

10407601 002625

10196801 002624



# Jan Haller dreht jetzt ein größeres Rad

Der United-Spieler wird **BUNDESTRAINER** / Barsinghäuser beendet seine aktive Karriere

In Gedanken hatte sich Jan Haller nach den Paralympics schon vom Nationalteam verabschiedet. Die Rollstuhlbasketballer hatten Bronze gewonnen in Paris, es war ein großer und etwas überraschender Erfolg. Der Kapitän Deutschlands ging anschließend noch einmal in sich und trat nach mehr als 300 Länderspielen zurück. Nun stößt er schneller wieder zur Mannschaft, als er selbst gehnt hatte. Der 37-jährige Erstligaspieler von Hannover United wird Bundestrainer, er beendet seine aktive Laufbahn. „Ich freue mich riesig, es ist eine große Ehre. Und mir ist klar, dass das ein anderes Leben wird“, sagt der Barsinghäuser. Am 1. Juni tritt er sein Amt an.

Seinen Trainerschein machte Haller vor zwei Jahren, weil er gern in diesem intensiven Sport bleiben wollte. Dann kam nach Olympia schnell etwas ins Rollen: Erst trat Michael Engel als Chefcoach zurück, der sich auf diesem Posten nicht geschont hatte. Und alsbald zeichnete sich ab, dass weder die Co-Trainer

Sebastian Wolk noch United-Coach Martin Kluck zur Verfügung stehen. „Es wäre für mich logisch gewesen, ihnen das Zepter in die Hand zu geben“, so Haller. Daher bewarb er sich selbst, machte davon auch bei United kein Geheimnis. „Ich wollte Transparenz. Und hätte es nicht geklappt, hätte ich gern noch bis ein bis zwei Jahre für United gespielt“, betont Haller.

Zugleich war dem großen Fan von Hannover 96 klar, dass er die Chance ergreifen würde, wenn er sie bekäme: „Das musste ich tun, so etwas kommt nicht alle Tage.“ United-Coach Kluck freut die Entscheidung: „Das macht für mich total Sinn. Was das Trainerdasein angeht, wird sich Jan mit seiner Empathie da schnell reinfinden.“ Haller kennt alle und haben großen Rückhalt. Kluck wird Co-Trainer des Nationalteams bleiben, er hatte aus familiären Gründen auf eine Bewerbung verzichtet.

„Es schreien jetzt aber sicher auch nicht alle Hurra. Immerhin hab ich als Trainer keine Erfahrung“, räumt Haller ein. Die Ent-

scheidung des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) findet er insofern mutig. Auf der anderen Seite kennt sich der Routinier bestens aus: Bei vier Paralympics, drei Weltmeisterschaften und sieben Europameisterschaften (zweimal Bronze, einmal Silber) war er am Start. Fünf Meistertitel holte er mit dem RSV Lahn-Dill, seinem früheren Verein.

Basketball prägte Hallers Leben, seit er 13 Jahre alt war. Damals war er Zuschauer eines Spiels von Dirk Nowitzki in der Nationalmannschaft. Haller probierte das aus: Zunächst bekam der in Gehrden geborene und damals in Bonn wohnende Mann mit einer seltenen Fehlbildung des unteren Rumpfes den Ball aber gar nicht bis zum Korb. Lange ist das her. Inzwischen hat Haller viel bewegt und mit auf den Weg gebracht, auch in Hannover.

Erstes großes Ziel ist die EM im Oktober in Sarajevo, dort geht es zugleich um das WM-Ticket. Bis dahin will sich Haller noch voll für United reinhängen. Die

Pokal-Endrunde hat Hannover schon erreicht, die Titel-Play-offs sind nah. „Ich bereite mich aber gedanklich schon auf die neue Position vor“, betont Haller. Er wird dann viel unterwegs sein und sich die Partien der Bundesliga anschauen.

Wenn Zeit bleibt, wird es den gelernten Bürokaufmann (mit Sportmanagement-Studium) und Freundin Doro wie gehabt in den nahen Deister ziehen. Gemeinsam ist das Paar sie oft mit Hund Rudi (Australian Shepherd) unterwegs. Lebensmittelpunkt des angehenden Bundestrainers bleibt also Hannover. Und wie sein Verein den nun anstehenden Umbruch bewältigt, wird Jan Haller genau beobachten: „Ich trage United schließlich im Herzen.“

**Abgeklatscht: Jan Haller (rechts) und sein Teamkollege Jan Sadler bei den Paralympics in Paris.**  
Foto: IMAGO/BEAUTIFUL SPORTS/Wunderl



Am 20. März auf der Bühne: NP-Chefredakteur Carsten Bergmann (rechts) und 96-Reporter Dirk Tietenberg sowie Julian Börner sprechen mit Hendrik Weydandt und Alexander Kiene.  
Foto: Tim Schaarschmidt

## Neustart für den NP-Anstoß

Talk bekommt neue Gesichter. Gewinnen Sie Tickets für die Premiere am 20. März.

Fußball spielen ist klasse, Fußball schauen noch besser, und über Fußball reden ist doch das Beste! Und genau das machen wir beim NP-Anstoß, dem Fußballtalk der Neuen Presse. Am 20. März erfinden wir uns ein Stück weit neu. Nach 170 Ausgaben bekommt das Format gleich mehrere neue Gesichter. Der Kern, die Liebe zum schönsten Sport der Welt, bleibt aber natürlich erhalten.

Geballtes Fußball-Fachwissen, beste Unterhaltung und Anekdoten aus der Kabine – der NP-Anstoß mit dem Tiete und dem Börner erfindet sich neu. In jeder Ausgabe geht es um ein besonderes Titelthema. Neues und Hintergründiges zu Hannover 96 wird es natürlich auch weiterhin geben. NP-Redakteur und Fußballtrainer Dirk Tietenberg bringt mit Ex-Profi Julian Börner das nötige Expertenwissen mit. Die Moderation des NP-Anstoßes übernimmt NP-Chefredakteur Carsten Bergmann. Zur Premiere am 20. März um 18 Uhr in der Alten Druckerei wird außerdem der frühere 96-Märchenstürmer Hendrik Weydandt zu Gast sein. Einmal Profi und zurück – wir sprechen über die Karriere nach der Karriere.

Alexander Kiene, erfahrener Fußballlehrer zuletzt beim KSV Hessen Kassel, Einblicke in die Strategien und Ansichten der Trainer geben. Er erklärt Spielszenen und decodiert die 96-Gegner auf dem Weg ins Saisonfinale der 2. Bundesliga. Fest steht: Wir haben uns noch einige weitere Überraschungen überlegt.

Wir freuen uns sehr, dass der Versicherungsgigant HDI mit der Generalvertretung von Kai-Kurt Jägemann und der Hauptvertretung von Oliver Ortmann unser Hauptsponsor bleibt. Flankiert wird das Unternehmen von der Gilde-Brauerei, Hallo Taxi 3811, Gesundheitstechnik Carl Oettinger, Gerüstbau Samiez aus Ronnenberg und Kulzi's Schnitzel-Paradies, Quick Reifendiscount und der Braunholz Metallbau

GmbH. Karten für den NP-Anstoß reloaded am 20. März mit freien Getränken und Pausenimbiss in der Alten Druckerei gibt es nicht zu kaufen, Sie können aber kostenlos dabei sein.

**Wir verlosen 30-mal zwei Karten. Scannen Sie den QR-Code und machen Sie mit.**



– Anzeige –

### Die Malermeister – Zwei Generationenbetrieb

# Winterzeit

Ab Mitte November begeben sich die Maler in den Innenbereich für sämtliche Malerarbeiten. Büros, Treppenhäuser, Wohnungen und private Wohnobjekte jeder Größe werden dann vorrangig in der kalten Jahreszeit fachgerecht von uns verschönert.

Maler- und Tapezierarbeiten, Lackierarbeiten, Fußbodenverlegung mit Teppich, PVC, Designböden, sowie Trockenbau, Putzarbeiten und Innendämmung werden mit ausgeführt. Zudem bieten wir Komplettsanierungen mit allen Gewerken rund um's Haus an. Für die Renovierung in Ihrem möblierten Heim werden die Inventargegenstände zusammengestellt, geschützt, auch demontiert und montiert.

Achim Weise und Karoline Weise  
die Malermeister

**Moderne Wohnraumgestaltung  
Fassadenbeschichtung  
Fußbodenverlegung  
Vollwärmeschutz  
Innendämmung  
Altbaurenovierung  
Tapezierarbeiten  
Trockenbau**  
**Büro:**  
Gertserts Weg 33  
30629 Hannover  
Tel. (0511) 586 50 06  
Fax (0511) 586 50 07

**Werkstatt:**  
Berckhusenstr. 125  
30625 Hannover  
Tel. (0511) 549 04 45  
Mobil (0172) 544 36 30  
E-Mail: Achim.Weise@t-online.de  
Internet:  
www.maler-misburg.de

## Elf Minuten Meisterschaft

Wie ein verschollener Film zum Titelgewinn von Hannover 96 im Jahr 1954 wieder auftauchte

Als Fan von Hannover 96 ist Jannis Busse emotionale Ausschläge in beide Richtungen gewohnt. Aber dieses Angebot hat ihn dann doch richtig elektrisiert. „Wir waren absolut on fire“, sagt er über sich und Christoph Lahner. Beide betreuen seit drei Jahren ehrenamtlich das 96-Archiv, sind Angebote von 96-Devotionalien gewohnt, und ein elfminütiger Film über ein Fußballspiel ist an sich noch keine Sensation. Wenn es dabei aber um das Endspiel zur deutschen Meisterschaft im Jahr 1954 geht, sieht die Sache anders aus. Vor allem, weil es sonst kaum Material von dieser Begegnung zwischen Hannover 96 und dem mit Nationalspielern und späteren Weltmeistern gespickten Favoriten 1. FC Kaiserslautern gibt. Die Niedersachsen siegten am Ende klar mit 5:1.

Das Spiel am 23. Mai 1954 im Hamburger Volksparkstadion war von Kameras mitgefilmt worden, bis auf ein paar „Wochenschau“-Schnipsel galt das Material aber als verschollen. Und nun stand da eine Filmrolle zum Verkauf. „Der Verkäufer, ein Filmsammler, hatte den Verein angeschrieben und den Film über Ebay zum Verkauf angeboten. Woher er die Rolle hatte, wissen wir bis heute nicht. Aber das Angebot lief in der gleichen Nacht aus. Ich bin also direkt vorm Computer aufgeregt sitzen geblieben und habe den Film von meinem Privataccount ersteigert.“ Der Kaufpreis habe sich im dreistelligen Bereich be-

wegt, sagt Busse, und das Risiko sei bei einer solchen Rarität überschaubar gewesen. „Wir konnten maximal Geld verlieren, aber sehr viel gewinnen.“ Tatsächlich kam die schwere Filmrolle dann wenig später in Hannover an – und ging direkt weiter zu einer Firma nach Berlin, die das Material digitalisierte. Erst dann konnten Busse und Lahner die Aufnahmen begutachten und waren vom Inhalt so begeistert wie von der Qualität der Aufnahmen.

In dem Zusammenschnitt, den die Shell AG erstellt habe „mit einem gewissen zeitlichen Abstand und wohl zu Werbezwecken“, wie Lahner vermutet, sind nicht nur Spielszenen zu sehen, sondern auch die für die damalige Zeit typischen Schwenks über das Stadion und auf das Publikum, das in 20.000er-Stärke aus Hannover angereist war. „Das ist es, was den Film noch mal spannend macht“, sagt Lahner.

Das Ergebnis auf dem Platz ist hinlänglich bekannt – wie auch die Tatsache, dass Bundestrainer Sepp Herberger zur anschließenden Weltmeisterschaft keinen Hannoveraner mit in die Schweiz nahm, aber reihenweise Spieler der Besiegten aus Kaiserslautern um Kapitän Fritz Walter.

Für einen, der damals nicht nur dabei war, sondern in kurzer Hose auf dem Feld stand, war der Film ein ganz besonderes Wiedererleben. Rolf Gehrcke, einziger noch lebender Spieler des damaligen Meisterteams, hat eine Exklusivvorführung zu Hause bekommen – und war ge-

blickt, das in 20.000er-Stärke aus Hannover angereist war. „Das ist es, was den Film noch mal spannend macht“, sagt Lahner.

Das Ergebnis auf dem Platz ist hinlänglich bekannt – wie auch die Tatsache, dass Bundestrainer Sepp Herberger zur anschließenden Weltmeisterschaft keinen Hannoveraner mit in die Schweiz nahm, aber reihenweise Spieler der Besiegten aus Kaiserslautern um Kapitän Fritz Walter.

Für einen, der damals nicht nur dabei war, sondern in kurzer Hose auf dem Feld stand, war der Film ein ganz besonderes Wiedererleben. Rolf Gehrcke, einziger noch lebender Spieler des damaligen Meisterteams, hat eine Exklusivvorführung zu Hause bekommen – und war ge-

rührt. Der mittlerweile 94-Jährige habe „dann noch ein paar Anekdoten erzählt“ und so gut 70 Jahre alte Fußballgeschichte sehr präsent gemacht.

Busse und Lahner haben diesen Besuch bei Gehrcke festgehalten – sie haben mit Fans gesprochen, die damals im Stadion waren, mit der Witwe, der Tochter und der Enkelin des 2018 verstorbenen Hannes Tkotz, der damals den 96-Torreigen in Hamburg eröffnet hatte – und sie haben private Fotos vom Empfang der Meistertruppe in Hannover erhalten.

Am 31. März um 18 Uhr werden die 96-Archivare diese Aufnahmen, den Gehrcke-Besuch und natürlich die neuen elf Minuten im Anzeiger-Hochhaus zeigen, weitere Infos rund um das Endspiel 1954 geben und Fragen beantworten.

**Die Karten werden verlost, wer dabei sein will, kann das unter <https://aktion.haz.de/haznp/angebot/96filmabend-haznp> tun oder mit dem untenstehenden QR-Code.**



Film über das Endspiel zur Deutschen Fußballmeisterschaft 1954 Hannover 96 gegen den 1. FC Kaiserslautern  
Foto: Hannover 96



# Lichtblick für Krebspatienten

In fünf bis zehn Jahren könnte ein Wirkstoff auf dem Markt sein, der eine Metastasierung von Tumorzellen verhindert. **ZWEI MHH-FORSCHER ERLÄUTERN IM INTERVIEW**, warum die Hoffnung nach ihrer Entdeckung groß ist – und wie es weitergeht.

**HANNOVER.** Ein MHH-Forschungsteam um Professor Georgios Tsiavaliaris, Leiter der Arbeitsgruppe Zelluläre Biophysik am Institut für Biophysikalische Chemie der Medizinischen Hochschule (MHH), legt Tumorzellen mit synthetischen Substanzen lahm und verhindert die Wanderung und Anheftung an andere Zellen. Dieser Eingriff lässt sich nutzen, um die Bildung von Metastasen zu verhindern. Prof. Tsiavaliaris und Doktorandin Despoina Kyriazi geben Einblicke in den komplexen Weg zu den vielversprechenden Forschungsergebnissen.

**Herr Prof. Tsiavaliaris, Frau Kyriazi, gibt es Hoffnung für Krebskranke durch diesen Wirkstoff gegen Metastasenbildung?**

**Prof. Tsiavaliaris:** Die Ergebnisse sind schon sehr vielversprechend. Wichtig ist, dass wir nicht nur einen Wirkstoff auf isolierten Zellen entwickeln, sondern auch das Zielprotein identifizieren und den Wirkmechanismus weitgehend entschlüsseln konnten. Der Wirkstoff entfaltet seine Effektivität, indem er Signalwege beeinflusst, die die Bewegung von Zellen steuern sowie die Zellteilung und das Wachstum regulieren. Alle Experimente weisen darauf hin. Und das bedeutet, selbst wenn die chemische Substanz nicht so greift, wie wir hoffen, können wir sie auf der ermittelten Basis zielführend verändern. Wir optimieren bereits die Selektivität und Wirksamkeit und verfügen zudem über weitere potenzielle Wirkstoffe.

**Was genau kann der Wirkstoff bewirken?**



Haben einen Wirkstoff entdeckt, der Tumorzellen an der Bildung von Metastasen hindert: Professor Dr. Georgios Tsiavaliaris und Doktorandin Despoina Kyriazi. Foto: Karin Kaiser

**Tsiavaliaris:** Er greift die Signalwege an, auf denen sich von einem Verband gelöste Tumorzellen gewissermaßen auf den Weg machen, um woanders, auch an Organen, erneut anzudocken. Zellen fühlen sich grundsätzlich in Gesellschaft wohl. Solche Signalwege werden intensiv erforscht, da sie einen vielversprechenden Ansatz zur Bekämpfung der Krebsmetastasierung darstellen. Wir haben jetzt einen wichtigen Kontrollpunkt ausgemacht. Das ist das Neue, daher ist die Hoffnung groß, dass dies die Grundlage für wegweisende präklinische Studien sein kann. Denn wir können noch nichts sagen über die Wirksamkeit im lebenden Organismus oder ob es zu Resistenzen kommt, also der Krebs trotz der Behandlung mit dem Medikament nicht mehr darauf an-

spricht oder dass das Medikament seine Wirksamkeit verliert.

**Wie geht es nun weiter?**

**Tsiavaliaris:** Wir beginnen jetzt mit Tumormodellen in der Maus, das bedeutet, wir testen die tumorhemmende Wirkung im Nagermodell. **Despoina Kyriazi:** Die Hürden für Tierexperimente sind in Deutschland allerdings extrem hoch, daher ist eine Umsetzung langwierig. Deshalb weichen wir bei diesen Versuchen auf Länder außerhalb Europas aus. Beispielsweise relevanten Forschungen bemühen wir uns, möglichst keine Zeit zu verlieren. Nur durch diese Art von Experimenten kann die Sicherheit und Wirksamkeit von Wirkstoffen überprüft werden.

