, Porzellan, sowie 2 massive echte Marmor Ziersäulen für die Whg., preiswert zu verkaufen. ☎0151-54041966

Stop! Nichts wegwerfen, zahle fair für Trödel & Krempel ☎ (0163) 8 30 97 83

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Kleinflick und Rinne 0511/44497279

Achtung Stellensuchende

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

Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

HOBBY UND FREIZEIT

Modelleisenbahn Sammler sucht:
Größere Sammlungen von Lokomotiven und Wagen aller Spurweiten!
Gerne auch komplette Anlagen!
Tel.: 0170/1431344

Luftgewehr-Ankauf

Kaufe Luftgewehre und Luftpistolen- auch defekt sowie Wiederaufzubehö-
☎ 0151 70130953

Ankauf Modelleisenbahn

alle Spuren ☎ 0151 1795 7706

Sammler kauft jede Münzsammlung. Auch umfangreich! 0162/5319587

GESUNDHEIT / WELLNESS / ERHOLUNG

Suche !!!
Feestyle Libre 3 Sensoren
Tel.: 01631543456

DIENSTLEISTUNGEN

Fachbetrieb Klemens Dienstleistungen: Holz- Bautenschutz, Dachsanierung, Steinreinigung, Fassadengestaltung, Trockenlegung von Kellern und Mauern, Flachdachsanierung, Steinteppich Außenbereich, Neukundenrabatt 30 % ☎0511/ 72717549 oder ☎ 0163/5983452

Dachdecker bietet an
Flachdachsanierung, Carport, Dachreparatur, Terrasse anbauen/neu bauen, Dachrinnenreparatur u. - Erneuerung, Gartenhaus, Holz streichen, Fassade ☎ 0176/ 42559229 Matthias Dachdecker

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

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

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

Dachdeckerarbeiten aller Art, Dachrinnenarbeiten, 30% Herbstaktion
Firma U. Meinhardt ☎ (0178) 7887220

Sanierung 10%: Dach/Dachrinnen/ Fassaden/Carport/Garagen, Reparatur, Termine frei ☎ (0157) 333 707 99

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

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

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

Heckenschneidung, Baumfällung, Gartenpflege Preisw. ☎ 0174/1844280

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369
Haushaltsauflösung mit Wertanrechnung

Zaunbau, Baumfällung, Pfisterarbeiten, Rollrasen uvm. ☎ 0157/52461902

Gartenar. Inkl. Ents. 0511/96774765

Gartenpflege inkl Ents.017641467766

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

Gartenpflege zum FP 0163/7709224

Fa. Schmeißer ☎(0511) 60 44 499

Gartenarb. Inkl. Ents. 051027370745

TIERMARKT

Bordercollie-Welpen mit Papiere, 2 Hündinnen, 1 Rüde, suchen ab sofort ein neues Zuhause. ☎0173-8732466

Am. miniatur Schnauzer, ☎05159-969045

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe Motorräder ☎ (05121) 514583

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / -WAGEN

Wir kaufen Wohnmobile/Wohnwagen
☎ 03944-3 61 60, www.wm-aw.de Fa.

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.

BEKANNTSCHAFTS- ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Lebenslust teilen

Frau, Mitte fünfzig, schlank, voller Energie, naturverbunden und reiselustig, mit einer großen Leidenschaft für Bücher. Suche einen ehrlichen und herzlichen Partner, der diese wunderbare Lebensfreude mit mir genießt. wegerin@t-online.de

ER SUCHT SIE

Ich suche Dich! Du solltest attr., mittelschlank u. zw. 50 - 75 J. sein, kl. Behinderung kein Problem. Ich bin gut anzuschauen u. taugl. für alles, 76 J. alt u. möchte noch einmal neu anfangen- vielleicht mit Dir! Alles Weitere unter Whats App (0174) 1507148 (Trau Dich)

Einsamer Witwer 63 /173 ohne Familie sucht Sie für Freizeit, Freundschaft, Beziehung. Gerne auch Polin. ☎0152/54391154

Er, Anfang 70 sucht schlanke sie bis 1,70m für eine gemeinsame Zeit. ☎ 0178/2098989

