

SCHENKE LEBEN,
SPENDE BLUT.

SPENDE
BLUT

www.ernst-august-apotheke.de

1954001_002626

SONDERVERKAUF

50%

WEGEN
UMBau

AUF ALLE GEKENNZEICHNETEN
MÖBEL & KÜCHEN

möbel staude

Die Besten im Norden

3789901_002625

Hannover 30165 -
Vahrenwald
Freizeitheim
Vahrenwalder Straße 92

Mi

12.08.2026

15.00 – 19.30 Uhr

Bitte Personalausweis mitbringen!
Service-Hotline 0800 / 11 949 11
(kostenlos aus dem dt. Festnetz)

Blutspendertag

Deutsches
Rotes
Kreuz

Blutspendedienste

TERMIN
IM UMMKEIS

hallo

HANNOVER
NORD

wochenende

EPHESUS

Wir kaufen Ihr GOLD.
sofort BARGELD!

Georgsplatz 3A
30159 Hannover
ephesus.de
0511-3631177

3675901_002625

30 ♦ 32. Jahrgang · 25. Juli 2026

www.wochenblaetter.de

KONSTANTINOS

der Grieche

Griechische Spezialitäten • nahe Messe Hannover

Aktuell

Vom 25.07. – 31.07.2026

Zaziki Portion € 3,50

Gyros – normal € 10,90

mit Reis, Pommes und Salat

Soufflaci € 11,90

mit Reis, Pommes und Salat

Schweine-Lachssteak-
Pfännchen € 12,90

mit Champignons, Paprika,
Sahnesauce, Pommes und Salat

Spezial Teller - Souzuki,
Soufflaci, Steak, Gyros € 13,90

mit Reis, Pommes und Salat

Koryphäe Teller -
Gyros, Bifteki € 14,90

mit Reis, Pommes und Salat

Coupon

Ein kostenloses
Zweitgetränk*

* Gilt für zwei Personen, bei Bestellung eines
Gerichtes, auf ein gleichwertiges Getränk

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

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

hallo

GOLDANKAUF

GOLDSCHMIDT

www.goldundsilberankauf.de

999er Gold 112,12 €/g

999er Silber 1,36 €/g

750er Gold 84,09 €/g

925er Silber 1,26 €/g

585er Gold 65,59 €/g

333er Gold 37,34 €/g

versilbertes Besteck 42,00 €/kg

Zinn 20,00 €/kg

Zahngold 71,15 €/g

Stand 21.07.26

Lister Meile 50 • 30161 Hannover

0511/328269

TIPP DES MONATS

Der Apotheken-Not-
dienst – wenn's wirklich
darauf ankommt

Krankheiten halten sich leider nicht
an Öffnungszeiten. Deshalb gibt es
den Apotheken-Notdienst – für alle
Fälle, in denen Arzneimittel dring-
end gebraucht werden. Ob Fieber
in der Nacht, Ohrschmerzen am
Sonntag oder das Antibiotikum nach
dem Arztbesuch: Der Apotheken-
Notdienst ist da, wenn Arznei-
mittel sofort gebraucht werden – und
nicht erst morgen. Welche Apothe-
ke aktuell Notdienst hat, erfahren
Sie am Aushang jeder Apotheke,
online oder in der Notdienst-App.
Ein verlässlicher Dienst, getragen
von den Apotheken vor Ort. Bleiben
Sie gesund! Falls das Leben doch
andere Pläne hat, gibt es den Apo-
theken-Notdienst.
Ihre Pinc-Apotheken Hannover

pinc-apotheken.de

PINC
Apotheken

Pharma IN the City

ROSEN
APOTHEKE

Sonnen-
APOTHEKE

Die Ernst-August-Apotheke
by Dr. Thiermann

EUROPA-APOTHEKE

Warum
die Stadt
Wildnis wagt

Seite 3

Foto: Landeshauptstadt Hannover

Grüne Oase auf Zeit

Zehn Grad kühler: „Klima-Kiste“ zeigt, wie sich Innenstädte an heiße Sommer anpassen können

HANNOVER. Wer an einem heißen Sommertag durch die Altstadt schlendert, kennt das Gefühl: Die Sonne brennt auf das Pflaster, zwischen den historischen Gebäuden staut sich die Wärme, Schattenplätze sind begehrt. Genau hier setzt ein neues Angebot der Landeshauptstadt Hannover an. Mitten auf dem Platz „Am Markte“ zwischen Altem Rathaus und Marktkirche lädt die sogenannte Klima-Kiste dazu ein, für eine Weile aus der Hitze auszusteigen – im wahren Sinne des Wortes.

Die begehbare Holzkonstruktion misst fünf mal sieben Meter und wirkt auf den ersten Blick wie ein kleiner Garten, der plötzlich in der Innenstadt aufgetaucht ist. Dichtes Grün, Sitzbänke, Sonnen-

segel und eine Verneblungsanlage schaffen einen Ort, an dem sich die Temperaturen an warmen Tagen deutlich angenehmer anfühlen. Nach Angaben der Stadt kann es im Inneren der Klima-Kiste bis zu zehn Grad kühler sein als in der unmittelbaren Umgebung. Geöffnet ist sie täglich von 10 bis 19 Uhr und bleibt bis Sonntag, 20. September, an ihrem Standort.

Die Idee dahinter geht jedoch weit über eine kurze Erfrischung hinaus. Die Klima-Kiste zeigt ganz praktisch, wie sich Städte an die Folgen des Klimawandels anpassen können. Pflanzen spenden Schatten, Verdunstung sorgt für Kühlung und die Besucher erleben unmittelbar, welchen Unterschied begrünte Aufenthaltsorte machen können. Drei Infostelen

greifen die Themen Hitze, Wasser, Starkregen und Stadtgrün auf. Sie erklären Zusammenhänge, geben Anregungen für den Alltag und laden außerdem dazu ein, an einer Online-Befragung zu heißen und kühlen Orten in Hannover teilzunehmen.

„Die Hitzewelle Ende Juni und das Starkregenereignis am 13. Juli haben uns eindrücklich die Folgen des Klimawandels aufgezeigt. Wir müssen daher unvermindert unsere Anstrengungen beim Klimaschutz fortsetzen und gleichzeitig Hannover zu einer klimawandelangepassten Stadt entwickeln“, betonte Oberbürgermeister Belit Onay in seiner Eröffnungsrede. Die Klima-Kiste solle deshalb nicht nur ein angenehmer Aufenthaltsort sein, sondern auch verdeutlichen, wie lebenswerter öffentlicher Raum in Zukunft gestaltet werden kann.

Auch technisch steckt einiges in dem Projekt. Die Pflanzen werden mithilfe von Bodenfeuchtesensoren automatisch und bedarfsgerecht bewässert. Die Verneblungsanlage schaltet sich selbstständig ein, sobald die Sensoren des Stadtklimamessnetzes eine gefühlte Temperatur von mehr als 25 Grad erfassen. Gepflanzt wurde die grüne Oase vom Ausbildungsbetrieb des Fachbereichs Umwelt und Stadtgrün, die meisten Pflanzen stammen aus der Stadtgärtnerei.

Finanziert wird das Projekt über das KfW-Förderprogramm „Modellprojekte Smart Cities“ im Rahmen von „Restart: #HANNO-

verativ“. Nach Ende der Saison wird die Klima-Kiste eingelagert, die Pflanzkisten überwintern in der Stadtgärtnerei. Schon jetzt steht fest: Das Konzept soll künftig jedes Jahr von Mitte Juni bis Ende September an einem besonders heißen Standort in der Innenstadt aufgebaut werden.

Ganz neu ist die Idee übrigens nicht. Entwickelt wurde die Klima-Kiste vor drei Jahren von der Hameln Marketing und Tourismus GmbH. Inzwischen ist sie auch in Städten wie Geisenheim, Wiesbaden, Cottbus und Dudelange in Luxemburg zu finden. Nun bietet sie auch in Hannover einen Ort, an dem sich erleben lässt, wie kleine Maßnahmen den Aufenthalt in der Stadt spürbar angenehmer machen können.

Austausch
über Pflege

HANNOVER. Ein neuer Gesprächskreis richtet sich an Menschen, deren Partnerin oder Partner in einem Pflegeheim lebt. Der Umzug kann Entlastung bringen, zugleich aber Trauer, Schuldgefühle, Einsamkeit und tiefgreifende Veränderungen auslösen. Im geschützten Rahmen können die Teilnehmenden Erfahrungen teilen, einander zuhören und neue Kraft schöpfen. Weitere Informationen gibt es bei der KIBIS – Paritätische Selbsthilfekontaktstelle unter info@kibis-hannover.de oder (0511) 666567. **RED**

Ohne Abzüge
[Preise in €/g]

Feingold 114,80

Zahngold 71,51

750 Gold 84,98

Silber 1,60

585 Gold 66,28

Versilbert 40,00

333 Gold 37,73

Zinn 20,00

Goldankauf Bott

Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover

☎ 0511/37359069

ABC
Wäschedienst GmbH

am besten clean
Wäscherei, Reinigung
und Mangelservice

Service und Hygiene rund um die Wäsche ...

• Textilreinigung / chem. Reinigung

• Mangelwäsche in 24 Std.

• Bettdecken / Kopfkissen

• Business-Hemden, handgeb.

• Tisch- und Bettwäsche

• Zelte, Planen, Schlafsäcke etc.

• Imprägnierungen

• Gardinen, Vorhänge

• Kittel und Berufsbekleidung

ABC Wäschedienst GmbH

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 6 – 14 Uhr
(am Listholz 87 (direkt neben CleanCar))

30177 Hannover

Tel. 0511-71 74 67

Entdecken Sie
die Welt führender
Marken – exklusiv
bei Möbel Heinrich

MÖBEL
HEINRICH

BAD NENNDORF

POLSTER

ab 999.-

SNHELLLIEFERUNG

♦ Ware ist **SOFORT** verfügbar

♦ 24-Stunden-Service

♦ **KOSTENLOSE LIEFERUNG** ¹⁾

bis zum gewünschten Aufstellort

1) Kostenlose Lieferung: Ab einem Lieferwert von 2000 € liefern wir Ihre Bestellung zu Ihnen nach Hause bis zum gewünschten Aufstellort, ausgenommen die Lieferung von reduzierten Ausstellungsstücken.

1994401_002626

LOKAL
SHOPPEN

ZAHLT
SICH AUS!

-15% RABATT*

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

Gültigkeit: Juli/August 2026

WWW.PINC-APOTHEKEN.DE

ROSEN
APOTHEKE

EUROPA-APOTHEKE

Sonnen-
APOTHEKE

Die Ernst-August-Apotheke
by Dr. Thiermann

EPHESUS

Individuelle
Goldschmiedearbeiten

Wenn aus Altgold, Lieblingsschmuck wird....

Georgsplatz 3a,
30159 Hannover

☎ 0511 / 3631177

www.ephesus.de

GOLD • SILBER • SCHMUCK • SILBER • TAFELSILBER • ZAHNGOLD
INDUSTRIESCHIEDGUT • GOLDBARREN • GOLDMÜNZEN • PALLADIUM • PLATIN

Mein Leben. Mein Wille. FRAUEN FOND

frauen-testament.de

misereor

GEMEINSAM GLOBAL GERECHT

SOMMER-COUPON

Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen!

15%

Rabatt auf Ihren gesamten
nächsten Einkauf.
Gültig bis 31.08.26

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
Misburg Waldstraße
Misburg Friedenstr.
Kronsrode

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

Dr. Mohi

deine Apotheke

20%

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie
20% Rabatt auf Ihren gesamten Einkauf!

Gültig bis 31.07.2026

Bitte Coupon ausschneiden und mitbringen.

Apotheke im Marktkauf

Vahrenwalder Straße 140 • 30165 Hannover

Apotheke am Ring

Isernhagener Straße 109 • 30163 Hannover

jetzt
altzeit-
hoch

OHNE
termin
verkaufen

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

4667401_002626

37528801_002625

BIRKENSTOCK
STOCK-SCHUHE
GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

3675201_002625

37528801_002625

Elektromobile & Wartungsservice
Kostenloser Akku-Check

- Vertragspartner vieler Krankenkassen
- bis 15 km/h schnell
- Reichweite bis 60 km
- Ausstellung und Probefahrt
- verschiedene Größen und Ausführungen
- Vermietung
- Neu- und Gebrauchtfahrzeuge
- Parkplätze vorhanden

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

3675201_002625

37528801_002625

DAS FLEISCHEREI-FACHGESCHÄFT IN OESSELSE
MIT EIGENER SCHLACHTUNG!

Heimann
FLEISCHEREI • PARTYSERVICE
QUALITÄTSFLEISCH,
WURST- UND
SCHINKENSPEZIALITÄTEN
aus eigener Herstellung

AUSGEWÄHLTE LANDWIRTE
aus der Region Hannover
– mit Herkunftsnachweis.

EIGENE SCHLACHTUNG
Für beste Qualität,
Frische und Transparenz.

Seit Generationen
HANDWERK MIT LEIDENSCHAFT.

FÜR LAATZEN UND DIE
REGION HANNOVER.

WIR MACHEN BETRIEBSFERIEN
UND SIND AM 04.08.2026 WIEDER FÜR SIE DA!

Oesselse · Weidenstraße 6
Tel. 05102 / 3224

Di., – Fr. 8:00 – 12:30 Uhr & 15:00 – 18:00 Uhr
Sa. 7:00 – 12:00 Uhr

36438802_002625

37528801_002625

NABU

**Helfen Sie mit
einer Kranich-
Patenschaft!**

NABU.de/kranich-pate
E-Mail: paten@NABU.de

Eleganter Tänzer
sucht liebevolle Partnerin
für lebenslanges Glück.
Tel.: 030.284984-1574

36438802_002625

37528801_002625

SONDERVERKAUF
WEGEN UMBAU

50%

AUF ALLE GEKENNZEICHNETEN
MÖBEL & KÜCHEN

möbel staude
Die Besten im Norden

Möbel Stauder · Küchen Stauder · Concept Store · Meelbaumstraße · 30165 Hannover

21623701_002626

37528801_002625

Die Maschsee-Bühne wird zur NP-Bühne

Das **MASCHSEEFEST** ist am Mittwoch gestartet. Das vierte Jahr in Folge ist die Neue Presse jeden Donnerstag und Sonntag mit dem **NP-Sommerfestival** auf der Hauptbühne am Nordufer dabei.

HANNOVER. Wie es sich für ein Sommerfestival am See gehört, gibt es auf der Maschseebühne vor allem viel Show und Musik: von Livebands, Newcomern und namhaften Künstlerinnen und Künstlern bis zu DJs und Tanz-Acts.

Zum Auftakt übernahm die NP gleich zwei Tage hintereinander die Hauptbühne. Am Donnerstag eröffnete NP-Moderatorin Josina Kelz das diesjährige NP-Sommerfestival. Auf dem Programm standen unter anderem die Band Midnight Club, Afrobeats-Künstler Niki Tall, das Tanzcentrum Kressler und ein DJ-Set von Tom Wilcox. Außerdem wurden die Siegerinnen und Sieger der ersten Finals-Wettkämpfe geehrt.

Am Freitag folgte ein zusätzlicher Bühnentag mit Partner Radio Bollerwagen. Nach den Finals-Siegerehrungen stieg die NP-Finals-Party mit dem hannoverschen Partysender und Ballermann-Künstler Tobee.

Das erwartet Sie an den fünf verbleibenden NP-Tagen auf der Maschseefest-Hauptbühne:

SONNTAG, 26. JULI

Am ersten Maschseefest-Sonntag startet das NP-Sommerfestival um 15.45 Uhr mit dem Finals-Medalwalk. Als erster musikalischer Act des Tages ist Peter Baumert dabei. 2025 stand er als Newcomer erstmals auf der NP-Bühne – das kam so gut an, dass er dieses Jahr gleich wieder dabei ist.

Direkt im Anschluss, um 16.30 Uhr, steht ein echter Newcomer auf der Bühne: Tymout. Jeden Sonntag gibt die NP einem Nachwuchskünstler aus der Region für 15 Minuten die Bühne, um seine Musik bekannt zu machen.

In diesem Jahr ist als fester Sonntags-Showact wieder das GOP dabei. Immer um 16.45 Uhr präsentiert das Variété-Theater Artisten aus der aktuellen Show „Zweifach Magisch“.

Der Höhepunkt des Sonntags ist der Auftritt eines absoluten Publikumslieblings um 17 Uhr: Terry-Hoax-Sänger Oliver Perau kommt in seiner Rolle als Swing-Sänger Juliano Rossi, begleitet von Jazz-Musiker Lutz Krajenski am Keyboard.

Danach, um 18.15 Uhr, bietet Künstlerin Anastasiya Medvetz eine Seifenblasen-Show für die Augen.

Um 18.30 Uhr laufen die Finals-Siegerehrungen des letzten Wettkampftages auf der NP-Bühne – von Rapid Surfen bis Schwimmen.

Wie auch in den vergangenen Jahren runden die Tanzschulen Bothe jeden NP-Sommerfestival-Sonntag ab: Sie verwandeln die Maschseebühne in eine Tanzfläche und geben kostenlose Tanzkurse – mit anschließender Tanzparty mit DJ Jasper. An diesem Sonntag gibt es um 19 Uhr einen Line-Dance-Kurs, danach startet die Tanzparty.