**Von welchem Zeitfaktor ist denn auszugehen? Und was**

**würden Erfolge in den Tiermodellen bedeuten?**

**Tsiavaliaris:** Mit Genehmigung von Tierversuchen würden wir vermutlich in rund einem Jahr und damit relativ schnell feststellen können, ob wir auf dem richtigen Weg sind. Und dann wäre der Weg offen für umfangreiche präklinische Studien – mit denen auch das allgemeine Interesse an der Forschung stark wachsen dürfte und wir das nicht nur finanziell alleine stemmen müssten. Unternehmen, die über eine Infrastruktur und den entsprechenden Standards für diese Studien verfügen, wären dann involviert. Mit den Ergebnissen dieser weiteren Studien wäre dann klar, ob klinische Studien, also Tests am Menschen, möglich und auch zu verantworten sind. **Kyriazi:** Wir sind ziemlich zuver-

sichtlich, dass sich der Wirkstoff im Tiermodell bestätigt. Wir können im Übrigen auch auf unsere eigene Grundlagenforschung zurückgreifen und haben umfassendes Wissen über die Zielproteine, die Zellen zur Metastasierung bringen.

**Bestand Ihr Forschungsansatz darin, mit einer Substanz die Signalwege für eine Metastasenbildung zu blockieren?**

**Tsiavaliaris:** Wir sind natürlich Hypothesen getrieben, auf viele beantwortete Fragen folgen neue Fragen, die beantwortet werden wollen. In diesem Fall hat uns ein anderes Experiment auf die Fährte geführt. Und plötzlich wiesen alle Experimente auf denselben Wirkmechanismus hin.

**Wenn diese Entwicklung ein Durchbruch in der Krebstherapie sein könnte, wann dürfen Betroffene denn mit einer Zulassung des Medikaments, mit einer konkreten Therapie rechnen?**

**Tsiavaliaris:** Erfolgreiche Tierversuche dürften den Durchbruch darstellen. Danach sind fünf bis zehn Jahre realistisch, bis ein Wirkstoff einsetzbar wäre. Wir forschen natürlich weiter, auch zu den Zielproteinen der Tumorgenese. Denn auch die Mechanismen für eine Tumorentstehung sind ein wichtiger Aspekt. **Kyriazi:** Es ist ein Zeitfenster, das sich aber auch verdoppeln kann.

**Sind Unterstützer bereits in Sicht?**

**Tsiavaliaris:** Interne Kooperationen mit etwa dem Comprehensive Cancer Center (CCC) der MHH bestehen bereits. Unsere Forschungsaktivitäten

zielen darauf ab, einen neuen therapeutischen Ansatz zur Bekämpfung von invasiven und metastasierenden Krebsformen zu entwickeln. Wir brauchen natürlich Drittmittel, neben Stiftungen, die bereits Interesse gezeigt haben. Wir müssen schauen, ob Investitionen gemacht werden, die den Prozess ab jetzt vorantreiben können. Eine Ausgründung an der Uni zur Krebsforschung wäre natürlich spannend. Und auch der Patentschutz bietet interessantes Zukunftspotenzial. In jedem Fall können wir mit unseren Erkenntnissen die Krebstherapie stark erweitern. Wenn wir die Mechanismen der Zielproteine wirklich verstanden haben, die in eine Krebsform eingreifen,

kann es auch den richtigen Wirkstoff für bestimmte Krebsarten geben. Grundsätzlich wollen wir aber zunächst das Festsetzen von Tumorzellen und das Wandern unterbinden.

**Im optimalen Fall wäre das Thema Metastasierung dadurch erledigt?**

**Kyriazi:** Auch wenn es erst mal funktioniert, wir wissen dann noch nicht, was passiert, wenn der Wirkstoff wieder weg ist. Es liegt in jedem Fall noch eine Menge Arbeit vor uns. Aber die Hoffnung ist berechtigt.

**Tsiavaliaris:** Das Projekt wird mich in meiner Arbeit definitiv noch lange weiter begleiten. Die Ergebnisse stimmen zuversichtlich.

### Lammkeule

aus Neuseeland, vorgegart  
mit Kartoffelgratin und  
Dattel-Rosmarinsauce

für ca. 5-6 Personen **59,99**

**IM OFFEN FERTIG GAREN**

**3 TAGE IM VORAUS BESTELLEN!**

**% SONDERANGEBOTE %**

**gültig vom 17.03. – 22.03.2025**

<b>Schweineschnitzel</b> Oberschale	-100g <b>0,89</b>
<b>Schinken-Krustenbraten</b>	-100g <b>0,89</b>
<b>Hubertus-Pfanne</b> Strohschwein	-100g <b>0,99</b>
<b>BBQ-Rippchen</b> mariniert	-100g <b>1,29</b>
<b>Schinkengriller o. Käse-Schinkengriller</b> 5 x 75g (kg 18,64)	-Pkg. <b>6,99</b>
<b>Sauerkraut</b> fertig gekocht (kg 6,66)	-500g <b>3,33</b>

**weitere Angebote finden Sie unter [www.wurst-basar.de](http://www.wurst-basar.de)**

### Rigid-Vinyl

**Dekor Honigeiche (30032019)**

- 4,5 mm Stärke |
- Nutzschicht: 0,3 mm | NK 31
- Integrierte Dämmung
- Natürlicher Look, der beeindruckt
- Strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Unser Verkaufspreis, €/m²: **34,99**

**Fußleisten** **5,41**

**Alles zusammen:** **40,40**

**Unser Preis:** **34,99**

Sie zahlen nur €/m²

**16,99**

### Rigid-Vinyl

**Dekor Summit Eiche honig (100031515)**

- 5,5 mm Stärke |
- Nutzschicht: 0,4 mm | NK 32
- Integrierte Korkdämmung
- Warme und natürliche Eichentöne
- Außerst strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Unser Verkaufspreis, €/m²: **36,99**

**Fußleisten** **5,41**

**Alles zusammen:** **42,40**

**Unser Preis:** **36,99**

Sie zahlen nur €/m²

**27,99**

### Rigid-Vinyl

**Dekor Norwich (5812)**

- 5,5 mm Stärke |
- Nutzschicht: 0,55 mm | NK 33
- Integrierte Korkdämmung
- Breitdielen mit harm. Flächenbild
- Außerst strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Unser Verkaufspreis, €/m²: **37,99**

**Fußleisten** **5,41**

**Alles zusammen:** **43,40**

**Unser Preis:** **37,99**

Sie zahlen nur €/m²

**32,99**

Wärmt deine Füße. Schont dein Budget.

# Vinylböden

bis zu **50% günstiger!\***

**Fußwarm. Feuchtraumgeeignet. Robust.**

\*nur auf ausgewählte Böden bis zum 26.03.2025 bzw. nur solange Vorrat reicht und nur bei sofortiger Mitnahme. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Eine Rabattierung bereits getätigter Aufträge ist nicht möglich.

Unser Verkaufspreis, €/m²: **27,99**

**Fußleiste** passend, unser Preis €/lfm. **5,41**

**Alles zusammen:** **33,40**

**Unser Preis:** **27,99**

### Rigid-Vinyl (5254)

**Dekor Kamea grey**

- 5 mm Stärke | Nutzschicht: 0,3 mm | NK 31
- Integrierte Dämmung
- Echter Steinlook für modernen Stil
- Strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Sie zahlen nur €/m²

**24,99**

Unser Verkaufspreis, €/m²: **36,99**

**Fußleiste** passend, unser Preis €/lfm. **5,41**

**Alles zusammen:** **42,40**

**Unser Preis:** **36,99**

### Rigid-Vinyl (5258)

**Dekor Metallic**

- 5,5 mm Stärke | Nutzschicht: 0,55 mm | NK 33
- Integrierte Korkdämmung
- Neutrale, elegante Fliesenoptik in grau
- Außerst strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Sie zahlen nur €/m²

**29,99**

# Laminat DEPOT

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

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

## Hannover

**am A2 Center · Varrelheide 204**

**TEST Bild TOP SERVICE-QUALITÄT**

AUSGABE 3/2021  
Konsumentenbefragung  
★★★★★ 2021/22

**LaminatDEPOT**

IN DER KATEGORIE LIFESTYLE & SHOPPING

**SONNTAG IST SCHAUTAG!**

Jeden Sonntag 12.00 Uhr – 16.00 Uhr  
ohne Verkauf und Beratung

**laminatdepot.de**

Jetzt 19x - auch in: Bielefeld, Bietigheim, Bochum, Dortmund, Duisburg, Essen, Gelsenkirchen, Hamburg, Hamm, Isselrohn, Lippstadt, Mönchengladbach, Mülheim/Ruhr, Paderborn, Porta Westfalica, Solingen, Velbert und Wuppertal







# Kleines Fest: „Es ist angerichtet“

CASPAR DE VRIES setzt weiter auf Erneuerung. Vorverkauf startet heute um 10 Uhr

**HANNOVER.** Junges Gemüse begrüßt die Besucherinnen und Besucher gleich im Eingangsreich des Arne-Jacobsen-Foyers am Großen Garten. In direkter Nähe jener Flächen, in denen in barocker Zeit tatsächlich Gemüse angebaut wurde, säugen Jonny Dixon und Clare Watkinson Zucchini, Möhren, Kürbisse und mehr mit leckerem Kompostsaft. Sie sind die „Vegetable Nannies“ und sollen einstimmen auf das diesjährige Kleine Fest im Großen Garten.

„Es ist angerichtet!“ hat Casper de Vries diesmal zum Motto erkoren, nach „Wasser“ im Vorjahr. Bei einer ersten Pressekonferenz zum nahenden Vorverkaufsstart gab der holländische Kulturmanager Einblicke in das, was er so alles angerichtet hat in seinem zweiten Jahr, nachdem er bei seiner Premiere 2024 teils heftige Kritik einstecken musste. „Neun Gänge Kunst“ verspricht er dem Motto gemäß an jedem Abend vom 8. bis 27. Juli. „Dafür braucht es eine gute Menükarte.“ Traditionell geht es bei der ersten Pressekonferenz zum Kleinen Fest im großen Garten mehr um organisatorische Dinge als ums Programm.

Aber ein paar Künstler stellte de Vries dennoch schon vor: Neben den „Vegetable Nannies“ tritt die britische Gruppe „Cocoloco Madame Bonbon“ im Großen Garten auf. Das deutsche Artistikduo Chris und Iris wird unter dem Titel „Gap of 42 mit 42 Kilogramm Gewichts- und 42 Zentimetern Größenunterschied spielen. Und der Clown Roman Skadra wird einen existenziellen Kampf mit einer überdimensionierten roten Nase führen. Das sei ein Künstler „für Feinschmecker“, so de Vries.



Nur vier oder fünf Künstler und Acts aus dem Vorjahr werden dabei sein. Kleines-Fest-Stammgast Eis-Ali ist darunter. Der hannoversche Entertainer Desimo wird mit seinem Spezial-Club erneut eine Bühne bespielen (das GOP allerdings, das 2024 im Gartentheater fast einstündige Shows zeigte, ist nicht mehr dabei). Und auch die zauberhafte Fontänenbar mit ihren Wasserspielen kehrt zurück. Neu ist, dass man diesmal bis zu neun Shows am Abend sehen kann, den richtigen Zeitplan vorausgesetzt. Die erste beginnt um 18 Uhr, die letzte um 22 Uhr. Abweichungen von der jahrelang üblichen 20-Minuten-Dauer der einzelnen Shows (im vergangenen Jahr einer der großen Kritikpunkte) sollen 2025 eine Ausnahme sein. „Vorher man sich gewöhnen sollte, ist, dass es sich ändert“, so Gabriele Koch, die Produktionsleiterin des Kleinkunstspektakels. Generell hatten sich langjährige Fans des Kleinen Fests im Großen Garten und dessen Erfinders Harald Böhlmann 2024 an etliche Neuerungen gewöhnen müssen. Manche Veränderungen, die für viel Unmut sorgten, liegen nicht in der Verantwortung von de Vries, er erfüllte und

erfüllt lediglich Vorgaben von Stadt und Gartenleitung. So hatte sich Gartendirektorin Anke Seegert dagegen wehrt, dass weiterhin die großen Hauptachsen und der vordere Teil der Anlage mit dem Großen Parterre bespielt werden. Das sei für die Tagesbesucher wichtig, so Seegert. Zugleich hatte die Stadt ein Ende der Abschlussfeuerwerke gefordert. Das führte – und führt weiter – dazu, dass die Bühnen im hinteren Teil des Gartens stehen und die Wege länger sind als gewohnt. Der Bereich rund um die Große Fontäne ist das neue Festivalzentrum und Schauplatz der feuerwerkfreien Abschlusszeremonie. Sie soll dieses Mal aber besser ins Licht gesetzt werden als im Vorjahr. Hannovers Kulturdezernentin Eva Bender freut sich jedenfalls auf eine „Pause vom Alltag, bei der sich Menschen wirklich begegnen können“. Das Kleine Fest sei „eine der wichtigsten Kulturveranstaltungen, die wir in Hannover haben“. Und das soll es auch bleiben.

## Der Vorverkaufstart

**Der Vorverkauf der 72.000 Karten** für das Kleine Fest im Großen Garten 2025 startet wie im Vorjahr in zwei Tranchen: Zwei Drittel der Karten gehen am heutigen Sonnabend, 15. März um 10 Uhr in den Vorverkauf. Wichtigste Plattform ist die Website des Fests ([www.kleines-fest-hannover.de](http://www.kleines-fest-hannover.de)). Eine Registrierung ist bereits jetzt möglich.

**Örtliche Vorverkaufsstellen** sind nun die HAZ-/NP-Ticketshops und nicht mehr die Touristinformation am Hauptbahnhof, die vergangenes Jahr vor allem am Erstverkaufstag hoffnungslos überlaufen war. Der Preis bleibt: Karten kosten 37, ermäßigt 17 Euro. Neu ist, dass Kinder bis zwölf Jahre in Begleitung generell freien Eintritt haben. Das „Knirpsometer“, das die bisherige Bedingung – eine Körpergröße von 111 Zentimetern – maß, ist Vergangenheit. Wie gehabt, werden Karten für die Abendkasse an den einzelnen Terminen zurückgehalten. Das Kleine Fest läuft an 18 Terminen zwischen dem 8. und 27. Juli. Montags ist spielfrei. Der Einlass auf die Picknickwiese beginnt um 17 Uhr, der auf das Bühnengelände um 18 Uhr.

**Es ist angerichtet:** Die „Vegetable Nannies“ Jonny Dixon und Clare Watkinson rahmen Gartendirektorin Anke Seegert, den künstlerischen Leiter des Kleinen Fests Casper de Vries, seine Produktionsleiterin Gabriele Koch und Kulturdezernentin Eva Bender ein. Foto: Katrin Kutter

Angebote gültig ab Montag 17.03. bis Samstag 22.03.2025\*

**MIX Markt**

Sparpaket: Nudelfertigericht „Yum-Yum“ 1800 g Pack., 1 kg = 7,23  
**13,-**  
**SPARPAKET: 30 STÜCK**

Teigtaschen mit Schweinefleisch- und Rindfleischfüllung „Smile Factory“ 500 g Btl., 1 kg = 3,78  
**1.89**  
**HAMMER PREIS**

Teigtaschen „I Love Pelmeni Beef“ mit Rindfleischfüllung, tiefgefroren 1 kg Btl.  
**HAMMER PREIS 5.49**

Hausmacher Eiernudeln - Schnittmodell (4 Eier) 500 g Btl., 1 kg = 3,58  
**1.79**  
**HAMMER PREIS**

Eingelegte gelbe Tomaten „Pomidory zolotyie“, auch scharf je 1650 g Gl., Abtr. 1 kg = 3,15  
**2.99**  
**HAMMER PREIS**

Feingebäck versch. Sorten je 400 g Btl., 1 kg = 2,73  
**1.09**  
**HAMMER PREIS**

Hackfleischröllchen CEVAPICI aus Schweine- und Rindfleisch, 1/4 900 g Pack., 1 kg = 7,77  
**6.99**

Eingelegte Gurken „Malosolnije“ mit Dill 850 g Gl., Abtr. 1 kg = 4,35  
**1.89**

Lachsabschnitte für die Fisch-Suppe „Ucha“ 800 g Btl., 1 kg = 2,37  
**1.89**

„Livernaja Domaschnaja“ schnittfeste Leberwurst 400 g Pack., 1 kg = 8,98  
**3.59**

Grobe Brühwurst „Koniachnii“ Art einer Kochsalami 350 g St., 1 kg = 10,26  
**3.59**

Kochsalami „Servelat Prasnitschnij“, heißgeräuchert 300 g Pack., 1 kg = 9,97  
**2.99**

„Salo Botschkowoe“ Schweinespeck gesalzen 100 g, 1 kg = 10,90  
**1.09**

Gezuckerte Kondensmilch „Sguschonka“ 8% Fett 397 g Do., 1 kg = 4,01  
**1.59**

Haferflocken „HERKULES“ 500 g Btl., 1 kg = 2,38  
**1.19**

Sauermilcherzeugnis „Smietana Polska“, 18% Fett, wärmebehandelt 400 g Becher, 1 kg = 3,98  
**1.59**

Maisknabbererzeugnis „Masha & the Bear“, auch mit Milchgeschmack je 160 g Pack., 1 kg = 11,19  
**1.79**

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

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

Mix Markt 122 OHG  
Lange Weihe 65  
30880 Laatzen

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

Mix Markt 18 OHG  
Vahrenheider Markt 6  
30179 Hannover-Vahrenheide

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

Mix Markt Hannover  
Schierholzstr. 128  
30655 Hannover

Entdecken Sie unsere guten Seiten:

Lokales · Sport · Einkaufstipps

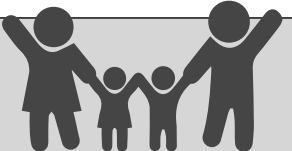
hallo  
wochenende

ANZEIGE

# Die pflanzliche Lösung bei hartem Stuhl



## Harter Stuhl – ein Thema für die ganze Familie



Im hektischen Familienalltag bleibt oft wenig Zeit für ausgewogene Mahlzeiten und somit eine ballaststoffreiche Ernährung. Schnell zubereitete Gerichte sind zwar praktisch, bieten aber meist nur wenig Ballaststoffe. Gerade Kinder greifen generell häufig zu süßen oder ballaststoffarmen Lebensmitteln, während gesunde

Optionen wie Gemüse und Vollkornprodukte oft auf der Strecke bleiben. Harter Stuhl kann somit für alle Familienmitglieder zum Thema werden – sowohl für Erwachsene als auch für Kinder.

Die zusätzliche Einnahme von Ballaststoffen ist hier in jedem Fall zu empfehlen.

Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? So können Sie gegensteuern!

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden: Jeder Siebte ist zumindest gelegentlich davon betroffen. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das ständige Gefühl einer nicht vollständigen Darmentleerung zurück.

## HARTER STUHL & HÄMORRHOIDEN

Harter Stuhl kann auch zur Entstehung schmerzhafter Hämorrhoiden führen. Wobei diese Formulierung eigentlich nicht ganz stimmt, denn in Wahrheit hat jeder Mensch Hämorrhoiden. Diese kleinen Blutgefäße befinden sich rund um den Darmausgang und sind an und für sich völlig normal. Wenn der Darm aber aufgrund des harten Stuhls nur durch starkes Pressen entleert werden kann, führt dies mittelfristig zu einer Vergrößerung der Hämor-

rhoiden. Das Ergebnis können unangenehme Symptome wie Schmerzen, Juckreiz oder sogar Blutungen sein. Zum Glück gibt es einen Weg, um solchen Problemen vorzubeugen – auch abseits von Abführmitteln (Achtung: Gewöhnungseffekt!). Eine Erhöhung der Ballaststoffzufuhr ist der Schlüssel.

## WIE HELFEN BALLASTSTOFFE?

In den sogenannten S2k-Leitlinien, die als wichtigste Entscheidungshilfe für Ärzte gelten, wird hervorgehoben, dass Ballaststoff-Supplemente das Mittel der ersten Wahl zur Behandlung von Verstopfung und hartem Stuhl sind. Denn anders als ihr Name vermuten lässt, sind Ballaststoffe keineswegs eine „Last“ für den Darm. Im Gegenteil: Werden sie in ausreichender Dosierung zugeführt, stellt sich rasch eine effektive Dreifach-Wirkung ein:  
**1)** Der Stuhl wird weicher, wodurch die Darmentleerung erleichtert wird.  
**2)** Die Gleitfähigkeit wird erhöht, wodurch der Stuhl leichter den Darm passieren kann.  
**3)** Die Darmbewegung wird angeregt.  
Wichtig zu wissen: Einzelne Ballaststoffe wirken zwar gut, aber Studien zeigen, dass eine Kombination aus unterschiedlichen Ballaststoffen eine deutlich effektivere Lösung darstellt – denn diese ergänzen sich gegenseitig in ihrer Wirkung.\*

## INNOVATIVE LÖSUNG

In diesem Zusammenhang begeistert vor allem ein Produkt aus der Apotheke: Dr. Böhm® Darm aktiv – eine ideal zusammengesetzte 5-fach Kombination aus Ballaststoffen. Es sorgt insbesondere durch die enthaltenen Flohsamen für eine rasche Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung – sanft und natürlich. Einen spürbaren Effekt merkt man bereits nach der Einnahme von 1–2 Sachets.\*\*

\*Christodoulides S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–116; \*\* PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)

## Harter Stuhl? So helfen Ballaststoffe:



Scannen Sie den QR-Code oder besuchen Sie [drboehm.com/verstopfung](http://drboehm.com/verstopfung) für alle Infos!

- Welche Ballaststoffe Ihre Verdauung wirklich in Schwung bringen
- Wie Sie auf natürliche Weise Verstopfung lösen
- Was die Wissenschaft über die Verdauungshelfer sagt



## Empfehlung aus der Apotheke

## Dr. Böhm® Darm aktiv



PZN: 19251696 (6 Sachets)  
PZN: 19105730 (20 Sachets)

## Pflanzliche Lösung bei hartem Stuhl

- ✓ Angenehm weicher Stuhl<sup>1</sup>
- ✓ Leichter und regelmäßiger Stuhlgang
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern

<sup>1</sup>Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.



# 80 Jahre Mumins: Glücklich trotz Gefahren

Das erste Buch über die Trollwesen von **TOVE JANSSON** flopte zunächst. Heute sind die drolligen Charaktere längst Kultfiguren – nicht nur in Finnland

**HANNOVER.** Zu Anfang müssen wir mit einem Missverständnis aufräumen: Mumins sind keine Minipferde, auch wenn sie daran erinnern mögen. Nein, es sind Trolle, die die finnland-schwedische Künstlerin Tove Jansson vor acht Jahrzehnten erschaffen hat.

Und diese weißen, rundlichen Wesen leben in einer etwas surrealen, aber sehr heilen Welt? Das ist das zweite Missverständnis, das es geradezurücken gilt. Der Muminalltag ist alles andere als rosig. Entscheidend ist das, was die Trolle draus machen. Und dafür ist just der erste Band der Kinderbuchserie, der im Herbst 1945 im schwedischsprachigen Original erschienen ist, ein perfektes Beispiel.

Dieses erste Abenteuer beginnt nämlich nicht im idyllischen Muminall, in dem die knuffigen Wesen gut behütet in ihrem großen blauen Haus leben können. Die Märchenreise, auf die Jansson ihre Mumins stattdessen durch eine morastig-sumpfige Landschaft schickt,

muss als Parabel auf den Zweiten Weltkrieg verstanden werden. Der Muminpapa wird vermisst, die Muminmama und der kleine Muintroll suchen nach einem Zuhause, das ihnen Sicherheit und Schutz bietet. Eine durch äußere Umstände auseinandergerissene Familie, die sich immer wieder aus den Fängen wilder Tiere retten muss.

Die Auftaktgeschichte war zunächst kein Erfolg. Im ersten Jahr wurden gerade einmal 219 Exemplare des Bandes verkauft. Angesichts eines solch bescheidenen Interesses gab es keine direkte Übersetzung ins Finnische. Und im großen Nachbarland Schweden stahl Pippi Langstrumpf den Trollen die Show. Denn auch Astrid Lindgrens erster Roman von dem selbstbewussten Mädchen mit den roten Haaren und den Sommersprossen erschien 1945. Populär wurden die lebenswürdigen Figuren, die heutzutage viele Souvenirs von Finnland-Reisenden schmücken, erst eine Dekade später.

Und das fernab ihrer nördlichen Heimat: Damals fanden die Mumins in kleinen Comics in den Londoner „Evening News“ ihren Weg zu einem größeren Publikum – und bauten sich mit ihrer kindlichen und naiven Sicht auf die Welt schnell eine Fangemeinde auf.

Tove Jansson, die offen mit ihrer Lebensgefährtin zusammenlebte, hatte zu diesem Zeitpunkt schon reichlich Berufserfahrung als politische Karikaturistin. Als solche hatte sie unter anderem die Entwicklungen in Nazideutschland in den Blick genommen. Auch ihre Mumincomics richteten sich explizit an ein erwachsenes Publikum.

Mit der plötzlichen Popularität der gezeichneten Trollwesen wuchs das Interesse an den Kinderbüchern – zu Hause in Finnland wie international. Schon bald erschienen erste Geschichten in deutscher Übersetzung. Um den ersten Band jedoch machten die Verlage hierzulan-

de lange einen großen Bogen: Unter dem Titel „Mumins lange Reise“ erschien dieser erst 1992 in deutscher Sprache, mehr als 20 Jahre nach den anderen Bänden der Reihe. Dieses Abenteuer der Trolle erschien den Verantwortlichen bei hiesigen Kinderbuchverlagen einfach nicht kindgerecht genug.

Dabei bestimmen in der Auftakterzählung dieselben fröhlichen Abenteuer motive die Handlungen der Figuren wie in den späteren Episoden. Und umgekehrt lauert auch in den späteren Teilen äußerst handfeste Themen aus der „Erwachsenenwelt“ zwischen den Zeilen. Immer wieder ist der Muminkosmos durch äußere Einflüsse bedroht: vom Sturm bis hin zum Kometen.

All das ruft Ängste hervor, motiviert die Mumins aber, nach Lösungen zu suchen und ihren Sehnsüchten nachzugehen. Dabei unterstützen sich alle Beteiligten gegenseitig. Sie lassen ei-

ner viele Freiheiten. Mehr noch: Die Wesen schaffen es, mit all den Widersprüchen in all dem Absonderlichen, was ihnen zustoßt, zurechtzukommen und immer das Beste aus der Situation zu machen. Trotz aller Bedrohung führen sie ein ruhiges und glückliches Leben.

Viele der Szenen aus dem Muminalltag schmücken heute eine schier unüberblickbare Anzahl von Merchandise-Artikeln. Die Trolle sind nach acht Jahrzehnten ein echtes Geschäftskonzept. Von Kaugummipackungen bis hin zu Socken mit Abbildungen der Figuren ist es vor allem jedoch ein Produkt, das längst Kultstatus hat: die Muminasse. Jedes Jahr wird die Kollektion um mehrere neue Sammelalben erweitert.

Auch im eigentli-

chen Kerngeschäft, bei den Büchern, gibt es nach wie vor Neuerscheinungen. Dabei ist die Erfinderin der Mumins schon seit fast einem Vierteljahrhundert tot. Tove Jansson selbst hatte die Figuren sowieso nur bis Ende der 1950er-Jahre gezeichnet. Quasi mit dem internationalen Durchbruch hat sie sich Abstand zu ihrer Schöpfung gegönnt. Bis 1975 führte ihr Bruder Lars die Comics fort, bevor auch er die kreative Weiterentwicklung abgab. Seine Tochter Sophia kümmert sich noch heute um das Erbe ihrer Tante.

Pünktlich zum Jubiläum wurde die Geschichte des allerersten Bandes in einem Pop-up-Buch adaptiert, was dieses

Abenteuer von schon für kleine Kinder zugänglich macht. Das Büchlein „Die

Mumins finden ein Zuhause“ hat zehn Seiten – und die sind allesamt zum Anfassen gedacht. Ein später Erfolg dieser sagenhaften Story, die erst in Finnland kaum beachtet wurde und dann hierzulande bis in die 1990er-Jahre nicht verlegt wurde. Angesichts der gegenwärtigen Weltlage dürfte dieses Muminmärchen jedoch aktueller denn je sein.

Die Wesen schaffen es, mit all den Widersprüchen in all dem Absonderlichen, was ihnen zustoßt, zurechtzukommen und immer das Beste aus der Situation zu machen.

**Die finnland-schwedische Malerin, Schriftstellerin und Illustratorin Tove Jansson zeichnete und schrieb die Geschichten der Mumins, die inzwischen in 34 Sprachen übersetzt wurden. Die vielseitige Künstlerin starb 2001 in Helsinki.** Foto: Hans Paul



Die Mumins werden 80: Sie mögen zwar an Flusspferde erinnern, sind aber keine.

Quelle: The Moomins © Moomin Characters

## Ministerpräsident lobt Nachwuchsjournalisten

Drei Schulen aus der Region Hannover werden beim Wettbewerb „unzensiert“ ausgezeichnet

**HANNOVER.** Dass man mit gutem Journalismus nicht früh genug anfangen kann, haben gleich drei Schulen aus der Region Hannover bewiesen. Die Junge Presse Niedersachsen übergab bei der Preisverleihung ihres Wettbewerbs „unzensiert“ Geld- und Sachpreise an die besten Schülerredaktionen aus Niedersachsen. Auch Minis-

terpräsident Stephan Weil (SPD) war als Schirmherr des Wettbewerbs bei der Preisverleihung im Pressehaus der Madsack Mediengruppe dabei.

„Schülerzeitungen sind in diesen Zeiten, in denen junge Menschen mit Infos zugeschüttet werden, besonders wichtig“, betonte Weil. Durch dieses Medium könnten Nachrichten an Schulen diskutiert und sortiert werden. „Ihr macht es für euch, aber auch für die anderen“, lobte er die Jungreporter. Nacheinander wurden die Preisträger auf die Bühne gerufen, um Geschenke in Form von Geldschecks, Urkunden und Ausflugs Gutscheinen entgegenzunehmen.

In der Kategorie der Förderschulen schaffte es die Heinrich-Ernst-Stötzner-Schule aus Hannover-Groß-Buchholz mit ihrer Ausgabe „Dein Ernst?!“ auf den dritten Platz. Die Johannes-Kepler-Schule aus Garbsen konnte mit ihrer Zeitung „Die Ellipse“ den zweiten Platz bei den Gymnasien belegen.

In der „Ellipse“ stach besonders der Artikel von Robin Christian Bläser hervor. Der Schüler der Johannes-Kepler-Schule erhielt dafür den Sonderpreis „Mein Europa: Meine Zukunft“. Für seinen Text habe er Mitschüler gefragt, was für sie Europa ist, berichtete der Schüler. „Die

Antworten waren sehr vielfältig. Da dachte ich, es wäre cool zu zeigen, was Europa tatsächlich ausmacht.“

Für ihn sei die Veranstaltung „mega aufregend“. Er wolle Politikwissenschaften studieren, und er überlege, als Diplomat oder Botschafter zu arbeiten. Ebenfalls erfolgreich war die

IGS Wedemark. Sie erhielt den Sonderpreis in der Kategorie „Newcomer“. Dafür hatten die Schüler Marc Kindler, Nolan Seemann und Hannes Uddat mit der Kamera eine Nachrichtensendung über ihre Schule erarbeitet, in der sie unter anderem über die Sanierung der Turnhalle berichteten. „Es gab in der Schu-

le das Angebot einer AG über Nachrichten, und ich interessiere mich für Technik und Kameras“, erzählte Marc Kindler, der später Kameramann werden will. „Für die letzte Folge haben wir ein halbes Jahr gebraucht, die nächste kommt vor den Osterferien“, kündigte Nolan Seemann an.



Robin Christian Bläser, aus der Redaktion der „Ellipse“, der Schülerzeitung des Johannes-Kepler-Gymnasiums Garbsen, erhält den Sonderpreis „Mein Europa: Meine Zukunft“. Foto: Jonas Dengler

Hilfe bei Erkrankungen des Beckenbodens: Gebärmutter-senkung, Inkontinenz, überaktive Blase & Enddarm-erkrankungen

**Das zertifizierte Kontinenz- und Beckenbodenzentrum Großburgwedel stellt sich vor**

**INFORMIEREN SIE SICH!**

Diese Expert\*innen beantworten Ihre Fragen:

- **Jasper Koenig**  
Leiter KBZ & Leitender Oberarzt Urologie
- **Tanja Semmerling**  
Koordinatorin KBZ & Fachärztin Gynäkologie
- **Dr. Thomas Menzel**  
Chefarzt Enddarm- & Kontinenzchirurgie
- **Andrea Bender**  
Geschäftsführende Oberärztin Viszeralchirurgie

**20. März 2025 | 17 Uhr**

**KRH**  
KLINIKUM GROSSBURGWEDEL

**KRH POPUP STORE**  
Hannover Hauptbahnhof  
Niki-de-Saint-Phalle-Promenade  
unter Gleis 2 und 3

INFOS SCANNEN UND VORBEI KOMMEN

**BIRKENSTOCK**

**STOCK-SCHUHE**

**GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover**

Machen Sie einen lebensverändernden Unterschied für Lakota-Kinder!

Fordern Sie heute Ihr GRATIS-Magazin an!

Rufen Sie 069 / 8383 8742 an oder besuchen Sie [stjosefs.de/nachlass](http://stjosefs.de/nachlass)

**MARIEN APOTHEKE**

**Regional. Digital. Schnell. Sicher.**

**Statt im Ausland – regional bestellen!**

Wir liefern zuverlässig, schneller und temperaturüberwacht – mit eigenem Fahrer und qualifizierter pharmazeutischer Beratung.

Einfach per App oder eRezept bestellen und von fairen Preisen profitieren!

„Meine Apotheke App“

[www.marien-apotheke-hannover.de](http://www.marien-apotheke-hannover.de)



# Warum wir uns morgens oft am besten fühlen

Wie **GLÜCKLICH UND ZUFRIEDEN** wir uns fühlen, hängt auch von der Tageszeit ab

VON IRENE HABICH

**BERLIN.** Bei Kummer und Sorgen empfehlen wir anderen oft, eine Nacht „darüber zu schlafen“, weil am Morgen „schon wieder alles ganz anders aussieht“. Dieser Rat könnte tatsächlich sinnvoll sein: Denn die Stimmung der meisten Menschen ist in den ersten Stunden nach dem Aufstehen am besten. Wir neigen dann eher dazu, einen optimistischen Blick auf unser Leben zu haben, hat eine neue Untersuchung gezeigt.

Forschende des University College London hatten Daten neu ausgewertet, die für eine Covid-19-Sozialstudie erhoben worden waren. 50.000 Personen hatten über einen Zeitraum von zwei Jahren hinweg Angaben zu ihrem Befinden gemacht und regelmäßig Fragebögen beantwortet, mit denen Angstgefühle, depressive Symptome, Einsamkeitsgefühle sowie Glücksgefühle erfasst wurden. Außerdem sollten die Befragten angeben, wie zufrieden sie insgesamt mit ihrem Leben sind. Die Autorinnen und Autoren der Studie werteten dabei aus, an welchem Wochentag, zu welcher Jahreszeit und zu welcher Uhrzeit diese Angaben gemacht wurden. ==>

**MORGENS IST DIE STIMMUNG AM BESTEN**

Dabei fanden sie heraus, dass das Befinden der Befragten im Winter tendenziell schlechter als in den Sommermonaten gewe-

sen ist – ein Phänomen, das auch als Winterblues bekannt ist. Erklären lasse sich das unter anderem durch die unterschiedliche Länge an Tageslicht, das Wetter, aber auch die Ferienzeiten und die saisonal unterschiedliche Situation auf dem Arbeitsmarkt, heißt es in der Studie.

Die Forschenden stellten aber noch etwas anderes fest: In den Morgenstunden fühlten sich die meisten Menschen offenbar am besten. So waren eine negative Stimmung oder Angstgefühle zu dieser Tageszeit am geringsten ausgeprägt. Tagsüber schwankten die Werte und am stärksten ausgeprägt waren die Symptome um Mitternacht. Der Unterschied zwischen den Morgen- und den späten Abendstunden betrug bis zu 10 Prozent. In der Befragung, wie glücklich und zufrieden sie sind und wie lebenswert sie ihr Leben finden, erzielten die Befragten morgens die höchsten Werte.

**MONTAGS UND FREITAGS AM BESTEN GELAUNT**

Außerdem schwankten die Angaben im Laufe der Woche. So waren die Befragten tendenziell am Montag und Freitag besserer Stimmung als am Dienstag und

Mittwoch – an diesen Tagen ging es ihnen auch morgens nicht besser. Das unterschiedliche Befinden an den Wochentagen erklärten sich die Forschenden am ehesten durch äußere Einflüsse. So spiele wohl am Freitag die Vorfreude auf das Wochenende eine Rolle. Am Montag würden hingegen noch die schönen Erlebnisse des vergangenen Wochenendes nachwirken.