PARTNERVERMITTLUNG GWERBLICH

Isolde, 71 J., mit schlank-fraul. Figur, gute Köchin, häusl., aber auch unternehmungslustig. Die Einsamk. ist bitter, doch ein Neubeginn zu zweit wäre wunderschön. Sind auch Sie allein? Dann greifen Sie heute noch zum Telefon u. rufen Sie üb. PV an. Gern fahre ich mit m. Auto zu Ihnen, um Sie persönl. kennenzul. ☎ 0176-56848299

Hanni, 63 J., mit viel Liebe im Herzen, hübsch u. jugendlich geblieben. Bin mobil, ungebunden u. habe alle fräulichen Qualitäten. Jetzt ist Kuschelwetter u. wir sind noch immer alleine. Suche ehrl., treuen Mann für einen Neubeginn. Lass uns schnell zusammen kommen u. melde Dich jetzt üb. PV, ich freu mich. ☎0176-45891454

Herbstaktion!! Vermittlung für alle Damen ab 50 J. unbegrenzt und garantiert kostenlos üb. PV ☎0800-2886445

Zukunft für Lakota-Kinder: jetzt GRATIS Vermächtnis-Magazin!
Rufen Sie 069 / 8383 8742 an oder besuchen Sie stjosefs.de/nachlass

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.: 0800/1 544 233*
*kostenlose Servicenummer

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Patrick Bludau

Zustellung:
WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH, August-Madsack-Straße 1, 30559 Hannover, Unter www.wochenblaetter.de können Sie uns ganz einfach mit zwei Klicks melden, wenn Sie die Zeitung nicht bekommen haben.

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

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.

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



Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter **BVDA**

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

TRAUERANZEIGEN

Wir vermissen dich sehr.
Friedhilde Lehmann
geb. Höltge
* 12. September 1930 † 12. Oktober 2025
In Liebe:
Angelika und Gabriele
Kinder und Angehörige
Traueranschrift: Gabriele Morgen
Starklofstraße 21 · 26121 Oldenburg

REISEMARKT

SKAN-CLUB 60 plus 8-TAGE-SENIORENREISEN

ZAUBERHAFTER HARZ SELKETAL	THÜRINGEN, ERFURT, GOTHA
<p>Morada HOTEL ALEXISBAD</p> <ul style="list-style-type: none"> An- und Abreise im Fernreisebus sowie 7 Übernachtungen inkl. Halbpension All-inclusive-Angebot* (Getränke, außer Weihnachten, Silvester, Ostern) Kostenlose Nutzung des Hallenbades u.v.m. <p>21.12. (Weihnachten), 28.12.2025 (Silvester), 04.01., 01.02., 01.03., 29.03. (9 Tage, Ostern), 06.04.2026 (7 Tage)</p> <p>ab € 555,- pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension Kein EZ-Zuschlag! Zuschlag für Doppelzimmer-Alleinbenutzung: € 120,- * Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,- pro Person! (außer Sonderreisen) · Keine Parkgebühren!</p>	<p>Morada HOTEL GOTHAER HOF</p> <ul style="list-style-type: none"> An- und Abreise im Fernreisebus sowie 7 Übernachtungen inkl. Halbpension Begleitung zum Schloss Friedenstein Ausflug Thüringer-Wald-Rundfahrt (außer Weihnachten, Silvester, Ostern) Kofferservice im Hotel nach Bedarf u.v.m. <p>21.12. (Weihnachten), 28.12.2025 (Silvester), 04.01., 01.02., 01.03., 29.03. (9 Tage, Ostern), 06.04.2026 (7 Tage)</p> <p>ab € 515,- pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension Kein Einzelzimmerzuschlag! Keine Parkgebühren!</p>
<p>Indian Summer 16.11.-21.11.2025 ab € 379,-</p> <p>Christmasparty 30.11.-05.12.2025 ab € 369,- 14.12.-19.12.2025 ab € 369,-</p> <p>Fasching entfliehen 15.02.-20.02.2026 ab € 349,-</p> <p>Kirschblüte 12.04.-17.04.2026 ab € 379,-</p> <p>Walpurgis 26.04.-01.05.2026 ab € 379,-</p>	<p>Christmasparty 30.11.-05.12.2025 ab € 369,- 14.12.-19.12.2025 ab € 369,-</p> <p>Fasching entfliehen 15.02.-20.02.2026 ab € 349,-</p> <p>Weltklasse-Biathlon 04.01.-11.01.2026 ab € 495,-</p> <p>Buchung und Beratung bei einem Reisebüro Ihrer Wahl oder unter dem kostenlosen Kundenservice-Telefon: 0800-123 19 19 (täglich 8-18 Uhr) buchung.ev@skan-tours.de</p>