DONNERSTAG, 30. JULI

Am zweiten Maschseefest-Donnerstag beginnt das NP-Sommerfestival wieder um 18 Uhr. Als Band des Abends sind The Trailblazers dabei, präsentiert vom Jazz Club Hannover. Die zwölfköpfige Band aus Hannover lässt die Ära von Funk und Soul wieder auferstehen.

An diesem Abend sind außerdem zwei Show-Acts des TKH, des Turn-Klubs zu Hannover, dabei: Um 18.30 Uhr treten die TKH-Cheerleader auf, um 19.45 Uhr gibt es Hip-Hop und Jumps-tyl vom TKH.

Als Musiker aus der Region tritt um 18.45 Uhr der Wunstorfer Hip-Hop-Künstler Abes mit wei-

Tritt am ersten Maschseefest-Sonntag auf: Oliver Perau alias Juliano Rossi mit Lutz Krajenski am Keyboard.
Foto: Christian Behrens (Archiv)

teren regionalen Talenten wie Paise, Ajay und Mizzou auf.

Hauptact an diesem Abend ist um 20 Uhr die Berliner Pop-Künstlerin Dueja.

Crystal Rock beendet den Abend ab 21 Uhr mit einem DJ-Set. Insgesamt kommt der hannoversche DJ auf rund 100 Millionen Streams.

SONNTAG, 2. AUGUST

Am zweiten Maschseefest-Sonntag beginnt das NP-Sommerfestival wieder um 16 Uhr. Als Band des Tages ist der ehe-

malige DSDS-Vierte Dominik Büchele mit seiner Band dabei.

Um 16.30 Uhr bekommt wieder ein lokaler Nachwuchskünstler die Bühne: David Kofi Kessler alias Kofi K verbindet in seiner Musik persönliches Storytelling und Rap mit modernen Sounds und erreicht ein stetig wachsendes Publikum.

Die Tanzschulen Bothe animieren ab 18.15 Uhr zum Disco-fest. Anschließend geht die Tanz-party am See weiter.

DONNERSTAG, 6. AUGUST

Am dritten und letzten Maschseefest-Donnerstag beginnt das NP-Sommerfestival wieder um 18 Uhr. Als Band des Abends ist die Berliner Formation Spielhagen dabei. Sie ist Deutschlands erster EDM-Chor.

Um 18.30 Uhr ist die Tanzfamilie Garbsen als Show-Act mit mehreren Meistertiteln auf der Bühne. Um 18.45 Uhr ist Sebastian Hertelt alias STNA als lokaler Musik-Act dabei. Ab 19.45 Uhr gibt es einen Show-Act von Olandos Dynamic Dance Vibe Zone.

Der Hauptact des Tages tritt um 20 Uhr auf: Der Thüringer Schlagersänger Kevin Neon ist

durch TV-Auftritte, unter anderem bei „Immer wieder sonntags“ in der ARD, bereits einem breiten Publikum vertraut.

Ab 21 Uhr steht Yann Hendriksen mit einem DJ-Set als letzter Künstler des Abends auf der Bühne. Der DJ aus Hannover bringt es auf mehr als zwölf Millionen Streams auf Spotify.

SONNTAG, 9. AUGUST

Die NP übernimmt am letzten Maschseefest-Tag von 16 Uhr bis zum Ende um 22 Uhr die Hauptbühne am Nordufer. Band des letzten NP-Sommerfestivals sind Mitchy & André. Das Brüder-Duo aus Gehrden wurde 2015 durch seine Teilnahme bei „The Voice of Germany“ bekannt.

Um 16.30 Uhr tritt Ravyn als Nachwuchskünstlerin auf. Die lokale Newcomer-Band um Frontfrau Josie Neumann spielt selbst produzierte, nachdenkliche Rock-Songs.

Um 17.30 Uhr kommt Maschseefest-Chef André Lawisus zum Abschluss-Talk auf die Bühne.

Ab 18.15 Uhr leiten die Tanzschulen Bothe zum Salsa an. DJ Jasper startet ab 19 Uhr die letzte Tanzparty am See.

So starten Scorpions und Indians

Der Spielplan der Oberliga Nord steht: Die Hannover Scorpions und die Hannover Indians starten am 18. September in die neue Saison. Das erste Derby steigt am 9. Oktober in Mellendorf.

HANNOVER. Im aktuellen Hochsommer lässt sich noch gar nicht daran denken: In rund zwei Monaten beginnt schon die neue Eishockey-Saison. In der Oberliga sind die Hannover Scorpions und die Hannover Indians im Einsatz - wie immer auf der Jagd nach guten Platzierungen für die besten Ausgangspositionen mit Blick auf die im Frühjahr 2027 beginnenden Play-offs zur DEL 2.

In der Staffel Nord komplettiert der EHC Neuwed das Teilnehmerfeld. Damit hat der Norden wieder zwölf Mannschaften im Rennen - und nicht mehr eine ungerade Zahl von elf Teams wie in der Vorsaison. Dem Aufsteiger gebührt auch das Eröffnungsspiel. Der EHC tritt daheim gegen die Füchse Duisburg an (16. September, 20 Uhr). Zwei Tage später greifen auch die Scorpions und die Indians ins Geschehen der neuen Spielzeit ein. Die Wedemarker spielen bei den Herford Ice Dragons (20.30 Uhr). Eine halbe Stunde vorher erfolgt das Eröffnungsbully für den ECH bei den Rostock Piranhas. Zum ersten Mal vor eigenem Publikum im Einsatz sind die Scorpions am 20. September (19 Uhr) gegen die Saale Bulls Halle. Zur gleichen Zeit bestreiten auch die Indians ihre Saisonpremiere am Pferdeturm: zu

Szene aus der vergangenen Saison: Indianer Aydin Lessard (links) attackiert Scorpion Lukas Kopietz.
Foto: Florian Petrow

Gast sind die Herne EV Miners. Das erste von mindestens vier Derbys zwischen Scorpions und Indians steigt am 9. Oktober (20 Uhr) in Mellendorf. Die weitere Termine der Nachbarschaftsduelle: 30. Oktober (20 Uhr) am Pferdeturm, 18. Dezember (20 Uhr) in Mellendorf und 5. Februar (20 Uhr) beim ECH. „Wir sind sehr zufrieden mit dem Spielplan, er ist sehr gut gemacht vom Deutschen Eishockey-Bund“, sagt Eric Haselbacher, Manager der Hannover Scorpions. Vor allem sorgt bei ihm die Ansetzung der Derbys für großes Lob. „Alle Derbys finden an Freitagen statt.“ Außerdem tragen die Scorpions zwei Heim-

sporte an einem Samstag aus (3. Oktober zum 20 Uhr gegen Herne und 30. Oktober um 20 Uhr gegen Duisburg). „Anschließend gibt es eine Feier mit Disco. Insgesamt ist der Spielplan top“, sagt Haselbacher, der einen weiteren Zugang unter Vertrag genommen hat: Pawel Dronia (Bietigheim Steelers) verstärkt die Defensive der Scorpions.

Auch bei der Indians-Organisation kann man mit dem Spielplan sehr gut leben. „Damit sind wir zufrieden. Er ist insgesamt ausgewogen, bevorteilt oder benachteiligt keinen Standort“, sagt Jan Roterberg, kaufmännischer Leiter der Indians. Wirtschaftlich sei es zwar interessan-

ter, auf eigenem Eis starten zu können, sagt Roterberg - traditionell ist in den vergangenen Jahren für die Indians zum Saisonstart ein Heimspiel am Freitagabend angesetzt gewesen und von ihnen auch so gewünscht worden. „Aber sportlich ist es kein Nachteil, erstmal auswärts anzutreten“, findet Roterberg.

Ebenfalls interessant ist beim Blick auf den Spielplan, wie die Mannschaften in der für Zuschauer attraktiven Jahreszeit rund um Weihnachten daheim im Einsatz sind. Am Freitag, 20. Dezember, haben die Indians die Saale Bulls Halle zu Gast (19 Uhr). Die Scorpions empfangen am 23. Dezember die Rostock Piranhas. Am 26. Dezember treten die Tilburg Trappers bei den Indians an (20 Uhr). Die Scorpions spielen am 28. Dezember gegen die Herne Miners (alle 20 Uhr). Der ECH ist am 30. Dezember der Gastgeber für die Icefighters Leipzig (alle 20 Uhr).

Die reguläre Saison endet am 21. Februar. Danach folgen die Pre-Play-offs, und ab 5. März starten die Playoffs - dann mit dem Achtelfinale und der üblichen Verzahnung mit der Oberliga Süd. In der Parallelstaffel sind insgesamt 14 Mannschaften im Einsatz, aus der DEL 2 wurde der ESV Kaufbeuren aufgenommen.



Blühfläche am Stadion: Was auf manchen Betrachter „unordentlich“ wirkt, erfüllt eine wichtige Funktion. Foto: Landeshauptstadt Hannover

Stadt setzt auf naturnahe Pflege und schafft auf über 200 Hektar **NEUE LEBENS-RÄUME** für Tiere und Pflanzen

HANNOVER. Warum werden viele Grünflächen in Hannover nicht mehr regelmäßig gemäht? Diese Frage stellen sich immer wieder Passanten, wenn Wiesen höher wachsen, Gräser vertrocknen oder nur noch wenige Blüten zu sehen sind. Dahinter steckt keine vernachlässigte Pflege, sondern ein bewusstes Konzept: Die Landeshauptstadt entwickelt einen wachsenden Teil ihrer Grünflächen gezielt zu Lebensräumen für Pflanzen und Tiere. Inzwischen werden mehr als 200 Hektar – rund 17 Prozent der

städtischen Grünflächen – naturnah bewirtschaftet. Das Ziel ist, die biologische Vielfalt in der Stadt zu fördern. Gerade Wildbienen, Schmetterlinge und viele andere Insektenarten finden in urbanen Räumen zunehmend wichtige Rückzugsorte. Damit sie Nahrung finden und sich vermehren können, müssen Pflanzen blühen und Samen bilden dürfen. Genau deshalb greift die Stadt auf vielen Flächen deutlich seltener zum Rasenmäher. Dabei setzt Hannover auf zwei unterschiedliche Wege. Auf

einem Großteil der Flächen wird die Natur einfach machen gelassen. Die Vegetation entwickelt sich dort möglichst ungestört, Eingriffe beschränken sich auf das Notwendige. An anderen Standorten wird gezielt nachgeholfen: Dort entfernt die Stadt zunächst den vorhandenen Bewuchs und bringt anschließend die sogenannte Hannovermischung aus – regiozertifiziertes Saatgut mit Pflanzenarten, die besonders gut an die hiesigen Bedingungen angepasst sind und heimischen Insekten als Nahrungsquelle dienen.

Wie groß diese Flächen inzwischen sind, zeigt ein Blick auf das Stadtgebiet. Im Stadtteilpark Sahlkamp wurden rund 19.400 Quadratmeter entsprechend entwickelt, vor dem Stadion von Hannover 96 weitere 17.000 Quadratmeter. Hinzu kommen unter anderem die Grünverbundung an der Culemannstraße mit 1.630 Quadratmetern, die Grünfläche vor der Ludwig-Windthorst-Schule in der Südstadt mit 170 Quadratmetern sowie die Blühfläche am Theodor-Heuss-Platz vor dem Hannover Congress Centrum mit 2.890 Quadratmetern.

Wer allerdings erwartet, dass solche Blühflächen den ganzen Sommer über wie bunte Blumenbeete aussehen, wird oft

überrascht. Damit möglichst viele Tierarten geeignete Lebensbedingungen finden, werden die Flächen unterschiedlich gepflegt. Teilbereiche mäht die Stadt mosaikartig und höchstens zweimal im Jahr. Andere bleiben über den Winter vollständig stehen. Vertrocknete Halme und Samenstände sind für viele Insekten weit mehr als Pflanzenreste – sie dienen als Winterquartier oder als Ort für die Eiablage.

Deshalb wirken manche Flächen im Hochsommer oder Herbst eher braun als bunt. Auch Bereiche mit wenigen Blüten gehören zum Konzept. Was aus menschlicher Sicht manchmal unordentlich erscheint, erfüllt aus ökologischer Sicht einen wichtigen Zweck. Gerade die Vielfalt aus hohen und niedrigen Pflanzen, offenen Bereichen und stehen gebliebenen Beständen schafft unterschiedliche Lebensräume.

Das bedeutet allerdings nicht, dass Hannover seine Parks und Grünanlagen grundsätzlich verwildern lässt. Intensiv genutzte Rasenflächen für Sport, Spiel und Erholung werden weiterhin regelmäßig gepflegt. Die naturnahe Bewirtschaftung betrifft vor allem jene Bereiche, die sich als Lebensraum für Pflanzen und Tiere eig-

nen. So entstehen innerhalb derselben Grünanlage oft unterschiedliche Zonen mit verschiedenen Aufgaben. Neben dem Beitrag zum Artenschutz haben die naturnahen Flächen noch einen weiteren Effekt: Sie sorgen für mehr Struktur im Stadtbild und können das Mikroklima verbessern. Vor allem aber machen sie deutlich, dass gepflegte Grünflächen heute nicht überall gleich aussehen müssen. Ein hoher Bewuchs oder verblühte Pflanzen sind deshalb in vielen Fällen kein Zeichen mangelnder Pflege, sondern Ausdruck eines bewusst veränderten Umgangs mit der Stadtnatur. **RED**



Blühfläche am HCC Foto: Landeshauptstadt Hannover

Suchthilfe veröffentlicht neuen Film

HANNOVER. Niedersachsen verfügt derzeit nur über einen einzigen Drogenkonsumraum. Darauf macht die Paritätische Suchthilfe Niedersachsen anlässlich des bundesweiten Gedenktags für verstorbene Drogengebrauchende aufmerksam. Begleitet wird der Aktionstag von einem neu veröffentlichten Film über den Kontakt- und Konsumraum „Stellwerk“ in Hannover, der die Arbeit der Einrichtung vorstellt und zugleich auf die Situation suchtkranker Menschen aufmerksam machen soll. Das Stellwerk besteht seit 2017 und bietet Menschen, die illegalisierte Drogen konsumieren, die Möglichkeit, mitgebrachte Substanzen unter fachlicher Aufsicht einzunehmen. Nach Angaben der Suchthilfe verfolgt das Angebot das Ziel, gesundheitliche Risiken zu verringern, drogenbedingte Todesfälle zu verhindern und Betroffene an weiterführende Hilfen heranzuführen. Nach Darstellung des Trägers beschränkt sich die Arbeit der Einrichtung nicht auf die Beglei-

tung des Konsums. Besucher erhalten dort unter anderem medizinische Erstversorgung, psychosoziale Beratung sowie Unterstützung im Alltag. Zum Angebot gehören außerdem Dusch- und Waschmöglichkeiten, die Ausgabe von Lebensmitteln und Hilfe bei der Vermittlung weiterer sozialer und medizinischer Angebote. Ergänzt wird die Arbeit durch Streetwork, bei der Mitarbeitende Menschen direkt in ihrem Lebensumfeld aufsuchen. Mit der Veröffentlichung des Films will die Paritätische Suchthilfe nach eigenen Angaben die Bedeutung niedrigschwelliger Hilfsangebote verdeutlichen. „Der Film zeigt, wie wichtig niedrigschwellige Angebote sind und welche Rolle persönliche Begegnung in der Suchthilfe spielt. Menschen werden hier nicht auf ihren Konsum reduziert, sondern mit ihren individuellen Bedürfnissen und Lebensgeschichten wahrgenommen“, sagt Fabienne Kuschel, stellvertretende Einrichtungsleiterin des Stellwerks.

Der Aktionstag erinnert seit 1998 bundesweit an Menschen, die an den Folgen ihres Suchtmittelkonsums gestorben sind. Nach Angaben des Bundeskriminalamts wurden im Jahr 2025 deutschlandweit 2.150 drogenbedingte Todesfälle registriert. Die Zahl bewegt sich damit weiterhin auf einem hohen Niveau. Nach Einschätzung der Suchthilfe verschärfen neue Entwicklungen wie die stärkere Verbreitung von Crack, synthetischen Opioiden und Mischkonsum die Situation zusätzlich. Vor diesem Hintergrund fordert die Paritätische Suchthilfe Niedersachsen einen weiteren Ausbau der Suchthilfe. „Die steigende Zahl drogenbedingter Todesfälle zeigt, dass wir die Suchthilfe nachhaltiger stärken müssen. Gerade auch im Hinblick auf das sich ändernde Konsumverhalten junger Menschen brauchen wir mehr Prävention. Wir benötigen flächendeckend niedrigschwellige Angebote wie Drogenkonsumräume, die einen wichtigen Beitrag zur Überlebenshilfe

leisten. Wir müssen die Betroffenen dort abholen, wo sie sind. Mobile und aufsuchende Angebote müssen ausgebaut werden. Und ganz entscheidend ist eine verlässliche Finanzierung der gesamten Versorgungslandschaft. Nur eine dauerhaft abgesicherte Suchthilfe kann Menschen in schwierigen Lebenssituationen erreichen und ihnen passende Hilfen und Überlebenshilfen anbieten“, so Geschäftsführer Serdar Saris. Die Paritätische Suchthilfe Niedersachsen gehört mit mehr als 600 Beschäftigten an über 50 Standorten zu den größten Trägern der Sucht- und Jugendhilfe im Land. Das Stellwerk in Hannover ist nach Angaben der Organisation weiterhin der einzige Drogenkonsumraum in Niedersachsen. Der jetzt veröffentlichte Film dokumentiert die Arbeit der Einrichtung und ist auf dem YouTube-Kanal der Paritätischen Suchthilfe Niedersachsen unter youtu.be/jxLv5qLbSHQ abrufbar. **RED**



Badausstellung

Ausstellung und Verkauf
auf **150 m²**

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

Förder- und zuschussfähig:

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

Walsroder Straße 260 ■ 30855 Langenhagen

Fon 0511-77 63 73

info@klein-badkonzepte.de

www.klein-badkonzepte.de





SEIT 1955
ZIMMERMANN
TRADITION & QUALITÄT

Zwei mal
in der
Nahe!