Ein möglicher Grund für die bessere Stimmung am Morgen sei hingegen der Hormonspiegel. Die Forschenden halten es für möglich, dass das Stimmungshoch durch den Anstieg des Hormons Cortisol nach dem Aufstehen ausgelöst wird. Dies müsse aber in weiteren Studien überprüft werden.

Wichtig zu wissen ist: Auch wenn die Studie eine Tendenz zu besserer Stimmung am Morgen feststellen konnte, lässt sich das nicht auf die gesamte Bevölkerung übertragen. So ist es bei Menschen mit der Diagnose Depression meist genau andersherum, sagt Ulrich Hegerl, Vorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention. „Sie durchleben oft ein ausgeprägtes Morgentief und zum Abend hin verbessert sich die Stimmung dann etwas.“

**SCHLAFDRUCK LINDERT DAUERANSpannung**

Hegerl kann auch erläutern, wie das wahrscheinlich zustande kommt: „Eine Erklärung dafür ist, dass sich Menschen mit einer Depression in einer inneren Daueranspannung befinden, so als ob sie permanent vor einer wichtigen Prüfung wären. Der Wachheitszustand ist krankhaft hochreguliert. Durch Schlaf werden die wachheitsfördernden Hirnmechanismen weiter gestärkt und die Betroffenen fühlen sich noch erschöpfter und dauerangespant. Andererseits, wenn sich im Laufe des Tages ein Schlafdruck aufbaut, dann kommen sie etwas von ihrer Daueranspannung runter und das Befinden bessert sich gegen Abend.“

Eine Beobachtung, die inzwischen auch bei der Behandlung von Depressionen genutzt wird. So werde bei der stationären Behandlung teilweise therapeutischer Schlafentzug angeboten. Bei etwa 60 Prozent der depressiv Erkrankten führe das zu deren Überraschung zu einem Abklingen der Depression in den frühen Morgenstunden, sagt Hegerl.

**BEI SCHLAFMANGEL AUFGEKRATZT**

Auch hier sei die Erklärung, dass sich durch den Schlafentzug ein Schlafdruck aufbaut, der der krankhaft erhöhten inneren Anspannung entgegenwirkt. Allerdings komme nach dem nächs-



Die meisten Menschen sind laut einer aktuellen Untersuchung morgens besser gestimmt als abends. Symbolfoto: Rodnae Production / Pexels

ten Schlaf in der darauffolgenden Nacht die Depression meist zurück. Auch wer nicht unter Depressionen leidet, habe vielleicht schon einmal bemerkt, dass längeres Schlafen am Wochenende der Stimmung oft

nicht zuträglich ist. „Wenn die Nacht durchgemacht wird, dann fühlen sich hingegen viele tagsüber positiv aufgekratzt“, so Hegerl.

Bei Menschen mit normaler Wachheitsregulation könne sich

eine Zunahme der Müdigkeit gegen Abend auch negativ auf die Stimmung auswirken, wie in der neuen Studie beobachtet, sagt Hegerl: „Bei einer Depression ist es aber eben meist nicht so.“

## Gutschein

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

\*Gültig bis 22.03.2025. Gilt nicht für Verlagserzeugnisse, Geschenkgutscheine, lebende Tiere, Motorgeräte und Artikel von Weber. \*\*Der Greencard Preis ist nur in Verbindung mit der Stanze Greencard gültig.

ohne Greencard\* **10% Rabatt**

mit Stanze Greencard\*\* **15% Rabatt**

2 000001 347836

**NEU BEI UNS:**  
**DIE SPIRIT MODELLE 2025**

**weber**

**ab 499.-**

**STANZE GRILLSEMINARE 2025**

Jetzt den QR-Code scannen und direkt online buchen!

**STANZE**  
*Mein Gartencenter*

**Frühlingsblüher**

Entdecken Sie unsere riesige Auswahl an wunderschönen Frühlingsblüher in vielen bunten Farben!

**ab 0.29**  
(Nur im 10er Pack)

**NATURBURSCHE Premium Blumenerde, 45 l (+10 l = 55 l)**

Für kräftiges Wachstum, eine ausgewogene Nährstoffversorgung und optimale Bewässerung.

**TOP- PREIS**

0.18 € / l

**15.99**

**9.99**

**XXXL**

**Hornveilchen-Ampel**  
Viola cornuta  
Verschiedene Farben, 27 cm

**14.99**

**9.99**

**Unsere neue Beilage ist Online**

QR-Code scannen und in unserer aktuellen Beilage stöbern.

**STANZE GARTENCENTER**

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

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

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

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

**f i y @stanzegartencenter**

**PREMIUM-PARTNER**

**VERBAND DEUTSCHER GARTENCENTER**

**AUSGEZEICHNET 2024/25**

**KOMPETENZ BERATUNG QUALITÄT**

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

32777202\_002624



# Eine spannende Reise unter die Haut

KÖRPERWELTEN-Ausstellung ist noch bis zum 4. Mai in Hannover zu Gast

**HANNOVER.** Schon mehr als 50.000 Menschen haben sich seit der Eröffnung ein Ticket für die Ausstellung „KÖRPERWELTEN & Der Zyklus des Lebens“ in Hannover gesichert. In der Alten Druckerei auf dem Gelände des HAZ- und NP-Pressehauses zeigen der Wissenschaftler Dr. Gunther von Hagens und Kuratorin Dr. Angelina Whalley noch bis zum 4. Mai unseren Körper im Kreislauf von Entstehen und Vergehen. Mit einer Vielzahl echter menschlicher Exponate nimmt die Ausstellung die Besucher mit auf eine spannende Reise unter die Haut.

„Mit dieser Ausstellung möchte ich verdeutlichen, dass unser Körper der Spiegel unserer eigenen Lebensführung ist. Alles, was wir tun oder auch nicht tun – ob wir körperlich aktiv sind, wie wir uns ernähren, ob wir ein gesundes familiäres oder soziales Umfeld haben – wirkt auf ihn zurück, im Positiven wie im Negativen. Dafür möchte ich die Menschen sensibilisieren“, sagt Dr. Whalley. Für die Kuratorin ist „Der Zyklus des Lebens“ der bisher faszinierendste Themenschwerpunkt der weltweit erfolgreichsten Anatomieschau. Die einzelnen Stationen – von der Zeugung bis ins hohe Al-

ter – laden dazu ein, sich intensiv mit dem eigenen Körper und Lebensstil zu beschäftigen. Dass dies aufsoeindrückliche Weise möglich ist, verdanken wir der Plastination, die Dr. Gunther von Hagens im Jahre 1977 erfand und mit der die Anatomie auch Menschen außerhalb einer klinischen und universitären Umgebung zugänglich gemacht wurde. Die faszinierenden anatomischen Präparate, darunter viele Ganzkörper-Plastinate, erläutern leicht verständlich einzelne Organfunktionen sowie häufige Erkrankungen. Es wird erklärt, was jeder einzelne tun kann, um seine Gesundheit und eine hohe Lebensqualität möglichst lange zu bewahren.

Der Besuch der KÖRPERWELTEN ist für medizinische Laien ebenso empfehlenswert wie für alle, die in den Bereichen Vorsorge und Gesundheit tätig sind.

Die Ausstellung ist montags bis freitags von 9 bis 18 Uhr sowie sonnabends, sonntags und feiertags von 10 bis 18 Uhr geöffnet (letzter Einlass jeweils um 17 Uhr). Tickets ab 19 Euro (mit Abo-Vorteil ab 9,10 Euro) gibt es unter anderem online unter [tickets.haz.de/veranstaltungen/koerperwelten/](https://tickets.haz.de/veranstaltungen/koerperwelten/) sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen.



Ein Herzchirurg, eingefroren in einem Moment höchster Konzentration und Hingabe. Foto: www.koerperwelten.de

# Große Liebe fürs neue GOP-Programm

**SHOW „BIG LOVE“** begeistert das Publikum im Varieté in der Georgstraße – Rollenklischees inklusive

**HANNOVER.** Roter Samt mischt sich mit pinkfarbenem Licht. Kellnerinnen mit paillettenbesetzten Fliegen um den Hals servieren Erbsensuppe, Geschnetzeltes und dazu Bier, Wein und Cocktails. Durch die Luft schwirrt Loungemusik und das Stimmgewirr eines wartenden Publikums. Es ist der Abend der Premiere von „Big Love“, der neuesten Show im GOP-Varieté – eine frühlingshaft Nacht.

Dann öffnet sich der rote Vorhang, und es ist Zeit für Entertainment. Zwei Stunden lang führt Travestiekünstler und Sänger Chris Kolonko in glitzernden Outfits durch die Show. Mit strahlendem Lächeln präsentiert er die New Yorker Sängerin Bridget Fogle, Artisten und Artistinnen aus aller Welt.

Zu Pop-, Elektro- und Schlagermusik zeigen sie Luftakrobatik, Poledance und Jonglage. Muskeln glänzen im Scheinwerferlicht, und immer wieder hält das Publikum den Atem an – etwa wenn der ukrainische Künstler Alex seine Partnerin Natalia auf Rollschuhen durch die Luft wirbelt. Für einige Lacher sorgt die Performance von Girma Tsehai aus Äthiopien: Versteckt hinter einem Regenschirm zieht sich der international bekannte Künstler bis auf die Haut aus, um dann mit sechs Hüten so geschickt zu jonglieren, dass die entscheidenden Stellen seines Körpers immer bedeckt bleiben. Mit mehr Stoff am Körper, dafür umso eleganter bewegt sich



Das Duo Alex & Natalia zeigt beeindruckende Artistik an den Strapaten. Foto: Elena Richert

Katrin Padovani aus Italien in einem großen Luftring, der mehrere Meter über der Bühne schwebt. Die scheinbare Leichtigkeit, mit der sie kopfüber in dem schmalen Ring balanciert, lässt die immense Kraft kaum erkennen, die sie dafür aufwenden dürfte. Sichtbar ist vor allem die Liebe zu ihrer Disziplin. Das gilt für sie und alle anderen Artistinnen und Artisten des Abends. In Kolonkos Witzen jagt ein Rol-

lenklischee das nächste – wenn gleich serviert mit einem Augenzwinkern. „Frauen müssen schön sein, das ist so wichtig wie noch nie“, singt er gleich zu Beginn. Einen Mann im Publikum fragt er: „Ist das Ihre Frau? Na dann haben Sie ja alle Probleme mitgebracht.“ Männergehirne bestünden aus Schubladen, und Frauen hätten sich zu schminken – so habe Gott sie geschaffen. Das Publikum scheint sich daran

nicht zu stören. Als Kolonko fragt, ob die Zuschauer schon wüssten, dass Männer immer nur an eine Sache denken können, ertönt aus den roten Sesseln ein deutliches „Ja“. Nach der Show gibt es Applaus im Stehen für die Künstlerinnen und Künstler auf der Bühne. Zu sehen ist die Show noch bis zum 4. Mai im GOP Hannover, an der Georgstraße 6. Tickets kosten zwischen 35 und 49 Euro.



### Info-Veranstaltung zum Thema Wärmepumpe, Förderung und GEG.

**Am Freitag, 28.03. um 18.00 Uhr und Samstag, 29.03. um 14.00 Uhr in unseren Geschäftsräumen.**

Teilnehmerzahl begrenzt, Anmeldung notwendig.

**Lenbachstr. 14a, 30655 Hannover**  
Telefon (05 11) 6 47 90-83  
[www.badundwaermeplus.de](http://www.badundwaermeplus.de)

## Wir suchen Verkäufer (m/w/d)

**Heimann**

Fleischerei • Partyservice

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

Wir suchen Verstärkung!

## Beschwerden?

**Termin ohne Wartezeit!**

**PHYSIOWERK**  
THERAPIE TRAINING  
*besser. bewegt!*

0511 - 591 999

Krankengymnastik, Manuelle Therapie, Lymphdrainage und vieles mehr!

**Physiowerk Hannover**  
Schierholzstraße 132  
30655 Hannover



## Clever sparen: Digitale HAZ mit Tablet zum exklusiven Vorteilspreis.

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



Jetzt online abschließen: [abo.haz.de/angebot25](https://abo.haz.de/angebot25)  
Oder direkt in unseren Geschäftsstellen vor Ort:  
Hannover (Lange Laube 10), Langenhagen CCL (Marktplatz 5),  
Neustadt (Am Wallhof 1), Burgdorf (Marktstraße 16)

**E-Paper im 1. Jahr 30 % günstiger**



**Hannoversche Allgemeine**

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

# „Was tut man nicht alles für die Kunst?“

Die Donots spielen beim „Fährmannsfest Spezial“. Wir sprechen mit Sänger Ingo Knollmann

**HANNOVER.** Beim „Fährmannsfest Spezial“ am 1. August sind die Donots Headliner.

Im Interview spricht Sänger Ingo Knollmann über gute Erinnerungen an Hannover – und eine nicht ganz so gute.

**Ingo Knollmann, die Donots haben in Hannover vom Béi Chez Heinz bis zur Expo-Plaza praktisch überall gespielt. Aber auf dem Fährmannsfest noch nicht, oder?**

Nein, haben wir noch nicht. Aber ich kenne die Ecke. Früher habe ich da gerne abends mit einem Bier an der Allee an der Faust-Wiese gesessen. Wir haben ein enges Verhältnis zu Hannover. Nicht nur weil wir gefühlt an jeder Gießkanne dort gespielt haben, weil wir dort mehrere Platten aufgenommen haben, meine Ex-Freundin und unser Gitarrist Alex aus Hannover kommen. Für mich fühlt sich Hannover auch ein bisschen wie ein zweites Wohnzimmer an.

**Für das Festival sind bislang noch unter anderem Dritte Wahl, Adam Angst und Slime angekündigt. Ist das gute Gesellschaft?**

Ja, das ist ein stabiles Line-up. Ich hatte auch schon mit Adam Angst und Slime telefoniert, weil wir so excited waren, weil wir da noch dachten, dass wir am selben Tag spielen. Ist leider nicht so. Aber ich bin gespannt, wer noch dazukommt.

**Das Motto des Fährmannsfests ist seit Jahren „Bunt statt braun“. Aber so politisch wie diesmal war das Line-up nur selten.**

Finde ich aber auch gut so. Ich mag Vielfalt im Line-up, und nicht jedes Line-up muss das stabilste der Welt sein, aber in diesem Kontext, wenn man „Bunt statt braun“ aufs Plakat schreibt, finde ich es wichtig, dass ausnahmslos nur gute Leute kommen. Ich habe das erste Mal seit vielen, vielen Jahren echt ein bisschen Sorge. Das Credo „Wir sind mehr“ mag noch stimmen, aber die anderen sind im Moment viel, viel lauter. Dass Faschos mittler-



Donots-Sänger Ingo Knollmann hat an das Konzert im Capitol nicht so gute Erinnerungen. Foto: Christian Behrens

weile mit Klarnamen im Internet unterwegs sind und dann dieser Brandmauerbruch von Merz – das ist alles nicht geil.

**„Zum Glück hat uns der Punk gelehrt, dass die Zeiten immer scheiße sind. Und dass man selber etwas auf die Beine stellen muss, damit es besser wird und man sich besser fühlt“, haben Sie in unserem letzten Interview gesagt. Gilt das nicht mehr? Doch, schon. Aber diese Unverblümtheit der Faschos auf breiter Front und weltweit ist echt nicht cool.**

**Die Donots waren nie eine leise Band, aber Sie positionieren sich zuletzt schon immer deutlicher, oder?**

Natürlich. Ich finde es mittlerweile fährlässig, es nicht zu tun, wenn man Öffentlichkeit und Reichweite hat. Wir haben auch ein sehr gemischtes Publikum. Auch viele wirklich junge Kids kommen. Das sind doch die frühesten Schnittstellen. Es geht nicht darum, Kinder zu politisieren und zu instrumentalisieren. Aber denen ein Gefühl dafür zu geben, dass man bei Punks eine gute Zeit hat und nicht bei Nazis, finde ich wichtig.

**Beim letzten Donots-Konzert im Capitol sind Sie mal**

**wieder vom Balkon gesprungen. Beim Fährmannsfest gibt es keinen.**

Ich bin gesprungen, mit der Fußnote, dass ich danach kurz ins Krankenhaus musste. Die Balustrade oben im Capitol hat ja so eine Art Bierablagefläche, und da habe ich beim Absprung Anschwung genommen. Dabei ist diese Fläche umgeknickt. Ich habe den Sprung also gar nicht richtig hinbekommen und bin einfach nur runtergefallen auf die Leute. Da war nicht klar, ob ich mir nicht vielleicht sogar eine Rippe gebrochen und die Lunge perforiert hatte. Die Rippe war zum Glück nur heftig geprellt. Aber was tut man nicht alles für die Kunst?!

**Und jetzt beim Fährmannsfest?**

Ach, es gibt ja die merkwürdigsten Dinge, von denen man springen kann. Wir haben mittlerweile eine Art Challenge daraus gemacht, was man noch so machen kann. Als wir letzten oder vorletzten Sommer in Kiel gespielt haben, gab es auch nichts. Aber da habe ich auf dem Festivalgelände jemanden mit Radlader gesehen, habe den rangewunken, mich hochheben lassen und bin gesprungen. Irgendetwas geht immer.

**Karten gibts an den bekannten VVK-Stellen und unter [www.livingconcerts.de](https://www.livingconcerts.de)**

## Fährmannsfest 2025

**Auf der Halbinsel** zwischen Leine und Ihme in der Calenberger Neustadt wird vom 1. bis 3. August wieder Hannovers größtes alternatives Festival, das Fährmannsfest, gefeiert. Während das Programm am Sonnabend, 2. August, mit Dritte Wahl, Slime, Adam Angst und The Iron Roses schon weitestgehend steht (Karten: 29,50 Euro), ist für das „Fährmannsfest Spezial“ am 1. August (49,50 Euro) bislang nur die Band

Donots als Headliner bestätigt. Am eintrittsfreien Sonntag, 3. August, werden unter anderem 24/7 Diva Heaven spielen.