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

VERANSTALTUNGEN

WINTERZAUBER HERRENHAUSEN
www.gartenfestivals.de

29. Okt. - 02. Nov.
VORWEIHNACHTLICHER MARKT
Galerie & Schlosshof / Hannover
Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse

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

FREIKARTEN zu gewinnen!
QR-Code scannen & teilnehmen

Antik Markt
Freitag, 31.10.2025
Leine-Einkaufcenter Laatzen
Sonntag, 02.11.2025
Leine-Einkaufcenter Laatzen

Frauenflohmarkt
Sonntag, 26.10.2025
A2-Center Altwarmbüchen
Sonntag, 02.11.2025
Leine-Einkaufcenter Laatzen

Tel.: 0176 - 23 122 855

VERSCHIEDENES

Kerzenwerkstatt VCP
Tag der offenen Tür mit Cafeteria
Tag der offenen Tür mit Cafeteria
Tag der offenen Tür mit Cafeteria
Am Sa. 01.Nov. 25 14:30 - 17:00 Uhr
Seelze Lohndorfer Str. 6 ☎05137/92936

Baumfällung,-schnitt,-pflege,Roden von Hecken, Wurzelräsren usw. inkl. Entsorgung, 20 Jahre Erfahrung, wir erledigen das ! Firma J.Schröter
Tel.01772492640 gerne auch Whatsapp

Suche gut erhaltenes Bleikristall, Porzellan-Service, Kronleuchter, alte Weiner, Modeschmuck, Herr Winter
☎ 0176/23560937



IMMER MIT DABEI!
Kein Event mehr verpassen - mit unserem Ticket-Newsletter!

HAZ Tickets NP
Anmeldung unter: haz-ticketshop.de + np-ticketshop.de

32991201_002625

Die Spätzünder

Knallige Farbenpracht, vielfältige Blattformen: **ASTERN** verzaubern die Herbstwochen im Gartenbeet. Neben den Klassikern gibt es auch Wildstauden, die zwar weniger bekannt, dafür umso robuster sind.

Jeder kennt Herbst-Astern als Garant für späte Blütenpracht in kräftigen Farben. Dabei bietet die Gattung außer bekannten Klassikern robuste Wild-Astern, die natürlichen Charme bis zum Frost in die Beete holen.

Sie mögen keine Astern? Dann lesen Sie weiter! Die knallige Farbenpracht von Raublatt-Astern (*Aster novae-angliae*), Glattblatt-Astern (*Aster novibelgii*) und Kissen-Astern (*Aster dumosus*) mag vielen Gartenfreunden und -freundinnen etwas zu viel sein. Doch wer am Ende der Saison statt eines furiosen Finales lieber natürlich wirkende Leichtigkeit sehen möchte, sollte in der Vielfalt dieser Gattung schwelgen. Gut sortierte Staudengärtnereien bieten neben den Klassikern auch Arten mit Wildstauden-Charakter an. Diese sind zwar weniger bekannt, aber mindestens ebenso gartenwürdig und darüber hinaus vital und robust.