Raabestraße 1, 30177 Hannover/List
Telefon 0511 / 52 55 60
Marktstraße 17, 31303 Burgdorf
Telefon 0 51 36 / 22 28

WOCHENANGEBOTE
27.07.2026 bis 01.08.2026

Zum Mittagstisch
QR-Code scannen



Montag bis Samstag
Spartipp! Vom Becklinger Strohschwein:
magerer Braten vom Rücken oder marinierte Minutensteaks **1,39€***

Kennen Sie schon?
grobe Leberwurst geräuchert **1,29€***
Kartoffel-Gyros-Gratin 400g Schale **6,50€***

Montag bis Mittwoch
Asia-Honig-Geflügelpfanne **1,49€***
mit Wokgemüse

Zimmermanns Schlemmer Tüte:
3 hausgemachte Leckereien für Ihren Wochenstart
➔ 400g Mett Halb & Halb
➔ 2 Strohschwein Koteletts
➔ 400g Asia-Honig-Geflügelpfanne mit Wokgemüse **12,50€***

Donnerstag bis Samstag
Nackensteak **1,49€***
Texas oder Paprika
Neu! Griechische Bratwurst **1,79€***
mit Oliven und Fetakäse

Sixpacks
Bratwurst 6er **7,79€**
Krakauer 6er **8,29€**
Käsewürstchen 6er **9,29€**
Frischkäse, hausgemacht **1,79€***
Frischkäse mit roten Zwiebeln oder Dattelfrischkäse

JETZT NEU:
WhatsApp-Channel:
Angebote, Aktionen & mehr!



SCANNEN – FILIALE FINDEN!
Wasserklo, Caffee, Groß-Hefen, Wissen/
Aller, Klein, Hahnen, Bergen, Wismar, Müden/Aller, Burgdorf und Hannover/List



Fleischerei Bernd Zimmermann GmbH | www.fleischerei-zimmermann.de

15129101_002626

Das Beste am Wochenende!



www.wochenblaetter.de



5.99



6.90



3.99



3.79



3.59
AB 5 KG **2.99**



3.59



5.99



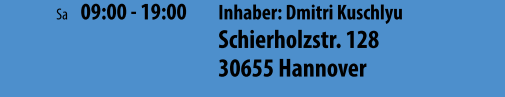
11.00
AM SAMSTAG: **7.99**



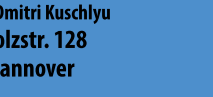
1.29



1.59



1.29



2.79



13.-



3.99
5,99



Angebote gültig: Montag 27.07. - Samstag 01.08.2026*



2.59
pro 1 Liter
Fassbier 1 Liter



1.29



1.59



1.29



2.79



13.-



3.99
5,99



Umweltbildung zum Anfassen: Beim Keschern entdeckten die Teilnehmenden, welche Lebewesen sich im Gewässer aufhalten. Foto: Niedersächsische Landesforsten

Kleine Hände, großer Beitrag

Im **MISBURGER WALD** gestalten Kinder den Wietzeграben aktiv mit

HANNOVER. Mit Gummistiefeln stehen sie bis zu den Knöcheln im Wasser, stemmen schwere Holzstämmen an ihren Platz, diskutieren über die beste Position und beobachten aufmerksam, wie sich die Strömung verändert. Elf Kinder und Jugendliche haben in diesen Tagen den Wietzeграben im Misburger Wald nicht nur besucht – sie haben ihn mitgestaltet. Was nach einem Ferienprojekt klingt, ist in Wirklichkeit praktischer Naturschutz. Und der zeigt eindrucksvoll, wie junge Menschen Verantwortung für ihre Umwelt übernehmen.

Gemeinsam mit Fachleuten der Niedersächsischen Landesforsten und der Landeshauptstadt Hannover verwandelten die Kinder den Bachlauf in einen abwechslungsreicheren Lebensraum.

Dabei ging es nicht darum, möglichst schnell möglichst viel Holz ins Wasser zu bringen. Zunächst blickten die Teilnehmenden auf die Ergebnisse des vergangenen Jahres. Welche Maßnahmen hatten Wirkung gezeigt? Was ließ sich verbessern? Erst danach entwickelten sie gemeinsam Ideen und entschieden selbst, welche Strukturen diesmal eingebaut werden sollten.

Die Wahl fiel auf insgesamt sechs Elemente. Drei klassische Strömunglenker, ein doppelter Strömunglenker, eine Wurzelstruktur und eine Dreiecksbühne wurden so eingebaut, dass sie die Strömung an unterschiedlichen Stellen verändern. Im Vergleich zum Vorjahr entstanden dabei noch abwechslungsreichere Strukturen, die bewusst in verschiedenen Winkeln zur Fließrichtung angeordnet wurden. Was für Spaziergänger wie ein paar im Bach liegende Hölzer wirken mag, ist für viele Wasserlebewesen von großer Bedeutung. Langsam und schnell fließende Bereiche wechseln sich künftig stärker ab, Kies wird umgelagert, kleine Kolke entstehen und damit Rückzugsorte, Laichplätze und



Kinder helfen bei der Renaturierung des Wietzeграbens.

Foto: Niedersächsische Landesforsten

Nahrungsräume für zahlreiche Tierarten.

Dass solche Veränderungen nicht nur Theorie sind, konnten die Kinder unmittelbar erleben. Mit Keschern gingen sie auf Entdeckungstour und untersuchten, welche Tiere sich inzwischen im Wietzeграben angesiedelt haben. Wo Gewässer wieder vielfältiger werden, kehrt oft auch das Leben zurück – von kleinen Insektenlarven bis zu anderen Bachbewohnern, die auf strukturreiche Fließgewässer angewiesen sind. Der Bach wurde so zum Klassenzimmer unter freiem Himmel, in dem ökologische Zusammenhänge nicht erklärt, sondern erlebt werden konnten.

Organisiert und begleitet wurde die Aktion von Birka Sode-mann und Julian Hey vom Forstamt Fuhrberg. Für Hey ist es vor allem die Begeisterung der Kinder, die das Projekt auszeichnet. „Es ist beeindruckend zu sehen, mit welchem Interesse und Engagement die Kinder an die Aufgabe herangehen. Sie erleben unmittelbar, wie sie selbst einen Beitrag zum Naturschutz leisten können. Gleichzeitig lernen sie, wie wichtig strukturreiche Gewässer für zahlreiche Tier- und Pflanzenarten sind“, sagt der Leiter des Misburger Wald-Forums.

Gerade darin liegt die Besonderheit solcher Projekte: Natur-

schutz bleibt nicht abstrakt, sondern wird greifbar. Aus Wissen entsteht Verantwortung – und aus Verantwortung häufig dauerhaftes Engagement. Das Projekt soll im kommenden Jahr fortgesetzt werden. **RED**

Wer selbst den Wald entdecken möchte, hat dazu vom 10. bis 12. August Gelegenheit. Beim Ferienangebot „Waldtheater“ des Forstamtes Fuhrberg können Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahre die Natur mit Spiel, Kreativität und viel Bewegung erleben. Informationen und Anmelde-möglichkeiten gibt es auf der Internetseite des Misburger Wald-Forums auf landesforsten.de.

Saskia L.

Arbeiten mit
**HERZ
& SEELE**

Die Johanniter suchen
Betreuerkräfte (m/w/d)
für Ganztagschulen.

Ein Job direkt um die
Ecke. Jetzt bewerben:
johanniter.de/ganztags-seelze

JOHANNITER

Misburger Bürger- und Schützenfest

14. – 16. August

LIVE AM FREITAG, 14.08.

LIVE AM SAMSTAG, 15.08.

Eintritt frei!

Lorenz Büffel

THE JETLAGS

Tickets:

Schützenplatz Misburg
www.schuetzenfest-misburg.de

Brücken digital erkunden

Eine neue interaktive Infosteile macht Bauwerke am Flussring virtuell erlebbar

HANNOVER. Eine neue interaktive Infosteile in der Bauverwaltung ermöglicht einen virtuellen Blick auf die Brücken am innerstädtischen Flussring. Besucherinnen und Besucher können dort insgesamt 26 große und kleine Bauwerke erkunden, die Mühlenleine, Ihme und Schnellen Graben überspannen. Das Angebot verbindet technische Angaben mit historischen Informationen und dreidimensionalen Darstellungen.

Die Stele steht im Foyer der Bauverwaltung am Rudolf-Hillebrecht-Platz 1. Das Gebäude ist zugleich die 13. Station des Stadtrundgangs „Roter Faden“ und dort unter anderem durch sein Wappenportal bekannt. Mit der digitalen Präsentation ergänzt die Stadt die bisherigen Informationsangebote im Eingangsbereich, zu denen auch das große Stadtmodell gehört.

Auf dem großformatigen Bildschirm lässt sich entweder eine virtuelle Tour entlang des Flussrings starten oder eine bestimmte Brücke auswählen. Dafür stehen ein Lageplan und eine seitlich bedienbare Auswahlleiste zur Verfügung. In einer als „Überflug“ bezeichneten Ansicht erscheinen die Bauwerke als dreidimensionale Animationen und können aus verschiedenen Perspektiven betrachtet werden. Zu jeder Brücke gibt es außerdem eine Infobox mit Angaben zum Bauwerk sowie historischen und aktuellen Fotografien.

Die Anwendung soll auch Menschen mit unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen einen möglichst einfachen Zugang ermöglichen. Die Benutzeroberfläche kann per Knopfdruck in eine angepasste Ansicht wechseln, die insbesondere für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer sowie für Kinder leichter zu bedienen ist.

„Unsere Brücken sind weit mehr als reine Verkehrswege. Sie verbinden Stadtteile, erzählen Geschichte und sind zugleich beeindruckende Ingenieurbauwerke“, so Stadtbaurat Thomas Vielhaber. Die Infosteile solle dieses Wissen anschaulich vermitteln und zeigen, wie digitale Technik dabei helfen könne, Infrastruktur und Stadtentwicklung verständlich darzustellen.

Entwickelt und umgesetzt wurde das Projekt von products.design und Design-Gruppe im Auftrag des Fachbereichs Tiefbau. Für die räumlichen Darstellungen wurde der Digitale Zwilling Hannover 3D genutzt. Dieses digitale Abbild der Stadt stammt aus dem Bereich Geoinformation des Fachbereichs Planen und Stadtentwicklung.

Der Flussring umschließt die Innenstadt und wird von Mühlenleine, Ihme und Schnellen Graben gebildet. Die darüber führenden Brücken gehören seit Jahrzehnten zur Verkehrsinfrastruktur der Stadt. Zugleich dokumentieren sie unterschiedliche Bauweisen und Phasen der Stadtgeschichte. Die neue An-

wendung stellt diese Zusammenhänge gebündelt dar und macht Details sichtbar, die im Alltag häufig unbeachtet bleiben.

Die Infosteile ist montags bis freitags jeweils von 8 bis 18 Uhr im Foyer der Bauverwaltung zugänglich. **RED**

HANNOVERS BRÜCKEN
NEU ENTDECKEN

Leintorbrücke

Zuschauertribüne für die Leineweile

Schon 1720 wird an dieser Stelle, außerhalb des mittelalterlichen Leinewerkes, eine archaische Brücke errichtet. Sie verband die Altstadt mit der Leineweile. Im 18. Jahrhundert nach einem Plan von Christian-Gottlieb Völke errichtete die Leineweile eine Leineweile aus Sandsteinquadern, die seit 1975 besteht. Die Leineweile hat die Brücke, in den Jahren 2023 + 2024 unter Berücksichtigung des Denkmalschutzes umfangreich modernisiert.

Die Leintorbrücke ist ein guter Aussichtspunkt, um die Leineweile zu beobachten.

Leintorbrücke

Leintorbrücke

Teil der virtuellen Tour: die Leintorbrücke mit der Leineweile.

Foto: LHH

Deine Welt der Räder.



0 % ZINS 100 % TRAUMRAD

AKTION BIS 31. JULI

BIS ZU 30 MONATSRATEN*

Nur solange der Vorrat reicht.

1192 € UVP 1999 €
39⁷⁴ €
30 Monate | 0 %*



Gravelbike 28"

Ouroboros

Ikonische Multifunktionsbike für Gravel, Alltag und epische Urlaubstouren | hochwertig-leichte 40mm Luft-Federgabel | absenkbarer Sattelstütze | 50 mm Maxxis EVO TR Reifen | wartungsfreundliche TRP Discbrakes | 10 Gang mit breiter 11-48 Abstufung | Art.-Nr.: 700363



Smart-System
90 Nm | 600 Wh
BOSCH PX



E-Trekkingbike 28"

Solero EVO 10

Superleichter, herausragend dämpfender Scott HMF-Carbonrahmen | integrierte Zugführung mit cleanem Look und top Aerodynamik | aktuellste 24 Gang Shimano 105 Di2 Schaltgruppe | hochwertiger Syncros Carbon-Radsatz | optional integriertes Rücklicht | Rahmenstaufach für Werkzeug (SaveThe Day) | bis 38 mm Reifenbreite möglich | Art.-Nr.: 700008



Art.-Nr.: 126402 Schwarz

Carbon-Rennrad 28"

Addict 30

Scott HMF-Vollcarbonrahmen | durchdachte, voll integrierte Zugverlegung für cleanen Look und Aerodynamik | 24 Gang Shimano 105 Disc Schaltgruppe | Schwalbe ONE Bereifung | Hydraulische Scheibenbremsen | optional sind passgenaues Rücklicht und Rahmentasche von Scott erhältlich | Art.-Nr.: 126413

4399 € UVP 4799 €

146⁶⁴ €
30 Monate | 0 %*



Smart-System
120 Nm | 800 Wh
BOSCH CX



Art.-Nr.: 700043 Weiß



E-Trekkingbike 28"

Macina City CX 800 Belt

Allround-E-Bike für täglichen Einsatz oder lange Touren | 800 Wh | 600 % Unterstützung | Kiox 500 Display | einfachste Akkuentnahme | carbonverstärkter Riemenantrieb | wartungsarme Nexus 5 Nabenschaltung | handgefertigt in Österreich | Art.-Nr.: 700048



SCANNEN & DEALS
ONLINE SICHERN
zweirad-stadler.de

HANNOVER Hanomag Gelände, Göttinger Straße 16

Mo - Fr 10:00 - 19:30 Uhr | Sa 10:00 - 19:00 Uhr

Zweirad-Center Stadler Hannover GmbH, Göttinger Straße 16, 30449 Hannover. Irrtümer, Druckfehler, Preisänderungen und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Teilweise keine Originalabbildungen. Angebote nur solange der Vorrat reicht. ** ehemalige UVP *** Preis entspricht unserem Markteinführungspreis der aktuellen Saison *Gültig für Fahrräder vor Ort ab 500 € und Online ab 1000 €. Diese Angaben stellen zugleich das repräsentative Beispiel im Sinne des § 17 Abs. 4 PangV dar. Vermittlung erfolgt ausschließlich für den Kreditgeber BNP Paribas S.A. Niederlassung Deutschland, Standort München: Rüdeshimer Str. 1, 80686 München. Weitere Informationen auf <https://www.consorsfinanz.de/> karte-kredite/finanzierung-handel-oder-online-shop

Die unsichtbare Prägung

Die Art, **WIE WIR AUFGEWACHSEN SIND**, beeinflusst unbewusst unseren Erziehungsstil und unsere Rollenbilder als Eltern

VON FRANZISKA HERRMANN

BERLIN. Mike Becker hat unter seiner strengen Erziehung lange gelitten und den Druck dann unbewusst an seine Kinder weitergegeben – bis zum Suizidversuch der Tochter. Zwei Psychologen empfehlen, die Erziehungsstimme der eigenen Eltern zu reflektieren, um dann bewusst zu entscheiden, was weitergegeben wird und was nicht.

Wer Kinder erzieht, ist dabei stets von den eigenen biografischen Erfahrungen geprägt. Die Art, wie wir aufgewachsen sind, beeinflusst unseren Erziehungsstil und unsere Rollenbilder als Eltern. Das geschieht oft unbewusst und ist nur begrenzt steuerbar.

Doch dann hören sich Eltern in einem stressigen Moment sagen: Wie oft soll ich dir das noch sagen? Oder: Jetzt ist aber mal Schluss mit dem Theater! „Plötzlich ist sie wieder da, die Stimme der eigenen genervten Mutter oder des strengen Vaters“, erklärt die Psychologin Cécile Loetz.

WIE GEHEN WIR MIT WUT UM?