**Normal sind sechs Acts pro Tag**, weitere Ankündigungen sollen in Kürze folgen. Während des Fährmannsfests wird auch immer die Faust-Wiese am Lindener Ufer gegenüber bespielt, unter anderem mit Kinderprogramm und einer alternativen Kulturbühne.



# Fachvorträge im Klinikum Region Hannover

ANZEIGE

**HANNOVER.** Im Pop-up-Store des KRH – Klinikum Region Hannover im Hauptbahnhof stellt sich am Donnerstag, 20. März, ab 17 Uhr das zertifizierte Kontinenz- und Beckenbodenzentrum am KRH Klinikum Großburgwedel vor. Zum Hintergrund: An ungewolltem Harnabgang leiden etwa vier bis fünf Millionen Menschen in Deutschland, unwillkürlicher Stuhlverlust betrifft noch einmal 800.000 Menschen. Aus Scham und Angst suchen die meisten keinen Arzt auf, sondern versorgen sich in Apotheken oder Drogerien mit Hilfsmitteln. Nur gut jeder Dritte von ihnen ist in ärztlicher Behandlung. Doch es gibt Hilfe: Im zertifizierten Kontinenz- und Beckenbodenzentrum des KRH Klinikum Großburgwedel erfolgt eine eingehende Diagnostik und Behandlung der Harn- und Stuhlinkontinenz. In vielen Fällen lässt sich nach individueller Beratung in den Sprechstunden durch Anpassung der Lebensgewohnheiten und mit physiotherapeutischen Übungen – gegebenenfalls in Kombination mit

Medikamenten – eine spürbare Besserung erreichen. Manchmal ist auch eine Operation sinnvoll. Das KBZ bietet ein umfassendes Spektrum an Kontinenz-Operationen an. Diese können häufig minimalinvasiv durchgeführt werden. Nach einer Begrüßung und Vorstellung stehen Fachvorträge auf dem Programm. Die Themen und Anfangszeiten lauten ab 17.15 Uhr „Wenn es drückt und drängt – Was tun bei Senkungsbeschwerden“, ab 17.30 Uhr „Der schwere Toilettengang bei Beckenbodenschwäche – die Chirurgie kann helfen“, ab 17.45 Uhr „Behandlung von Enddarmkrankungen mit Laser“, ab 18 Uhr „Ständiger Harndrang? Endlich Ruhe für die Blase“ sowie ab 18.15 Uhr „Therapie der Belastungsharninkontinenz bei Frauen und Männern: Gemeinsamkeiten – Unterschiede“. Der Veranstaltungsort liegt im Hauptbahnhof Hannover in der Niki-de-Saint-Phalle-Promenade unter Gleis 2 und 3. Der Eintritt ist frei.



Die Expertinnen und Experten des Kontinenz- und Beckenbodenzentrums informieren in Fachvorträgen. Foto: KRH

# Konkurrenz als Glücksfall

Möbel Höffner seit zehn Jahren an der Opelstraße in Isernhagen. Hausleiter sieht in Nähe zu anderen Möbelhäusern einen Vorteil.

**ISERNHAGEN.** In keiner anderen Region Deutschlands gibt es mehr Verkaufsfläche in Möbelhäusern pro Einwohner als in Hannover und den Umlandkommunen: „Ein Glück für uns“, sagt Dennis Brandt, Chef des Möbel-Höffner-Hauses an der Altwarmbüchener Opelstraße, das vor zehn Jahren öffnete. Denn bekanntermaßen belebe Konkurrenz das Geschäft, und Höffner profitiere von Kundinnen und Kunden, die sich gern in mehreren Einrichtungshäusern in der Nachbarschaft informierten, ehe sie sich zu einem Kauf entschließen. „Möbel finden sie überall, am Ende kommt es auf die Menschen an, die sie beraten“, sagt Brandt.

Knapp 120 Beschäftigte arbeiten seinen Angaben zufolge in dem Möbelhaus, 16 von ihnen gehören zum Personal der ersten Stunde. Aktuell lernen neun Auszubildende ihren Beruf in Altwarmbüchen. Kaufleute im Einzelhandel gehören ebenso dazu wie Fachkräfte für Systemgastronomie und IT-Fachleute, wie Sprecher Mario Koslowski ergänzt. Beide sehen die Investition in den Nachwuchs und langfristig engagierte Beschäftigte als einen wesentlichen Baustein, um sich am umkämpften Markt behaupten zu können.

Denn seit Jahren steht die Möbelbranche samt Einzelhandel unter Druck. Zum einen, sagt Brandt, reagierten die Verbraucherinnen und Verbraucher mit Kaufzurückhaltung auf die wirtschaftlich unsicheren Zeiten. Insbesondere in der Region Hannover nehme er in Gesprächen wahr, wie sehr die VW-Krise die Menschen belaste. „Manch einer wartet jetzt erst einmal mit Käufen ab, wie sich die Situation entwickelt“, hat er beobachtet.



Feiern ihre erfolgreiche Zusammenarbeit: Isernhagens Wirtschaftsförderer Michael Frerking (von links), Höffner-Hausleiter Dennis Brandt und Tim Mithöfer, Bürgermeister der Gemeinde Isernhagen. Foto: Ilona Hottmann

Zum anderen konzentriert sich der Markt seit Jahren zunehmend auf immer weniger Anbieter. So hat die österreichische Kette XXXLutz vor zwei Jahren das inhabergeführte Hesse-Möbelhaus in Garbsen gekauft und im Januar 2025 die Übernahme der Porta-Gruppe mit bundesweit 140 Häusern samt Möbel Boss, Asko und Möbel Letz angekündigt. Diese Übernahme stehe noch unter dem Vorbehalt der Zustimmung der europäischen Wettbewerbsbehörde, teilt ein XXXLutz-Sprecher auf Anfrage mit. Weil die Genehmigung noch ausstehe, gebe es auch keine neuen Details über

das weitere Verfahren. Schon jetzt gilt das 1945 in Österreich gegründete Unternehmen als Branchenriesen in Europa, liegt in Deutschland auf Platz zwei hinter Ikea. Zur Höffner-Gruppe mit bundesweit 25 Möbelhäusern gehören laut Brandt noch Möbel Kraft und Sconto. Gut 15 Jahre lagen zwischen den ersten Ideen zur Jahrtausendwende, Grundstückskauf und Eröffnung – inklusive ungezählter Sitzungen von Firmengründer Kurt Krieger und den Behörden in Isernhagen, der Stadt und der Region Hannover. Krieger investierte seinerzeit etwa 150 Millionen

Euro in den Höffner-Standort und das benachbarte A2-Center, das fast zeitgleich entstand. Gleich mehrere Planungen hätten mehrfach geändert werden müssen, wie Isernhagens Wirtschaftsförderer Michael Frerking im Rückblick sagt. Heute fungiere Höffner mit Unternehmen wie Toyota und Michelmann als Eingangstor der Gemeinde Isernhagen, ergänzt Bürgermeister Tim Mithöfer (CDU). Bei den Verkaufsflächen der Möbelhäuser hingegen sortiert sich Höffner mit 38.000 Quadratmetern im Mittelfeld ein: XXXLutz in Garbsen kommt auf 50.000, Stauder in Hainholz

auf 40.000 und Porta in Altwarmbüchen auf 35.000 Quadratmeter. „Die Region ist geprägt von großen Häusern mit extrem großen Verkaufsflächen – und das seit Jahren“, sagt Karin Schindler-Abbes vom Handelsverband Hannover. Allerdings reduziere sich der Wettbewerb wegen der wachsenden Konzentration durch die Übernahme von inhabergeführten Geschäften. Höffner-Hausleiter Brandt ist überzeugt, dass sich Höffner behaupten wird – nicht nur in den nächsten zehn Jahren: „Unser Unternehmen ist auf Langfristigkeit ausgerichtet.“

Gesundheit

ANZEIGE

# Hochdosiertes CBD Gel mit 900 mg CBD begeistert Anwender

Der wertvolle Wirkstoff Cannabidiol, kurz CBD, wird aus der Hanfpflanze gewonnen und beschäftigt Wissenschaftler auf der ganzen Welt, denn in dem Pflanzenstoff steckt enormes Potenzial, darüber sind sich die Fachleute einig. Aber wie können Millionen Menschen von dem Cannabisstoff profitieren?

Der älteste Hanf-Fund in Europa liegt in Deutschland und wird auf 5500 v. Chr. datiert. Damals war jedoch noch nicht zu erahnen, dass insbesondere der Cannabisstoff CBD einmal einen Siegeszug in der Wissenschaft antreten würde. Heute ist ein regelrechter CBD-Boom ausgebrochen. Kein Wunder, denn anders als der ebenfalls bekannte Cannabisstoff THC (Tetrahydrocannabinol), der für die berauschende Wirkung der Cannabisdroge verantwortlich ist, macht CBD weder „high“ noch abhängig. Sogar die WHO (Weltgesundheitsorganisation) stuft CBD als sichere Substanz mit einem geringen Risiko ein.<sup>1</sup> Zahlreiche Studiendaten deuten bereits darauf hin, dass CBD



Müde und beanspruchte Muskeln? Viele vertrauen dabei auf Rubaxx Cannabis CBD Gel.

einen äußerst vielfältigen therapeutischen Nutzen haben könnte.

**Deutsche Forscher entwickelten erstes Gel mit höchstem CBD-Gehalt pro Tube**  
Auch ein deutsches Forscherteam hat sich umfassend mit den vielfältigen Cannabis-sorten beschäftigt. Mittels eines speziellen CO<sub>2</sub>-Verfahrens konnten sie aus der besonderen Cannabissorte sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren und mit einer Dosierung von mindestens 900 mg CBD in einem speziellen Gel aufbereiten.

Sie brachten nicht nur das erste Gel mit dem höchsten CBD-Gehalt pro Tube in deutschen Apotheken auf den Markt, sondern stellten auch sicher, dass es unter strengen deutschen Pharmastandards mit neuester Technologie hergestellt wird. Basierend auf ihrem Fachwissen über natürliche Pflanzen- und Inhaltsstoffe reichernten die Wissenschaftler das wertvolle Cannabis CBD Gel mit Menthol und Minzöl an –

für eine angenehm pflegende Formulierung bei beanspruchten Muskeln! Dieses hochdosierte CBD Gel ist heute unter dem Namen Rubaxx Cannabis CBD Gel in der Apotheke vor Ort oder online erhältlich.

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Cannabis CBD Gel**  
(PZN 18731655)  
www.rubaxx-cannabis.de

Das CBD Gel  
von RubaXX



RubaXX®

<sup>1</sup>WHO Report Finds No Public Health Risks Or Abuse Potential For CBD. To date, there is no evidence of recreational use of CBD or any public health related problems associated with the use of pure CBD. • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 900 mg CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden 9127601\_020225



DVD-TIPP

GLAUBE, INTRIGEN UND KORRUPTION



Der Papst ist unerwartet verstorben. Kardinal Lawrence ist mit der schwierigen Aufgabe betraut, die Wahl des neuen Papstes zu leiten. Mächtige Kardinäle aus aller Welt reisen für das Konklave nach Rom. Als sich die Türen zur Sixtinischen Kapelle schließen, entbrennt ein Spiel um Macht. Kardinal Lawrence findet sich im Zentrum von Intrigen und Korruption wieder und kommt einem Geheimnis auf die Spur, das die Grundfeste seines Glaubens erschüttern könnte. All das, während Millionen von Menschen darauf warten, dass weißer Rauch dem Schornstein der Kapelle entsteigt. Nach seinem vielfach gefeierten Kriegsfilm „Im Westen nichts Neues“ widmet sich Erfolgsregisseur Edward Berger mit KON-KLAVE einer weiteren Literaturverfilmung, die auf dem gleichnamigen Bestseller von Robert Harris basiert und die vor kurzem mit einem Golden Globe® für das beste Drehbuch ausgezeichnet worden ist.

Lesung und Saxofon

**HANNOVER.** Die Lesung „Ge-reimtes und Ungereimtes“ präsentiert am Sonntag, 16. März, Texte des ehemaligen Chef-dramaturgen der Staatsoper Hannover Klaus Angermann, die als Nebenprodukte im Rahmen der dramaturgischen Arbeit oder von privaten Anlässen entstanden sind. Gedichte treffen auf Alltagsbeobachtungen über Gott und die Welt, wobei von ferne Komplizen wie Christian Morgenstern, Kurt Schwitters oder Robert Gernhardt freundlich grüßen, und es gibt eine Tour de force durch eines der wichtigsten Kapitel der Operngeschichte. Ab 16 Uhr lesen in der Galerie Lortzing Art, Lortzingstraße 1, Christiane Ostermayer und Klaus Angermann. Als dritter nonverbaler Gesprächspartner mischt sich ein Saxophon, gespielt von York Ostermayer, in das Geschehen, das die Texte musikalisch-improvisatorisch kommentiert oder unter-malt. Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird jedoch gebeten. Platzreservierung unter Telefon 0179 / 9634114 oder E-Mail an [info@irlippok.de](mailto:info@irlippok.de). **RED**

Vogelstimmen und Gartenpoesie

Natur in der Stadt erkunden: Das Programm „GRÜNES HANNOVER“ bietet 169 kostenlose Führungen an

**HANNOVER.** Auf 169 Führungen die Natur erkunden: Der Fachbereich Umwelt und Stadtgrün der Landeshauptstadt Hannover hat im Rahmen des Programms „Grünes Hannover“ für 2025 wieder ein umfangreiches und abwechslungsreiches Angebot vorbereitet, um die Menschen für die Natur in der Stadt zu begeistern. Mit den Expertinnen und Experten aus dem Fachbereich sowie mit Unterstützung von externen Sachkundigen und ehrenamtlich Tätigen haben interessierte Menschen von Anfang April bis Ende November die Gelegenheit, Wissenswertes über die Gärten, Wälder, Parks, Friedhöfe und Landschaften in der Stadt zu erfahren. Viele Führungen haben bekannte und beliebte Gartenanlagen zum Ziel, aber es gibt wie in jedem Jahr auch wieder Neues zu entdecken. Bereichert wird das umfangreiche Programm in diesem Jahr mit besonderen Führungen im Rahmen des Veranstaltungsprogramms „700 Jahre Gartenkultur“. In diesem Zusammenhang werden 21 besondere Gartenanlagen aus der Zeit von 1725 bis 2025 vorgestellt, die Hannovers Gartenkultur und Stadtbild geprägt haben. 101 Führungen stellen diese Gartenanlagen in den Mittelpunkt und vermitteln die besonderen Gartenqualitäten aus der jeweiligen Entstehungszeit.

Das aktuelle Programmheft „Grünes Hannover“ ist ab dem 17. März kostenlos beim Hannover-Tourismus-Service am Ernst-Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).

sätzlich möglich: nach Zusage eines adressierten und ausreichend frankierten Rückumschlages (DIN Lang, mit 1,80 Euro für eine Broschüre) an den Fachbereich Umwelt und Stadtgrün (Arndtstraße 1, 30167 Hannover). Die Teilnahme an den Führungen ist grundsätzlich kostenlos. Um Anmeldung unter den jeweils angegebenen Adressen in der Regel die Mailadresse [umweltkommunikation@hannover-stadt.de](mailto:umweltkommunikation@hannover-stadt.de) wird allerdings dringend gebeten, da die Teilnehmendenzahl pro Führung begrenzt ist und nur so auch über eine eventuelle Absage eines Angebots informiert werden kann. Eine Teilnahme von größeren Gruppen ist grundsätzlich in diesem Rahmen nicht möglich.

BEISPIELE AUS DEM PROGRAMM 2025

Das Veranstaltungsprogramm „Grünes Hannover“ startet 2025 am Freitag, 4. April, mit einem Rundgang durch die „Ex-Ben Garten in Herrenhausen und direkt im Foyer beim Fachbereich Umwelt und Stadtgrün, Arndtstraße 1, erhältlich. Der Versand von Heften ist grund-



Natur vor der Haustür entdecken: Die Touren-Reihe „Grünes Hannover“ startet wieder. Fotos: Jeremy Julian / Unsplash, LHH

„Gärten im Wald“, der Expo-Park Süd und der Parc Agricole. „Vögel vor unserer Haustür“ lautet das Thema am Sonntag, 5. April, des Rundganges mit Nadja Gabriel und Wolfgang Froch in Mittelfeld. Von A wie Amsel bis Z wie Zaunkönig wird die Vogelwelt in der Stadt ab 14 Uhr entdeckt. Interessierte, Kinder und Familien sind willkommen. Um den „Stadtfriedhof Stöcken: Grabstätten im Grünen“ geht es am Freitag, 25. April, von 15 bis 17 Uhr bei der Führung mit dem Historiker Dr. Peter Schulze. Der Rundgang thematisiert zudem den Wandel der Bestattungskultur und bietet Einblicke in die Stadtgeschichte und -gesellschaft.

Die Heilpflanzenexpertin Angela Sarti führt am Freitag, 25. April, von 16 bis 19 Uhr durch den Tiergarten Hannover. Die Teilnehmenden können den Frühling im Tiergarten mit der Heilkraft der frischen Blätter und Baumbüten kennenlernen. Zum Abschluss wird aus den vorgestellten Heilpflanzen ein Likör oder Heileisig mit Lindenblüten und anderen Zutaten zum Mitnehmen hergestellt. **RED**

Die Broschüre mit allen Angeboten steht ab sofort als Download unter [hannover.de/gruenes-hannover](http://hannover.de/gruenes-hannover) zur Verfügung. Dort gibt es auch immer aktuelle Informationen zu den Veranstaltungen, zum Beispiel neue Angebote oder auch mögliche Absagen.