FILIGRANE SCHÖNHEITEN

Viele Wild-Astern tragen kleinere Blüten, davon aber unzählige, die sich zu farbigen Wolken formieren. So wie die Myrten-Aster (*Aster ericoides*), die mit der Sorte „Lovely“ eine unkomplizierte und standfeste Züchtung in Rosa mit bordeauxroter Blütenmitte bietet. Mit rund 90 Zentimetern doppelt so hoch wie diese wächst die Schleier-Aster (*Aster cordifolius*). Sie braucht zwar eine Stütze, doch diese Mühe lohnt sich angesichts des wochenlang anhaltenden Flors. Wie alle Astern gilt auch sie als wertvolle Bienenweide. Angesichts der zahllosen Einzelblüten wird die Schleier-Aster so gut von den Insekten besucht, dass ihre Blütezeit meist vom Summen der Bienen begleitet wird.

Etwas größere Blüten bietet die Herzblatt-Aster (*Aster macrophyllus*), „Twilight“. Diese lila blühende Sorte hat sich in der Praxis als wüchsig und robust er-

wiesen. Flächig gepflanzt, verdrängt sie Unkraut oder reduziert es zumindest. „Twilight“ gilt daher als Favorit für alle Pflanzenfreunde, die mit geringem Aufwand große Wirkung erzielen möchten.

Etwas subtilere Effekte bietet die Glatte Aster (*Aster laevis*). Mit ihren langen, filigranen Trieben und den hellviolett bis weißen Blüten sorgt sie für Eleganz im Staudenbeet.

Rein-weiß mit gelber Mitte sind die Blütensternen der Wald-Aster (*Aster divaricatus*), die auch an schwierigen Standorten gedeiht. Sie ist im Oktober häufig schon verblüht und bildet dafür hübsche Samenstände, die das Staudenbeet auch im Winter schmücken. Da sie sowohl Halbschatten als auch die Konkurrenz anderer Wurzeln toleriert, gilt sie als guter Bodendecker unterhalb von Bäumen.

Wenn die Wald-Aster ihre Samenstände bildet, steht die Sibirische Herbst-Aster (*Aster tataricus*) gerade in voller Blüte: Sie blüht bis einschließlich November und spendiert bis zum Saisonabschluss Farbe – in diesem Fall Lila.

WAS SIE BRAUCHEN

Volle Sonne lässt die Blüten leuchten und ist für die meisten



Elegant: Die Glatte Aster sorgt mit ihren langen, filigranen Trieben für subtile Effekte im Staudenbeet. Foto: Stefanie Syren

Astern auch der richtige Standort. Wenn sie dort in einem frischen und nährstoffreichen Boden wachsen, sind sie gut versorgt. Falls das Beet keine volle Sonne bietet, aber zumindest halbschattig liegt, bieten sich Wald-, Herzblatt- und Schleier-Astern als unkomplizierte Spätzünder an.

Ist der Standort richtig gewählt, erweist sich die laufende Pflege als unkompliziert: Den Rückschnitt verschieben Sie auf das Frühjahr – außer Sie möchten das Versamen verhindern. Dann kann auch direkt nach dem Verblühen geschnitten werden. Dabei kappen Sie die Triebe rund eine Handbreit über

dem Boden. Im Frühjahr sorgt eine Schaufel reifer Kompost für ausreichenden Nachschub an Nährstoffen.

GUT EINGESETZT

Ebenso vielfältig wie ihr Erscheinungsbild sind auch die Gestaltungsideen mit Wild-Astern. Kompakte Myrten-Astern sind gut im Vordergrund einer Rabatte aufgehoben und kommen als Füllstaude zum Einsatz. Seite an Seite mit der Hohen Fetthenne (*Sedum telephium*-Hybride) der Sorte „Herbstfreude“ bilden sie wochenlange Blütenpolster in Purpur- und Lilatönen. Für einen belebenden Farbkontrast sorgt

die Kombination mit dem bewährten gelbem Sonnenhut (*Rudbeckia fulgida*) der Sorte „Goldsturm“.

Im Hintergrund empfehlen sich die höheren Sorten. Kleinblütigere unter ihnen, zum Beispiel die Schleier-Aster, sorgen in Kombination mit Gräsern wie dem Pfeifengras (*Molinia*) und lang gestielten Blütenpflanzen wie der Herbst-Anemone (*Anemone japonica*-Hybride) für natürlich wirkende Bilder.