Laut Loetz drehen sich Erziehungsfragen häufig darum, wie emotionale Erfahrungen weitergegeben werden. Im Mittelpunkt steht dabei, wie getröstet wird, wieviel Nähe oder Strenge erlebt wurde sowie der Umgang mit Gefühlen wie Wut. Doch auch tief verinnerlichte Rollenbilder wirkten nach. Das könne die Erfahrung sein, mit einem Vater aufgewachsen zu sein, der wenig präsent war, und die Fra-

ge, wie man aktiver am Leben der eigenen Kinder teilnehmen könne. Oder das Rollenbild der sich ausschließlich um andere kümmernden Mutter. „Da spielt nicht nur der äußere Druck, auch das eigene Gefühl, dass man sich sicherer fühlt, wenn man die anderen in den Vordergrund stellt, eine Rolle“, so Loetz. In beiden Fällen fehle es an einem inneren Vorbild, wie genau eine andere Mutter-Vate-Figur aussehen könnte.

STATT GESPRÄCHEN GAB ES PRÜGEL

Mike Becker, 55 Jahre (Name geändert), hat unter seiner eigenen Kindheit lange gelitten. Der Vater: nie da, die Mutter allein zu Hause mit den Kindern. Über Probleme wurde nie gesprochen, stattdessen gab es Prügel, sagt Becker: „Ich bin aus dieser Erziehung herausgekommen mit einer Programmierung; einer Schutzstrategie, die ich Tag und Nacht abgefahren habe.“ Lange Zeit habe er das selbst gar nicht gemerkt. Er habe perfekt funktioniert. Ein Einschnitt kam erst mit dem Suizidversuch seiner Tochter – die Klassenlehrerin hatte sich an eine Erziehungsberatung gewendet. Mike B. und seine Frau konnten das nicht begreifen, erinnert er sich. Plötzlich brach das ganze Konstrukt zusammen. „Bei uns zu Hause ging es immer liebevoll zu. Es gab es keine drakonischen Strafen, keinen Alkohol, keinen sexuellen Missbrauch, keine Gewalt, keinen Liebesentzug – und dann sitzen

wir da und erfahren, dass das Kind suizidgefährdet ist.“

GESPRÄCHE ÜBER DIE EIGENE ERZIEHUNG

Erst später habe sich das Bild für ihn zusammengesetzt. Vieles sei damals bei seiner Tochter zusammengekommen. Doch für ihren Umgang mit Gefühlen und Druck sieht er sich selbst in der Verantwortung. „Nach dem Tod ihrer Oma hat meine Tochter ihre Gefühle in Leistung umgewandelt. Sie hat in der Schule und beim Sport Vollgas gegeben – so wie sie es jahrelang bei mir gesehen hat.“ Später habe er dann mit seinen beiden Kindern darüber gesprochen, was die Erziehung, die er erlebt habe, mit ihm gemacht habe. „Ich wollte ihnen erklären, warum ich jahrelang so angespannt von der Arbeit nach Hause kam und immer so unter Stress stand“, erzählt er.

Es folgten viele Gespräche mit den Kindern. Sein Sohn teilte sich ihm mit und berichtete von Druck, den er in Gruppen empfand, von der Angst, etwas falsch zu machen und angestarrt zu werden. „Als alles aufbrach, empfand ich viel Leid. Ich hatte das Gefühl, in meiner Grundfunktion als Vater versagt zu haben. Es hat lange gedauert, bis ich mich nicht mehr schuldig gefühlt habe“, erzählt Becker. Durch eine Therapie habe sich viel in ihm verändert, doch noch sei er nicht da, wo er gerne wäre. Das Verhältnis zu seinen Kindern sei durch seine neue Offenheit aber so gut wie nie zuvor.

DER UMGANG MIT DER STIMME DER EIGENEN ELTERN

„Die genaue Auseinandersetzung mit dem Erziehungsstil ist erst in jüngeren Generationen ein so wichtiges Thema“, beschreibt Psychologin Loetz die

Schwierigkeit des Themas. „Viele Eltern haben selbst noch einen autoritären oder leistungsorientierten Erziehungsstil erlebt und versuchen, sich daraus zu lösen. Der Umgang mit der eigenen inneren Stimme der Eltern unterscheidet sich.“ Mit ihrem Partner, dem Psychologen Jakob Müller, hat Loetz mit „Jetzt bin ich schon wie meine Eltern: Wie Erziehung über Generationen wirkt“ ein Buch geschrieben, das helfen soll, sich selbst auf die Schliche zu kommen. Darin erklären sie auch Grundsätzliches. Anhand eines Modells zeigen sie, wie unterschiedlich Eltern auf die Stimme einer strengen Erziehung reagieren.

KAPITÄN, MATROSE, MEUTERER

Laut dem Modell gibt es drei unterschiedliche Typen. Beim Kapitän spricht die pure Identifikation mit dem, was die Eltern gesagt haben. Dabei übernehme man die Härte und bejahe das autoritäre Prinzip. Ein anderer Umgang mit der eigenen Erziehung ist die Stimme des Matrosen: Man identifiziert sich nicht, doch der innere Kritiker lebt weiter. Die innere Stimme bewertet andauernd, ob etwas richtig oder falsch war, ob man gut genug ist, peinlich wirkt, sich ich mich nicht mehr schuldig gefühlt habe“, erzählt Becker. Durch eine Therapie habe sich viel in ihm verändert, doch noch sei er nicht da, wo er gerne wäre. Das Verhältnis zu seinen Kindern sei durch seine neue Offenheit aber so gut wie nie zuvor.

MUSTER WERDEN UNBEWUSST ÜBERTRAGEN

„Jeder dieser Modi bringt eine andere Entwicklungsaufgabe mit sich“, so Loetz. Während der Kapitänstyp lernen müsse, die



Wichtig im Eltern-Kind-Umgang: immer wieder die Perspektive umdrehen und sich fragen, wie man sich selbst als Kind in einer ähnlichen Situation gefühlt hat. Symbolfoto: Vlada Karpovich / Pexels

eigene Härte zu hinterfragen und den leidenden Teil in sich wahrzunehmen, muss der Matrose beginnen zu widersprechen, um sich vom Kapitän zu lösen. Der Meuterer wiederum müsse loslassen und akzeptieren, dass nicht jede Autorität bekämpft werden muss, weil das Leben aus mehr besteht als aus fortwährender Auflehnung. Oft spreche diese innere Stimme mit, wenn Eltern auf ihre Kinder reagieren. „Manchmal wird dann nicht das Kind gesehen, das gerade überfordert, müde oder ängstlich ist. Sondern es wird unbewusst auf die eigene Geschichte reagiert“, so Müller. „Wer als Kind erlebt hat, dass Anerkennung stark an Leistung gekoppelt war, wird sich oft vornehmen, das eigene Kind nicht unter Druck zu setzen. Trotzdem kann sich das Muster in

Form einer Grundspannung einschleichen.“

NICHT ALLES HAT EINEN LINEAREN EFFEKT

Im Eltern-Kind-Umgang sei es wichtig, immer wieder die Perspektive umzudrehen und sich zu fragen, wie man sich selbst als Kind in einer ähnlichen Situation gefühlt hat. Auch Hinweise von anderen Erwachsenen oder dem Kind selbst sollte man ernst nehmen, da sie einen auf einen blinden Fleck hinweisen können. Ein Kind mit Schulangst könnte etwa auch etwas von den Leistungsansprüchen seiner Eltern ausdrücken. Vielleicht wird im Alltag unbewusst alles zum Lernprojekt, jedes Spiel zum Lernspiel. Dann gehört ein Teil der Angst möglicherweise gar nicht nur dem

Kind. „Der Schlüssel für Erziehung sind immer die eigenen Gefühle“, sagt Loetz. Allerdings warnen die beiden auch vor der Annahme, dass alles, was Eltern tun, einen linearen, berechenbaren Effekt auf das Kind hat.

» Zu den Personen: Cécile Loetz und Jakob Müller sind Psychoanalytiker und in einer eigener Praxis tätig. Müller arbeitet und forscht zudem am Institut für Psychosoziale Prävention am Universitätsklinikum Heidelberg. Gemeinsam haben sie den erfolgreichen Podcast „Rätsel des Unbewussten“ gegründet, für den die beiden 2018 den Förderpreis der Deutschen Psychoanalytischen Vereinigung erhielten und 2025 mit dem Deutschen Psychodynamik Preis ausgezeichnet wurden. Sie leben in Heidelberg.

Linien 3, 7 und 13: Ersatzbusse statt Bahn

HANNOVER. Wegen Gleisbauarbeiten im Bereich der Tunnelausfahrt vor der Haltestelle „Lortzingstraße“ richten die ÜS-TRA und die Infrastrukturgesellschaft Region Hannover (infra) von Montag, 27. Juli, ab 3 Uhr, bis Montag, 3. August, 3 Uhr einen Ersatzverkehr für die Stadtbahnlinien 3, 7 und 13 ein. Während der einwöchigen Sperrung können die Bahnen den betroffenen Abschnitt auf der Podbielskistraße nicht befahren.

Die Linien 3 und 7 verkehren zwischen Wettbergen und der Tunnelstation „Hauptbahnhof“ regulär. Dort besteht Anschluss an Ersatzbusse, die bis „In den Sieben Stücken“ fahren. Die Linie 13 fährt von Hemmingen bis „Alberweg“ wie gewohnt und wird anschließend über die Strecke der Linie 17 bis „Hauptbahnhof/

ZOB“ umgeleitet. Während der Sperrung entfällt die Linie 17.

Die Ersatzbusse starten am Hauptbahnhof ZOB in der Rundestraße und bedienen den gesperrten Abschnitt bis „In den Sieben Stücken“ in beiden Richtungen. Die Haltestelle „Lortzingstraße“ entfällt. Ersatzweise werden unter anderem die Bushaltestellen „Mengendamm“ und „Apostelkirche“ angefahren. Weitere Halte liegen in unmittelbarer Nähe der regulären Stadtbahnhaltestellen.

Nördlich der Baustelle verkehren die Linien 3 und 13 zwischen „Altwarmbüchen“ beziehungsweise „Fasanenkrug“ und „In den Sieben Stücken“. Die Linie 7 fährt zwischen „Misburg“ und „In den Sieben Stücken“.

Die ÜS-TRA empfiehlt, wegen abweichender Fahrzeiten mehr

Zeit einzuplanen. Fahrpläne des Ersatzverkehrs sind in der ÜS-TRA-App und auf der Internetseite des Verkehrsunternehmens abrufbar. Am Hauptbahnhof und an der Haltestelle „In den Sieben Stücken“ unterstützen Servicekräfte beim Umstieg. Fahrräder können in den Ersatzbussen nicht mitgenommen werden.

Hintergrund der Sperrung sind umfangreiche Gleissanierungen zwischen dem Ende des Stadtbahntunnels, der Haltestelle „Lortzingstraße“ und der Überfahrt Brahmstraße. Außerdem werden die Überfahrt Grethe-Jürgens-Straße sowie Gleise und Schwellen bis Spannhagen-garten erneuert. Die Arbeiten finden in den Sommerferien statt, um den Schüler- und Berufsverkehr möglichst wenig zu beeinträchtigen. **RED**

Löwenherz-WG feiert fünfjähriges Bestehen

HANNOVER. Die Löwenherz-Inklusions-WG in Anderten hat ihr fünfjähriges Bestehen gefeiert. Der Anlass lenkt den Blick auf ein Wohnmodell, das sich deutlich von einer klassischen Pflegeeinrichtung unterscheidet: In der WG leben junge Erwachsene mit lebenslimitierenden Erkrankungen nicht als Bewohnerinnen und Bewohner einer Einrichtung, sondern als Mieterinnen und Mieter.

Derzeit leben drei volljährige junge Menschen in der Wohngemeinschaft. Kennengelernt haben sie sich über das Kinderhospiz Löwenherz, weshalb sie auch „Löwenherzen“ genannt werden. Gegründet wurde die WG 2021 von Eltern lebenslimitierter erkrankter junger Menschen. Der Unterschied zu einer Einrichtung zeigt sich vor allem im Alltag. „Wir haben kein Paket gebucht wie in der Einrichtung, wo alles von Reinigung, Wäsche

waschen, Arztbesuche, Medikamenten-Versorgung, etc. mit erledigt wird, sondern kümmern uns um jede Dienstleistung wie bei einer Mietwohnung“, so Anke Tielker, die Mutter eines Bewohners. Die jungen Erwachsenen wohnen also nicht in einem Heim, in dem alle Abläufe zentral organisiert sind. Viele Dinge müssen einzeln geregelt und abgestimmt werden.

Damit bleibt auch die Rolle der Eltern groß. „Da die Bewohner*innen im Erdgeschoss Pflegestufe 5 haben und sich nicht äußern können, sind wir als Eltern in der Verantwortung“, so Tielker. Das gelte auch dann, wenn Pflege ausfällt. Fallen Mitarbeitende des Pflegedienstes aus und werde kein Ersatz gefunden, „sind wir Eltern gefragt und übernehmen die Pflege“.

Nach fünf Jahren beschreibt Tielker den Alltag in der WG als ein Miteinander mit „Hoch und



Gründungsmitglieder der Löwenherz-WG haben gemeinsam das fünfjährige Bestehen des besonderen Wohnprojekts gefeiert.

Foto: SeelenFotografen Gabyco

Tiefs“. Wichtig seien vor allem Austausch und Kommunikation, „da alle großen Wert auf Lebensqualität legen“. Genau darum geht es in der WG: den jungen Erwachsenen trotz schwerer Erkrankung ein Zuhause außerhalb klassischer Einrichtungsstrukturen zu ermöglichen.

Der feierliche Anlass des „Fünfjährigen“ macht somit sichtbar, wie ein anderer Weg der Versorgung aussehen kann: mit mehr Eigenständigkeit im Wohnmodell, aber auch mit viel Organisation durch Angehörige, Pflegedienst und das Umfeld der WG. **RED**

Wenn Sie wüssten...

wie die Regierung hinter den Kulissen tickt.

Der Politik-Podcast mit Dunz, Lamby und Quadbeck

Jetzt Reinhören

Störche erobern die Region

Neuer Rekord: Mehr als **200 WEIßSTORCHPAARE** gezählt

REGION HANNOVER. Der Aufwärtstrend hält unvermindert an: Mehr als 200 Weißstorchpaare haben in diesem Jahr in der Region Hannover gebrütet – so viele wie nie zuvor seit Beginn der Bestandserfassung im Jahr 1934. Die vorläufige Bilanz des ehrenamtlichen Storchentreuers Dr. Reinhard Löhmer weist 204 besetzte Nester aus und übertrifft damit den bisherigen Höchststand aus dem Vorjahr deutlich. Auch im Süden der Region sind die markanten Vögel längst keine Seltenheit mehr. In Hemmingen, Laatzen und Pattensen konnten erneut erfolgreiche Bruten beobachtet werden.

Während der Weißstorch vor knapp 40 Jahren in der Region fast verschwunden war, setzt sich seine Rückkehr eindrucksvoll fort. 1988 war mit lediglich neun Brutpaaren der historische Tiefstand erreicht worden. Heute sind es mehr als zwanzigmal so viele. Gegenüber 2025 nahm die Zahl der Horstpaare um 17 auf nun 204 zu – ein Plus von gut neun Prozent.

Auch die Kommunen im Süden der Region tragen ihren Teil zu dieser Entwicklung bei. In Hemmingen wurden drei Brutpaare gezählt. Alle drei brachten Nachwuchs hervor, insgesamt sieben Jungstörche werden dort voraussichtlich flügge. In Laatzen besetzten ebenfalls drei Paare Nester. Zwei davon zogen erfolgreich vier Jungvögel groß, ein Paar blieb ohne Bruterfolg. In Pattensen wurde ein Brutpaar registriert, das zwei Jungstörche aufzog. Die Zahlen zeigen, dass sich die Bestände auch außerhalb der traditionellen Storchengebiete stabilisieren.

Den Schwerpunkt des Storchenvorkommens bildet allerdings weiterhin der Nordwesten der Region. Unangefochten an der Spitze liegt Wunstorf mit 60 besetzten Nestern – sieben mehr als im vergangenen Jahr. Dort werden voraussichtlich 97 Jungstörche flügge. Es folgen Neustadt mit 37 Brutpaaren und 66 Jungvögeln sowie Garbsen mit 17 Paaren und 32 Jungstörchen. Nach Einschätzung von Dr. Reinhard Löhmer ist insbesondere die weitere Zunahme im Raum Bokeloh, Mesmerode und Idensen bemerkenswert, weil sich die Lebensräume dort seit Jahren kaum verändert haben.

Insgesamt verlief die Brutsaison solide, blieb aber hinter den Erwartungen zurück. Von den 204 Brutpaaren waren 147 erfolgreich, 57 Paare zogen keinen Nachwuchs auf. Damit blieb fast jedes dritte Nest ohne Jungvögel. Am Ende der Saison werden voraussichtlich 357 Jungstörche ausgeflogen sein. Das entspricht durchschnittlich 1,75 Jungtieren je Brutpaar und liegt damit leicht unter dem langjährigen Mittel.