Im Wartezimmer

**HANNOVER.** Das Theater Vinolentia zeigt mit „Toc Toc“ am Sonntag, 16. März, ab 20 Uhr in der Warenannahme/Faust, Zur Bettfedernfabrik 3, eine Komödie von Laurent Baffie. Sechs Patienten mit Zwangsstörungen treffen im Wartezimmer eines berühmten Psychotherapeuten aufeinander. Weil der Arzt am Flughafen aufgehalten wird, müssen Sie sich notgedrungen die Zeit vertreiben und kommen ins Gespräch. Jedoch sind die Men-

schen im Wartezimmer nicht nur Patienten, sondern auch sehr individuelle Persönlichkeiten. Dies sorgt für unterhaltsame Missverständnisse und anrührende Momente. Das Stück ist ein temporeiches Plädoyer dafür, seine eigenen Befindlichkeiten nicht allzu ernst zu nehmen und den Eigenheiten anderer Menschen mit Nachsicht zu begegnen. Der Eintritt kostet im Vorverkauf 12 Euro zuzüglich Gebühren, an der Abendkasse 15 Euro. **RED**



Das Theater Vinolentia zeigt „Toc Toc“. Foto: Christoph Jahn

Film über Niki de Saint Phalle

**HANNOVER.** Der biografische Film „Niki“ (2024) erzählt die bewegte Geschichte der Künstlerin Niki de Saint Phalle, Schöpferin der „Nanas“ und Ehrenbürgerin von Hannover. Charlotte Le Bon spielt die Künstlerin, die um 1950 mit ihrem Mann und ihrer Tochter nach Frankreich zieht. Die entsetzlichen Erinnerungen ihrer Kindheit trägt sie stets mit sich, Zusammenbrüche und ein Psychiatrie-Aufenthalt folgen. Doch sie kämpft um die Wahrheit und Befreiung, schießt mit dem Gewehr auf Bilder, die sie mit dem Vater und Patriarchat assoziiert. Ein starker Wille und kreative Urgewalt lassen sie ausbrechen und eine neue Sprache der Kunst erfinden, die von Gewalt, Mut und freier Weiblichkeit erzählt. Und sie sprengt die Grenzen der etablierten Kunstwelt. Das Kino am Raschplatz zeigt „Niki“ am Mittwoch, 17. März ab 20.30 Uhr im französischen Original mit Untertiteln. **RED**

Dem Himmel zu nah

**HANNOVER.** Wie nah kann man der Sonne kommen, ohne zu verbrennen? Mit dieser Frage setzt sich der der aus Kreta stammende Choreograf Andonis Foniadakis in seinem Ballett „Ikarus“ auseinander. Die gleichnamige Figur aus der griechischen Mythologie verkörpert den kühnen Wunsch des Menschen, sich über seine eigenen Grenzen hinaus zu erheben. Seine Geschichte, in der er mit Flügeln ausgestattet wird und gegen die Warnun-

gen seines Vaters Daedalus zu nah an die Sonne fliegt, nur um zu fallen und zu scheitern, hat seit jeher die menschliche Vorstellungskraft beflügelt. In einer Bewegungssprache voller roher, athletischer Energie lotet Foniadakis Grenzen aus. Die nächste Aufführung beginnt am Freitag, 21. März, ab 19.30 Uhr in der Staatsoper Hannover. 45 Minuten vor Beginn gibt es eine Einführung, Eintrittskarten ab 25,50 Euro, ermäßigt ab 6 Euro. **RED**



Ballett von Andonis Foniadakis: „Ikarus“. Foto: Carlos Quezada

Collagen im KunstLaden

**HANNOVER.** Zwei Künstlerinnen, eine Liebe zu Collagen: Arbeiten von Leo Rebella und Monah Hasounah sind noch bis 22. März im KunstLaden, Lister Straße 3 (Lister Platz) zu sehen. Monah Hasounah entwirft Collagen aus vergessenen oder weggeworfenen Gegenständen, die auf ihren Werken zu fantastischen Wesen mutieren, die durch ihre Struktur und Plastizität faszinieren. Sie treffen auf die Collagen von Leo Rebella. Die Künstlerin verwendet hierfür alte Werbeplakat-Motive, zum Teil mit hohem Wiedererkennungswert, setzt diese jedoch mit zum Teil sehr fantasievollen eigenen Erzählungen in einen ganz neuen Kontext und erschafft die Figuren damit neu. Geöffnet ist Montag bis Freitag von 15 bis 19 Uhr und Sonntag von 13 bis 18 Uhr bei freiem Eintritt. **R/HR**

Indie-Pop aus Norwegen

**HANNOVER.** Mildfire geben sich am Donnerstag, 20. März, ab 21 Uhr bei Feinkost Lampe, Eleonorenstraße 18, die Ehre. Das norwegische Duo bringt mit dem aktuellen Album „Kids in Traffic“ hymnische Indie- und Pop-Songs mit, welche die Multiinstrumentalisten selber als eine Mischung aus Steve Reich und Prince verstehen. Die Songs entstanden auf Reisen, „on the road“ eben, und ebenso vielfältig wie eindrucksvolle Reise-Erlebnisse auf und abseits der Straße klingen sie dann auch – ein Album wie ein Mixtape für einen Roadtrip in der Frühlingssonne. Einlass ist ab 20 Uhr, der Eintritt kostet 15 Euro. **R/HR**

Offenes Singen ist inklusiv

**HANNOVER.** In lockerer Atmosphäre gemeinsam singen und die eigene Stimme entdecken: Das ist möglich an jedem Mittwoch von 14 bis 16 Uhr im Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstraße 20. Es handelt sich um einen fortlaufenden Kurs für Menschen mit und ohne Behinderungen, der Einstieg ist jederzeit möglich. Vorerfahrungen sind nicht notwendig. Kursleiterin ist die Sängerin Laura Stanko von „b.voice“, die seit 2018 unter anderem für die musikalische Leitung inklusiver Theaterprojekte verantwortlich ist. Infos und Anmeldung: [kulturbuero-misburg-anderten@hannover-stadt.de](mailto:kulturbuero-misburg-anderten@hannover-stadt.de) oder telefonisch unter (0511) 16831929. **RED**

Live-DJ-Set mit Daenski

**HANNOVER.** Daenski ist mit einem Live-Set am Freitag, 21. März, ab 18.30 Uhr, bei der Kiosk-Session am Musik Kiosk, Georgstraße 35 zu Gast. Die Künstlerin bringt eine vielseitige Mischung auf Vinyl mit, von Jazz und Funk über Breaks zu Latin Music. Der Eintritt ist frei. **RED**



DAS PHANTOM DER OPER - DIE ORIGINALPRODUKTION VON SASSON/SAUTTER

16. Januar 2026 | Theater am Aegi

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

- Hannover 96 - 1. FC Magdeburg**  
29. März 2025: Heinz von Heiden Arena
- Joja Wendt**  
30. März 2025: Theater am Aegi
- Matthias Brodowy**  
31. März 2025: Apollokino
- David Garrett**  
01. April 2025: ZAG-Arena

- The O'Reillys and the Paddyhats**  
03. April 2025: Musikzentrum
- Nino de Angelo**  
04. April 2025: Kuppelsaal im HCC
- Thundermother**  
05. April 2025: Capitol
- Anastacia - #NTK25 Tour**  
05. April 2025: Kuppelsaal im HCC

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



Telefonische Bestellannahme: 0511 12123333, online: [tickets.haz.de](http://tickets.haz.de) // [tickets.neuepresse.de](http://tickets.neuepresse.de)



# Plötzlich Frühling: Kommen meine Pflanzen damit klar?

Zweistellige Plusgrade locken nicht nur Pflanzen aus der Reserve /  
Aber **WER ZU FRÜH LOSLEGT**, kann seinen Gewächsen auch schaden

Eigentlich ist es noch Winter, doch selbst in der kalten Jahreszeit klettern die Temperaturen manchmal in den zweistelligen Bereich. Die ersten Pflanzen, die sich jetzt an die Oberfläche wagen, sind voll auf Kälte eingestellt. Ist ein Wärmeeinbruch für sie also ein Fluch oder ein Segen?

Ein plötzlicher Temperaturanstieg mag für uns Menschen vielleicht anstrengend sein, Pflanzen kommen allerdings gut damit klar, sagt Staudengärtnerin Svenja Schwedtke. Alles, was ohnehin gerade draußen wächst, hat damit kein Problem – Schneeglöckchen zum Beispiel. Auch bereits blühende Gehölze wie Zaubernuss, Kornelkirsche oder Winterjasmin nicht. Sie sind wechselhaftes Wetter gewohnt.

Wie beeinflussen die wechselhaften Temperaturen Pflanzen, die jetzt blühen? Schneeglöckchen, Krokusse und Winterlinge lassen bei Kälte die Blüten und Blätter hängen. Sie richten sich aber wieder auf, sobald es wärmer wird und wachsen weiter. Schaden nehmen sie also nicht. Bei Pflanzen wie etwa Pestwurz verfrieren sogar die Blüten, wenn es kalt ist. Sie treiben aber neu aus, wenn die Temperaturen wieder steigen.

Wen jetzt aber mit den ersten warmen Sonnenstrahlen die Frühlingsgefühle packen, der stellt eventuell Pflanzen nach draußen, für die es eigentlich



noch zu früh ist. Das gilt zum Beispiel für Primeln. „Auf die muss man dann aufpassen“, sagt Schwedtke. Heißt: Wird es wieder kalt, müssen sie zurück ins Warme.

Empfindliche Gewächse auf Terrasse, Balkon oder im Garten hat man vielleicht mit Vlies oder Tannenreisig abgedeckt, um sie vor der Kälte zu schützen. Die

Staudengärtnerin rät, diese Pflanzen aufzudecken, wenn es wärmer wird – um ihnen etwas Luft zu geben, „denn sonst gammeln sie unter der Abdeckung oder treiben zu früh aus“.

Mit den Temperaturen steigt verständlicherweise die Lust auf Gartenarbeit. Vor lauter Taten-drang meinen es manche allerdings zu gut. So sollte man etwa

das Laub nicht von den Beeten harken, weil man den Sprösslingen helfen will. Sie schaffen es nämlich auch ohne unsere Hilfe durch die Laubdecke. Außerdem dienen die Blätter als Frostschutz, falls es doch noch einmal kalt wird.

Das kann man Svenja Schwedtke zufolge jetzt stattdessen machen:

- Unkraut entfernen.

- Gehölze schneiden.
- Werkzeug sichten, säubern und auf Funktionstüchtigkeit prüfen.
- Tomatendünger besorgen, um die Blumenzwiebeln zu düngen.

Gibt es nach einer warmen Phase, in der es trocken geblieben ist, wieder Frost, kann man zudem immergrüne Gehölze gießen.

# KLEINES FEST

8. – 27. Juli 2025  
im Großen Garten

Jetzt Tickets online kaufen.

@kleinesfesthannover  
kleines-fest-hannover.de

Mit freundlicher Unterstützung von

HANNOVER Herrenhäuser Gärten Sparkasse Hannover

# Flohschutzmittel erhöhen Vogelsterblichkeit

Viele Haustierhalter behandeln ihre Hunde und Katzen präventiv gegen Flöhe /  
Doch die Substanzen gelangen in die Umwelt und scheinen Jungvögel zu töten, wie eine aktuelle Studie aus Großbritannien zeigt

Um einen Befall mit Flöhen oder Zecken zu verhindern, behandeln viele Menschen ihre Hunde und Katzen mit Insektenschutzmitteln. Nun konnten britische Forschende nachweisen, dass die giftigen Stoffe in die Nester von Vögeln gelangen und deren Nachwuchs schaden. Einige der verwendeten Substanzen waren früher zum Schutz von Pflanzen vor Schädlingen eingesetzt worden. Der Gebrauch war dann für mehrere Stoffe EU-weit verboten worden – weil eine schädliche Wirkung auf die Natur festgestellt wurde. Doch in der Tiermedizin dürfen die Substanzen weiter verwendet werden.

Die negativen Auswirkungen von Pflanzenschutzmitteln auf Vögel seien gut bekannt, schreiben die Autoren und Autorinnen der Studie. Es gebe aber bisher kaum Untersuchungen dazu, was vergleichbare Stoffe bewirken, die zur Bekämpfung von Parasiten bei Tieren eingesetzt werden.

Sie verweisen darauf, dass sowohl Nutztiere wie Geflügel, Schafe, Schweine und Rinder, als auch Haustiere wie Hunde und Katzen mit chemischen Substanzen zur Insektenabwehr behandelt werden. Die Insektizide sind in Sprays, Shampoos, Lösungen zum auf die Haut tropfen (Spot-on-Präparaten) oder Halsbändern enthalten. Bei Hunden und Katzen würden dabei weiterhin Substanzen verwendet, deren Einsatz in der Landwirtschaft aus Umweltschutzgründen längst verboten ist. Und nach jeder Behandlung blieben für lange Zeit Rückstände im Fell der Tiere haften.

Die Forschenden wollten sich daher ein Bild davon machen, ob und wie die bei Tieren verwendeten Flohschutzmittel in die Natur gelangen. Dazu hatten sie 103 Nester von Blaumeisen und Kohlmeisen auf Spuren der Insektizide untersucht. Meisen, aber auch viele andere Singvogelarten polstern nämlich ihre Nester mit Tierhaaren aus, die sie in der Natur finden.

**BIS ZU ELF INSEKTIZIDE PRO NEST**

Von 20 giftigen Substanzen, nach denen die Forscherinnen und Forscher gesucht hatten, konnten sie 17 in den Tierhaaren aus den Vogelnestern nachweisen. In jedem Nest waren mindestens zwei und bis zu elf verschiedene Insektizide nachweisbar. In allen untersuchten Proben fanden sich Rückstände des Insektengifts Fipronil: Der Einsatz zum Pflanzenschutz in der Landwirtschaft wurde 2013 in der EU untersagt, weil die EU-Kommission davon ausging, dass es Bienenpopulationen gefährdet. Als Flohschutzmittel für Haustiere ist es aber weiterhin legal im Handel erhältlich. Das Gleiche gilt für das Insektizid Imidacloprid, das in etwa 88 Prozent der untersuchten Nester nachgewiesen wurde.

**VÖGEL NEHMEN DIE GIFTE AUF**

Die Substanz Permethrin, die als Pflanzenschutzmittel in der Landwirtschaft verboten ist, aber als Insektizid bei Hunden und Nutztieren eingesetzt wird, fand sich in rund 87 Prozent der Nester. Insgesamt hätten ihre Analysen bestätigt, dass behandelte Tierhaare die wahrscheinlichste Quelle für die Kontami-

nation der Nester seien, heißt es in der Veröffentlichung. Zudem würden Vögel, Eier und Jungtiere die Gifte aufnehmen: über die Haut, durch den direkten Kontakt mit den Tierhaaren im Nest. Aber auch über den Verdauungstrakt. Weil die Vögel mit ihrem Schnabel das Nest bauen und sich das Gefieder putzen, an dem die Stoffe haften können.

„Von 20 giftigen Substanzen, nach denen die Forscherinnen und Forscher gesucht hatten, konnten sie 17 in den Tierhaaren aus den Vogelnestern nachweisen.“

Tatsächlich fanden die Autoren und Autorinnen der Studie klare Hinweise darauf, dass die Insektengifte den Vögeln geschadet hatten. Je größer die Rückstände der Insektizide waren, desto mehr tote Jungtiere oder ungeschlüpfte Eier fanden sich in den Nestern.



In jedem Nest waren mindestens zwei und bis zu elf verschiedene Insektizide nachweisbar. Foto: Imago/Philippe Ruiz

**INSEKTIZIDE AUCH IN GEWÄSSERN**

Das Resultat der Studie passt zu den Ergebnissen früherer Untersuchungen. So war bereits eine höhere Sterblichkeit bei Rebhühnern beobachtet worden, die mit Imidacloprid behandelte Samen fraßen. Wenn sie eine nicht tödliche Dosis aufnahmen, legten sie danach weniger und später Eier. Auch Permethrin hatte Vögeln bereits in anderen Untersuchungen geschadet, und zum Beispiel bei Hühnerembryos zu einem niedrigeren Gewicht und Missbildungen geführt.

Gefährdet sind aber offenbar nicht nur Vögel, die Tierhaare in ihren Nestern verwenden. Vielmehr scheinen die Insektizide auch auf anderem Weg in die Umwelt zu gelangen – mit ungewissen Auswirkungen auf die Natur. So hatten andere Forschende Proben aus britischen Gewässern untersucht. Dabei hatten sie in 98 Prozent der Proben Fipronil und in 66 Prozent der Proben Imidacloprid gefunden. In vielen Fällen wurden dabei zulässige Grenzwerte überschritten. Wahrscheinlich seien die Gifte durch mit Flohschutzmitteln behandelte Tiere in die Umwelt gelangt, lautet auch in diesem Fall das Fazit der Beteiligten.

**WIRKUNG UNTERSCHÄTZT**

Die Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen, die die Vogelnester untersucht hatten, schreiben, die Auswirkungen der tiermedizinischen Produkte auf die Umwelt seien im Vergleich zu denen der landwirtschaftlichen Nutzung „unterschätzt worden“.

Es gebe einen Bedarf an neuen, weniger schädlichen Produkten. Die Forschenden haben auch einen wichtigen Hinweis für Hunde- und Katzenhaltende: Viele von ihnen würden Tierhaare nach dem Bürsten ihrer Tiere bewusst in den Garten legen, damit sich Vögel daraus Nester bauen können. Das sei aber kei-

nesfalls unbedenklich, wenn die Tiere zuvor mit Insektiziden behandelt wurden.

## Mehr Wissen kostet weniger als ein Deutschlandticket.

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

19,90 € für 6 Wochen

Und so geht's: QR-Code scannen, telefonisch 0800 12 34 304 (kostenfrei) oder online bestellen unter [abo.Neuepresse.de/informiert25](https://abo.Neuepresse.de/informiert25)

Neue Presse NP

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland



## HOROSKOP

**WIDDER 21.3.–20.4.**

Sie sehen Probleme in Ihrem Leben, wo keine sind. Lassen Sie sich ablenken und genießen Sie mit netten Menschen, was das Leben zu bieten hat.

**WAAGE 24.9.–23.10.**

Nun besteht wahrhaftig Grund zur Freude. Dunkle Wolken, die den Beziehungshimmel trübten, lösen sich auf. Die gewohnte Harmonie kehrt wieder ein.

**STIER 21.4.–20.5.**

So langsam gewinnen Sie Klarheit über Ihre Ziele. Dennoch sollten Sie keine voreiligen Entscheidungen treffen. Das Blatt könnte sich noch wenden.

**SKORPION 24.10.–22.11.**

Sie bezaubern Ihr Umfeld nicht nur mit Ihrem Charme, es kommt auch noch Ihre Natürlichkeit hinzu, die dafür sorgt, dass man Ihnen zu Füßen liegt.

**ZWILLINGE 21.5.–21.6.**

Neue Bedingungen könnten Anlass bieten, sich nach einem anderen Wirkungsfeld umzusehen. Das würde Ihr Leben grundlegend umgestalten.

**SCHUTZE 23.11.–21.12.**

Gewohnheiten können Sicherheit vermitteln, sie können aber auch einengen. Überlegen Sie ruhig einmal, was Sie gerne in Ihrem Leben ändern würden.

**KREBS 22.6.–22.7.**

Die Welt dürfte freundlicher aussehen, wenn Sie die Situation wieder richtig einschätzen. Beschäftigen Sie sich mit etwas, das die Seele aufbaut.

**STEINBOCK 22.12.–20.1.**

Eine neue Arbeit wird Ihnen viel Freude bereiten. Durch Ihre Beharrlichkeit kommen Sie nun schnell voran. Die positiven Einflüsse halten noch an.

**LÖWE 23.7.–23.8.**

Ruhe bewahren! Die Besserwiserei eines Ihrer Mitmenschen sollten Sie langsam gewohnt sein und dieser daher keine wesentliche Beachtung schenken.

**WASSERMANN 21.1.–19.2.**

Sie bekommen sehr gute Verhandlungsbedingungen. Aber Sie selbst sollten auch einmal ein wenig Lob verteilen. Das tut Ihrem Ansehen keinen Abbruch.

**JUNGFRAU 24.8.–23.9.**

Treiben Sie Auseinandersetzungen mit einem Gesprächspartner nicht auf die Spitze. Sie kämen bei ihm weiter, wenn Sie mehr Entgegenkommen zeigten.

**FISCHE 20.2.–20.3.**

Derzeit ist nicht alles durchzusetzen, was Ihnen vorschwebt. Sie sollten erst einmal den allgemeinen Trend abwarten, bevor Sie etwas Neues planen.


## GEWINNRÄTSEL

Ackerbau	Odins Speer	ital. Abschiedsgruß		dumpher Schlag (ugs.)		Hawaii-Blumenkranz		griechische Unheilsgöttin	selten	indischer Bößer, Asket		Ruf beim Stierkampf	künstl. Hohlgesichtsform		franz. lateinisch: und	
										Skat ausdruck			berlinersich	1		
im Jahre (latein.)		Streitmacht	4					Hinterhältigkeit				8				
	5			italienisch: ja		geometrische Figur									chem. Zeichen für Gold (Aurum)	
													3			
das Ich (latein.)		Insel vor Dalmatien (Ital.)										Papagei Neuseelands	Figur bei Busch			
röm. Zahlzeichen: zwei												heftiger Windstoß			Ab-scheu-gefühl	
			6													
stark metallhaltiges Mineral	Ort im Pfälzer Wald	Figur der Quadrille		männliches Schwein	niederdeutsch: Matsch	100 qm in der Schweiz	chem. Zeichen für Neon		englischer Gasthof	deutsche Vorsilbe		asiat. Nomadenzelt-dorf	verwunderte Frage, wirklich?			
reicher Genießer			2						plastisches Brustbild							
Mutter der Nibelungenkönige				Nachkomme				9				fossiler Brennstoff		7		
durch zwei teilbar								1	2	3	4	5	6	7	8	9

**Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Glaube, Intrigen und Korruption – „Konklave“.**  
**Auf eifrige Rätselfreunde wartet 3 mal 1 DVD als Gewinn.**

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

Alle Lösungen, die bis Donnerstag, 20. März, 17 Uhr, eingehen, nehmen teil.



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

### NOTDIENSTE

<b>Stadt Hannover:</b>	
Allgemeiner Notruf (Polizei)	110
Feuerwehr	112
Retungsleitstelle	
Krankentransport	1 92 22
Gift-Notrufzentrale (05 51) 1 92 40	
Notfallsprechstunde (Zentrum)	11 61 17
Notfallsprechstunde (Nordstadt)	1 23 83 43
Kinderärztliche Notfallambulanz	81 15 33 00
Augenarzt	31 40 44
Zahnärztlicher Notdienst	31 10 31
Zahnärztl. Notdienst (alle Kassen)	6 42 48 08
Privatärztlicher Notdienst*	1 92 57
Privatärztl. Akutdienst* (0 18 05) 30 45 05	
Privatzahnärztl. Notdienst*	8 38 73 03
Zahnschmerz-Notdienst	2 61 42 10
Schwangere in Not (08 00) 6 05 00 40	
Notruf für vergewaltigte Frauen	33 21 12
Tierärztlicher Notdienst	65 51 18 21

### 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



# LESERREISEN

## Tagesfahrten 2025



**Ihr Reisepreis €89**  
Tagesfahrt p. P. inkl. Programm



**Ihr Reisepreis €89**  
Tagesfahrt p. P. inkl. Programm



**Ihr Reisepreis €145**  
Tagesfahrt p. P. inkl. Programm



**Ihr Reisepreis ab €169**  
Tagesfahrt p. P. inkl. Programm

### Frühlingszauber Berlins größte Tulpenschau!

#### Tulipan im Britzer Garten

**Termine Tagesfahrt:**  
16.04.25 | 28.04.25 | 30.04.25  
22.04.25 | 29.04.25

Jedes Jahr im Frühling blühen im Britzer Garten unzählige Tulpen bei der großen Tulpenschau „Tulipan im Britzer Garten“. Tauchen Sie ein ins Tulpenmeer! Mehr Tulpen kann man in Berlin nirgendwo erleben! Im Britzer Garten blühen im Frühling über 100.000 Tulpen zwischen Kirschblüten und Stauden und tauchen den Park in eine unvergleichliche Farbenpracht. Ein Muss für Tulpen-Liebhaber\*innen und alle auf der Suche nach magischen Momenten mitten in Berlin! Neben Krokus, Narzisse, Blausternchen und vielen duftenden Hyazinthen, die alle im Britzer Garten zu tausenden gepflanzt wurden, sind jedoch die Tulpen in ihrer Formenvielfalt und Farbenpracht unschlagbar. Lassen auch Sie sich verzaubern vom magischen Zauber dieses Tulpengartens und genießen Sie den Tag im Britzer Garten.

**Leistungen:**  
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover  
✓ VIP-Eintritt Britzer Garten zum Tulipan um 13.00 Uhr & Parkführung (90 Min. je Grp. 25 Pers.) durch die herrliche Gartenanlage im Frühlingszauber  
✓ Aufenthalt in Berlin bis 16.30 Uhr

### Barlach Haus & Jenischpark Hamburg

#### Kunst im Grünen & Prachtstücke

**Termine Tagesfahrt:**  
06.06.25 | 07.06.25

Unternehmen Sie eine erlebnisreiche Tagesfahrt zum Barlach-Haus in Hamburg, wo Sie die beeindruckenden Werke des Expressionisten Ernst Barlach entdecken können. Das 1962 eröffnete Privatmuseum liegt im Jenischpark, dem schönsten Landschaftsgarten Hamburgs. Reizvoll eingebettet in das weitläufige Gelände am Elbufer, beherbergt der moderne, lichte Museumsbau eine einzigartige Sammlung von Skulpturen, Zeichnungen und Druckgrafiken, die die kraftvolle Ausdruckskraft des Künstlers widerspiegeln. Zahlreiche Hauptwerke des expressionistischen Bildhauers, Zeichners und Schriftstellers Ernst Barlach (1870–1938) sind hier zu sehen, darunter dreißig seiner kostbaren Holzskulpturen. Derzeit wird die Ausstellung »Prachtstücke« gezeigt. Erleben Sie Gemälde von Paul Kleinschmidt im Wechselspiel mit Skulpturen und Zeichnungen von Ernst Barlach. Inmitten des idyllischen Jenischparks gelegen, lädt auch der Park zu einem schönen Spaziergang ein.

**Leistungen:**  
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover  
✓ VIP-Eintritt Barlach Haus Hamburg um 13.00 Uhr & Museumsführung (60 Min. je Grp. 25 Pers.) durch die Ausstellung „Prachtstücke“ & dem Jenischpark  
✓ Aufenthalt in Hamburg bis 16.30 Uhr

### Spargelfahrt 12 Havelseen

#### Auf der MS Bismarckhöhe & Anna Amalia

**Termine Tagesfahrt:**  
06.05.25 | 08.05.25 | 20.05.25 | 22.05.25

ES IST SPARGELZEIT beim erlebnisreichen Tagesausflug über die 12 schönsten Seen Brandenburgs ab/bis Hafen Werder mit der MS Bismarckhöhe mit Kaffee & Kuchen an Bord. Unterwegs legen wir einen Stopp am malerischen Templiner See ein, wo Sie im Waldrestaurant Anna Amalia ein herrliches Spargel-Mittagessen mit Schnitzel erwartet. Genießen Sie die erlebnisreiche Schifffahrt ab Werder vorbei an den Werderaner Havelauen mit Großer & Kleiner Zernsee, Schwielowsee, Templiner See mit Mittagspause im Waldrestaurant Anna Amalie mit Spargel-Mittagessen (350 m Fußweg vom Schiffsanleger zum Restaurant), Tiefer See, Glienicker Lake, Griebnitzsee, Stölpchensee, Pohlesee, von dem kleinen Wannsee auf dem großen Wannsee und zum Jungfernsee.

**Leistungen:**  
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover  
✓ Große Seenrundfahrt 12 Havelseen auf der MS Bismarckhöhe von 10.00 - 16.00 Uhr ab/bis Werder  
✓ Reichhaltiges Spargel-Mittagessen mit Schnitzel vom Landschwein & Petersilienkartoffeln im Restaurant Anna Amalia am Templiner See um 12.00 Uhr  
✓ Kaffeegedeck 2 Tassen Kaffee & 1 Stück frischer Bäckerblechkuchen an Bord  
✓ Erläuterungen des Kapitäns zum gesamten Reiseverlauf

### Auf der Elbe durch die Marschlande

#### Mit MS Serrahn Queen Lüneburg - Hamburg

**Termine Tagesfahrt:**  
07.05.25 | 15.05.25 | 07.08.25 | 11.09.25

Ein Tagesausflug auf vielseitigen Wasserwegen - herrliche Elblandschaften erleben! Eine entschleunigende Reise auf dem Wasser von Lüneburg über das Schiffshebewerk Scharnebeck mit 38m Höhenunterschied auf die Elbe, über Geesthacht und die Nord-erelbe bis zur Dove Elbe und durch die Marschlande bis nach Bergedorf. Gegen Mittag erreichen wir die Schleuse Geesthacht, während im Salon das kalt/warme Mittagessen vorbereitet wird. Gut gestärkt genießen Sie anschließend die vielseitige Flusslandschaft bis nach Hamburg-Bergedorf, wo wir um 17.30 Uhr anlanden und die Rückfahrt mit dem Bus zum Einstiegsort beginnt.

**Leistungen:**  
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover  
✓ Schiffspassage Elbe, Marschlande von Lüneburg nach Hamburg-Bergedorf auf der Serrahn Queen  
✓ Mittagessen an Bord (Buffet kalt/warm & Dessert)  
✓ Erläuterungen des Kapitäns zum gesamten Reiseverlauf der erlebnisreichen Elbtour  
✓ Service & Getränkegastronomie an Bord

**Extrakosten pro Person Frühstück an Bord (nur vor Anreise buchbar):**  
Frühstücksteller Basic ..... € 12,50  
Frühstücksteller Gourmet ..... € 16,50

## 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](http://www.puelmreisen.de)

3902901\_002625



STELLENMARKT

Arbeiten mit

TEMPO & TEAMGEIST

Miteinander füreinander da sein. Das macht uns Johanniter aus. Sie ebenso? Dann kommen Sie in unser Team.

Wir erweitern unseren **medizinischen Fahrdienst** und **suchen ab sofort engagiertes Personal mit medizinischer Ausbildung (m/w/d)** in der Alten-, Gesundheits- und Krankenpflege, als Notfall-sanitäter oder als Medizinischer Fachangestellter.

Ihre Vorteile:  
/ attraktive Vergütung  
/ feste Arbeitszeiten  
/ mehr Zeit für Patientinnen und Patienten  
/ immer in Begleitung von einem Fahrer (m/w/d)

Weitere Infos unter:  
johanniter.de/kvn

**JOHANNITER**

**116 117**

KVN

Kassenärztliche Vereinigung  
Niedersachsen

Jennifer K.

Notfallsanitäterin

L

LANDHAUS

PFLEGE & WOHNEN

Die LANDHAUS Pflege & Wohnen GmbH verspricht Ihren Kunden seit 50 Jahren eine erstklassige Pflege- und Wohnqualität.

Als inhabergeführtes Unternehmen bieten wir unseren Mitarbeitern dabei ein modernes Arbeitsumfeld, das durch persönliche Wertschätzung und optimale Rahmenbedingungen geprägt ist.

Für unsere Pflegeeinrichtung suchen wir:

**Wohnbereichsleitung m/w/d**  
**Pflegefachkraft m/w/d**  
**als Dauernachtwache**

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an:

LANDHAUS Pflege & Wohnen GmbH  
Johannes Tilgner  
Podbielskistrasse 374  
30659 Hannover  
bewerbung@landhaus-pundw.de

www.landhaus-pflege-und-wohnen.de

Wir arbeiten nicht mit Zeitarbeitsunternehmen und Freiberuflern zusammen und bitten von einer Kontaktaufnahme abzusehen.

Schülerjob gesucht?

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

Einfach online oder über WhatsApp bewerben und den QR-Code scannen:

Freie Gebiete:

- Anderten
- Vahrenwald
- Nordstadt
- Bothfeld
- Ahlem
- Vinnhorst
- Stöcken

hallo

wochenende

Telefonische Anzeigenannahme:

0800 / 1 544 233

Kostenlose Servicehotline

www.wochenblaetter.de

hallo

wochenende

EIGENTUMSWOHNUNGEN  
VERKAUF

2-Zi.-Whg. zu verk. Hannover Kleefeld, am Wald, 40,5 m², riesen Balkon, total renoviert, KP 140.000,-€ ☎ D 107 648

BAUGRUNDSTÜCKE  
GESUCHE

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

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

**1-ZI.-WHG.-VERMIETUNG**  
Lehrte zentr., ca. 25m². Blk., möbliert, 360€+NK+3 MMS ☎ (0176) 43 66 46 66

**2-ZI.-WHG.-VERMIETUNG**  
2 Zi.- Whg., 1. OG, Ingeln-Oesselse, 65m², für Single, befristet für 24 Monate ab 01.06.25, KM 580,-€ ☎ (0 51 02) 8 46 97 99

**3-ZI.-WHG.-VERMIETUNG**  
3 Zi.- Wohnung im EG in Barsinghausen, 76qm mit PKW Stellplatz zu vermieten. KM 680,-€ plus NK, ab sofort. ☎ (01 51) 57 33 00 70

HÄUSER GESUCHE

Grünes Zuhause gesucht: 5köpfige Familie sucht Haus/Wohnung mit Garten zum Kauf von privat in/um Döhrener Wölle/Frankenfeldstr./Wiehbergstr./-Hemmingen-Westerfeld. Haben Sie ein Haus in liebevolle Hände abzugeben? ☎ 0 17 36 01 95 38

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

HAUSWERKER / BAUBEDARF

Fliesenleger sucht Arbeit ☎ (01 76) 24 34 10 80

Fassadenverfugung alt und neu, Firma Lada. ☎ (01 52) 58 56 79 36

Dachdecker, Zimmerei, Neueindeckungen, Reparaturen ☎ (0157) 33 37 07 99

DACHDECKER

Dachdecker bietet an! Flachdachs., Garagendach, Gartenhausdach u. Terrasse, Dachpappe, Dachrepar., Dachrinne Reinigung u. Erneuerung, Dachdecker aller Art. Matthias ☎ (0176) 42559229

Dachdeckerarbeiten aller Art, Dachrinnenarbeiten 25% Neukundenrabatt. Firma Söhne ☎ (0 15 73) 2 30 99 12

Kleinflick und Rinne 0511/44497279

ENTRÜMPELUNG

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

www.allesweg24.de  
Der Fachbetrieb für Entrümpelung und Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung. ☎ (05 11) 49 94 95

aktasderpacktdas.de ☎ 0511/5347369  
Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung. Entrümp. & Kleintrans. (01 63) 91 34 97 0

FLIESENLEGER

Fliesenleger + Badsanierung ☎ 0160/97739654

GÄRTNER

Zuverl. u. flexibler Gärtner mit langj. Erfahrung sucht Arbeit. Gartenpflege, Hecken-/Baumschnitt, Vertikutieren, Zaub., Terr.- u. Pflasterarbeiten ☎ 0157/33254341

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

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

Heckenschneldung, Baumfällung, Gartenpflege Preisw. ☎ (01 74) 1 84 42 80

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

Gartenpflege, Heckenschnitt & Baumfällungen preisw. ☎ 01 72 179 01 01

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

Gartenpflege zum FP ☎ 0163/7709224

Gartenarbeit. Inkl. Ents. 051027370745

Gartenpfl. + Vertikutieren 01735656896

Gartenarbeit Inkl. Ents. 0511/96774765

Oskars Gartenarbeiten (015212642016)

HEIZUNG

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

MALER, TAPEZIERER

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

Tapezieren u. streichen, Termine frei! Fa. Hasiani 0511 2281020, 0177 5874281

POLSTERMÖBEL- / TEPPICHREINIGUNG

Fa. Schmeißer ☎ (05 11) 60 44 499

SANITÄRINSTALLATEURE

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

UMZÜGE

Umzüge, Entr., Transp. 0511/71657401  
Umzüge mit Tischler ☎ (05 11) 74 10 47

VERKAUF ALLGEMEIN

Senior E-Scooter von Drive, rot, 3 J. alt, BI 350 envoy 50 Ah m. Regenplane, 6 Km/h, sofort einsatzbereit, 950€. ☎ (01 71) 6 41 39 29

Su. hochwertige Uhr & Schmuckteile. ☎ (01 63) 4 33 14 88

Eckgarnitur, Rolf Benz, 240x230cm, anthrazit, 290€ ☎ (0511)429755

ANKAUF ALLGEMEIN

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

Achtung! Altes gegen Bares für Pelze, Luxus Uhren, Schmuck aller Art, Münzen, Gemälde, Bestecke, Zinn, Kame-ras, Instrumente, Bronzefiguren, Porzellan, Briefmarken ☎ (01 60) 5 51 86 51

!! Achtung Seriöser Ankauf !! Pelze, Näh/Schreibemasch, Porzellan, Handtasch., Zinn, Bleikristall, Möbel, Damenbekl., Schmuck, Münzen, Schallpl. Bücher ☎ (01 63) 6 24 89 11 Frau Kahl

Waffen-Sammler mit Erwerbsberechtigung sucht: Schreckschuss, Luft & Vorderlader, Deko & Salut, Karabiner, Bajonette, usw. ☎ (01 76) 96 45 42 33

Suche Trödel, Zinn, Porzellan, Uhren, Abendgarderobe und Musikinstrumente. Herr August ☎ (01 51) 61 47 90 48

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

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

Kaufe Fotoapparate, Ferngläser, Plattenspieler, Platten. ☎ 0151/29706814

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

Su. defekten und/oder gebrauchten Roller o. Aufsitzmäher (0174) 1515564

Suche Klapprad, Faltrad, Damenrad, ☎ 05 11 34 05 69 89

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

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

Su. Uhren auch defekt ☎ 01605319258

AUTOMARKT

Passat Variant B6 2.0 TDI, HU 01/26 Sportline, AHK, Klima, Bluetooth, 4xEPH, Isofix etc, shadow blue, keine technischen Mängel, fährt gut , Zahnriemen noch ca. 45.000 km, VB 1.900 Euro ☎ 01 76 14 87 85 10

ANKAUF PKW

Bernhardt GmbH kauft Dein Auto aller Art: Unfall, kein TÜV, zu fairen Preisen, kostenl. Abholung ☎ (05 11) 3 52 22 27

ANKAUF MOTORRÄDER

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

Suche altes Moped Motorrad defekt oder total verrostet 0151-11520265

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

CAMPINGFAHRZEUGE  
ANKAUF

Privat su. Wohnmobil/- Wagen. ☎ (01 63) 4 33 14 88

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

Privat sucht Wohnmobil. ☎ (0178) 9221046

Bildung schenkt Freiheit

ora

Kinderhilfe

Werde jetzt Pate!

ALLE TICKETS BEI UNS!

HAZ/NP Ticketshops  
Hannover:

Theater im Aegi  
Aegidientorplatz 2  
HAZ/NP Hannover  
Lange Laube 10

HAZ/NP  
Geschäftsstellen:

Burgdorf • Marktstraße 16  
Langenhagen im CCL • Marktplatz 5  
Neustadt • Am Wallhof 1

HAZ

Tickets

NP

**Tickethotline: 0511 12123333**

SKAN-CLUB  
60 plus

**GOLDENE OSTSEEKÜSTE**  
Morada RESORT KÜHLUNGSBORN

8-Tage-Senioren-reisen

Direkt am Kühlungsborner Ostseestrand verwöhnt das MORADA Resort Kühlungsborn seine Gäste mit komfortabel ausgestatteten Zimmern, stilvollen gastronomischen Einrichtungen, Hallenbad, nostalgischer Leseecke, Einkaufspassage und vielem mehr.

LEISTUNGEN

• Fahrt im Fernreisebus mit WC  
• 7 Übernachtungen in Zimmern mit DU/WC und Bademantel inkl. Halbpension  
• Galabuffet u. Mecklenburgisches Buffet  
• Unterhaltungsabende  
• Kostenlose Nutzung des Hallenbades  
• Betreuung durch das SKAN-CLUB-Team  
• Kofferservice im Hotel nach Bedarf u.v.m.

SONDERREISEN

Besondere Leistungen: **verschiedene Themenbuffets wie Ostsee- oder maritimes Buffet, zwei Ausflüge, Themenabende mit „All incl.-Getränken“, themenbezogene Unterhaltungsabende** u.v.m. Preise p. P. im DZ inkl. HP

OSTSEE-SAISONAUFTAKT

**06.04. – 13.04.2025** ab € 595,-

JUBILÄUMSREISE

**02.11. – 09.11.2025** ab € 498,-  
**09.11. – 16.11.2025** ab € 498,-  
**16.11. – 23.11.2025** ab € 498,-  
**23.11. – 30.11.2025** ab € 488,-

TERMINE 2025

13.04. – 21.04.  
(Ostern, 9 Tage)

21.04. – 27.04.  
(7 Tage)

27.04. – 04.05.

04.05. – 11.05.  
18.05. – 25.05.  
15.06. – 22.06.  
13.07. – 20.07.  
10.08. – 17.08.

875,-

ab Euro

pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension

Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: ab € 175,- - Preisnachlass bei Selbstreise: € 50,- p. P.!

(außer Sonderreisen)

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

Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH • Gehrenkamp 1 • 38550 Isenbüttel [www.seniorenreisen.de](http://www.seniorenreisen.de)

FERIENHÄUSER / -WOHNUNGEN VERMIETUNG

Sellin Sommerdomizil Verpachtung ca. 10 Jahre, mit 2 Wohn. a. 50qm, möbliert, 400qm Grundstück und Pflege, nicht wintertauglich, nur zur Eigennutzung, Erstwohnsitz nicht möglich, Jahrespausch. 5000€+MS+NK+Schul-faauksunft ☎ (0 51 31) 13 89

VERSCHIEDENES

Keller Flohmarkt 22.03 von 10:00-14:00- Birkenstrasse 27, Bohrmaschi-nen, Schleife r, Stichsäge, Tisch Kreis-säge etc., alles zum kleinen Preis, Schrauben, Nägel, Dübel zum ver-schenken.

**Haushaltsauflösung!**  
alles muß raus! Bevorzugt Barzahlung und Sofortmitnahme. Hann.-Buchholz, Tel.:01621885993 Termin nach Verein-barung

**Su. Stelle als Haushaltshilfe bei Senio-ren:** putzen, kochen, Arztbesuche, Ein-kaufsfahrten, PKW ist vorhanden, Be-treuung gerne auch nur zur Gesell-schaft. ☎ (01 63) 2 38 61 83

**Pummelchen.** Ein unvergessliches Er-lebnis, kein GV, ☎ 0152/1820 95 31

**Swarovski Kristallfiguren** gesucht auch Sammlungen ☎ 0 17 49 09 24 34

**Modelleisenbahn, Ankauf** alle Spuren/ ganze Anlagen ☎ 01 51 17 95 77 06

hallo

wochenende

erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

MADSACK Medien  
Hannover GmbH & Co. KG

August - Madsack - Straße 1  
30559 Hannover

www.wochenblaetter.de

E-Mail: info@wochenblaetter.de

**Redaktionsleitung:**  
Christian Käufer

E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

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

**Verantwortlich für den Anzeigenteil:**  
Patrick Bludau

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

**Druck:**  
Druckzentrum Niedersachsen  
Gutenbergsstraße 1, 31552 Rodenberg

**Leserbriefe:**  
Anonyme Zuschriften werden nicht veröf-fentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender un-terschrieben 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 ge-schützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgege-bener Anzeigen oder Änderungen über-nimmt der Verlag keine Gewähr.

**ADA**

Auflagenkontrolle der Anzeigenblätter

BVDA

Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter **BVDA**

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

10726101\_002625

10392701\_002625

10394001\_002625





# Neues Quiz und ein Vampirfilm

Die **magaScene** hat **TIPPS FÜR CINEASTEN** und Filmfreunde

no und Raschplatz gehört für mich einfach zusammen. Wir werden diese Gemeinsamkeit weiter ausbauen.“ Ein Zweigänge-Menü unter dem Motto „Fernost ganz nah“, zehn Fragen für zwei bis vier Personen und tolle Preise sorgen für spannende 70 bis 90 Minuten Unterhaltung und sowohl lukulischen als auch geistigen Genuss. „Mr. Quiz“ verspricht: „Viel Herzblut, Originalität, Emotionen und schöne, knifflige Fragen, damit für jede und jeden etwas dabei ist.“ Das Zweigänge-Menü und den Eintritt kosten die Kinoratefreunde 29,50 Euro. Es gibt tolle Preise zu gewinnen. Dazu zählen: signierte Bücher, eine Flasche Wein, Kinofreikarten, ein Essensgutschein sowie ein zu verteidigender Wanderpokal. Quiz-Beginn: 19 Uhr, Einlass: 16 Uhr, Essen bis 18.45 Uhr. Die nächsten Termine: 24. April, 22. Mai und dann immer am 3. Donnerstag im Monat. Reservierungen unter [www.misterq.de](http://www.misterq.de)

mit einem Smartphone und das Format daher bewusst gewählt. Ganze Serien wurden schon so, optimiert für das Handy, produziert. Wir fanden das eine spannende Idee“. Auch KI kam an verschiedenen Stellen zum Einsatz, allerdings immer nur als Unterstützung, streckenweise bei der Filmmusik und bei wenigen anderen Passagen im Film wie zum Beispiel der Erzählstimme von Dr. van Helsing. Es ist ein filmisches Experiment, so Barthel. Ende Januar wurde der Film einmalig erfolgreich im Apollo Kino gezeigt. Weitere Kinovorführungen sind aber nicht geplant. Kurz zur Story: Der obdachlose Hanno wird von einer alten Vampirin, die in einem jungen Körper steckt, verwandelt. Er soll nun auf eigenen Füßen stehen und durch die Dunkelheit wandeln, allerdings ist sein Verhalten wohl doch noch ein wenig zu menschlich, was einige Probleme verursacht. In verschiedenen Rollen sieht Ihr Niko Elges, Natalie Strunk, Friedel Geratsch, Antonia Schultens, Nele Smollich, Jan-Philipp Voß und Wolfram Hänel. Wer neugierig geworden ist, sollte sich mal den Film-Trailer auf YouTube ansehen. Den ganzen Film gibt es auf DVD direkt hier: [shop.ientertainment.de](http://shop.ientertainment.de)



Stadtmagazin für Hannover **magaScene**

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

## EIN KLEINES STÜCK ITALIEN UND GANZ VIEL AMORE!



DER FIAT 500 ELEKTRO  
AB 129 € MTL. LEASEN<sup>1</sup>

FIAT

Der Fiat 500 Elektro sprüht vor Lebensfreude und trägt die Sonne Italiens im Herzen. So fühlt sich jede Fahrt an wie eine Fahrt in den Urlaub. Sichern Sie sich dieses Gefühl im attraktiven Angebot und erleben Sie den Fiat 500 Elektro bei uns im Autohaus.

### Ausstattungs Highlights:

- 10,25"-Infotainmentsystem mit Android Auto™ und Apple CarPlay<sup>2</sup>
- Klimaautomatik
- 15"-Felgen
- LED-Tagfahrlicht
- Keyless Go

<sup>1</sup> Ein Leasingbeispiel für den Fiat 500 Elektro Limousine mit 70 kW (95 PS)

Leasingsonderzahlung	149,- €	Gesamtfahrleistung	15.000 km
Monatsrate	129,- €	Gesamtbetrag	28.226,63 €
Laufzeit	36 Monate	Überführungskosten	1.190,- €

Kombinierte Werte gem. WLTP: Energieverbrauch 13,0 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse: A.

### Ihr Fiat Partner:



AUTOHAUS HENTSCHEL GMBH  
VAHRENWALDER STR. 141, 30165 HANNOVER  
Tel. 0049 511 35250  
E-Mail: [info@autohaus-hentschel.de](mailto:info@autohaus-hentschel.de)  
[www.autohaus-hentschel.de](http://www.autohaus-hentschel.de)

<sup>2</sup> Kompatibilität vorausgesetzt. Eine Liste der kompatiblen Geräte finden Sie unter [www.uconnectphone.com](http://www.uconnectphone.com). CarPlay, iPhone und Siri sind geschützte Marken von Apple Inc. Google, Google Play, Android Auto und Waze sind Warenzeichen von Google LLC. Um Android Auto auf dem Display Ihres Autos zu verwenden, finden Sie auf [www.android.com/intl/de\\_de/auto](http://www.android.com/intl/de_de/auto) eine Liste der kompatiblen Geräte.

### MISTER QUIZ: NEUES KINOTABLE-QUIZ AM RASCHPLATZ

Ab dem 20. März wird das am Raschplatz 5 ansässige Restaurant „Mister Q“ zum neuen Ort für all- und halbwissende Kinofreunde. Der ausgewiesene Filmexperte und neue „Mister Quiz“ Dr. Siegfried Tesche bietet Filmfans und Cinema Nerds einen anregenden Abend mit vielen Fragen rund um eines der unterhaltsamsten Themen der Welt: Kinofilme. Gastgeber und Veranstalter Chi Trung Khuu freut sich riesig auf die neue Quiz-Reihe, die ab März einmal im Monat stattfinden wird: „Ki-

### HANNOVERATU: EIN VAMPIR-FILM MADE IN HANNOVER

Susi Duhme und Andreas Barthel haben einen Vampirfilm made in Hannover produziert! „Hannoveratu“ heißt das rund 70-minütige Werk nach einem Drehbuch von Marc Mrosk. Was als erstes auffällt, ist das Format. 9:16, also hochkant, ist erst einmal ungewöhnlich, hat aber laut Andreas Barthel seinen Grund. „Gedreht haben wir komplett



## Ehrenamtlich im Einsatz für Menschen

Johanniter: **LUTZ FRICKE** mit Bundesverdienstkreuz geehrt / 22 Jahre Engagement

**HANNOVER.** Angefangen hat es mit Flora, einer jungen Labrador-Hündin, für die ihr Besitzer Lutz Fricke vor 22 Jahren einfach nur „eine sinnvolle Beschäftigung“ suchte. Es wurde daraus ein intensives und bis heute währendes ehrenamtliches Engagement vor allem, aber nicht nur bei der Rettungshundestaffel der Johanniter in Hannover. Zahllose Alarmierungen und Einsätze mit den Rettungshunden und mittlerweile auch einer Drohne bei Tag und bei Nacht, viele gerettete Menschen, der Aufbau einer hochprofessionellen Einsatzeinheit und dabei immer ein offenes Ohr für die Helferinnen und Helfer „seiner“ Staffel. Dazu Sanitätsdienste und Einsätze anlässlich von Hochwasser oder Kampfmittelbeseitigungen, aber auch 2008 anlässlich einer Personensuche im Kongo, nach einem Erbeben 2010 in Haiti oder nach einem Taifun auf den Philippinen (2013). Für diese Leistung wurde dem in Bad Münder lebenden Lutz Fricke durch Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier nun das Verdienstkreuz am Bande verliehen.

Im Berufsleben Polizeibeamter, wurde dem Ersten Polizeihauptkommissar diese höchste Anerkennung, die die Bundesrepublik Deutschland für Verdienste um das Gemeinwohl auspricht, von Dirk Adomat, Landrat des Landkreises Hameln-Pyrmont ausgehändigt. Er würdigte das Engagement von Lutz Fricke in Einsätzen, als Einsatzleiter, fachlicher Berater, Ausbilder und Prüfer und sagte: „Es ist eine Besonderheit, sich in unserer Zeit für andere einzusetzen und ein Vorbild zu sein. In den vergangenen 22 Jahren gab es kaum einen Einsatz der Rettungshundestaffel ohne Sie. Mit Ihrem ehrenamtlichen Engagement übernehmen Sie eine große Verantwortung. Das ist keineswegs selbstverständlich, aber unbezahlbar.“



Lutz Fricke bei der Ehrung mit dem Bundesverdienstkreuz. Foto: JUH/Heun

Lutz Fricke mit dem schwarz-weißen Border Collie Tonks vor neun Jahren. Foto: Johanniter Stefan Simonsen

Im Kreis vieler Mitglieder der Rettungshundestaffel, von denen einige mit ihren Hunden nach Bad Münder gereist waren, weiteren Wegbegleitern, seiner Frau sowie ehemaligen und aktuellen Vorgesetzten wie der Leitenden Polizeidirektorin Nurhan Özdemir, Leiterin der Polizeiinspektion Hannover, bedankte sich Lutz Fricke: „Ich nehme diese Auszeichnung mit großer Freude und großem Stolz, aber auch mit Demut und nicht nur für mich als persönliche Ehrung entgegen. Mein Dank gilt den Menschen und auch unseren Rettungshunden, die mich bei meiner ehrenamtlichen Tätigkeit der vergangenen Jahre begleitet und unterstützt haben und in der Zukunft bei noch bevorstehenden Aufgaben begleiten werden. Ohne dieses starke Team wäre vieles nicht möglich gewesen. Aber auch die Unterstützung der Arbeitgeber spielt bei der Ausübung ehrenamtlichen Engagements eine gewichtige Rolle, die nicht vergessen werden darf.“

Im August 2003 trat Lutz Fricke in Hannover der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. bei und übernahm schon nach kurzer Zeit beim Ortsverband Hannover-Wasserturm die Leitung der Rettungshundestaffel. Der leistungsstarke Neuzugang schuf neue Strukturen, professionalisierte alle Abläufe und setzte sich erfolgreich für wichtige Investitionen bei der Ausstattung ein. 2005 wurde er zusätzlich Fachberater für das Rettungshundewesen im Johanniter-Landesverband Niedersachsen/Bremen. Uwe Beyes, Mitglied im Landesvorstand, schätzt die fachliche und persönliche Zusammenarbeit mit ihm seit zwanzig Jahren: „Ich kenne Lutz Fricke als kompetent, verlässlich und auf konstruktive Art kritisch. Dass wir im Landesvorstand in allen Angelegenheiten des Rettungshundewesens gute Entscheidungen treffen konnten und können, verdanken wir seiner stets guten Beratung.“ Egal zu welcher Tages- oder Nachtzeit der Pieper Alarm

schlägt, Lutz Fricke ist - kurz nach den Hunden, die an der Tür auf ihn warten - abmarschbereit. „Ich bin durch und durch Einsatzmensch“, sagt er von sich selbst. Als solcher zieht er sein Team seit vielen Jahren mit und blickt mit Stolz und Dankbarkeit auch auf die Staffel, denn: „Ohne das Ehrenamt wäre in Deutschland vieles nicht möglich. Und ohne mein Team mit derzeit 17 Menschen und 16 Hunden würde auch in der Rettungshundestaffel nichts gehen.“

➔ Mehr Infos dazu: [www.johanniter.de/juh/lv-nds/br/stolz-auf-euch/einsatzbereiche/rettungshundestaffel/](http://www.johanniter.de/juh/lv-nds/br/stolz-auf-euch/einsatzbereiche/rettungshundestaffel/)



➔ [www.johanniter.de/hannover](http://www.johanniter.de/hannover)

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