Dank ihrer langen Stiele sind sowohl Herbst-Anemonen als auch hohe Astern gut geeignet, um filigrane Leichtigkeit in den Garten zu holen: Es wirkt, als ob ihre Blüten über den Beeten

schwebten. Von Raureif überzuckert, schmücken die spät blühenden Astern die Beete bis weit in den Winter hinein und machen den Garten damit auch über ihre Blütezeit hinaus attraktiv. Den Rückschnitt auf das Frühjahr zu verschieben, bietet also auch gestalterische Pluspunkte.

Solange der Boden nicht gefroren ist, meist bis in den November hinein, lassen sich Wild-Astern pflanzen. Ansonsten schlagen die unbekannteren Schönen – ebenso wie alle anderen Astern – auch zwischen März und Mai gut Wurzeln und tanken Kraft für ein blühendes Saisonfinale.

GRÜNES KIEZBÜRO

LASTEN-TEILEREI

am 30. Oktober 16:00 - 18:00 Uhr

Lastenrad-Probefahrten vor dem Kiezbüro, Rehbockstr. 1 – ein echtes Nordstadt-Highlight!

vi.S.d.P.: Swantje Michaela Olsen, Odeonstr. 4, 30159 Hannover, swantje.michaela@bundesstad.de

32840701_002625

Herrlich herbstlich – basteln mit bunten Blättern

Aus Herbstlaub können tolle Kunstwerke entstehen, an denen auch kleine Kinder schon mitwirken können. Dabei kann frisches oder gepresstes Blattwerk verwendet werden. Diese kreativen Ideen helfen dabei.

Leuchtend rot, orange, gelb, braun oder immergrün. Der Herbst ist eine farbenfrohe Jah-

reszeit – und aus seinen Blättern kann man tolle Kunstwerke basteln. Im Idealfall überlegen Sie sich mit Ihren Kindern vorher, was daraus entstehen soll. Denn je nach Vorhaben brauchen Sie Blätter in unterschiedlichen Größen und Farben. Vielleicht auch noch ein paar andere Naturmaterialien.

Blätterfüchse sehen niedlich aus und sind dazu noch einfach zu machen. Es eignet sich entweder ein Ahornblatt oder zwei längliche Blätter, die in Farbe, Form und Größe ähnlich sind und so zusammengeklebt werden, dass ein V entsteht. Mit weißer Farbe werden Details für Ohren und Kinn des Fuchses aufgemalt, dann folgen noch Augen und Nasen mit einem schwarzen Stift.

Natürlich lassen sich nicht nur Füchse aus Blättern zaubern. Schon mit einzelnen Blättern, die auf ein Blatt Papier geklebt werden, können mit einem Wackelaug und gezeichneten Details niedliche Tierchen entstehen. Sogar ohne großen Aufwand lassen sich Vögel mit Schnabel und zwei kleinen Beinchen oder Igel erkennen. Wer mag, kann noch Flügel oder Stacheln auf den Blattkörper zeichnen.

Auch aus mehreren Blättern können Blättertiere entstehen. Das schult zusätzlich Vorstellungskraft und in gewisser Art das räumliche Denken der Kinder, da sie passende Blattformen zu den Körperteilen finden müssen. Auch freundliche Blättermonster machen sich in jedem Kinderzimmer gut. Der Vorteil: Sie können kreativ zusammengesetzt werden, ohne anatomisch richtig oder falsch zu wirken.

Für Blätterhörnchen mit Korkkörper suchen Sie ein einfaches, ovales Blatt und malen Sie einen Korken in einer passenden Farbe an. Der Korken ist das Eichhörnchen, das Blatt das puschelige Schwänzchen. Aus Tonkarton werden Ohren ausgeschnitten, in der gleichen Farbe wie der Korken angemalt und

angeklebt. Jetzt nur noch ein Gesicht und etwas Fell am Bauch malen, das Schwänzchenblatt ankleben und fertig!