Mit wenigen Ausnahmen werden bis Anfang August alle Jungtiere ihre Nester verlassen haben. Fotos: Region Hannover

Die Ursache sieht der Storchexperte vor allem im Wetter. Während der Eiseiligen und der Schafskälte sorgten kühle und nasse Bedingungen für erhöhte Verluste bei den Jungvögeln. Das sei besonders bedauerlich, weil gleichzeitig ein gutes Nahrungsangebot vorhanden gewesen sei. Vor allem die hohe Zahl an Mäusen im Grünland hätte eigentlich deutlich bessere Brutergebnisse erwarten lassen. In zehn Nestern wurden dennoch jeweils vier Jungstörche großgezogen, ein Paar in Steinwedel brachte sogar fünf Junge durch.

Dass der Bestand dennoch weiter wächst, führt Löhmer vor allem auf den starken Storchengang 2024 zurück. Viele dieser inzwischen zweijährigen Tiere beteiligten sich erstmals an der Brut oder gründeten eigene Nester. Gleichzeitig verändert sich das Zugverhalten der Vögel. Mehr als 70 Prozent der Brutstörche in der Region zählen inzwischen zu den sogenannten Westziehern. Sie überwintern häufig nicht mehr in Westafrika, sondern in Spanien oder sogar in Mitteleuropa. Die deutlich kürzeren Zugstrecken erhöhen ihre Überlebenschancen erheblich.

Selbst die Vogelgrippe im Großraum Madrid habe sich nach bisherigen Erkenntnissen nicht gravierend auf den Brutbestand in der Region Hannover ausgewirkt. Mögliche Verluste seien durch die starken Nachwuchsjahrgänge offenbar ausgeglichen worden.

Die jetzt vorgestellten Zahlen sind noch vorläufig. Weil immer mehr Weißstörche ihre Horste in Bäumen anlegen, wird die Erfassung schwieriger. Bereits mehr als jedes dritte Nest befindet sich inzwischen in oder auf einem Baum und ist durch das dichte Laub oft kaum einzusehen. Bis Anfang August werden die letzten Jungstörche ihre Nester verlassen haben. Für das kommende Jahr rechnet Dr. Reinhard Löhmer grundsätzlich mit einem weiteren Anstieg der Brutpaare – sofern Seuchen oder außergewöhnliche Naturereignisse die positive Entwicklung nicht bremsen.

Rollenspiele im OPEN

HANNOVER. Im Freizeitheim Vahrenwald gibt es ein offenes Pen-&Paper-Rollenspiel-Angebot. Bis Dienstag, 15. Dezember, trifft sich die Gruppe jeweils dienstags von 16 bis 18 Uhr im OPEN des Freizeitheims Vahrenwald, Vahrenwalder Straße 92.

Pen & Paper ist ein kreatives Hobby, bei dem gemeinsam Geschichten entwickelt und gespielt werden. Die Spielleitung führt durch das Abenteuer, während die Mitspielenden eigene Figuren mit besonderen Eigenschaften erfinden und in deren Rollen in die Handlung eintauchen. Das Angebot verbindet Erzählen, Improvisation und strategische Elemente. Die offene Gruppe richtet sich besonders an Interessierte, die Pen & Paper erstmals ausprobieren möchten. Die Leitung übernimmt Hannes Oetken. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. **RED**

Silent Book Club liest draußen

HANNOVER. Lesen unter freiem Himmel: Der Silent Book Club Hannover lädt am Donnerstag, 30. Juli, von 17 bis 19 Uhr zu einem Treffen auf dem Andreas-Hermes-Platz in Hannover ein. Bei dem „Outdoor-Special“ im Rahmen der Sommerlounges lesen die Teilnehmenden eine Stunde lang gemeinsam in Stille.

Eine feste Leseliste gibt es nicht. Mitgebracht werden kann jede aktuelle Lektüre, vom Roman über das Sachbuch bis zum Comic. Eine Picknickdecke kann ebenfalls mitgenommen werden. Das kostenfreie Angebot wird von der Stadtbibliothek Hannover und dem Silent Book Club Hannover organisiert. **RED**

Unser Thema heute: **Altersherz**

Wenn dem Herzen die Kraft ausgeht



Dr. rer. nat. Albert Kompek

Dr. rer. nat. Albert Kompek beantwortet die Frage einer Leserin, die sich mehr Energie für ihr Herz wünscht.

Franziska Schneider (66): In letzter Zeit fühle ich mich oft müde und antriebslos. Früher konnte ich lange Spaziergänge machen, aber jetzt fehlt mir schnell die Kraft. Auch beim Treppensteigen komme ich immer schneller außer Atem. Ist das eine Alterserscheinung, die ich einfach hinnehmen muss?

Dr. rer. nat. Albert Kompek: Zunächst einmal ist es wichtig das Thema ärztlich abklären zu lassen. Kann eine Erkrankung ausgeschlossen werden, ist es wahrscheinlich, dass mit zunehmendem Alter auch die Leistungsfähigkeit des Herzens etwas nachlässt – im Volksmund spricht man gerne vom „Altersherz“. Ein Grund dafür ist der sinkende Coenzym-Q10-Spiegel im Körper. Verstärkt wird dieser Rückgang, wenn man Cholesterinsenker (Statine) einnimmt – die hemmen zusätzlich die körpereigene Coenzym-Q10-Produktion. Coenzym Q10 ist eine körpereigene Substanz, die in jeder Zelle vorkommt und eine Schlüsselrolle bei der Energiegewinnung spielt. Aufgrund des hohen Energiebedarfs des Herzens ist Coenzym Q10 dort eigentlich in besonders hoher Konzentration vorhanden. Geht der Coenzym-Q10-Spiegel jedoch zurück, kann es zu einer verringerten Energieversorgung unserer „Lebenspumpe“ kommen und die von Ihnen angesprochenen Probleme treten auf.

Wichtig hierfür sind jedoch ein ausreichend hoher Wirkstoffgehalt sowie eine gute Bioverfügbarkeit des jeweiligen Coenzym-Q10-Präparats. Denn Coenzym Q10 ist fettlöslich und kann vom Körper nur dann gut aufgenommen werden, wenn es in gelöster Form vorliegt. Präparate, bei denen der Wirkstoff in Öl gelöst ist, bieten hier also einen entscheidenden Vorteil. Man kennt dies z.B. von Karottensaft, der mit ein paar Tropfen Öl verfeinert wird, um das enthaltene Vitamin A besser aufnehmen zu können.

TIPP FÜR DIE HERZGESUNDHEIT

Ich empfehle Ihnen daher die Coenzym-Q10-Kapseln von Dr. Böhm®. Diese versorgen das Herz mit der durch Studien bestätigten Menge des wichtigen Nährstoffes Coenzym Q10 sowie zusätzlich mit Thiamin, das die Herzfunktion unterstützt.

WAS TUN FÜR EIN LEISTUNGSSTARKES HERZ?

Durch eine zusätzliche Einnahme von Coenzym Q10 (z.B. durch hochwertige Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke) kann dieser Rückgang wieder ausgeglichen werden.

IM FOKUS DER WISSENSCHAFT

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Q10 wesentlich für die Energieversorgung des Herzens und folglich für dessen Leistungsfähigkeit ist.¹ In Studien mit Coenzym-Q10-Supplementierung wurde sowohl die Belastbarkeit als auch die Auswirkung auf die Lebensqualität untersucht – insbesondere bei älteren Menschen mit eingeschränkter Herzleistung.²

Wichtig hierfür sind jedoch ein ausreichend hoher Wirkstoffgehalt sowie eine gute Bioverfügbarkeit des jeweiligen Coenzym-Q10-Präparats. Denn Coenzym Q10 ist fettlöslich und kann vom Körper nur dann gut aufgenommen werden, wenn es in gelöster Form vorliegt. Präparate, bei denen der Wirkstoff in Öl gelöst ist, bieten hier also einen entscheidenden Vorteil. Man kennt dies z.B. von Karottensaft, der mit ein paar Tropfen Öl verfeinert wird, um das enthaltene Vitamin A besser aufnehmen zu können.

Experten-Rat

Ubichinon oder Ubichinol?

Coenzym Q10 ist in zwei Formen verfügbar: Ubichinon und Ubichinol. Obwohl beide im Körper vorkommen, unterscheiden sie sich in ihrer physiologischen Rolle. In Hinblick auf eine verbesserte Energieproduktion in Herz und Muskeln gibt es eine überzeugende Studienlage, die klar für Ubichinon spricht. Wer im Alter also seine Energie zurückgewinnen möchte, setzt auf die am besten dokumentierte Form: Ubichinon.

MEINE EMPFEHLUNG

Dr. Böhm® Coenzym Q10

- ✓ Nur 1x täglich – 100 mg Ubichinon
- ✓ Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- ✓ Sehr gute Bioverfügbarkeit – in Öl gelöst

Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Coenzym Q10 gerne für Sie unter:
PZN: 20398051 (30 Stk) UVP: 19,90 €

Ein Fest für alle Generationen

magaScene- Kulturtipp: Das **FÄHRMANNSFEST 2026** läuft an drei Tagen auf zwei Bühnen

Vom 31. Juli bis 2. August ist am Zusammenfluss von Leine und Ihme mit starkem Schallwellengang und wogendem Publikum zu rechnen. Denn traditionell findet am ersten Wochenende im August das Fährmannsfest statt. Eine Änderung gibt es: In diesem Jahr findet am Sonntag kein gratis Musikprogramm auf der großen Musikbühne statt. Allerdings entschädigt das dreitägige Festival mit einem abwechslungsreichen und eintritsfreien Programm auf der Bunten Bühne und dem Kinder- und Butjerfest auf der Faust-Wiese. Für das Programm auf der Bunten Bühne und für das Kinderfest auf der Faust-Wiese am Sonnabend und Sonntag ist der Eintritt frei. **Musikbühne am Freitag, 31. Juli, ab 16.30 Uhr** Volle Kraft voraus geht es ab der ersten Minute: Team Scheisse sind bekannt für explosive Auftritte und Punkrockohrwürmer. Anschließend liefert die Rockband LÜT melodischen Action-Rock auf Norwegisch. Die Musik von Akne Kid Joe bewegt sich zwischen Schrammelpunk, NDW und Classic-Rock. Es fol-

gen gleich zwei Kultkapellen des US-Punkrock: Good Riddance sind eine wichtige Stimme in der Punkszene. Seit 35 Jahren gehören Lagwagon mit rasanten Drumbeats und fetten flirrenden Gitarren zum Besten, was der Punk zu bieten hat. Die H-Blockx sind zurück und klingen heute noch so rotzig, frisch und energetisch, als hätten sie gestern erst losgelegt. **Musikbühne am Sonnabend, 1. August, ab 15 Uhr** Am Samstag stehen als erstes Kettenfett auf der Bühne und feuern ein knallbuntes Schrapnell aus Deutschpunk und Heavyrock ab. The Meffs liefern rasanten Punk-Kracher mit kompromissloser Haltung. Euphorische Stimmung ist bei Alarmsignal garantiert, die zu den umtriebigen Deutschpunk-Bands gehören. Bei Buttervegge sorgen smarter Punkrock, Reggae und jede Menge Ska-Punk-Beats für ausgelassene Partystimmung. Die Skapunk-Band Rantanplan ist immer gut für musikalische Überraschungen und vermag es, auch gecoverten Songs das gewisse Etwas zu verleihen. Beton-tod, die Punkrocker mit dem

Herz am linken Fleck, kommen mit ihrem neuen Album im Gepäck. **Bunte Bühne am Sonnabend, 1. August, ab 15 Uhr** Mit Rock, Soul und einer guten Portion Pop-Chaos starten Athena Peng am Samstag das Programm auf der Bunten Bühne. Die Musik von Jenny Thiele bewegt sich irgendwo zwischen Elektro- und Dream-Pop. Anschließend kämpfen Literatinnen und Literaten aus ganz Deutschland beim „Macht Worte!“ Poetry Slam um die Gunst des Publikums. Zum Ende des Abends tritt Linski auf, in deren Musik moderner Pop auf Soul, Triphop und Texte über Heilung, Empowerment und Weiblichkeit trifft. **Bunte Bühne am Sonntag, 2. August, ab 15 Uhr** Die Crew von der bunten Kuh legt am Sonntagnachmittag an, um Kindern zu bekannten Melodien von ihren Abenteuern auf See zu erzählen. Jumi besingt Rebellionen gegen die Angst und liefert Indie-Pop Songs. Kai & Funky von Ton Steine Scherben feat. Birte Volta präsentieren Songs der unvergesslichen

Rock-Band, die auch nach über 50 Jahren kaum an Aktualität verloren haben. Beim Auftritt der Monsters Of Liedermaking wird es neben vielen ihrer liebgewonnenen Evergreens mehrere Handvoll künftiger Hymnen, baldiger Hits und kommender Klassiker zu hören geben.

Tickets für das Programm der Musikbühne am Freitag und Sonnabend sind bei allen Vorverkaufsstellen und unter www.fährmannsfest.de erhältlich.



Stadtmagazin für Hannover

magaScene

Viele weitere, spannende News aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an rund 500 Auslegestellen in Hannover oder online auf www.magascene.de.

Besuchen Sie uns jetzt auch auf Instagram und Facebook!

magaScene_hannover

MagaScene



Nachts bei Tutanchamun

HANNOVER. Rätsel lösen, Schätze entdecken und in die Welt der Pharaonen eintauchen: Die Ausstellung „Tutanchamun: Ein immersives Abenteuer“ lädt am Freitag, 21. August, ab 17 Uhr zur Kinder-Entdeckernacht in die Alte Druckerei, August-Madsack-Straße 1, in Hannover ein. Kinder von sieben bis 14 Jahren erkunden gemeinsam mit der Ägyptologin Ulrike Dubiel das Alte Ägypten. Auf dem Programm stehen eine kindgerechte Führung, eine Quiz-Rallye und ein Kreativ-Workshop. Dabei geht es um das Leben Tutanchamuns, die Geheimnisse seines Grabes und die berühmten Fundstücke. Die Ausstellung mit Projektionen und mehr als 800 Rekonstruktionen bleibt an diesem Abend bis 21 Uhr geöffnet. Letzter Einlass ist um 20 Uhr. Weitere öffentliche Führungen für alle Altersgruppen mit Ulrike Dubiel beginnen am 13. und 27. August sowie 10. und 24. September jeweils um 18 Uhr.

Tickets gibt es ab 22 Euro für die Kinder-Entdeckernacht und ab 27 Euro für die öffentlichen Führungen über die Internetseite tut-ausstellung.com, an bekannten Vorverkaufsstellen und an der Tageskasse.



Auf den Spuren des Pharaos. Foto: COFO Entertainment

Mit dem Wanderpass den Deister neu entdecken

Ausflugstipp fürs Wochenende: Sieben neue Stempelstationen zum zehnjährigen Bestehen laden zum Sammeln ein

REGION HANNOVER. Wer am Wochenende Bewegung an der frischen Luft mit einem kleinen Sammelspiel verbinden möchte, findet im Deister jetzt noch mehr Ziele. Pünktlich zum zehnjährigen Bestehen ist der Deister-Wanderpass erweitert worden: Statt bisher zwölf warten nun 19 Stempelstationen rund um den Höhenzug darauf, entdeckt zu werden. Sieben neue Standorte sind hinzugekommen – ein guter Anlass, bekannte Wege zu verlassen und den Deister aus einer neuen Perspektive kennenzulernen.

Der Deister gehört zu den beliebtesten Naherholungsgebieten der Region. Der bewaldete Höhenzug südwestlich von Hannover ist rund 20 Kilometer lang, bis zu vier Kilometer breit und erreicht eine Höhe von 404 Metern. Zahlreiche Wanderwege führen durch Buchen- und Mischwälder, vorbei an Aussichtspunkten, Gaststätten, historischen Orten und Ausflugszielen. Viele Strecken lassen sich individuell kombinieren – vom kurzen Spaziergang bis zur ausgedehnten Tagestour. Genau dort setzt der Wanderpass an. Er ist weniger eine klassische Wanderkarte als vielmehr ein Begleiter für viele Ausflüge. Auf der Karte sind die Stempelstationen verzeichnet, am Rand befinden sich die Felder für die jeweiligen Motive. Jede Station besitzt einen eigenen Tierstempel. Wer nach und nach alle Motive sammelt, erhält am Ende als kleine Belohnung einen Deister-Wanderpin.



Bilge Tutkunkardes und Timo Muchow bei der Vorstellung der neuen Stempelstation am Naturfreundehaus. Fotos (2): Philipp Schröder / Region Hannover

Mit der neuen Auflage wird das Angebot deutlich vielfältiger. Neu hinzugekommen sind das Naturfreundehaus und der Waldspielplatz Egestorf in Barsinghausen, die Laube auf dem Deisterkamm und der Wanderparkplatz Steinkrug in Wennigsen, das Wisentgehege und das Jagdchloss in Springe sowie die Cecilienhöhe in Bad Nenndorf. Zusammen mit den bisherigen Stationen verteilt sich der Wanderpass nun auf sechs Kommunen und erschließt damit nahezu den gesamten Höhenzug. „Der Wanderpass ist ein schönes Beispiel dafür, wie aus

vielen einzelnen Orten ein gemeinsames regionales Angebot wird“, erklärt Bilge Tutkunkardes, Leiterin des Teams Regionale Naherholung der Region Hannover. „Der Deister lebt davon, dass die Kommunen rund um den Berg gemeinsam denken und ihre Angebote miteinander verbinden“, ergänzt Timo Muchow, Sprecher des Arbeitskreises Deister, in dem die sechs Deisterkommunen gemeinsame Angebote wie den Wanderpass realisieren. „Der erweiterte Wanderpass lädt dazu ein, bekannte Ziele neu zu entdecken

und zugleich Orte anzusteuern, die man vielleicht noch nicht auf dem Zettel hatte.“ Der Reiz liegt dabei nicht im sportlichen Wettbewerb. Für das Sammeln gibt es keine Frist, niemand muss alle Ziele an einem Wochenende oder überhaupt innerhalb eines Jahres erreichen. Stattdessen wächst der Pass mit jeder Wanderung weiter. Mal führt der Weg zum Wisentgehege in Springe, ein anderes Mal zum Annaturn oder zur Bärenhöhle. So entsteht nach und nach eine persönliche Entdeckungsreise durch den gesamten Deister.

Gerade für Familien kann das Stempelsammeln ein zusätzlicher Anreiz sein. Kinder verlieren auf einer Wanderung mitunter schnell die Geduld – ein erreichbares Zwischenziel und die Aussicht auf den nächsten Stempel sorgen dagegen oft für neue Motivation. Gleichzeitig entdecken auch Erwachsene Wege und Ausflugsziele, die sie sonst vielleicht übersehen hätten. So wird aus einer einfachen Wanderung eine kleine Schatzsuche, bei der nicht Geschwindigkeit, sondern das Erlebnis zählt.

Praktisch ist außerdem, dass sich die Touren flexibel planen lassen. Die Stempelstationen liegen sowohl an beliebten Ausflugs-gaststätten als auch an Wanderparkplätzen, Aussichtspunkten oder Freizeiteinrichtungen. Wer außerhalb der Öffnungszeiten einer Gaststätte unterwegs ist, muss auf den Stempel dennoch nicht verzichten: Vor Ort gibt es Hinweise, wie die Station trotzdem im Wanderpass dokumentiert werden kann.

Der Deister lässt sich auch ohne Auto gut erkunden. Die S-Bahn bringt Ausflügler an nahezu alle Seiten des Höhenzugs: Im Norden liegen die Bahnhöfe Barsinghausen, Kirchdorf, Egestorf und Wennigsen, im Süden Ben-nigsen, Völksen/Eldagsen und Springe. Hinzu kommen Bad Nenndorf (S1 und S2) sowie Bad Münder (S5). So lassen sich Wanderungen planen, bei denen Start- und Zielbahnhof unterschiedlich sind – ohne zum Ausgangspunkt zurückkehren zu müssen.

Der Wanderpass selbst ist kostenlos erhältlich. Ausgegeben wird er in den Tourist-Informationen der beteiligten Kommunen Barsinghausen, Wennigsen, Springe, Bad Münder und Bad Nenndorf sowie in der Tourist-Information Hannover am Hauptbahnhof. Außerdem steht eine Version zum Herunterladen und Ausdrucken auf deister.de bereit.



Entlang der Stempelstationen lassen sich individuelle Touren planen.

Ob der Forellenteich, die Wasserräder in Wennigsen, die Deisterpforte, der Nordmannsturm oder die Teufelsbrücke – der Wanderpass führt zu bekannten Klassikern ebenso wie zu weniger bekannten Stationen. Gerade diese Mischung macht seinen Reiz aus. Wer regelmäßig im Deister unterwegs ist, erhält Anregungen für neue Routen. Wer den Höhenzug erstmals erkundet, bekommt einen roten Faden für viele Ausflüge. **RED**

HAZ

Aktion sicherer Schulweg

Komm zum HAZ-Familienfest!

- „Rabe Rudi“ Show
- Live-Musik „Raketen Erna“
- Hiphop-Tanz „Li'l'People“ der Tanzschule Bothe
- Präventionspuppenbühne der Polizeidirektion Hannover
- Feuerwehrmodenschau
- Reiter- und Hundestaffel der Polizei
- Sicherheitsübungen für Groß und Klein und vieles mehr ...



Am 16. August von 11 bis 17 Uhr im Maschpark. Eintritt frei!



Hannoversche Allgemeine **HAZ**

Eskalation am Frühstückstisch

Das Museum Wilhelm Busch feiert „103 JAHRE LORIoT“ mit einer Ausstellung und einem Begleitprogramm von Familienkino bis Jazz-Konzert

HANNOVER. Man kann einen Geburtstag verpassen, ihn nachfeiern oder, sehr loriotisch, einfach den 103. begehen. Das Museum Wilhelm Busch zeigt bis zum 14. März 2027 die Ausstellung „ACH WAS. 103 Jahre Lorient“ und entscheidet sich damit gegen die feierliche Rundung und für jene kleine Verschiebung ins Absurde, die Vicco von Bülow's Werk so gut bekommt. Hundert ist vorbei, 103 ist jetzt. Der Rest wäre eine Frage der Etikette, und gerade die hat bei Lorient ihre Tücken.

Man muss nur an ein Frühstücksei denken, an ein schief hängendes Bild oder an eine Nudel, die partout nicht dort bleiben will, wo sie hingehört – schon ist man mitten in Lorient's Welt. Kaum ein deutscher Künstler hat die Tücken des Alltags so präzise beobachtet wie Bernhard-Viktor Christoph-Carl von Bülow. Seine Figuren scheitern nicht an großen Tragödien, sondern an Höflichkeit, Missverständnissen und dem verzweifelten Versuch, alles richtig zu machen. Gerade darin liegt bis heute die Faszination seines Werks.

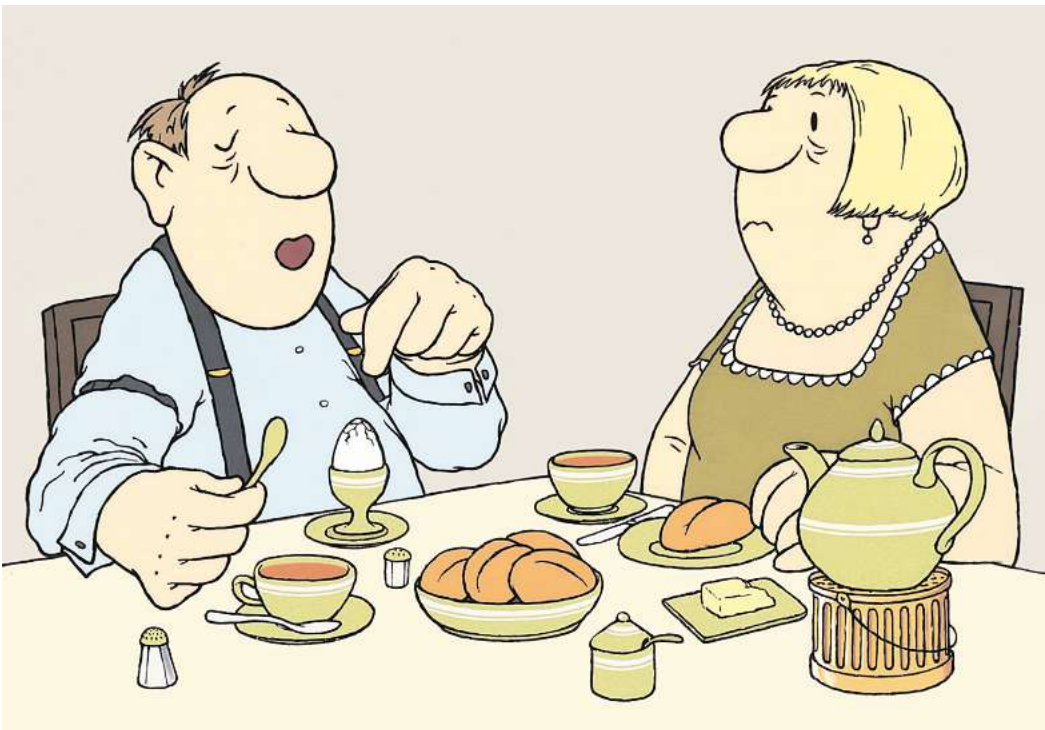
Es ist nicht das erste Mal, dass Lorient im Museum im Georgengarten zu Gast ist. Bereits zu seinem 50., 65. und 80. Geburtstag wurden dort umfangreiche Ausstellungen gezeigt. Die neue Schau knüpft daran an, geht aber zugleich weiter. Sie versteht sich weniger als klassische Werk-

schau denn als Einladung, einen Künstler neu kennenzulernen, dessen Schaffen weit über Fernsehsketche und Kinofilme hinausreicht.

Entstanden ist die Ausstellung gemeinsam mit dem Caricatura Museum Frankfurt. Auf großzügiger Fläche spannt sie den Bogen über nahezu das gesamte künstlerische Leben Lorient's. Zu sehen sind frühe Kinderzeichnungen ebenso wie Cartoons, Fotografien, Film-ausschnitte, Originalentwürfe, Dokumente, Bühnenbildmodelle und Arbeiten aus seinem späten malerischen Schaffen. Statt die Stationen seines Lebens streng chronologisch abzuhandeln, führt die Präsentation durch Themenwelten, die den Blick auf unterschiedliche Facetten des Künstlers lenken.

Natürlich begegnen Besucher den Klassikern. Das berühmte Frühstücksei fehlt ebenso wenig wie die Steinlaus, Wum und Wendelin oder jene legendäre Nudel, an der sich eine ganze Beziehung entzündet. Doch die Ausstellung will mehr sein als eine nostalgische Reise zu bekannten Pointen. Sie zeigt vor allem den Zeichner, dessen genaue Beobachtungsgabe den Grundstein für alles legte, was später folgte.

Lange bevor Lorient zum Fernsehstar wurde, analysierte er mit Feder und Tusche die bundesdeutsche Nachkriegsgesellschaft. Seine Cartoons handeln von Menschen,



Lorient, „Das Frühstücksei“, 1977

© Studio Lorient, Frankfurt/Main

die in den Regeln des guten Benehmens gefangen sind, die sich in Floskeln verheddern oder aus Kleinigkeiten Grund-satzfragen machen. Seine Komik entsteht nicht aus Schadenfreude, sondern aus Wiedererkennen. Wer heute seine Zeichnungen betrachtet, entdeckt darin noch immer Nachbarn, Kollegen oder Familienmitglieder – und mitunter sich selbst. Dass diese Arbeiten auch Jahrzehnte nach ihrer Entstehung funktionieren, liegt gerade daran, dass Lorient nie auf modische Zeitkritik setzte. Er beobachtete menschliches Verhalten, und das verändert sich weit weniger als technische Errungenschaften oder politische Debatten.

Ein weiterer Schwerpunkt gilt einem Werkbereich, der vielen Besuchern unbekannt

sein dürfte. Lorient war nicht nur Zeichner, Autor, Regisseur und Schauspieler, sondern beschäftigte sich intensiv mit der Oper. Kostümentwürfe und Bühnenbildmodelle seiner Inszenierungen von „Martha“, „Der Freischütz“ und „Der Ring in einer Nacht“ zeigen einen Künstler, der auch auf der Opernbühne ein ausgeprägtes Gespür für Gestaltung und Dramaturgie entwickelte. Gerade diese Arbeiten erweitern den Blick auf einen Künstler, der sich nie auf ein Medium beschränken ließ.

Auch Hannover spielt in der Ausstellung eine besondere Rolle. Unter dem Titel „Lorient als Gastgeber, Laudator und Redner“ erinnert das Museum an zwei Auftritte des Künstlers in der Landeshauptstadt. 1978 sprach er in der Kestner Gesell-

schaft über die Karikatur als Außenseiter der Kunst, 1991 hielt er im Museum Wilhelm Busch eine Rede, in der er mit stoischer Ernsthaftigkeit Kunstgeschichte, Goethe und den Unterschied zwischen bildenden Künstlern und Karikaturisten humorvoll auseinandersprach. Diese Aufzeichnungen machen deutlich, dass Lorient selbst feierliche Anlässe mit trockenem Witz in kurzweilige Ereignisse verwandeln konnte.

Interessant ist auch der Blick, den die Ausstellung auf Lorient's Frauen- und Männerfiguren wirft. Viele seiner bekanntesten Sketche kreisen um Beziehungen, Rollenbilder und Machtverhältnisse. Die Präsentation lädt dazu ein, diese Arbeiten aus heutiger Perspektive zu betrachten. Dabei zeigt sich, dass Lorient seine Figuren

erstaunlich ausgewogen behandelt. Weder Männer noch Frauen werden geschont, oft sind es sogar die Frauen, die in seinen Geschichten den größeren Durchsetzungswillen entwickeln.

Ergänzt wird die Ausstellung durch zahlreiche selten gezeigte Vorzeichnungen, Fotografien und Dokumente. Außerdem begegnen Besucher dem Zeichner Manfred Schmidt, dem Erfinder von Nick Knatterton und langjährigen Freund Lorient's. So entsteht das Bild eines Künstlers, dessen Werk weit verzweigt ist und dessen Einfluss die deutsche Humor- und Zeichenkultur bis heute prägt.

DAS BEGLEITPROGRAMM

Über die Ausstellung hinaus bietet das Museum gemeinsam mit dem Kulturzentrum Faust ein umfangreiches Begleitprogramm. Mehrfach werden Doppelführungen unter dem Titel „Vom Busch in die Faust“ angeboten, die an Sonntag, 9. August, Sonntag, 20. September und Sonntag, 18. Oktober, jeweils ab 14 Uhr beide Häuser miteinander verbinden.

Im Palaisgarten folgt am 28. August um 19 Uhr die Outdoor-Lesung „Janssen & Grimm: Zu Tisch!“. Uwe Janssen und Imre Grimm servieren dort ein satirisches Mehrgang-Menü mit Lorient-Bezug. Eine der Fragen, die sich mit zunehmendem zeitlichen Abstand besonders nachdrücklich stellt, lautet: Wie zeitgemäß ist Lorient's Blick auf die Geschlechter? Die „Ladies Night“ am 10. September um 18 Uhr macht daraus ihre zentrale Versuchsanordnung. Unter der Überschrift „War Lorient ein Feminist?“ soll diskutiert werden, ob seine Sketche eher

konservative Rollenbilder bewahren oder gerade deren Absurdität sichtbar machen.

Das Konzert „60 Jahre Jazz Club Hannover x Lorient“ steht am 9. Oktober um 19 Uhr auf dem Programm; Tickets sind über den Jazz Club Hannover erhältlich.

Bei der „Date Night“ am 30. Oktober und 4. Dezember, jeweils um 18 Uhr, improvisieren die Improkocken ein Blind Date, dessen Verlauf das Publikum mitbestimmt.

Auch das Kino darf in einer umfassenden Lorient-Schau nicht fehlen. Zwei Filmabende führen in die Warenannahme des Kulturzentrums Faust: Dort läuft am 22. November 2026 um 18 Uhr „Pappa ante Portas“, am 14. Februar 2027 zur gleichen Zeit „Ödipussi“. Familien sind am 29. November von 11 bis 17 Uhr zu „Weihnachten mit Lorient“ eingeladen.

Am 29. Januar 2027 um 19 Uhr untersuchen Monika Mertens und Kersten Flenter in „Mann und Frau im Bad... der Gefühle“ hartnäckige Klischees und Rollenbilder. Am 26. Februar um 18 Uhr liest Johann von Bülow aus „LORIoT – Der ganz offene Brief“ und erinnert damit an Lorient's QUICK-Kolumne aus den Jahren 1957 bis 1961. In diesen Briefen zeichnete Lorient ein Sittengemälde der jungen Bundesrepublik. **R/HR**

Die Ausstellung ist im Museum Wilhelm Busch, Georgengarten, dienstags bis sonntags sowie an Feiertagen von 11 bis 17 Uhr zu sehen, donnerstags im Sommer bis 20 Uhr. Informationen zum Begleitprogramm sowie Reservierungsmöglichkeiten stehen online auf karikatur-museum.de/programm/veranstaltungen; für das Jazzkonzert gibt es Eintrittskarten über jazz-club.de.

Grotte im Großen Garten

HANNOVER. Die Grotte im Großen Garten steht am Sonnabend, 25. Juli, im Mittelpunkt einer Gesprächsrunde im Arne Jacobsen Foyer, Herrenhäuser Straße 4. Von 19 bis 20 Uhr geht es um die Geschichte des Bauwerks, seine Umgestaltung durch Niki de Saint Phalle und seine heutige Bedeutung für die Herrenhäuser Gärten. Einlass ist ab 18.30 Uhr.

Anlass ist ein doppeltes Jubiläum: Vor 25 Jahren wurde der erste von der Künstlerin gestaltete Raum eröffnet, zwei Jahre später folgte die vollständige Grotte. Direktorin Anke Seegert spricht mit Fachleuten und Zeitzeugen über die ursprüngliche Funktion der Grotte als Element der Gartenkunst, ihre wechselvolle Entwicklung und den Weg vom historischen Bauwerk zum begehbaren Kunstwerk.

An der Runde nehmen Ronald Clark, ehemaliger Direktor der Herrenhäuser Gärten, sowie Thomas Amelung teil, der als Garten-

meister für den Großen Garten und den Georgengarten tätig war. Hinzu kommen der Bauhistoriker Bernd Adam vom Büro für Bauforschung in Garbsen und Genia Wackerhahn von der Leibniz Universität Hannover, die sich mit der Geschichte der Landschaftsarchitektur und der Gartendenkmalpflege beschäftigt.

Der Eintritt zur Gesprächsrunde ist frei, erforderlich ist jedoch ein kostenloses Ticket aus dem Online-Shop der Herrenhäuser Gärten. Im Foyer gilt freie Platzwahl. Der Veranstaltungsraum ist nur über mehrere Stufen erreichbar und deshalb nicht barrierefrei.

Vor 25 Jahren wurde der erste Raum in der Grotte, von der Künstlerin Niki de Saint Phalle gestaltet, eröffnet.

Foto: Atelier Thorsch Hannover



Im Anschluss können Besucher den illuminierten Großen Garten erkunden oder dort picknicken. Brunnen, Fontänen, Hecken und Figuren werden nach Einbruch der Dunkelheit beleuchtet. Dazu erklingt Georg Friedrich Händels „Wassermusik“ in einer Aufnahme der Hannoverschen Hofkapelle. Die Illumination dauert von 22 bis 23 Uhr. Der Eintritt kostet 6 Euro, ermäßigt 4 Euro. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren haben freien Eintritt. Die Grotte bleibt bis 22.30 Uhr geöffnet. Karten für die Illumination gibt es an der Schlosskasse. **RED**

Forschen und Basteln

HANNOVER. Die Schul- und Stadtbibliothek Badenstedt startet im August mit einem neuen Angebot für Kinder von sechs bis zehn Jahren. Im „Entdeckerclub Badenstedt“ können sie künftig zweimal im Monat kreativ arbeiten, experimentieren und naturwissenschaftliche Zusammenhänge kennenlernen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Unter dem Motto „Kreativ sein. Forschen. Staunen.“ sind jeweils zwei aufeinander abgestimmte Termine geplant. Am ersten Freitag eines Monats steht eine Bastelwerkstatt auf dem Programm. Die dort entstehenden Arbeiten bilden die Grundlage für den Experimentiertag am dritten Freitag. Dabei sollen kindgerechte Versuche zum Beobachten, Ausprobieren und Entdecken anregen.

Zum Start beschäftigt sich der Entdeckerclub mit dem Thema „Meer und Sommer“. Am Freitag, 7. August, ab 15.30 Uhr gestalten die Kinder eine Unterwas-

serwelt. Aus Salzteig und verschiedenen Nudelsorten entsteht ein farbiges Korallenriff. Neben dem Basteln geht es bereits um die Frage, weshalb Korallen empfindlich auf Veränderungen ihrer Umwelt reagieren.

Der zweite Termin folgt am Freitag, 21. August, ab 15.30 Uhr. Unter der Überschrift „Korallen im Wandel“ untersuchen die Teilnehmer, welche Bedingungen Korallen zum Leben benötigen und warum sie besonders gefähr-

det sind. Spielerische Experimente sollen die biologischen Zusammenhänge anschaulich vermitteln und an die Ergebnisse der Bastelwerkstatt anknüpfen.

Für beide Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich. Sie ist per E-Mail an 42.23.5@hannover-stadt.de, telefonisch unter (0511) 16846564 oder direkt in der Stadt- und Schulbibliothek Badenstedt, Plantagenstraße 22, möglich. **RED**

Entdeckerclub BADENSTEDT

Kreativ sein. Forschen. Staunen.

Der neue Entdeckerclub lädt zum Mitmachen ein.

Illustration: Yelda Sandfuchs

Freestyle-Rap im Heinz

HANNOVER. Ein Freestyle-Rap-battle mit Schnupperworkshops für Kinder und Jugendliche findet am Freitag, 31. Juli, im Béi Chéz Heinz, Liepmannstraße 7B, statt. Von 17 bis 19 Uhr geben Meidi und DJ Showmaker kostenlose Einblicke in Rap und DJing. Anmeldungen sind per E-Mail an hiphop.jugend@hannover-stadt.de möglich.

Einlass zum Battle ist ab 19 Uhr, Beginn um 21 Uhr. Der Eintritt kostet an der Abendkasse 18 Euro und ist ab 16 Jahren möglich. Wer selbst antreten möchte, zahlt 10 Euro und kann sich per E-Mail oder ab 19 Uhr vor Ort anmelden. Über die Auftritte entscheiden der Hannoveraner Battlerapper Meidi, der Berliner Vorjahressieger Yeah und das Publikum. Als Moderator führt Freestyle-MC Karanova aus Hildesheim durch den Abend. DJ Showmaker liefert die Beats und präsentiert zudem ein eigenes DJ-Programm. **RED**

DIE NACHT DER MUSICALS

Dienstag, 23.03.2027 | Theater am Aegi

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

- KRS One**
31. August 2026: Kulturzentrum FAUST
- TJARK**
01. September 2026: Pavillon
- The Gardener & The Tree**
02. September 2026: Musikzentrum
- ela. – Pinke Plüschjacke Tour**
03. September 2026: Lux

- No Angels – TwentyFive Live**
04. September 2026: Gilde Parkbühne
- DIKKA - Boah ist das krass Tour**
05. September 2026: Swiss Life Hall
- Schimmerling - Stadiontour**
05. September 2026: Faust - Mephisto
- Lukas Bärfuss - Königin der Nacht**
08. September 2026: Literaturhaus

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



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

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Wichtig ist, dass Sie Ihre Ziele mit aller Konsequenz verfolgen. Nur so können Sie die Weichen für eine erfolgreiche berufliche Zukunft stellen.

STIER 21.4.–20.5.
So weit, wie Sie befürchten, sind Sie gar nicht mehr von einem Ziel entfernt. Gespräche und Verhandlungen führen nun zu erfreulichen Resultaten.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
So mancher dürfte jetzt über Ihren Arbeitseifer staunen. Was Ihnen ansonsten schwer von der Hand ging, werden Sie nun mühelos bewältigen können.

KREBS 22.6.–22.7.
Auf Sie warten hartnäckige Gesprächspartner. Differenzen jetzt möglichst weiträumig umgehen. Auf diplomatischem Weg wäre viel mehr zu erreichen.

LÖWE 23.7.–23.8.
Vor etwas unberechenbaren Reaktionen sei augenblicklich gewarnt. Ihr Tonfall kann zwar sanft und zärtlich, aber auch scharf und verletzend sein.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Was aus der Ferne betrachtet äußerst verlockend erschien, könnte sich beim näheren Hinsehen jedoch als Enttäuschung entpuppen. Also, aufgepasst!

WAAGE 24.9.–23.10.
Sie haben ab und an hartnäckige Gesprächspartner. Manches, was Sie sich insgeheim gewünscht haben, könnte aber trotzdem in Erfüllung gehen.

SKORPION 24.10.–22.11.
Ein Kollege spart nicht mit wertvollen Hinweisen. Es eröffnen sich interessante Perspektiven. Leider rückt das Privatleben dadurch etwas zurück.

SCHUTZE 23.11.–21.12.
Beruflich scheint Ihnen vieles leicht von der Hand zu gehen. Sie sind ein bisschen schneller als andere, wenn überzeugende Argumente nötig sind.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Es gibt Menschen, die es gut mit Ihnen meinen. Von denen bekommen Sie jetzt stärkenden Rückenwind und vieles regelt sich zu Ihrer Zufriedenheit.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Bevor jemand eine Sachlage falsch wiedergibt, sollten Sie aus dem Schatten treten und für Klärung sorgen. Sie werden die richtigen Worte finden.

FISCHE 20.2.–20.3.
Der Wunsch, Grundlegendes in Ihrem Leben zu verändern, wirkt sich positiv auf viele Lebensbereiche aus. Herausforderungen sind willkommen.

Rätselspaß am Wochenende

allmähliche Steigerung	Teil des Stillen Ozeans	Fahnenstange		Hawaii-Insel (USA)	Tele-dialog (Kw.)	persönliches Fürwort (3. Fall)	niemals	Weltfußball-bund (Abk.)		Haustier der Lappen	Hand-mäh-gerät	Frage nach einem Ort	
			3					Teil der Bibel (Abk.)			Börsen-ansturm		
Stoffbe-hausung		Weis-sager				Hölle				5			
			2	arab. Zupf-instru-ment		Wund-starr-kampf						sume-rische Königs-stadt	
Ab-schieds-gruß		Initialen der Temple								nicht ge-braucht	erstes Schul-buch	6	
Roman von King										dt. Normen-zeichen (Abk.)	priester-liches Gebet		
Düsen-flug-zeug	Scheide-brief im israel. Recht	venezia-nischer Admiral †1792		Männer-kose-name	hier, ... und da	kaufm.: Bestand	Abk. einer Winkel-funktion		Doku-menten-samm-lung	alter Ton-träger (Abk.)	Segel-kom-mando: wendet!	Box-begriff (Abk.)	1
Eignung, Fertig-keit								steuern, leiten					
Fluss zum Dollart				Atom-arten						Ruf beim Stier-kampf			
WC, Wasch-raum								1	2	3	4	5	6

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

APOTHEKEN

- SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 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
- SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:**

Merkur-Apotheke Stöcken,
Tel. 97915778, Eichsfelder Str. 97

LAATZEN: Marktapotheke Rethen, Tel. (05102) 916480, Hildesheimer Str. 356

RONNENBERG:
Vitalis Apotheke,
Tel. 43833380, Chemnitzer Str. 2B

LEBENSHILFE

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

NOTDIENSTE

- Stadt Hannover:**
- Allgemeiner Notruf (Polizei) 110
 - Feuerwehr 112
 - Rettungsleitstelle
 - 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

hallo **LESERREISEN**
Urlaubsreisen 2026

Schweizer Dampfbahnromantik & Seenrundfahrt
Erlebniswelt Furka-Dampfbahn und Brienzer Rothornbahn

Reisetermin 6-Tage-Reise/HP: Do. 13.08. – Di. 18.08.2026

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 5 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Parkhotel/ City Garden Hotel****Superior in Zug ✓ 5 x 3-Gang-Menü-Abendessen ✓ Inklusive Kurtaxe ✓ Geführte Stadtbesichtigung Zug ✓ Rundfahrt Zugersee & Zuger Kirschtorte ✓ Große Seenschiffahrt Zugersee ca. 2,5 Std. ✓ Besuch in der Confiserie Speck ✓ Standseilbahnfahrt Zugerberg ✓ Ausflug Furka-Dampfbahn & Rhönegletscher ✓ Rundfahrt zum Vierwaldstätter See ✓ Fahrt mit der Furka Dampfbahn von Realp nach Oberwald ✓ Aufenthalt Aussichtspunkt Belvédère am Rhönegletscher ✓ Ausflug Berner Oberland mit Brienzer Rothorn-Dampfbahn ✓ Berg- & Talfahrt Brienzer Rothorn-Dampfbahn auf das Brienzer Rothorn ab/bis Brienz am Brienzer See ✓ Panoramafahrt Sustenpass mit Fotostopp ✓ Besuch des berühmten Tell-Denkmals ✓ Ausflug nach Zürich & Maria Einsiedeln ✓ Aufenthalt in Zürich ✓ Besuch im Benediktiner Barockkloster Maria Einsiedeln

Extrakosten pro Person:
DZ zur Alleinbenutzung EZ.....€ 160
Stadtführung Zürich € 36

Faszination Gardasee & Venedig
Gartenzauber & herrliche Seenlandschaft

Reisetermin 7-Tage-Reise/HP: So. 27.09. - Sa. 03.10.2026

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 2 Zwischenübernachtungen/HP im Parkhotel Lobinger**** in Giengen/Brenz H/R
✓ 4 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Hotel Poiano Resort**** in Garda - Zimmer im Haupthaus
✓ 4 x Abendessen vom Buffet & 1 x 3-Gang-Abendessen im Hotel
✓ 5 x zum Abendessen Getränke (1/2 l Mineralwasser & 1/4 l Hauswein)
✓ Willkommensgetränk ✓ freie Außenpoolnutzung
✓ Gardaseerundfahrt mit Reiseleitung
✓ Bootsfahrt Malcesine - Limone ✓ Bootsfahrt Limone - Riva del Garda
✓ Ausflug Venedig mit Reiseleitung
✓ Bootspassage Tronchetto - Markusplatz und zurück
✓ Stadtführung Venedig ca. 2 Std. inklusive Kopfhörer

Extrakosten pro Person:
DZ zur Alleinbenutzung EZ.....€ 265
Ausflug Drei-Seen-Fahrt inklusive Mittagessen & Reiseleitung am Tag 5..... € 55
Wellnesscenter mit Hallenbad & SPA im Hotel gegen Gebühr
Kurtaxe vor Ort zahlbar!

Venetien, Venedig & Brentakanal
Museum Spezial AMO, Guggenheim & Palazzo Ducale

Reisetermin 7-Tage-Sonderreise/HP/VP: Mi. 30.09. - Di. 06.10.26

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 2 Übernachtungen H/R mit HP im Mercure Hotel Nerocubo**** in Rovereto
✓ 4 Übernachtungen mit Frühstückbuffet im B&B Hotel Chioggia Airone**** in Sottomarina ✓ 4 x Abendessen als 3-Gang-Menü im Chioggia Airone
✓ Willkommensgetränk
✓ Eintritt & Führung AMO Arena Museo Opera in Verona
✓ 2 x Schifffahrt von Sottomarina nach Venedig & zurück
✓ 2 x Touristensteuer Venedig ✓ Stadtführung in Venedig
✓ Bootsfahrt auf dem Brentakanal von Malcontenta - Stra
✓ Eintritt & Besichtigung der Villen „La Malcontenta“, „Widmann“ in Mira & „Pisani“ in Stra
✓ Mittagessen in Oragio (Pasta-Tellergericht & Salat sowie Dessert)
✓ Eintritt & Führung Peggy Guggenheim Collection & Palazza Ducale
✓ Stadtführung in Padua
✓ Tortellini-Mittagessen in Valeggio ✓ Weinprobe im Valpolicella
✓ Bettensteuer/Kurtaxe für den gesamten Aufenthalt
✓ Quietvox Gerät für Besichtigungsprogramm

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag..... € 240

BUCHUNG UND BERATUNG (Montag – Freitag 9.00 – 16.00 Uhr): Pülm Reisen GmbH // Kennwort: 3061 // Tel.: (0 53 84) 9 60 60
Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Alle Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. Veranstalter: Pülm Reisen GmbH, www.puelmreisen.de

3756401_002626

STELLENMARKT

WEITERE BERUFSFELDER

Dein Job in Hannover & Region

lokalboten.de

#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

List

Misburg

Bothfeld

Langenhagen

Südstadt

Kirchrode

Bothfeld

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)

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:

Leinhausen

Stöcken

Linden-Nord

Davenstedt

Misburg

Hainholz

Groß Buchholz

HANDWERK / GEWERBLICHE BERUFE

MINI- UND NEBENJOBS

Für unsere Kinder- & Jugendhausfamilie im Stadtteil List suchen wir einen kompetenten, kinderfreundlichen, flexiblen und gut deutschsprechenden Hausmeister (m/w/d) für Gartenarbeiten, Reparaturen, Renovierungen etc. an 2 Vormittagen pro Woche, max. 43 Std. monatlich (auf Mini-Job-Basis = 603,00 €). Kurz-Bewerbungen bitte ausschließlich nur unter: info@kinderhaus-amthor.de Für weitere Infos über uns siehe: www.kinderhaus-amthor.de

2 franz.Schüler suchen Gastfamilie 23.-27.11 gegen Aufwandsent. Info ☎ 0151/21888188

Maler sucht Arbeit, auch am Wochenende ☎ 0176/40705700

Stellengesuche

Maler sucht Arbeit. ☎0157-33254341

Achtung Stellensuchende

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

Für verlorene eingegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

IMMER MIT DABEI!

HAZ Tickets NP

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

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

Für Naturfreunde. Schönes Wochenendgrundst., im Weserbergland, am Rande von Naturpark Solling Vogler, mit solidem Gartenhaus, 500m² Eigentum, Trinkwasser u. ausreichend Solarstrom vorh., aus Altersgründen abgabefrei zu verk., KP 39.000€ VB. Näheres zu erfahren unter: 0511 52 44 29

IMMOBILIENKAUF- GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

HANDWERKER UND EHEFRAU SUCHEN 1-3 ZIMMER WOHNUNG IN HANNOVER UND UMGEBUNG VON PRIVAT ☎ 0511-51535365

GRUNDSTÜCKE

SUCHE HAUS

EFH / MFH, auch sanierungsbedürftig und älter oder zum Abreißen. ☎0176/86099868

SUCHE BAUMÖGLICHKEIT ab 400qm. Abschnitt vom Garten, Abrisshaus, 2. Reihe, Resthof, o.ä. ☎0176-15416372

MIETANGEBOTE

3 ZIMMER

Wülfel, 3 Zi.-Whg., 65m², Kü., Dusche, Balkon, 540€ KM, an ruhige Mieter ohne Tiere ☎ 0511/865224

HÄUSER

RMH in LGH zu verm., 3 Zi., Kü., Bad, Du., Bk., Terr., Gartenanteil, KM 1050€ + NK ☎ 0151 53830134

MIETGESUCHE

WOHNUNGEN

Prokuristin sucht gemütliche 2-3 Zimmer Wohnung im EG od. 1. ETG in der schönen Südstadt oder Waldheim. Wir sind ein nettes Ehepaar mit langfristig ges. Einkommen u. freuen uns über passende Angebote!

Tel. 0174 4687057

WOHNEN AUF ZEIT

Suchen Messezimmer mit U-Bahn Anbindung zur Messe (Max. Fahrzeit bis 20 Min) ☎ 01791492293

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert ☎ (0177) 8884144

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

BÜRO

Schreibtisch höhenv. elektr. höhenverstellbar, 160x80cm, grau, neu, kaum gebraucht, 120,-€ VB Tel.: 0177/4561077

GARTEN

GARTENHelfER (m/w/d) auf Minijob-Basis für die Gartenpflege in Waldhausen gesucht. Rasenmähen, Hecken-/Sträucherschnitt, allg. Pflegearbeiten. Flexible Zeiten. Interesse? ☎ 0173 6129347

Baumfällung, Pflasterarbeiten, Zaunbau, Rollrasen uvm. ☎ 0163/2107348

Gartenpfl./Heckenschn.0172 1790101

KRAFTFAHRZEUGMARKT

BEKANNTSCHAFTS- ANZEIGEN

KFZ ANGEBOTE

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / -WAGEN

REISEMARKT

REISEMARKT DEUTSCHLAND

OSTSEE

REISE / TOURISTIK

WEITERE ANGEBOTE

CUXHAVEN-DUHNEN

Kaufe Motorräder ☎ (05121) 514583

KFZ GESUCHE

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

REISEMARKT

REISEMARKT DEUTSCHLAND

OSTSEE

Grömitz Fischerstr., gemütl. FeWo für 2-3 P., Balkon, Garage, Termine frei ☎ 01 57/33 86 88 68 AB

REISE / TOURISTIK

WEITERE ANGEBOTE

CUXHAVEN-DUHNEN

gemütl. Ferienwohnung 150m zum Sand-Strand, 22.8.-12.9.+ab 19.9. frei 2x SZ, 54m², bis 4 Pers., Balkon, Tiefgaragenplatz, WLAN, 2x Fahrräder, ab 58€ pro Übernachtung Infos unter: cuxfewo.de oder ☎ 0511-799280

Suche nette Partnerin bis 78 J., bin für alles offen, gehe gern mal Essen und auf Reisen. Für mich ist Ehrlichkeit sehr wichtig, bin NR und NT, alles weitere bei einem Kaffee und nettem Gespräch ☒ D 216211

VERSCHIEDENES

Ält. Handwerker übernimmt Feuchtraum Putz, Renovierung, Anstriche ☎ 0152 16 75 01 36

Saugroboter m. Wischfunktion iRobot Roomba Combo i8+, Garantie bis 01/27, VB 150€ ☎ 0151/17017150

Ingrid, 70 J., bin eine gepflegte, sehr hübsche Frau, mit schöner weibl. Figur. Habe keine Kinder, bin völlig unabh. u. könnte auf Ihren Wunsch auch zu Ihnen ziehen. Ich bin gerne in der Natur, mag spazieren u. die Gartenarbeit. Interessiert? PV Tel. 01520-8293309

ER SUCHT SIE

Sympath. Peter, 76 J., Ingenieur im Ruhestand, verwitwet, sucht Herzensdame. Bin humorvoll, gepflegt, vielseitig int., liebe Natur, Autofahren u. schöne Spaziergänge. Wenn Sie auch nicht länger allein bleiben möchten u. sich neue Lebensfreude zu zweit wünschen, freue ich mich auf Ihren Anruf üb. PV Tel. 0162-7939564

Männl., 60 J., 1.88, mit Gebrauchsspuren, sucht eine aufgeschlossene Dame zw. 40 u. 55 für gelegentl. od. auch öftere Treffen ohne Anlaufzeit, habe Tagesfreizeit u. einen Camper für Wochenendabenteuer, ohne finanz. Int. beidseitig ☎ 0172/9301093

Er (60, ungeb., Tagesfreiz.) su. nette Dame f. Dates, Freundschaft, u. viell. Partnerschaft SMS 0160 65 47 573

Er sucht Sie zwischen 50-60 Jahre für eine feste Beziehung. 0152-07143712

Er Mitte 60 su. liebe Sie. ☒ D 212171

ZEIG DEIN HERZ FÜR SCHWEINE UND WERD VEGAN.

WWW.DASLEBENEINSSCHWEINES.DE

DEUTSCHER TIERSCHUTZBUND E.V.

EINER FÜR ALLES!

Gutscheine Tickets NP

Ticketgutscheine gib't hier: haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Großer Sommerankauf!!!

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

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Fliesenleger + Badsanierung ☎ 0160/97739654

HOBBY UND FREIZEIT

Modellbahner suchen Eisenbahn & Zubehör. Anlage oder Sammlung. Auch Modellfahrzeuge usw. 0175-777 44 99

Ankauf Modelleisenbahn alle Spuren ☎ 0151 1795 7706

Dienstleistungen

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

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

Dachsanieierung frei, Garage, Carport, Dachrinnen, Isolierungen, Reparatur, Fassaden/Verkleidung(0157) 33370799

Tapezieren/streichen, Termine frei! Fa.Hasani 05112281020, 01775874281

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

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

Gartenarbeiten und Entsorgung aller Art. 30% Rabatt ☎ (01 51) 64 34 69 48

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369 Haushaltsauflösung mit Wertanrechnung

Dach: Kleinflick & Rinne ☎44497279

Gartenpflege inkl Ents.017641467766

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

Gartenpflege zum FP 0163/7709224

Entrümp. & Kleintrans. (0163)9134970

hallo wochenende

erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

MADSACK Medien Hannover GmbH & Co. KG

August-Madsack-Straße 1 30559 Hannover

www.wochenblaetter.de

E-Mail: info@wochenblaetter.de

Redaktionsleitung: Thorsten Schirmer

E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

Redaktionskoordination: Christian Kaufer

hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

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

Verantwortlich für den Anzeigenteil: Patrick Bludau

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

Druck: Druckzentrum Niedersachsen Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

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 aufgebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Erscheinungsweise: wöchentlich sonnabends, Es gilt die Preisinformation Nr. 85 ab 01.01.2026

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

Galaxy Tab A11+ für nur 1 € sichern!

Mit NP Digital verlässlich informiert bleiben.

Tablet für 1 € statt 197 € +100 € geschenkt

Mehr Informationen auf abo.Neuepresse.de/jetztstarten 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

Umweltschutz? BRINGEN WIR VORAN.

Mach es wie Bianca und Bjarne. Mach mit. Für uns alle. www.duh.de/50jahre

Deutsche Umwelthilfe

50 Jahre Wir setzen Umweltschutz durch

DZI Spenden-Siegel

Die Wildnis auf dem Balkon

Freie Bahn für Flora und Fauna: Das ist das Motto beim **REWILDING**, das mit vielen Formen und Farben ein gesundes Ökosystem mitten in der Stadt schafft. Ganz ohne ständige Kontrolle.

Wildnis auf dem Balkon? Beim sogenannten Rewilding ist das gewollt: Flora und Fauna dürfen sich frei entfalten und eine Vielfalt an Formen und Farben hervorbringen. Die Pflanzflächen werden dabei nicht achtlos sich selbst überlassen, sondern gezielt als „Mini-Wildnis“ gestaltet. Mit heimischen Sorten, abwechslungsreichen Strukturen und bewusst reduzierter Pflege entsteht ein lebendiges Ökosystem, das Insekten anzieht und ein Stück Natur zurück in die Stadt holt.

Rewilding – also das „Wieder- verwildern“ von Landschaften – ist ein innovatives Konzept aus dem Naturschutz. Indem großflächige Naturräume wie das Oderdelta an der deutsch-polnischen Grenze gezielt weniger menschlichen Eingriffen unterliegen, erhält die Natur demnach die Möglichkeit, geschädigte Ökosysteme selbst zu regenerieren und wildere, widerstandsfähigere Lebensräume zu entwickeln.

Was auf großen Flächen zu einer reichen Artenvielfalt von Pflanzen und Wildtieren wie Bisons und Wölfen führt, funktioniert auch im Kleinen – und leistet insbesondere in urbanen Räumen einen wichtigen Beitrag zur Biodiversität: Schon kleine Blühflächen bieten Nahrung und Unterschlupf für zahlreiche Insekten. So wirkt der Balkon dem stillen Artensterben dieser oft übersehenen Tiergruppe entgegen, die für gesunde Ökosysteme unverzichtbar ist.

Die Grundlage für erfolgreiches Rewilding auf dem Balkon ist die richtige Pflanzenauswahl. Heimische Wildblumen wie Kornblume, Natternkopf und Wilde Möhre sind robuster als viele exotische Zuchtformen und ökologisch deutlich wertvoller. Ergänzt durch Gräser und Kräuter wie Thymian, Salbei und Ore-



Bewusste Gestaltung: Rewilding bedeutet nicht Unordnung. Mit der richtigen Balance aus Eingreifen und Zulassen entsteht eine eigenständige und sehr lebendige Ästhetik.
Foto: IMAGO/Westend61

gano entsteht eine Fläche, die duftet, blüht und lebt. Entscheidend ist die Mischung: Unterschiedliche Wuchshöhen, Farben und Blühzeiten sorgen über

Die Natur erhält die Möglichkeit, geschädigte Ökosysteme selbst zu regenerieren und widerstandsfähigere Lebensräume zu entwickeln.

Monate hinweg für ein kontinuierliches Nahrungsangebot und

schaffen vielfältige, stabile Lebensräume, die zugleich eine lebendige Ästhetik entfalten.

Neben der Pflanzenvielfalt spielt die Struktur eine zentrale Rolle. Sie ermöglicht es, selbst auf engem Raum vielfältige Mikrohabitate zu schaffen: Rankhilfen, hängende Gefäße und Kletterpflanzen erweitern den Lebensraum um zusätzliche Ebenen. Eine flache Wasserschale dient als Trinkstelle für Insekten und Vögel, Totholz wie Äste oder Holzstücke bietet Verstecke, und eine Sandschale kann Wildbienen als Nistplatz dienen. Diese Elemente erhöhen die ökologische Vielfalt und verleihen dem Balkon Tiefe und Lebendigkeit.

Kerngedanke des Rewilding ist der Verzicht auf ständige Kontrolle. Auf dem Balkon bedeutet das: Verblühte Pflanzen

bleiben stehen und liefern Samen für Vögel und die nächste Saison. Laub und Pflanzenreste werden nicht sofort entfernt, sondern dienen als Mulch. Statt



Ergänzung im Balkonbeet: Kräuter wie Thymian und Salbei lassen es zwischen Kornblume und Natternkopf blühen – und locken ebenso Bienen und andere Insekten an.
Foto: IMAGO/Zoonar.com/Peter Himmelhuber

chemischer Dünger sorgen Kompost und organische Jauchen für ein stabiles Gleichgewicht. Das entlastet zugleich die Pflege: weniger Gießen, weni-

ger Rückschnitt, mehr Selbst- aussaat.

Rewilding bedeutet jedoch keineswegs Unordnung, sondern eine bewusste Gestaltung.

Rückzugsorte für Mensch und Tier.

Wer mit Rewilding auf dem Balkon beginnen möchte, kann so vorgehen:



Sicher gestalten: Trinkschale für Insekten Foto: IMAGO/F. Hecker

Mit der richtigen Balance aus Eingreifen und Zulassen entsteht eine eigenständige Ästhetik: Samenstände, Gräser und verblühte Pflanzen geben Struktur, während natürliche Materialien wie Holz, Ton oder Stein den organischen Charakter unterstreichen. Dichtere Bereiche wechseln sich mit offenen Flächen ab, die auch Raum für die menschliche Nutzung lassen. So wirkt der Balkon lebendig und verändert sich im Laufe der Jahreszeiten, ohne ungepflegt zu erscheinen.

Ein einzelner Balkon mag klein und unscheinbar wirken, doch viele naturnah gestaltete Oasen entfalten gemeinsam große Wirkung. Als Netzwerk aus Mikro-Lebensräumen – sogenannten Trittsteinbiotopen – bieten sie Insekten wichtige Zwischenstationen. Gerade in dicht bebauten Quartieren tragen solche grünen Lebensinseln dazu bei, das Überleben einzelner Arten zu sichern; zugleich verbessern sie das Mikroklima, spenden Schatten und schaffen wohlthuende Abkühlung. So entstehen mitten in der Stadt wertvolle

► Setzen Sie auf heimische Pflanzen und regionale Saatgutmischungen.
► Kombinieren Sie Blühpflanzen mit Kräutern und strukturgebenden Gräsern.
► Schaffen Sie mindestens eine Wasserquelle.
► Lassen Sie Bereiche bewusst wachsen – nicht alles muss ständig gepflegt werden.
► Beobachten Sie die Entwicklung und passen Sie nur gezielt an.

Besonders eignen sich für das Rewilding heimische Wildstauden und Kräuter, die trockenheitsverträglich, insektenfreundlich und langlebig sind: zum Beispiel Wiesensalbei, Hornklee, Skabiosen-Flockenblume, Heidenelke, Wilde Möhre, Akelei, Glockenblume, Lungenkraut, Bärlauch sowie mediterrane Kräuter wie Thymian, Salbei und Oregano.

Eine Mischung aus mehrjährigen und sich selbst versamen- den einjährigen Sorten sorgt dafür, dass der Balkon langfristig begrünt bleibt und sich pflegeleicht immer wieder neu entwickelt.

So helfen Sie Tieren im Sommer

Hitze und Trockenheit machen heimischen Insekten und Vögeln zu schaffen. Mit einfachen Mitteln kann man sie unterstützen.

Lange Tage, laue Abende und viel Zeit im Freien: Der Sommer lädt dazu ein, Garten, Balkon und Natur zu genießen. Auch viele Wildtiere sind jetzt aktiv und lassen sich mit etwas Aufmerksamkeit und Rücksicht unterstützen.

„Auch Wildtiere haben an heißen Tagen Durst“, sagt Jennifer Calvi von der Deutschen Wildtierstiftung. Einfach, aber effektiv seien flache Wasserschalen im Garten und auf dem Balkon. Ein Stein oder ein Stock in der Schale diene Vögeln und Insekten als Landeplatz; sie fliegen auch an höher gelegene Tränken. „Andere Gartentiere wie Igel, Eichhörnchen und Mäuse brauchen hingegen Wasserstellen auf dem Boden“, so Calvi. Wichtig sei, das Wasser

täglich zu wechseln, damit sich keine Krankheitserreger ansammeln.

Bei sommerlicher Hitze bevorzugen auch Wildtiere Schatten und Rückzugsorte. Dichte Sträucher, Totholzhecken, Laub- und Reisighaufen, ungemähte Ecken mit hohen Gräsern, Kleeflächen und Wildkräutern bieten Abkühlung. Zudem sind im Sommer viele Vogelarten auf die Samen von Wildkräutern sowie auf Insekten angewiesen. „Gräser und Stauden sollten möglichst ungestört wachsen, blühen und Samen ausbilden können“, betont die Expertin. Singvögeln bietet man mit frischen Mehlwürmern aus dem Tierfutterhandel eine gute Nahrungsquelle. Calvi hat noch einen Tipp, wie man Tiere nicht gefährdet: Um

sie vor dem Ertrinken zu bewahren, sollten Regentonnen und Teiche mit Deckeln oder Netzen abgedeckt werden. Zudem können sich Tiere, die versehentlich ins Wasser gefallen sind, mit einfachen Ausstiegshilfen, etwa Ästen, retten.

Der Rasen sollte bei Trockenheit möglichst selten oder gar nicht gemäht werden. Im hohen Gras können sich kleinere Wildtiere wie Insekten und Käfer vor der Sonne schützen und Kühlung finden. Wenn gemäht wird, unbedingt die Bereiche unter Hecken aussparen, denn hier haben Igel häufig ihre Tagesverstecke. Und nicht in der Dämmerung oder nachts mähen – denn das ist die Zeit, wo es abkühlt und viele Wildtiere wie Igel und Kröten auf Nahrungssuche gehen.

Wer hingegen im Wald Abkühlung sucht, sollte immer auf den offiziellen Wegen bleiben. Wildtiere seien im Hitzestress, betont Calvi: Sie möchten sich jetzt so wenig wie möglich bewegen. Wer durch das Dickicht streift, scheucht im Zweifel Fuchs, Reh und Rothirsch auf – die Tiere flüchten und verbrauchen Energie, die sie jetzt sparen müssten. Und: „Am See bitte die Uferbereiche meiden, denn im Schilf verbergen sich meist Ente, Gänse und andere Wasservögel im Ruhemodus.“ Generell sollten Hunde angeleint werden.

Badespaß im Garten: Auch Vögel freuen sich im Sommer über eine Möglichkeit zur Abkühlung. Foto: Waltraud Grubitzsch



HAZ

NP

So., 26. Juli

Juliano Rossi und Lutz Krajenski

Swingklassiker der 50er- und 60er-Jahre

Sa., 25. Juli

Big Band Berenbostel

Swing, Funk und Modern Jazz

Do., 30. Juli

DUEJA

Electropop in Schwarz und Pink

Mo., 3. August

Soul Control

Funkige Grooves und tanzbare Hits

23. – 26. Juli

DIE FINALS 2026

HANNOVER

Alle Veranstaltungen finden auf der HAZ- und NP-Bühne am östlichen Nordufer statt.

unterstützt von: **enercity** positive energie **ROSSMANN** Mein Drogeriemarkt

Hier gehts zum Programm

19897801_002626