Formen malen und Blätter kleben haben sich als tolle Mischung bewährt. So können Sie auch mit kleinen Kindern wahre Kunstwerke erschaffen. Übernehmen Sie das Aufzeichnen der Form und lassen Sie Ihre Kinder die Blätter aufkleben. So werden aus den Blättern die Stacheln eines Igels, das Federkleid einer Eule oder die Mähne eines Löwen. Für viele Figuren gibt es im Internet kostenlose Vorlagen zum Ausdrucken.

Eine tolle Idee für den Kindergeburtstag: Bei einem gemeinsamen Spaziergang Blätter sammeln, die der eigenen Haarfarbe am ähnlichsten sind. Diese werden später auf einer Vorlage der eigenen Frisur nachempfunden aufgeklebt.

Stempeln mit Blättern ist ein echter Klassiker – macht aber noch immer Spaß und kann auch neu interpretiert werden. Hier können auch Kleinkinder schon mitmachen. Mit Tusche oder leicht verdünnter Acrylfarbe werden die Blätter angemalt und kopfüber auf ein Blatt Papier gepresst. So hinterlassen

sie Spuren in Form der Blätter. Besonders geeignet sind hier Blätter mit deutlich sichtbarer Struktur. Aber Achtung: Die Blätter sollten möglichst frisch sein, trockene bröckeln leicht.

In einer schwarz-weißen Variante sehen solche Blätterdrucke sogar richtig künstlerisch aus und verleihen jedem Flur oder Wohnzimmer einen herbstlich eleganten Touch.

Blätter lassen sich ebenfalls recht einfach in Ton oder Modelliermasse drücken, sodass echte Unikate entstehen. Die reliefartige Struktur der Blätter drückt sich in die Masse, die deren Zeichnung aufnimmt. Ganz nach Belieben können daraus dann Schmuckschälchen, Türschilder, Baumanhänger und mehr entstehen. Wer mag, kann danach noch mit Farbe weiterarbeiten. Verwenden Sie hierbei ebenfalls frische Blätter, keine getrockneten.

Blätter dürfen auch mal Blätter bleiben – und werden verziert oder beschrieben. Mit etwas Geduld werden so aus Blättern handbemalte Kunstwerke, Handlettering, Zen Doodles oder Dot Painting, alles passende Techniken. Besonders schick wird es mit einem weißen Lack-

stift. Dieser hält gut und die weiße Farbe setzt einen schönen und freundlichen Kontrast zu den bunten Blättern.

Einfacher, aber zauberhaft wird es bei den magisch erscheinenden Blättern schon für die ganz Kleinen, die ein schnelles Erfolgserlebnis wollen. Die magischen Blätter sind dafür ideal, weil sie einen Wow-Effekt haben. Das Prinzip ist einfach: Laubblätter werden unter ein Blatt Papier gelegt. Mit einem transparenten (!) Wachsmaler oder einer Kerzen fahren Sie nun über die Stelle, unter der das Blatt liegt. Im Anschluss können die Kinder mit Farbe drübergehen. Wie durch Magie erscheinen nun die vorher noch durchsichtigen Blätter.

Für welche Bastelei Sie sich auch entscheiden: Überlegen Sie, ob trockene, gepresste Blätter besser geeignet sind oder frische, und treffen Sie entsprechende Vorbereitungen. Wenn Blätter aufgeklebt werden sollen, ist es meist von Vorteil, wenn sie schön flach gepresst sind. Denn spätestens beim Trocknen würden sich die Blätter kräuseln. Aber Vorsicht: Die Blätter sind nach dem Pressen sehr dünn und empfindlich.



Für kleine Kinder, große Kinder und Erwachsene – mit Blättern kann jeder tolle Sachen basteln.

Foto: IMAGO/Michael Bihlmayer

Früher abschließen – mehr sparen!

Jetzt E-Paper inkl. NP+ mit Tablet sichern und Cashback erhalten.

Im Oktober
135 €
sparen

Im November
90 €
sparen



Gilt nur für Neukunden. Mehr Informationen zum Angebot auf abo.neuepresse.de/angebot25
Oder direkt in unseren Geschäftsstellen vor Ort:
Hannover (Lange Laube 10) / Burgdorf (Marktstraße 16)

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

Neue Presse NP

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland