

**SCHENKE LEBEN,  
SPENDE BLUT.**

**SPENDE  
BLUT**  
VON DER STIFTUNG KREUZ

7163401\_002626

**Mo** 09.03.2026 Hannover 30161 - Vahrenwald  
16.00 – 19.30 Uhr  
Gemeindesaal der Lukaskirche, Dessauerstraße 2

**Mo** 09.03.2026 Hannover 30625 - Groß-Buchholz  
14.00 – 18.30 Uhr  
MHH - Blutspendezentrale - Gebäude K3, Carl-Neuberg-Straße 1

**Mo** 16.03.2026 Hannover 30625 - Groß-Buchholz  
14.00 – 18.30 Uhr  
MHH - Blutspendezentrale - Gebäude K3, Carl-Neuberg-Straße 1

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



TERMIN  
IM UMRISSE

**möbel stau**  
Die Besten im Norden

**08.03.**  
VERKAUFSOFFENER  
SONNTAG

Deine Stadt Dein Möbel Stau

# hallo HANNOVER OST wochenende

**EPHESUS**  
Wir kaufen Ihr **GOLD**,  
sofort **BARGELD!**

Georgsplatz 3A  
30519 Hannover  
ephesus.de  
0511-3631177

10 ♦ 32. Jahrgang · 7. März 2026

www.wochenblaetter.de

## Ross-Schule lädt zum Infotag

**HANNOVER.** Das Team der Ross-Schule Hannover lädt erneut zu einem Berufsinfotag am Sonnabend, 14. März, von 10 bis 13 Uhr ein. Besucher:innen können sich individuell beraten lassen. Die Schule mit Sitz in der Hannoveraner City bietet die praxisnahen Ausbildungen in Physiotherapie, Logopädie sowie Biologisch- und Pharmazeutisch-technische Assistenz (BTA und PTA) an. Darüber hinaus haben Schüler:innen an beruflichen Gymnasien und Fachoberschulen die Chance, einen höheren Schulabschluss zu erwerben – kombiniert mit ersten Praxiskenntnissen in wählbaren Fachrichtungen, zum Beispiel Gesundheit oder Informatik. Voraussetzung ist der Realschulabschluss. Für den nächsten Ausbildungsbeginn im August/September sind Plätze frei, es gibt keine Fristen.

Weitere Infos unter  
ross-schule.de und diploma.de.

## Hannover hofft auf Nashorn- Nachwuchs

Seite 5



Foto: Florian Petrov

## Kostenloser Fahrrad-Check

**HANNOVER.** Die „Werkstatt für Nachhaltigkeit“ der Beschäftigungsförderung der Landeshauptstadt bietet gemeinsam mit dem Nachhaltigkeitsbüro im März und April wieder kostenlose Fahrrad-Checks an. An vier Terminen im Stadtgebiet werden Fahrräder auf ihre Verkehrssicherheit geprüft und kleinere Mängel direkt vor Ort behoben. Bei größeren Defekten gibt es eine Checkliste für die Reparatur in einer Werkstatt. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Der Check findet jeweils von 10 bis 13.30 Uhr statt, letzte Annahme ist um 12 Uhr. E-Bikes sind ausgeschlossen. Termine: 18. März (Neues Rathaus, Platz der Menschenrechte), 25. März (Döhren, Bürgeramt/Bibliothek), 8. April (Schützenplatz, Bürgeramt) und 15. April (Lindener Markt, Bürgeramt/Bibliothek). Außerdem werden Fahrradspenden für das Projekt „Werkzeuge für Afrika“ angenommen. Weitere Infos: nachhaltigkeit@hannover-stadt.de. **RED**

**Ohne Abzüge:**

Feingold	140,50 €/g
750 Gold	104,25 €/g
585 Gold	81,32 €/g
333 Gold	46,29 €/g
Zahngold	87,70 €/g
Silber	2,07 €/g
Versilbert	40,00 €/kg
Zinn	16,00 €/kg

**Goldankauf Bott**  
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover  
0511/37359069

Seien Sie dabei:  
**DAKIN Handball-Bundesliga**

**Die Recken vs. HSV Hamburg**  
Freitag, 13. März 2026  
Anwurf 19:00 Uhr in der ZAG Arena Hannover

**GOLDANKAUF**  
GOLDSCHMIDT  
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	139,68 €/g
999er Silber	1,58 €/g
750er Gold	104,76 €/g
925er Silber	1,46 €/g
585er Gold	81,71 €/g
333er Gold	46,51 €/g
versilbertes Besteck	40 €/kg
Zinn	16,00 €/kg
Zahngold	89,08 €/g

Stand 03.03.2026  
Lister Meile 50 • 30161 Hannover  
0511/328269

**ABC Wäschendienst GmbH**  
am besten clean  
Wäscherei, Reinigung  
und Mangelservice

Service und Hygiene rund um die Wäsche ...

- Textilreinigung / chem. Reinigung
- Mangelwäsche in 24 Std.
- Bettdecken / Kopfkissen
- Business-Hemden, handgeb.
- Tisch- und Bettwäsche
- Zelte, Planen, Schlafsäcke etc.
- Imprägnierungen
- Gardinen, Vorhänge
- Kittel und Berufsbeleidung

ABC Wäschendienst GmbH  
Öffnungszeiten: Mo–Fr, 6 – 14 Uhr  
Wm Listboje 87 (direkt neben CleanCar)  
30177 Hannover  
Tel. 0511-71 74 67

## Kampagne für mehr Respekt

Mit Plakaten und Videos startet die Üstra eine öffentliche Kampagne – und reagiert auf zunehmende Zahl tätlicher und verbaler Übergriffe in Bussen und Bahnen

**HANNOVER.** „Respekt beginnt bei dir“: So lauten die Schlagworte einer neuen Kampagne der Üstra, mit der das Unternehmen ab Montag, 2. März, in Bussen und Bahnen, an Haltestellen und an öffentlichen Plätzen für mehr Rücksichtnahme bei den Fahrgästen wirbt. Sechs Motive zeigen Beschäftigte des Unternehmens in unterschiedlichen Situationen, die täglich an vielen Stellen im Stadtgebiet Hannover und in den Umlandkommunen für Frust sorgen.

Dazu gehören zu laute Musik der Mitreisenden, abfällige Kommentare, blockierte Plätze für Eltern mit Kinderwagen, unfreundliche Fahrgäste sowie verbale und körperliche Übergriffe. „Wir wollen den Menschen nicht den erhobenen Zeigefinger zeigen“, beschreibt Üstra-Vorständin Denise Hain das Konzept der Kampagne. Stattdessen sollen bewusst positive Signale ausgesandt werden. Jedes Motiv enthalte eine markante Botschaft, die mit einem plakativen „Danke“ verbunden ist und den Betrachter ansprechen soll.

Hain steht für den Slogan „Danke, dass du dir deine Sprüche sparst“, der übergriffiges Verhalten thematisiert, insbesondere Catcalling, also die verbale und nonverbale sexuelle Belästigung im öffentlichen Raum. „Je mehr Menschen das Thema kennen und als Problem wahrnehmen, desto unangenehmer wird es den Tätern, sodass sie es hoffentlich ganz unterlassen“, sagt Lisanne Richter, Aktivistin und Gründerin von „catcallsofhannover“. Mit den Aktivistinnen plant die Üstra am 7. März eine gemeinsame Ankreideaktion an Stadtbahnstationen wie Markthalle, Altenbekener Damm und Lister Platz.

Ohnehin sollen nicht nur die mit Folien beklebten Busse und Bahnen, digitale Ausstrahlungen über das Fahrgast-Fernsehen, Plakate an Litfaßsäulen oder City-Cards in den Restaurants dafür sorgen, dass die Menschen in und um Hannover sensibilisiert werden. Zur Kampagne, die voraussichtlich zehn Wochen laufen wird, gehören auch begleitende Aktionen beim ADAC-Marathon oder der „Respekt-Moment der Woche“ mit Radio 21. „Uns geht es darum, Aufmerksamkeit herzustellen und zum Nachdenken anzuregen“, sagt die Vorständin.

Eine messbare Änderung im Verhalten der Fahrgäste lasse sich wahrscheinlich nicht ermitteln. Aber: Das Unternehmen hoffe auf eine Sensibilisierung. „Wir merken sehr deutlich, dass sich der Umgangston verschärft“, sagt Hain, bei der Üstra für das Personal verantwortlich. Diese Entwicklung schlägt sich auch in den Zahlen nieder. Allein im vergangenen Jahr registrierte die Üstra 51 tätliche und 81 verbale Übergriffe. Regiobus zeichnete je neun Fälle von Körperverletzung und Bedrohung sowie 41 Fälle von Beleidigung, Plakate an Litfaßsäulen oder City-Cards in den Restaurants dafür sorgen, dass die Menschen in und um Hannover sensibilisiert werden. Zur Kampagne, die voraussichtlich zehn Wochen laufen wird, gehören auch begleitende Aktionen beim ADAC-Marathon oder der „Respekt-Moment der Woche“ mit Radio 21. „Uns geht es darum, Aufmerksamkeit herzustellen und zum Nachdenken anzuregen“, sagt die Vorständin.

Etwa 130.000 Euro investiert die Üstra in die Aktion mit digitalen und analogen Elementen. Eine Fortsetzung ist bislang nicht geplant. Gleichwohl betont Hain, die Themen Respekt und Rücksichtnahme beschäftigten das Unternehmen und die Beschäftigten fortlaufend. Sie ermutigt daher die Fahrgäste, aktiv in kritischen Situationen das Fahrpersonal in den Bussen und in den Bahnen, dort über Sprechtafeln, zu kontaktieren.

Etwa 130.000 Euro investiert die Üstra in die Aktion mit digitalen und analogen Elementen. Eine Fortsetzung ist bislang nicht geplant. Gleichwohl betont Hain, die Themen Respekt und Rücksichtnahme beschäftigten das Unternehmen und die Beschäftigten fortlaufend. Sie ermutigt daher die Fahrgäste, aktiv in kritischen Situationen das Fahrpersonal in den Bussen und in den Bahnen, dort über Sprechtafeln, zu kontaktieren.

Hain. Denn die Kampagne solle nicht nur die Aufmerksamkeit der Fahrgäste wecken, sondern auch intern den Mitarbeitenden signalisieren, dass die Üstra die gesellschaftliche Veränderung wahrnehme. „Wir sehen, was unsere Kolleginnen und Kollegen jeden Tag aushalten“, sagt die Vorständin. Zwar ließen sich bestimmte Vorfälle nicht mit einer Kampagne verhindern, aber sie ermöglichte zumindest einen Diskurs.

Etwa 130.000 Euro investiert die Üstra in die Aktion mit digitalen und analogen Elementen. Eine Fortsetzung ist bislang nicht geplant. Gleichwohl betont Hain, die Themen Respekt und Rücksichtnahme beschäftigten das Unternehmen und die Beschäftigten fortlaufend. Sie ermutigt daher die Fahrgäste, aktiv in kritischen Situationen das Fahrpersonal in den Bussen und in den Bahnen, dort über Sprechtafeln, zu kontaktieren.

**JETZT NEU!**

Dein Kaufland-Prospekt ab sofort im Innenteil

**-15% RABATT\*** **PINC** Apotheken

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

Gültigkeit: März/ April 2026  
WWW.PINC-APOTHEKEN.DE

**SILIKONFUGEN**  
vom Fachmann seit 35 Jahren

- im Fliesen- und Natursteinbereich
- an Badewanne und Dusche
- auf Terrasse und Balkon
- im Schwimmbad
- am Glasfalz
- an Fassade und Fenster

Wir erneuern auch gerissene und schimmelige Silikonfugen

**der fuger**  
Lohkamp 44a  
30855 Langenhagen  
Tel.: 0511/78 52 460  
Fax: 0511/78 52 461  
www.derfuger.de

**FRÜHLINGS-COUPON**

**15%**

Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.  
Gültig bis 31.03.26

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

**LEINE APOTHEKE**

vor Ort:  
Leine-Center Laatzen  
Hauptbahnhof Hannover  
Ernst-August-Galerie Hannover  
Misburg · Waldstraße 1  
Kronrode · Kattenbrookstr. 163

online: www.LeineApotheke.de  
Code „FRÜHLING“

# Hilfe bei Blackout im Klassenzimmer

**EINZIGARTIGES PROJEKT:** Coaches begleiten Schüler bei Leistungsdruck und Motivationsblockaden

**B**lackout, Bauchweh, Prüfungsangst und kein Bock – viele Kinder empfinden die Schule als puren Stress. Sie haben Angst, sich zu melden, verstummen, wenn sie einen Vortrag vor der Klasse halten sollen, bleiben in den Arbeiten weit unter ihren Möglichkeiten und schmeißen im schlimmsten Fall sogar die Schule. Tatsächlich gab es noch nie so viele Schulabbrecher in Niedersachsen wie heute.

Um dem entgegenzuwirken, gibt es in Hannover ein deutschlandweit einmaliges Projekt: Wie auch in der Berufswelt für Führungskräfte bietet es ausgebildete Coaches für Schülerinnen und Schüler an. Diese begleiten die Jugendlichen durch Prüfungsangst und Stress. Sie helfen bei Überforderung, lösen Motivationsblockaden und trainieren mit ihnen Techniken zur Entscheidungsfindung und zum Lernen. „Wir coachen sie für Vorträge vor der Klasse und ermutigen sie, sich mündlich zu beteiligen“, sagt Projektleiter Maik Remy.

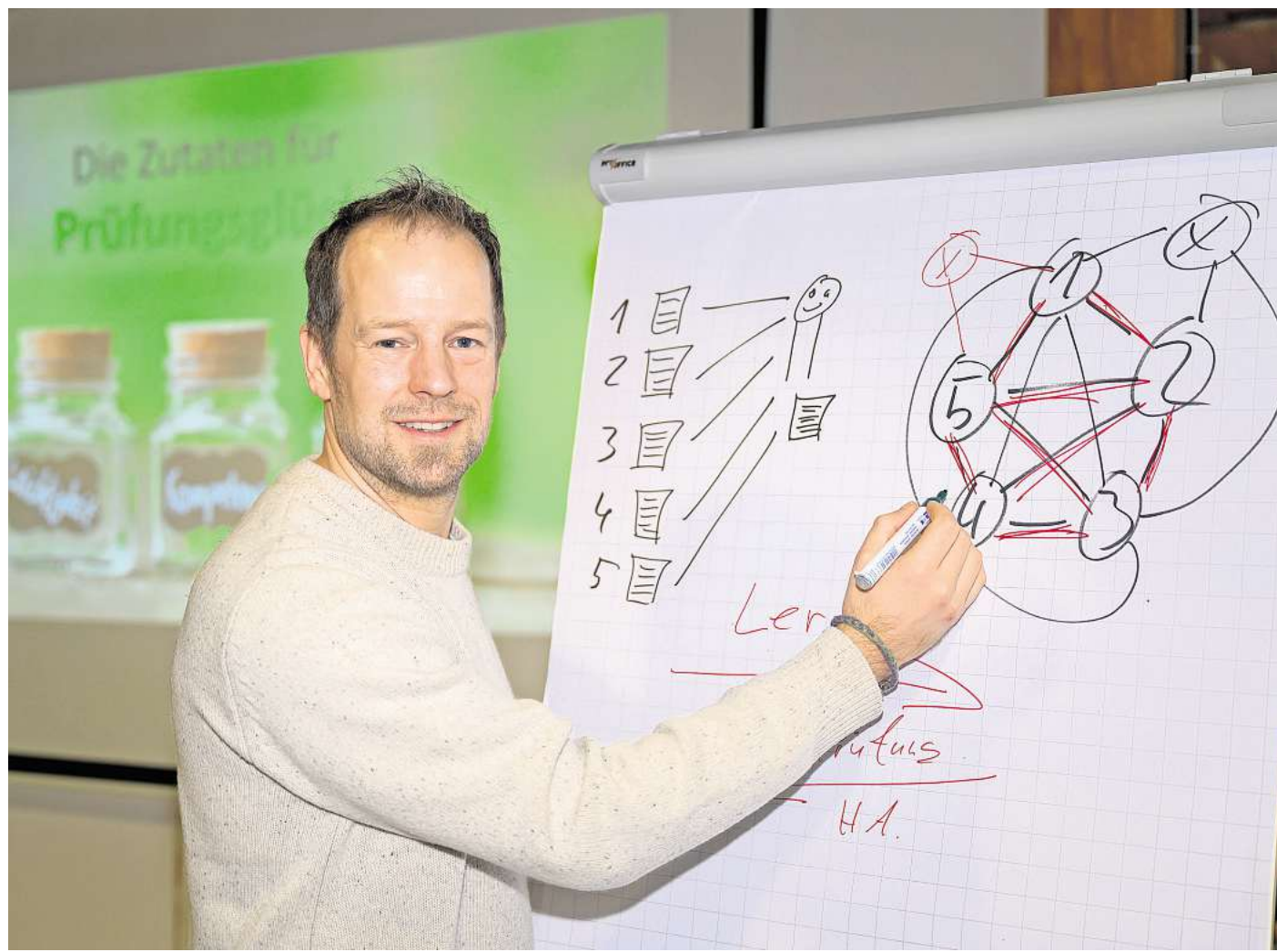
Das Prüfungs- und Auftrittscoaching vom Freiwilligenzentrum und der Rut-und-Klaus-Bahlsen-Stiftung heißt „Du PACst das“, kurz Pac.

„Wir ermöglichen Jugendlichen ein individuelles Coaching – unabhängig von den wirtschaftlichen Verhältnissen“, betont Remy: „Pac begleitet Jugendliche dabei, den komplexer werdenden Schulalltag zu meistern und sicher die richtigen Entscheidungen – etwa in der Berufsorientierung – zu treffen.“

Ganz individuell wird in den Coachings geschaut, was helfen kann. „Das ist sehr komplex: Viele Kinder kommen, weil sie Angst vor Prüfungen haben. Aber bei Angst hilft auch Motivation nicht weiter. Angst blockiert, macht dumm. Mit Angst lernt man nicht“, erklärt Timo Nolle, Erziehungswissenschaftler, Therapeut und Entwickler der Pac-Methode.

Wie sehr die Coachings tatsächlich Selbstbewusstsein geben, erzählt eine Schülerin der IGS Roderbruch. „Als ich im Coaching war, hat sich das sicherer angefühlt, vor allem während der Klausurenphasen“, sagt sie. Besonders geholfen hätten ihr die konkreten Hilfestellungen, die sie erlernt habe, um ihre Angst aktiv zu bekämpfen, erzählt sie und gibt ein Beispiel: „Ich hatte letzte Woche eine Präsentation in Englisch. Eigentlich dachte ich, dass ich Präsentationen schon gut kann. Aber ich hatte dann trotzdem wieder Angst und habe mich vorher noch schnell in eine Ecke vom Klassenraum gestellt und geatmet.“

Hier wird das Besondere an der Pac-Methode deutlich: Denn die Kinder bekommen über die Coaches ein ganzes Tool von Ideen an die Hand. Sie lernen, mehr an sich zu glauben, sich besser vorzubereiten und die Zeitplanung in den Griff zu bekommen. Sie erhalten Lerntechniken und Tricks, wie sie mit Stress oder Misserfolgen umgehen. Atemübungen oder die Klopfmethode, bei der man Akupressurpunkte zur Stressbe-



Lernen ohne Angst: Autor und Workshopleiter Dr. Timo Nolle hat das Coaching zum Einsatz in Schulen entwickelt.

Foto: Jonas Dengler

wältigung abklopft, sind solche Hilfen. Nollers Pac-Coaching beruht auf drei Standbeinen. „Wir zeigen den Kindern, wie sie systematischer lernen und die Inhalte verstehen können, statt nur auswendig zu pauken. Die

Kinder sollen mit Kompetenz in die Prüfung gehen. Das wirkt beruhigend und stärkt das Selbstbewusstsein“, sagt Timo Nolle.

Das zweite Standbein widmet sich dem mentalen Training. „Die Kinder lernen, sich mit der

Herausforderung auseinanderzusetzen. Sie lernen, eine Vorstellung von Erfolg zu entwickeln, trainieren aber auch Atemtechniken, Methoden der Selbstberuhigung, Gelassenheit und Visualisierung.“

Die dritte Ebene ist die Motivation. „Damit ist kein plattes ‚Tschakka, Du schaffst das‘ gemeint. Wir arbeiten gezielt mit den Jugendlichen an ihren Ideen. Denn wer eine Idee hat, auf welches Ziel er hinarbeitet,

ist anders motiviert“, erklärt Nolle.

Entscheidet sich die Schule, das Pac-System für ihre Schülerschaft anzubieten, kommen die Coaches zu einem Infotag und erzählen von ihrer Arbeit. „Wir bieten Pac seit Oktober an. Die Kinder konnten sich nach der Infoveranstaltung direkt bei den Coaches melden – auch ohne, dass die Lehrkräfte davon erfahren“, sagt Sandra Schmidpott, kommissarische Schulleiterin der Elsa-Brändström-Schule.

„Das Programm ist für alle da – sowohl für leistungsschwache, als auch für leistungsstarke Schülerinnen und Schüler“, betont die Schulleiterin. „Auch Kinder im hohen Leistungsspektrum können Schwierigkeiten haben – zum Beispiel, wenn sie zu perfektionistisch sind oder ihrem eigenen Leistungsanspruch nicht gerecht werden.“

Das Freiwilligenzentrum bietet das Programm ab Klasse acht an. Die anbietenden Schulen müssen nur die Organisation übernehmen. Bei Interesse können sie sich im Freiwilligenzentrum bei Maik Remy melden. Für die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen ist das Coaching kostenlos. Sie können selbst entscheiden, wie oft sie es nutzen. Die Finanzierung übernimmt die Rut-und-Klaus-Bahlsen-Stiftung.

„Zu viele Kinder leiden in ihrer Schulzeit oder beenden die Schule ohne Abschluss. Wir wollen ihnen helfen, damit sie eine Zukunft haben“, begründet Sabine Schopp von der Stiftung diese Unterstützung.

**CARL OETTINGER**  
GESUNDHEITSTECHNIK SEIT 1947  
SANITÄR · HEIZUNG · LÜFTUNG

**WASSERSCHADEN?  
HEIZUNG KAPUTT?  
NEUES BAD?  
AUF ZU OETTINGER**

**5% RABATT**  
AUF SERVICELEISTUNGEN\*

Beekestrasse 54  
30459 Hannover  
Telefon: 0511 – 942990

Telefax: 0511 – 9429942  
www.carloettinger.de  
Info@carloettinger.de

\* Jetzt bis zum 30. Juni 2026 5 % Rabatt mit dem Code „Wochenblatt“ auf unseren Kundendienst sichern!

## Hannovers Sport hat jetzt zwei Chefinnen

Anika Brehme ist neue Geschäftsführerin des Stadtsportbundes, Kathrin Battermann beim VfL Eintracht

Das Foto vom Präsidium des Niedersächsischen Fußballverbandes zeigt es eindrucksvoll: 15 Männer sind da zu sehen. Und Karen Rotter, zuständig für Frauen- und Mädchenfußball. „Frauen in Führungspositionen im Sport sind leider immer noch etwas Besonderes“, sagt Anika Brehme.

Die 47-Jährige ist eine solche Frau, die im Sport ihrer Region vorangeht. Brehme ist seit dem 1. Januar Geschäftsführerin des Stadtsportbundes (SSB) Hannover, in dem rund 350 Vereine mit genau 120.439 Aktiven organisiert sind.

Die Schaumburgerin, die mit Ehemann Daniel und zwei Kindern (18 und 16 Jahre) in der Gemeinde Nienstadt wohnt und sich in ihrem Heimatverein SG Liekwegen-Sülbeck-Südhorsten engagiert, hat Sportwissenschaften studiert und als interessante Erfahrung spontan beim damaligen Radprofi-Team La Monta geholfen. Und sie hat seit 2005 Karriere gemacht beim SSB: Sportlehrkraft Bildung, Referentin Vereinsentwicklung, stellvertretende Geschäftsführerin, jetzt Chefin von 100 Mit-

arbeitenden und Teil eines neunköpfigen Präsidiums mit vier Frauen.

„Mein toller Job“, sagt die Frau, die es als Zuspülerin im Volleyball bis in die Oberligamannschaft des TSV Giesen geschafft hat und sich heute mit Rennrad und Yoga fit hält. Breh-

me ist angetreten, um „die Rahmenbedingungen für den Sport zu verbessern und ein guter Dienstleister für Vereine und Sporttreibende zu sein“. Ganz wichtig ist ihr die Unterstützung von Ehrenamtlichen: „Wenn jemand da draußen Formulare nicht versteht, komplizierte An-

träge formulieren muss oder einfach Tipps benötigt: Bitte melden Sie sich, wir sind nah dran an der Basis und können helfen.“

Dann nimmt sie den mitgebrachten Volleyball und spielt ihn zu der Frau, die in ihrem kleinen, aber warmen Büro links neben ihr sitzt.

Kathrin Battermann baggert den Ball lachend zurück. Tatsächlich haben sich beide über die Leidenschaft zum Volleyball und schätzengelert. Die 51-jährige und 1,80 Meter große Frau aus Barsinghausen hat mit dem SC Langenhagen sogar in der zweiten Bundesliga gespielt, nun ist die studierte Sportmanagerin die zweite neue Powerfrau im hannoverschen Sport. Battermann ist seit dem 1. Februar Geschäftsführerin des VfL Eintracht, mit 2472 Mitgliedern in 14 Abteilungen nach Hannover 96 und dem TKH der drittgrößte Verein der Stadt.

Diplomkauffrau Battermann, die mit Ehemann Olaf und zwei Töchtern (14 und 10) in der Südstadt lebt, hat schon einige Stationen hinter sich: Tui, Transdev, prägende Jahre im GOP-Mark-

ting, Antenne Niedersachsen. „Beim VfL Eintracht kann ich alles bündeln, was ich bisher gelernt habe“, ist Battermann überzeugt. Sie sei ohnehin „ein Vereinsmokele, ich habe Sportvereine ganz viel zu verdanken“.

Battermann hofft mit dem VfL Eintracht auf Millionen aus dem „Sportmilliarden-Topf“ des Bundes, es gibt längst detaillierte Pläne zur Sanierung, Renovierung und Weiterentwicklung des Clubgeländes an der Hildesheimer Straße.

Brehme und Battermann sitzen an diesem Vormittag auch zusammen, weil sie einander unterstützen wollen. „Wir Frauen in Führung bilden schnell Allianzen“, ist Brehme überzeugt: „Wir möchten uns der Sache wegen unterstützen.“

„Wir haben den Anspruch, was zu bewegen – und wir können das“, sagt Battermann mit Nachdruck. Es gehe immer um die Sportstadt Hannover und die Menschen, die sie ausmachen. Battermann sagt, was beide bewegt: „Das sportliche Hannover ist schon Spitze, aber da geht noch mehr.“



Haben neue Aufgaben: Die neue SSB-Geschäftsführerin Anika Brehme (rechts) und die neue VfL-Eintracht-Geschäftsführerin Kathrin Battermann.

Foto: Florian Petrow

**Wir suchen Verkäufer (m/w/d)**

**Wir suchen Verstärkung!**

**Heimann**  
Fleischerei • Partyservice

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

**Maik OTHMER**  
Haustür- und Terrassendachstudio

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter  
Fon 0 50 66 / 90 26-0  
www.tischlerei-othmer.de

Bäckerstraße 3A  
31157 Sarstedt-Hotteln

Montag bis Freitag 9 - 18 Uhr  
Samstags 10 - 13 Uhr

**Sonntags Schautag**  
von 13.00 - 17.00 Uhr

2.999,00 €  
inkl. Montage und MwSt.

Das Wetter spielt verrückt, die Preise auch...

Heizen Sie nicht ihr Geld zum Fenster raus!

Jetzt in Energiesparfenster investieren und staatliche Förderung erhalten!

Folgen Sie uns auf

# Tauschkonzert mit Rocklegenden: Scorpions bei „Sing meinen Song“

Mit Klaus Meine und Rudolf Schenker sind **ZWEI ROCKLEGENDEN** aus Hannover dabei. 13. Staffel startet am 14. April, Scorpions sind am 19. Mai zu sehen.

Fans der Show haben seit einigen Tagen schon gerätselt, jetzt ist das Geheimnis gelüftet – oder besser: die Geheimnisse. Die diesjährigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer von „Sing meinen Song – Das Tauschkonzert“ sind just bekannt gegeben worden und mit Klaus Meine und Rudolf Schenker (beide 77) ist sogar Hannover-Beteiligung dabei.

Damit treten die weltberühmten Rockstars in die Fernsehfußstapfen der Fantastischen Vier, die in der vergangenen Staffel als Special Guest für einen Abend dabei waren. Der Sender Vox plant acht Folgen, in einer liegt der Fokus dann auf Meine und Schenker. Die Reise zu den Dreharbeiten nach Südafrika müsste unmittelbar bevorstehen.

Neben den beiden Rocklegenden sind noch Alina Süssgeller (40, Frida Gold), Der Graf (56, Unheilig), Mark Forster (43), Moderator und Sänger Giovanni Zarrella (47), Rapper und Partyschlagersänger Tream (27, „Lebenslang“) sowie Deine Cousine alias Ina Bredehorn (39) am Start. Moderiert wird die Show wieder von Johannes Oerding (44). Der Sänger erfährt großen Zuspruch für seine Art, die Gespräche zu führen, und greift sich den Chefposten nun schon zum fünften Mal.

Während der Ausstrahlung – als Startdatum ist der 14. April anvisiert – ist Oerding auf Tournee und macht wie immer auch Halt in Hannover. Am 25. April



Musiklegenden: Klaus Meine (links) und Rudolf Schenker sind die wohl größten Stars der diesjährigen Staffel von „Sing meinen Song – Das Tauschkonzert“ bei Vox. Foto: Moritz Frankenberg/dpa

spielt der „An guten Tagen“-Star in der ZAG Arena, los geht es um 19.30 Uhr. Karten kosten zwischen 64,50 und 87,50 Euro und sind in den Ticketshops der HAZ (etwa Lange Laube 10) oder auf [tickets.haz.de](https://tickets.haz.de) erhältlich.

Spannend wird, wer von den Künstlerinnen und Künstlern die Scorpions mit ihrer jeweiligen Auslegung ihrer Hits am meisten begeistert. Denn das ist das Konzept von „Sing meinen Song – Das Tauschkonzert“: Bekannte Musikerinnen und Musiker tra-

gen die Lieder der anderen in ihrem ganz eigenen Stil und auf ganz andere Weise vor.

Oft kann das sehr rührend für alle Akteurinnen und Akteure sein. Es wäre nicht das erste Mal, dass es emotional wird und Tränen fließen. Unklar ist bislang,

welche Scorpions-Songs ausgewählt werden: Bei 19 Studioalben haben die Kandidatinnen und Kandidaten die Qual der Wahl – von „Big city nights“ über „Rock you like a hurricane“ und „Send me an angel“ bis „Wind of change“.

**Fleischerei | Partyservice**  
**09.03.2026 bis 14.03.2026**

zum Wochenanfang von Montag bis Mittwoch:  
 Hähnchen-Gemüse-Pfanne ..... 100 g **1,19 €**

**ZIMMERMANN**  
Qualität

**Montag bis Samstag**

**Zimmermanns Schlemmer Tüte:**

- 300 g Mett halb & halb
- 2 Krakauer & ein Schlauch Kartoffelsuppe
- 400 g Hähnchen-Gemüse-Pfanne

**Tüte nur 12,50 €**

**Schnitzel vom Beckinger Strohschwein**  
 aus Kugel oder Oberschale ..... 100 g **1,23 €**

**Kennen Sie schon?**  
**Wienhäuser Landschinken**, geräuchert ..... 100 g **2,79 €**

**Frisch & herzhaft**  
**Leberwurst** grobe Leberwurst oder feine Leberwurst mit Schnittlauch ... 100 g **1,49 €**

**Ganz oder Gar Nicht, Ganze Mettwurst zum Knaller-Stückpreis**

- Strohschwein Stange** ..... **5,90 €**
- Luftgetrocknete Strackemettwurst** ..... **9,50 €**
- mild geräucherte Bauernmettwurst** ..... **7,50 €**

**Tipp vom Chef**  
**Maultaschen-Spinat-Auflauf** mit Bergkäse überbacken ..... 450 g Schale **7,55 €**

**Donnerstag bis Samstag**

**Feinkost zum Wochenende:**

- NEU! Red Cole Slaw, roter Krautsalat** ..... 100 g **1,11 €**
- Toskana-Braten vom Beckinger Strohschwein** ..... kg **10,90 €**
- gefüllt mit Mozzarella, Schmorlormaten und Kochschinken
- Gulasch Halb+Halb** ..... 100 g **1,39 €**

vom 09.03.2026 bis 13.03.2026 **Tagesmenü** Eintopf 4,75 € Menü: 8,50 €

**Montag** Kartoffel-Wirsing-Eintopf mit Rauchfleisch  
 Tortellini mit Putenschinken-Sahnesauce und Erbsen

**Dienstag** Gyrosrahmgeschneitzeltes mit Mais und Champignons, dazu Reis

**Mittwoch** Altdeutscher Schweinebraten mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln

**Donnerstag** Grünkohl mit Bregenwurst und Salzkartoffeln

**Freitag** Paniertes Kabeljaufilet mit Sahnelineisen und Salzkartoffeln

Fleischerei Zimmermann GmbH | Marktstr. 17 | 31303 Burgdorf  
 Telefon 05136/2228 | [www.fleischerei-zimmermann.de](http://www.fleischerei-zimmermann.de)

## Heute: Aquarienbörse in Misburg

**HANNOVER.** Die Vereinsfreunde Hannover Ost e.V. laden für den heutigen Sonnabend, 7. März, zur Aquarienbörse ins Bürgerhaus Misburg ein. Von 15 bis 17 Uhr erwartet Besucherinnen und Besucher eine farbenreiche Welt der Aquaristik. Angeboten werden Aquarienfische verschiedener Arten und Größen sowie kräftige Wasserpflanzen für unterschiedliche Becken – vom Gesellschaftsaquarium bis zum Naturaquarium.

Alle Tiere und Pflanzen stammen aus verantwortungsvoller Hobby- und Vereinszucht. Neben dem Verkauf steht der Austausch im Mittelpunkt: Vereinsmitglieder geben Tipps zu Haltung, Wasserwerten, Fütterung und Aquariengestaltung. Die Börse richtet sich an Einsteiger ebenso wie an erfahrene Aquarianer. Veranstaltungsort ist das Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstraße 20. Der Eintritt kostet zwei Euro. **RED**

## Gutschein

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

ohne Greencard\*  
**10% Rabatt**

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

\*Gültig bis 13.03.2026. Gilt nicht für bereits reduzierte Artikel, Verlagszeugnisse, Geschenkgutscheine, lebende Tiere, Motorgeräte und Artikel von Weber. \*\*Der Greencard Preis ist nur in Verbindung mit der Stanze Greencard gültig.

## Neueröffnung

# Stanzes Gartenwelten

2026

## Rasen Seminar

am 27.03.

Möchten Sie einen grünen Traumgarten mit einem makellosen Rasen? Dann ist das Rasenseminar von WOLF-Garten genau das Richtige für Sie!

Jetzt den QR-Code scannen und direkt online buchen!

## Grillseminare

20.03. Prime BBQ

17.04. American Classic BBQ

Jetzt den QR-Code scannen und direkt online buchen!

## Frühlingsblüher

Abgabe nur im 10er Pack

ab **0.39** pro Stück

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

**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
 Mo. – Sa. 09.00 – 19.30 Uhr  
 So. 12.00 – 16.00 Uhr\*

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

Änderungen in Form, Farbe und Dekor vorbehalten. Es handelt sich ausschließlich um Abholangebote. Abgaben in handelsüblichen Mengen. Bild-, Produkt- und Farbabweichungen sowie Preisrisiko vorbehalten. Alle Preise in Euro. Nur solange der Vorrat reicht! \*Verkauf an Sonn- & Feiertagen gemäß § 4 Abs. 1 Nr. 4a NLOffVZG. Geöffnet 12 bis 16 Uhr (Beratung & Verkauf 13-16 Uhr)

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

**PREMIUM-PARTNER**

**AUSGEZEICHNET 2025/26**

**KOMPETENZ BERATUNG QUALITÄT**

[f](https://www.facebook.com/stanzegartencenter) [i](https://www.instagram.com/stanzegartencenter) [y](https://www.youtube.com/stanzegartencenter) @stanzegartencenter

Unsere neue **Beilage** ist Online



QR-Code scannen und in unserer aktuellen Beilage stöbern.

# „Hier entsteht etwas Gutes“

Die Bauarbeiten für den **NEUEN STEINTORPLATZ** haben begonnen – sie sollen zwei Jahre dauern

**HANNOVER.** Sechs Jahre nach der Vorstellung erster Pläne hat die Stadt Hannover am Mittwoch, 25. Februar, den ersten Spatenstich für den Umbau des Steintorplatzes in der Innenstadt gesetzt. Binnen zwei Jahren soll dieser ein völlig anderes Gesicht bekommen.

## STELE MIT LICHTPROJEKTIONEN ALS BLICKFANG

„Hier wird etwas richtig Gutes entstehen“, versprach Oberbür-

germeister Belit Onay (Grüne). Der Steintorplatz werde eine neue Aufenthaltsqualität bekommen, die dieser bisher nicht habe. Ein „echtes Highlight“ werde vor allem die 30 Meter hohe Stele, die mitten auf dem Platz aufgestellt werden soll. Sie soll das Areal – abhängig von der Tages- und Jahreszeit – mit unterschiedlichen Lichtprojektionen in Szene setzen. Geplant sind außerdem tribünenartige Sitzgelegenheiten an den Rändern des Platzes, mehr Grün,

Wasserspiele mit 42 Fontänen, Turngeräte sowie ein Spielplatz und eine Anlage für Skater.

## NEUE WEGEFÜHRUNG SOLL KONFLIKTE IM VERKEHR ENTSCHÄRFEN

Zudem soll die neue Gestaltung die Konflikte zwischen Rad- und Fußverkehr reduzieren. Aus der Langen Laube kommend sollen Radfahrerinnen und Radfahrer auf der Südseite um den Steintorplatz herumgeführt werden. Markierungen und Pflaster sollen die Trennung der Verkehrsströme deutlich machen.

## BAUSTART ZUNÄCHST SÜDLICH DES PLATZES

Den ersten Spatenstich für das Projekt setzten Oberbürgermeister Onay, Baudezernent Thomas Vielhaber (SPD) und Architekt Stefan Grieger allerdings ein gutes Stück vom eigentlichen Steintorplatz entfernt. Denn die Arbeiten starten an der Kurve südlich vom Bratwurst Glöckle. Von dort soll der erste Bauabschnitt Richtung Münzstraße fortgeführt werden. Die Stadt geht davon aus, dass dieser bis zum Spätherbst 2026 abgeschlossen sein wird. Weitergehen soll der Umbau anschließend am Nordende des Platzes und sich von dort Schritt für Schritt Richtung Platzmitte fortsetzen. Insgesamt rechnet die Stadt mit einer Bauzeit von rund zwei Jahren. Ende 2027 oder Anfang 2028 soll der neue Steintorplatz fertig sein. Bis dahin wird es immer wieder Sperrungen von Flächen auf oder am Steintorplatz geben. Die Kosten für den Umbau kalkuliert die Stadt mit rund 7,5 Millionen Euro.

## VOM UMSTRITTENEN BAUPROJEKT ZUM BÜRGERBETEILIGUNGSPROZESS

Ein Projekt, das einen langen Vorlauf hatte. Ursprünglich wollte die Stadt – damals noch unter der Regie von Baudezernent Uwe Bodemann – zwei große Gebäude auf dem Steintorplatz errichten. Dagegen gab es heftigen Widerstand aus der Bevölkerung. Die Verwaltung führte daraufhin eine umfangreiche Bürgerbeteiligung zur Zukunft des Steintors durch, die 2019 ihr Ende fand. 2020 entschied das Landschaftsarchitekturbüro Grieger Harzer aus Berlin den Wettbewerb für die Gestaltung des Platzes für sich.



Bald: Höhepunkt auf dem Platz soll die 30 Meter hohe Stele sein.

Fotomontage: Grieger Harzer Architekten



Jetzt: Der Steintorplatz wirkt nicht nur in den Augen von Architekten trostlos.

## KOMPLEXE PLANUNG WEGEN U-BAHN UND LEITUNGEN

Dass seitdem fast sechs Jahre bis zum ersten Spatenstich vergingen, begründete Baudezernent Vielhaber mit dem komplizierten Baufeld. „Schon die statische Verankerung der Stele war nicht einfach, weil wir die U-Bahn darunter berücksichtigen mussten“, erklärte er. Architekt Grieger berichtete zudem von vielen Leitungen und Kanälen im Untergrund, die ebenfalls bei den Planungen beachtet werden mussten.

## VERSICKERUNGSKONZEPT FÜR REGENWASSER

Aufwendig sei auch die Planung der Entwässerung des Platzes gewesen. Denn das Ziel sei, möglichst viel Wasser direkt vor Ort im Boden zu versickern und dieses nicht wie bisher direkt in die städtischen Kanäle zu leiten. Das soll auch den Bäumen und Pflanzen am Steintor guttun. Weitere Verzögerungen entstanden durch Änderungswünsche der Politik, die unter anderem auf eine klare Trennung von Rad- und Fußverkehr gepocht hatte. Zuletzt spielte dann auch das Wetter nicht mit, wodurch sich der Baustart erneut verschob.

## STEINTOR ALS TEIL DES GRÖßEREN CITY-UMBAUS

Geht es nach Oberbürgermeister Onay, soll die Umgestaltung des

Steintorplatzes jedoch nur ein Baustein eines größeren Umbaus der City sein. Deutliche Veränderungen werde es auch in der Schillerstraße, am Opernplatz und in der Karmarschstraße geben, die ebenfalls ein neues Gesicht bekommen sollen. Der Spatenstich am Steintor sei „ein guter Start für die Innenstadt“.

## STADT HOFFT AUF PRIVATE INVESTITIONEN IM UMFELD

Die Umgestaltung soll den Bereich des Steintors allerdings deutlich darüber hinaus verändern. „Wir setzen darauf, dass die öffentlichen Investitionen auch zu privaten Investitionen im Umfeld führen werden“, erklärte Baudezernent Thomas Vielhaber (SPD) beim ersten Spatenstich. Rund 7,5 Millionen Euro lässt sich die Stadt den Umbau kosten. Wenn es gut läuft,

könnten zu den 7,5 Millionen Euro, die die Stadt investiert, noch deutlich höhere private Investitionen am Steintor dazu kommen.

## KLAGESMARKT DIENT ALS VORBILD FÜR ENTWICKLUNG

Als Vorbild taugt der Klagesmarkt. Den wenig attraktiven Parkplatz baute die Stadt zu einem von Bäumen gesäumten Boulevard um. In zwei Bauabschnitten entstanden eine neue Zentrale für die städtische Wohnungsgesellschaft Hanova sowie Wohnungen und Geschäfte. Doch auch rund um den Klagesmarkt herum setzten rege Bautätigkeiten ein.

Hauseigentümer renovierten ihre Immobilien. Die Baumgruppe errichtete an der Ecke zur Arndtstraße ein NH-Hotel. In der Nikolaistraße baute Gund-

lach ein Mehrfamilienhaus mit Eigentumswohnungen. Die Hanova wiederum sanierte die Immobilie Klagesmarkt 17 mit einem Netto-Markt im Erdgeschoss sowie fast 100 Mikroapartments.

So soll es auch am Steintor laufen. Eigentlich sollte schon längst der Bau eines Hotels auf der Südseite des Platzes starten, wo früher eine Spielhalle stand. Verantwortlich für das Projekt ist die Braunschweiger Volksbank-Tochter Brawo-Re. Sie passte zwischenzeitlich die Planungen an, stockte den Entwurf für das Gebäude von zehn auf elf Geschosse auf.

Trotz der Verzögerungen und einer schwierigen Marktlage zeigt sich Baudezernent Vielhaber optimistisch. „Da hat es Gespräche gegeben. Wir gehen weiterhin davon aus, dass das kommen wird“, sagte er dieser Redaktion.

## UNEINIGKEIT DER EIGENTÜMER BREMSST ENTWICKLUNG IM NORDOSTEN

Weniger Hoffnung hat er mit Blick auf die an der Nordostseite des Steintorplatzes gelegenen schmucklosen Flachdachbauten. Der Gebäudekomplex an der Nordmannpassage gehört einer Vielzahl verschiedener Eigentümer, die sich bisher offenbar nicht auf einen Umbau der Immobilien einigen konnten. Das mache eine Entwicklung schwierig, räumte Vielhaber ein.



Mit jahrelanger Verspätung setzte die Stadt den ersten Spatenstich für den neuen Steintorplatz. Baudezernent Thomas Vielhaber (links), Architekt Stefan Grieger, Belit Onay (rechts) sind eifrig am schaufeln. Fotos (2): Ilona Hottmann

## Maik OTHMER

Haustür- und Terrassendachstudio

4.999,00 €

inklusive Montage

### Alu-Terrassendach

Maße: 4000 x 3000 mm

inkl. 10mm Verbund Sicherheitsglas in 3 verschiedenen Farben

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter  
 Bäckerstraße 3A Mo bis Fr 9 – 18 Uhr  
 Sarstedt-Hötteln Samstags 10 – 13 Uhr  
 Fon 0 50 66 / 90 26-0 www.tischlerei-othmer.de Folgen Sie uns auf

Sonntags Schautag von 13.00-17.00 Uhr!

AnzeigenSpezial

## Neustart am Engelbosteler Damm

Der Vodafone-Shop in der Nordstadt präsentiert sich mit neuem Team

Frischer Wind, neue Gesichter, bewährte Qualität: Im Vodafone-Shop am Engelbosteler Damm hat ein Personalwechsel stattgefunden – und das neue Team startet mit voller Energie, echter Begeisterung und einem klaren Anspruch neu durch. Ziel ist es, nicht nur Tarife zu verkaufen, sondern Lösungen zu schaffen, die perfekt zum Lebensstil der Kundschaft passen.

Der Engelbosteler Damm steht wie kaum eine andere Straße in Hannover für Vielfalt, Kultur und Begegnung. Zwischen charmanten Cafés, internationalen Restaurants, kleinen Boutiquen und duftenden Patisseries pulsiert hier das Leben – lebendig, bunt und immer in Bewegung. Genau dieses Lebensgefühl greift das Vodafone-Team auf: modern, offen, nahbar und persönlich. Der Vodafone-Shop soll ein Ort sein, an dem Technik verständlich wird, Beratung ehrlich ist und man sich willkommen fühlt.

### Tool-gestützte Beratung zur Vertragsoptimierung

Ob Privatkunde oder Geschäftskunde – in den modernen Räumen neh-



Das neue Team am Engelbosteler Damm freut sich auf neue und bekannte Gesichter.

men sich die freundlichen Mitarbeiter für ihre Kunden. Wer einen neuen Mobilfunktarif sucht, der wirklich zum Nutzungsverhalten passt, das neueste Smartphone entdecken oder das aktuelle Gerät optimal ergänzen möchte, wird hier transparent, individuell und mit dem Blick für das Wesentliche beraten. Mit dem Bedarfanalyse-Tool hilft das Team, das

passende Angebot zusammenzustellen, egal von welchem Anbieter der Neukunde kommt. Das gilt auch, wenn ein zuverlässiges Internet für Zuhause oder ein leistungsstarker Festnetzanschluss benötigt wird. Darüber hinaus werden Unternehmer individuell und mit dem Blick für das Wesentliche beraten. Mit dem Bedarfanalyse-Tool hilft das Team, das

### Young-Tarife für die neue Generation

Gerade zum Semesterwechsel, wenn viele Studierende nach Hannover ziehen oder innerhalb der Stadt umziehen, ist das Vodafone-Team aus der Nordstadt der ideale Ansprechpartner. Neues WG-Zimmer, erste eigene Wohnung oder Umzug ins Studentenapartment – die Experten sorgen

dafür, dass das Internet schnell läuft, der Tarif flexibel bleibt und der Kunde vom ersten Tag an bestens vernetzt ist. Attraktive Angebote und clevere Lösungen speziell für junge Menschen gehören selbstverständlich dazu.

### TV auf allen Geräten – mit der GigaTV Mobile-App

Die Experten vor Ort sorgen dafür, dass die Kunden zuhause Fernsehen können. Von der TV-Grundversorgung (Kabel-TV) bis hin zu Premium-TV inklusive Streaming – im Vodafone-Shop erhalten die Kunden alles aus einer Hand. Wer mehr Entertainment wünscht, ist mit GigaTV bestens bedient: Noch mehr TV-Sender, auch die privaten Sender wie RTL, Pro7 oder Sat1 in HD, viele Pay-TV-Sender inklusive – GigaTV lässt sich über den Kabelanschluss oder übers Internet nutzen – unabhängig vom Internet-Anbieter. Mit der GigaTV Home Box kann man außerdem auf Sender-Mediatheken und die Vodafone Videothek zugreifen.

Und das ganze Programm lässt sich dank der GigaTV Mobile-App flexibel zuhause oder unterwegs auf mobilen Geräten nutzen.

## Verbunden

mit unserer Stadt



Vodafone in Hannover – neu gedacht, persönlich gemacht.

**Vodafone Shop**  
**Paulstraße 2**  
**30167 Hannover**  
**Tel. (0511) 79 097 855**



Im Jahr 2016: Thomas Schaaf als Trainer von Hannover 96. Foto: Peter Steffen/dpa

# NP-Anstoß mit Werder-Legende Schaaf



Scannen Sie den QR-Code und gewinnen Sie mit etwas Glück Karten für die Talkshow



**THOMAS SCHAAF** – Double-Trainer, Dauerbrenner, Fußball-Lehrer – und jetzt unser Talk-Gast: So können Sie dabei sein

Er ist eine der prägenden Persönlichkeiten des deutschen Fußballs – als Spieler, Trainer und Funktionär. Nun kommt Thomas Schaaf nach Hannover: Am 8. April ist die Werder-Legende zu Gast bei der 180. Ausgabe des NP-Anstoßes in der Alten Druckerei. Kaum jemand hat den Fußball so gelebt wie er. Mehr als vier Jahrzehnte verbrachte Schaaf bei seinem Heimatverein Werder Bremen – zunächst als kompromissloser Verteidiger, später als Jugendtrainer, Chefcoach und technischer Direktor. Über 260

Bundesliga-Partien absolvierte er im Werder-Trikot, gewann den Europapokal der Pokalsieger und prägte als Trainer die erfolgreichste Ära der Vereinsgeschichte: drei DFB-Pokalsiege, die deutsche Meisterschaft 2004, das legendäre Double – dazu zahlreiche Europapokalnächte, die in Bremen bis heute unvergessen sind. Auch in Hannover ist Schaaf kein Unbekannter. Nach dem Ende seiner ersten Bremer Amtszeit 2013 folgten Stationen bei Eintracht Frankfurt und in Han-

nover. 96 übernahm er 2016 zur Rückrunde in höchster Abstiegsnot – Tabellenplatz 17, der Klassenerhalt als einzige Mission. Nach elf Spielen und nur einem Sieg endete das Engagement jedoch vorzeitig. Aktuell ist Schaaf als strategischer Berater beim VfB Oldenburg tätig. Im vergangenen Jahr erschien in Zusammenarbeit mit Autor Daniel Cottäus die Biografie des Fußballlehrers. Das Buch gewährt tiefe Einblicke in Schaafs Wirken und seinen Einfluss auf den deutschen Fußball – und erzählt

neben großen Erfolgen auch persönliche Geschichten. Ein besonderes Detail: Pro verkauftem Exemplar geht ein Euro an den Verein Trauerland e.V., dessen Arbeit Schaaf seit vielen Jahren als Botschafter unterstützt. Gesprächsstoff gibt es also reichlich – nicht nur mit Blick auf seine bewegte Karriere und seine Zeit bei Hannover 96. Auch das Aufstiegsrennen in der 2. Bundesliga dürfte nach dem dann absolvierten 28. Spieltag für Diskussionsstoff sorgen. Mit auf dem Podium sitzen wie ge-

wohnt Fußballlehrer Alexander Kiene, NP-Chefredakteur Carsten Bergmann, NP-96-Chefreporter Dirk Tietenberg sowie Fußballlegende Julian Börner. Sie möchten live dabei sein? Dann sichern Sie sich Ihre Chance: Wir verlosen 15 mal 2 Tickets für die 180. Ausgabe des Kult-Talks. Scannen Sie den QR-Code, registrieren Sie sich auf unserer Aktionsseite – und mit etwas Glück erleben Sie Thomas Schaaf am 8. April ab 18 Uhr live in der Alten Druckerei.

**KLEIN** Bad-Konzepte Badausstellung  
Ausstellung und Verkauf auf **150 m²**

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

**Förder- und zuschussfähig:**

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

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

**Bei Kribbeln, Brennen und tauben Füßen**

**Beratungstag\*** zum Thema „Polyneuropathie“ (auch telefonisch möglich)  
Di. 17.03.2026  
Jetzt anmelden und Testangebot sichern!  
☎ 0511 - 70 18 78

\*keine Diagnostik

**Annen-Apotheke**  
Apothekerin Evgenia Tettelbaum e.Kfr.  
An der Lutherkirche 19 | 30167 Hannover  
Mo. - Fr. 08.30 - 18.30 Uhr | Sa. 09.00 - 13.30 Uhr

## Ein neuer Bulle für Nashorn Maisha

Partner Nasor soll für Nachwuchs im Zoo Hannover sorgen. Er kommt aus dem Tierpark in Rotterdam.

**HANNOVER.** Ein Blick auf die vielen Kameras am Zaun – und das fünfjährige Spitzmaulnashorn Nasor dreht wieder ab. Es scheint, als stünde er vor der Schiebeklappe, durch die der Tierpfleger Carsten HeiB ihn gerade erst nach draußen gelassen hat. Doch der Schein trügt. Nur wenige Augenblicke später kommt Nasor zurück in sein Gehege – mit einem Büschel Heu zwischen den spitz geformten Lippen.



Gut eingelebt: Seit Anfang Dezember ist der 5-jährige Nashornbulle Nasor im Zoo Hannover zuhause. Foto: Florian Petrow

Der junge Bulle zog bereits am 1. Dezember des vergangenen Jahres im Erlebniszoo ein, erzählt Tierpfleger HeiB. Bevor er offiziell der Öffentlichkeit vorgestellt wurde, habe er sich aber erst einmal richtig einleben sollen. „Das ging bei ihm wirklich erstaunlich schnell. Nach zwei Tagen konnten wir ihn schon duschen und ihn dann auch schnell an die Tagesabläufe hier gewöhnen“, so HeiB. Nasor kam aus dem Zoo in Rotterdam nach Hannover – dorthin wiederum zog vor wenigen Wochen der Nashornbulle Kito um. Der Wechsel erfolgte als Teil des Europäischen Erhaltungszuchtprogramms (EEP), das für bedrohte Tierarten Tiere zwischen Zoos vermittelt. Ziel sei es, genetisch stabile Back-up-Populationen aufzubauen, erklärt Kurator Robin Walb. Nasor wurde also nach Hannover geholt, um hier mit der Nashornkuh Maisha für neuen Nachwuchs zu sorgen. Mit Kito sollte sie keine Jungtiere be-

kommen, da die beiden miteinander verwandt sind, so Walb. Dieser soll nun in Rotterdam die dortige Nashornkuh Naima kennenlernen. Wann und ob ein Nashornkalb zu erwarten ist, steht derzeit aber noch in den Sternen. So würden die Bullen eigentlich erst mit sieben oder acht Jahren geschlechtsreif, es hätten aber auch schon fünfjährige Bullen Kalber gezeugt, erklärt der Tier-

pfleger. „Nasor zeigt bereits klassisches Bullenverhalten“, sagt Walb. „Er markiert sein Gehege und zeigt deutliches Interesse an Maisha.“ Vorerst lernen sich die beiden aber noch über die Mauer hinweg kennen. Ein direktes Aufeinandertreffen wollen die Pfleger nicht überstürzen. Über das EEP tauscht der Zoo Hannover im Übrigen nicht nur Nashörner, sondern all seine

Tierarten. Aktuell wird über das Programm auch ein neues Zuhause für die Giraffenkuh Niobe gesucht. Seit dem Tod der zweiten Giraffendame Jamila lebt sie allein in der Themenwelt Sambesi und soll möglichst bald wieder in eine Herde integriert werden. Gespräche dazu liefern bereits, sagte Zoo-Sprecherin Simone Hagenmeyer – spruchreif sei allerdings noch nichts.

**MIX Markt**  
Angebote gültig: Montag 09.03. - Samstag 14.03.2026\*

Schweine-Schulter ohne Knochen 1 kg <b>4.99</b>	Schweinenaugen mit Knochen 1 kg <b>4.99</b>	Fassbier versch. Sorten <b>2.00</b> pro 1 Liter
Schweinelachse 1 kg <b>5.99</b>	Schweine-Bauch wie gewachsen 1 kg <b>3.99</b>	Halal Pelmeni mit Hähnchen- und Rindfleischfüllung, 1/2 kg Pack <b>5.55</b> HAMMER PREIS
Hackfleisch vom Schwein 1 kg <b>3.59</b>	Schälrippen vom Schwein 1 kg <b>3.99</b>	Buchweizen mit Dampf behandelt 800 g Btl, 1 kg = 1,99 <b>1.59</b> HAMMER PREIS
Marinierte Holzfällersteaks aus der Schweine-Schulter 1 kg <b>3.99</b>	Schweinebauch mariniert ohne Knochen in Scheiben 1 kg <b>6.99</b>	Eingelegte Tomaten, auch scharf je 1450 g Gl, Abtr. 1 kg = 3,37 <b>2.79</b> HAMMER PREIS
Hähnchenschinken ohne Knochen mit Haut, mariniert 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung <b>7.99</b>	Hähnchenkeule mariniert 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung <b>3.99</b>	Eingelegte Gurken „Hrustjaschie“ 900 ml Gl, Abtr. 1 kg = 3,98 <b>1.79</b> HAMMER PREIS
Zwiebeln oder Kartoffeln je 5 kg Sack, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung, 1 kg = 0,36 <b>1.79</b> HAMMER PREIS	JE 5 KG SACK	„Smietana Polska Naturalna“ Saure Sahne, 18% Fett, 200 g Pack, 1 kg = 4,50 <b>0.90</b> HAMMER PREIS
		Croutons-Brottsack versch. Sorten je 50 g Pack., 1 kg = 11,80 <b>0.59</b> HAMMER PREIS

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

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

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

Mo-Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 19:00 Mix Markt Hannover Inhaber: Dmitri Kuschiyu Schierholzstr. 128 30655 Hannover

# „Ich möchte Theater für alle machen“

**LENA BRASCH** ist eine der wichtigsten jungen Regisseurinnen. Nun inszeniert sie zum zweiten Mal in dieser Spielzeit am Schauspiel Hannover. „Gewässer im Ziplock“ heißt das neue Stück.

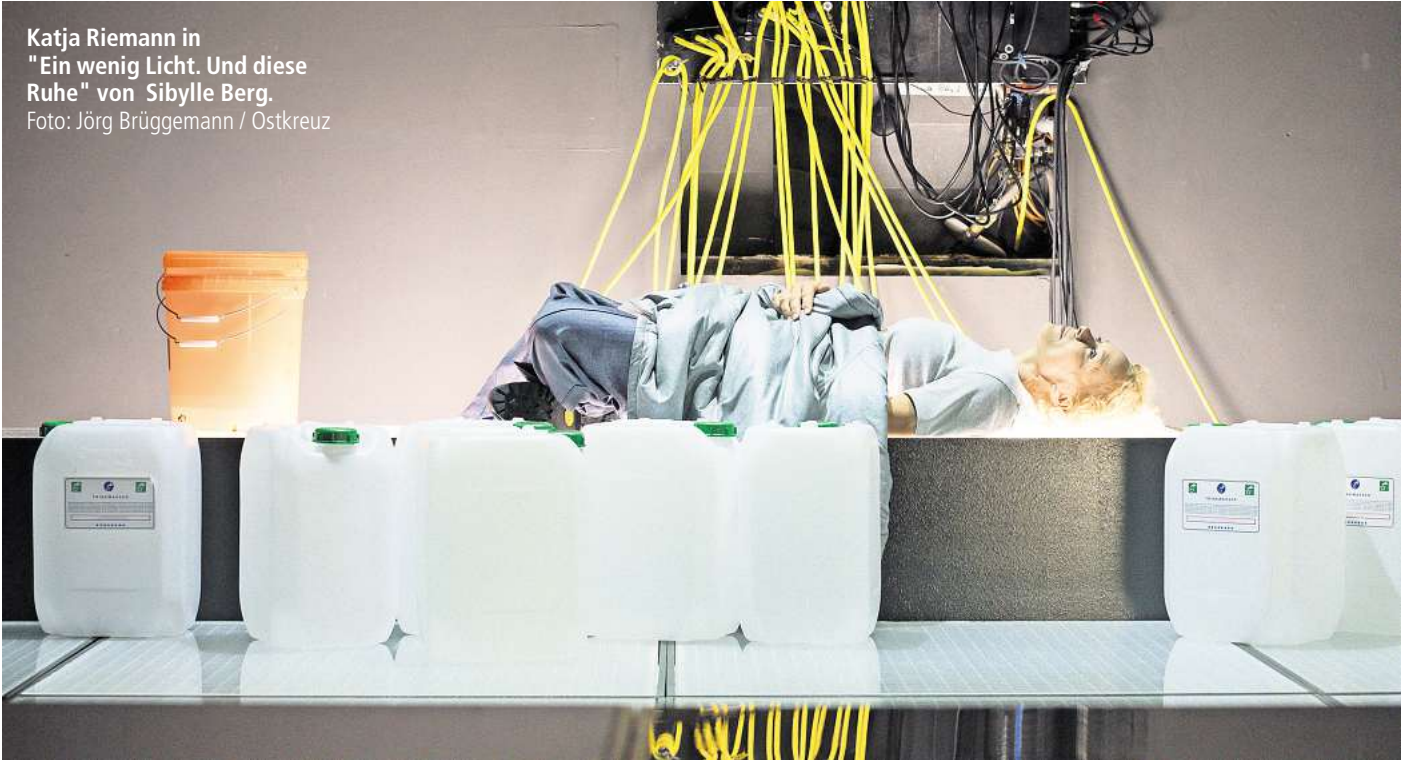
**HANNOVER.** Das Bühnenbild zeigt einen Flughafen, einen Transitraum. Das passt zu dem Stück, das darin spielen wird: „Gewässer im Ziplock“ über eine 15-jährige deutsche Jüdin zwischen den Welten ihrer Herkunft. Es passt aber auch zu der Regisseurin: Lena Brasch, gerade einmal 33 Jahre alt und schon eine der wichtigsten Theatermacherinnen des Landes. Dabei hebt ihre Karriere jetzt erst richtig ab.

Sie habe nie einen Plan B gehabt, sagt sie beim Gespräch im hannoverschen Ballhof, in dem „Gewässer im Ziplock“ am 20. Februar Premiere feierte. Ihr Lebensweg war ihr wohl auch ein Stück weit vorbestimmt: Lena Brasch kommt aus einer der großen Linksintellektuellen-Familien Ost-Berlins.

Ihr Großvater war der DDR-Kulturpolitiker Horst Brasch. Ihre Eltern sind die Journalistin und Schriftstellerin Marion Brasch und der Radiomoderator, Kulturwissenschaftler und Theaterregisseur Jürgen Kuttner. Sie ist Nichte der Schriftsteller Peter und Thomas Brasch und Halbschwester der Autorin und Moderatorin Sarah Kuttner.

„Ich habe mit 15, 16 das erste Mal hospitiert am Deutschen Theater hospitiert“, sagt sie. „Da habe ich Blut geleckt und alle Theater in Berlin abgeklappert, habe zum Teil in den Kantinen gearbeitet, aber auch weiter hospitiert und irgendwann assistiert.“ Zehn Jahre lang war sie Regieassistentin an verschiedenen Häusern, zwischendurch noch vier Jahre lang Literaturagentin, denn: „Ich hatte zwischendurch so die Nase voll vom Theater, wollte aber unbedingt weiter etwas mit Texten machen.“ Doch die Liebe zur Bühne überwand letztlich.

Am 7. Januar 2022, einen Tag nach ihrem 29. Geburtstag, hatte am Berliner Ensemble ihr Regieдебют „It's Britney, Bitch!“ Uraufführung. Das Solo für die Schauspielerin Sina Martens wurde ein gewaltiger Erfolg



Katja Riemann in „Ein wenig Licht. Und diese Ruhe“ von Sibylle Berg. Foto: Jörg Brüggemann / Ostkreuz

bei Publikum und Kritik, wurde zum Festival „Radikal jung“ eingeladen und inzwischen weit mehr als 120-mal gezeigt.

In Hannover brachte sie in dieser Spielzeit bereits Sibylle Bergs „Ein wenig Licht. Und diese Ruhe“ mit Katja Riemann auf die

Bühne. Wegen der großen Nachfrage zog das Stück unlangst aus der Nebenspieltätte der Cumberlandschen Galerie ins Schauspielhaus um; es war immer ausverkauft. Das Spiel und der Prominentenbonus Riemanns dürften mitverantwortlich sein für den Erfolg.

Aber erst Braschs pointierte Inszenierung rhythmisiert das Berg'sche nihilistische Textgefüge und macht es verständlich und erträglich. „Ich möchte Theater für alle machen“, sagt sie.

Lena Brasch ist Jüdin. Am Berliner Maxim Gorki Theater inszenierte sie Michel Friedmans „Fremd“ und „East Side Story – A German Jewishical“. An dem Haus lernte sie auch Valerie Göhring und Mira Gebhardt kennen, die inzwischen als Chefdramaturgin und Dramaturgin am Schauspiel Hannover arbeiten. So kam der Kontakt zustande.

Göhring und Cathrin Rose, Leiterin des Jungen Schauspiels Hannovers, trugen „Gewässer im Ziplock“ nach dem

Roman von Dana Vowinckel an sie heran. „Ich kannte das Buch noch nicht, aber ich wusste, ich kann Dana und ihrem Text vertrauen“, sagt Brasch. „Und ich habe auch Cathrin und Valerie vertraut, dass sie mir einen Text zutragen, der passen könnte. Deswegen habe ich quasi blind zugesagt.“

Der Stoff erzählt von der 15-jährigen Margarita, die bei ihrem alleinerziehenden Vater, einem strenggläubigen Berliner Kantor, aufwächst. Haupthandlungsort ist Israel, wo sich Margarita mit ihrer entfremdeten US-amerikanischen Mutter trifft. „Es ist natürlich die Geschichte eines 15-jährigen Mädchens, das zwischen Identitäten hin und her wandelt: jüdischer Herkunft, deutscher Herkunft, gleichzeitig auch amerikanischer Herkunft. Zugleich versucht sie, sich in der Welt zurechtzufinden“, fasst es Brasch zusammen. „Es geht um die Frage, wohin mit sich, also um viele schwer auszuhaltende Zustände.“ Die Regisseurin schwärmt: „Dieser Roman ist wahnsinnig

toll geschrieben. Er hat eine große Literarizität. Gleichzeitig ist man sofort in der Welt von Margarita.“

Die ersten Sätze auf der Bühne werden welche der letzten im Buch sein: Der Roman, heißt es da, „wurde vor dem Terror des 7. Oktober und dem darauffolgenden Krieg in Gaza und Israel geschrieben. Die Welt, in der er spielt, gibt es nicht mehr.“ Brasch sagt: „Das ist die Grundlage dieses Abends.“ Sie fügt hinzu: „Ich selbst habe nicht die Expertise, um einen Abend über Gaza zu machen. Das könnte ich gar nicht. Es müsste eine andere Regie und definitiv auch ein anderer Text sein.“

Es widerspräche auch der Arbeitsweise Braschs, die Vorlagen ernst nimmt und zugänglich macht. „Ich finde es wichtig, alles mitzudenken“, sagt sie. „Es muss nur nicht alles ausgesprochen oder bearbeitet werden.“

**Info: Weitere Aufführungen von „Gewässer am Ziplock“ laufen am 12., 19. und 20. März. Karten kosten 21 bis 28 Euro.**



Klarsichtig: Regisseurin Lena Brasch hinter den Kulissen von „Gewässer im Ziplock“ im hannoverschen Ballhof. Foto: Jörg Brüggemann / Ostkreuz

**BIRKENSTOCK**  
**STOCK-SCHUHE**  
GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover  
37528801\_002625

**JUWELIER COHRS**  
Machen Sie Ihr Gold zu Geld! Bei uns zum Höchstpreis verkaufen.  
Gold | Silber | Platin | Zinn  
Schmuck | Juwelen | Diamanten | Silberbesteck | Zahngold (auch mit Zahn) | Bruchgold | Altgold | Münzen | Barren | Erbschaften | Luxusuhren  
2x in Hannover  
Juwelier Cohrs Edelmetall GmbH  
Bahnhofstr. 3 und Schillerstr. 33  
Telefon & WhatsApp 0511/2157937  
www.juwelier-cohrs.de

**Haushaltsauflösungen**  
Entrümpelungen  
An- und Verkauf  
Thomas Ertel  
☎ 0172 5 13 03 44

**TIERGARTEN AUKTIONEN HANNOVER**  
**Heben Sie Ihre verborgenen Schätze!**  
Briefmarken und Münzen  
Kunst und Antiquitäten  
Experten-Schätzungen (auch vor Ort)  
Online- und Saalauktionen  
Tiergarten Auktionen Hannover GmbH  
Telefon: 0511-35351102  
www.tiergarten-auktionen-hannover.de

**WERDEN SIE URWALD RETTER MIT IHREM NACHLASS.**  
Wir informieren Sie gerne.  
Telefon: 030 311777-730  
wwf.de/testamente

**INFOTAG**  
14. März / 10-13 Uhr  
Wilhelmstraße 2, 30171 Hannover  
**Berufliches Gymnasium**  
• Sozialpädagogik  
• Gestaltungs- und Medientechnik  
• Informationstechnik  
**Fachoberschule** (Einstieg in Klasse 11 oder 12)  
• Sozialpädagogik  
• Gesundheit und Pflege  
• Gestaltung  
• Wirtschaft  
**Ausbildung | Studium**  
• Technische Assistenz in: Biologie (BTA) / Pharmazie (PTA)\*  
• Physiotherapie\* • Logopädie\*  
\* schulgeldfrei  
Studium neben der Ausbildung möglich!  
mehr Infos auf **ROSS-SCHULE.DE**

**NP**  
**96kompakt**  
Vom Trainingsplatz direkt in dein Postfach:  
Der 96-Newsletter  
Jetzt abonnieren – mit NP+ kostenlos dabei oder für 0,96 €/Woche

## Wie einst „Vater und Sohn“

Comic: Katharina Greves Geschichten über „Mutter und Tochter“

**HANNOVER.** Die Tochter guckt Waschmaschine, schaut der Wäsche zu, bunt und rundherum sich drehend. Die Mutter kommt mit einem Ball, mit einer Puppe, mit Inlineskates. Die Tochter guckt weiter. Die Mutter zögert, ist ratlos und setzt sich schließlich dazu. Hauptsache, gemeinsame Zeit – und ein Running Gag in „Meine Geschichten von Mutter und Tochter“ der Berliner Comickünstlerin Katharina Greve.

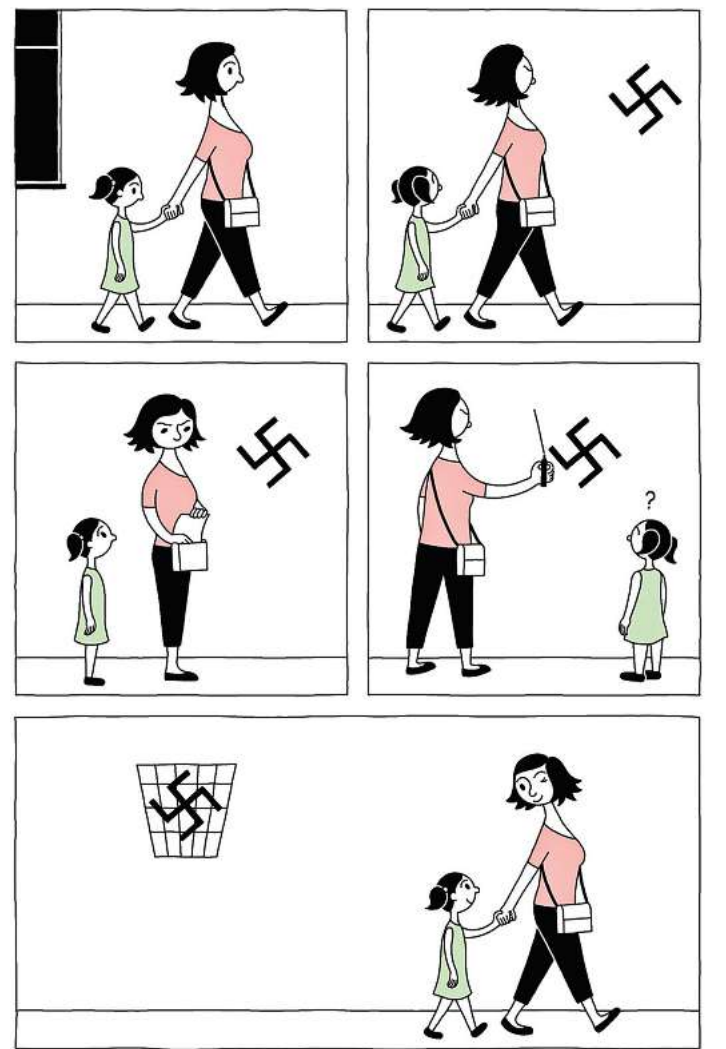
Greve ist eine Zeichnerin und Autorin, die ihre Kunstform und deren Themen gerne neudenkt. Mit ihrem vertikalen Webcomic „Das Hochhaus“ schuf sie Etage für Etage ein urbanes Sittenbild. Antoine de Saint-Exupérys „Kleinem Prinzen“ stellte sie in feministischer Zuneigung eine Cousine, „Die dicke Prinzessin Petronia“, gegenüber. Ihr Comicroman „Patchwork – Frau Doktor Waldbeck nährt sich eine Familie“ ist eine selbstermächtigte Variation der Frankenstein-Geschichte.

Nun also die Geschichten von „Mutter und Tochter“ nach dem deutschen Comic-Klassiker „Vater und Sohn“ von Erich Ohser (1903–1944). Der politische Karikaturist

und langjährige Illustrator von Erich Kästner hatte, obwohl unterschiedlicher Gegner der Nazis, im Auftrag des Regimes zwischen 1934 und 1937 Bildgeschichten um diese besondere Eltern-Kind-Beziehung geschaffen, unter dem Pseudonym e.o.plauen, wortlos, heiter und ausdrücklich unpolitisch.

Greve übernimmt in ihren Einblis Mehrseitern den klaren Strich Ohsers. Wie er, erzählt sie ausschließlich über ihre Bildsprache. Die Beziehung ihrer Mutter zu deren Tochter ist genauso inrig und verspielt wie im Klassiker. Aber die Themen sind andere: Da machen die beiden einen Ausflug zum Elektrofachhändler, um zumindest televisionär den Strand zu genießen. Die Mutter erzieht ihre Tochter zur Wehrhaftigkeit gegenüber Jungs und übermalt mit ihr Hakenkreuz-Graffiti.

Ohser wurde sein Antifaschismus zum Verhängnis. Er wurde denunziert und verhaftet. In der Nacht vor dem Prozessbeginn nahm er sich das Leben, am 6. April 1944. Sein Werk hat überdauert – und nicht zuletzt in den Bildern Greves auch seine politische Haltung.



Zeitgemäß: Seite aus Katharina Greves Comic „Meine Geschichten von Mutter und Tochter“. Foto: Avant-Verlag

**Katharina Greve: „Meine Geschichten von Mutter und Tochter“. Avant-Verlag, 104 Seiten, 22 Euro.**

Das Wilhelm-Busch-Museum zeigt Arbeiten von Katharina Greve unter dem Titel „Regeln sind zum Brechen da!“. Zu sehen sind die Werke in den sogenannten Gästezimmern.

Deine Welt der Räder.



# SAISONSTART DEALS

Aktion bis zum 19. März, nur solange der Vorrat reicht



**BIS 50 %**

**FRÜH STARTEN**

**VOLL SPAREN**

**BULLS**

**Gravelbike 28"**  
Grinder 1



Gravel-Rahmen mit zahlreichen Aufnahmen | Shimano Claris 16-Gang Kettenschaltung | Zuverlässige Shimano Scheibenbremsen | Must-have für traumhafte Ausfahrten | Best.-Nr.: 133155

**307 € SPAREN** UVP 1299 €

**992 €**

**2627 € SPAREN** UVP 5399 €

**2772 €**

**BULLS**

**E-MTB Fully 29"**  
Sonic EVO TR-2 Carbon

**BOSCH**  
Performance CX  
85 Nm | 750 Wh



Steifer Carbonrahmen | Bosch Smart System Konnektivität | 11 Gang Deore 11-51 Kassette | 4-Kolben-Bremsanlage | Schwalbe Nobby Nic 29" | fein ansprechende Luftfederung | 150 kg Gesamtbelastbarkeit | Art.-Nr.: 133952

**BULLS**

**E-Trekkingbike 28"**  
Cross Lite EVO SX LT

Neu & superleicht  
**BOSCH**  
Performance SX  
60 Nm | 400 Wh



Hocheffizienter Bosch SX Sportmotor | 600 Watt Spitzenleistung + 400 % Unterstützung | geringes Gesamtgewicht und agiles Handling | perfekt für Alltag, City und Shopping | extrem saubere Verarbeitung und cleane Optik | robuste Shimano Cues Schaltung | 21 kg leicht | Art.-Nr.: 133135, 133129, 133132

**400 € SPAREN** UVP 3399 €

**2999 €**



**+500 €**  
WERTGUTSCHEIN

Nach Kauf des Modells Bulls Cross Lite EVO SX LT. Einlösbar für den nächsten Einkauf in jedem Stadler Store. Pro Einkauf und Person nur ein Gutschein einlösbar. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen.

**PUKY**

**Kinderfahrrad 20"**  
LS Pro



Ultraleicht und gewichtsoptimiert | besonders leicht laufend | strapazierfähige Pulverlackierung | 7 Gang Shimano Schaltung | Modellvarianten von 16" bis 26" lagernd | Art.-Nr.: 96524 Blau | 96525 Grün | 96533 Pink

**107 € SPAREN** UVP 499 €

**392 €**

**SCANNEN & DEALS ONLINE SICHERN**  
zweirad-stadler.de



**HANNOVER** Hanomag Gelände, Göttinger Straße 16 **Mo - Fr 10:00 - 19:30 Uhr | Sa 10:00 - 19:00 Uhr** 22x in Deiner Nähe.

Irrtümer, Druckfehler, Preisänderungen und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Teilweise keine Originalabbildungen. Angebote nur solange der Vorrat reicht. \*\* ehemalige UVP \*\*\* Preis entspricht unserem Markteinführungspreis der aktuellen Saison  
1) Kaufpreis entspricht dem Nettodarlehensbetrag; Gebundener Sollzinssatz (jährlich) 0,0 %; effektiver Jahreszins 0,0 % Beispiel: Finanzierungsbetrag 1.000,- Euro. 10 Monate 100,- €. Gesamtbetrag bei einer Laufzeit von 10 Monaten: 1.000,- €. Angaben zugleich repräsentatives Beispiel i. S. d. § 17 Abs. 4 PangV. Vermittlung erfolgt ausschließlich für den Kreditgeber BNP Paribas S.A. Niederlassung Deutschland, Standort München: Schwanthalerstr. 31, 80366 München. In Österreich erfolgt die Vermittlung für die BNP Paribas Personal Finance S.A. Niederlassung Österreich, Zweirad-Center Stadler Hannover GmbH, Göttinger Straße 16, 30449 Hannover

# Wir sind die Roboter

Wenn KI mit Kunst kämpft: „HAMLET: R2D2 OR NOT 2B2“ lotet im Schauspielhaus das Menschsein aus

**HANNOVER.** Hamlet trägt Schwarz, als einziger, betont er. Er setzt sich an den rechten Bühnenrand; das unterstreicht sein Gefühl von Einsamkeit und Depression, betont er. Er ballt die Faust, legt seinen Kopf darauf und stößt einen tiefen Seufzer aus. Das betone sein Elend, erklärt er. Dieser Hamlet war fleißig in seinem Staate Dänemark. Er hat seine Hausaufgaben, das Theater betreffend, gemacht, wie es Roboter, wie er einer ist, tun würden. Aber wird Theater daraus? Das ist eine der Fragen, die die Inszenierung „Hamlet: R2D2 or not 2B2“ im hannoverschen Schauspielhaus aufwirft.

Acht Roboter, gespielt von Menschen, machen sich daran, „Hamlet“, den vermuteten Gipfel der Theaterkunst, zu ergrün-

den, indem sie ihn spielen, um Schmerz, Perversion und Vergnügen zu spüren. Es wird ihnen nicht gelingen. Dafür fehlt ihnen Entscheidendes: Menschlichkeit, Herz und Seele, die Fähigkeit, wirklich zu verstehen. Aber für das Publikum ist dieses Theater sehr lehrreich.

Der Abend ist eine Zusammenarbeit des Schauspiels Hannover mit der niederländischen Theatergruppe De Warme Winkel, die kollektiv arbeitet: Marieke De Zwaan, Rosie Sommers und Ward Weemhoff haben inszeniert und spielen neben Ensemblemitgliedern; die Endregie übernahm Bianca van der Schoot. Der überragende Byeongsu Lim als Hamlet fungierte auch als Choreograf und brachte den Spielenden den

rechten Grad nur fast menschenähnlicher Bewegungsmuster bei.

Man lässt sich so gerne täuschen. Wer je in einer Steckdose ein Gesicht erkannte, weiß um den verzweifelten Drang, im Unbelebten ein achtiges Gegenüber zu entdecken. Auch die Frage, ob es Menschen gelingen kann, ihrer Programmierung aus biologischer Hardware und sozialer Software zu entkommen, behandelt diese klug verspielte Inszenierung.

Allein: Am beseeltesten wirkt hier noch des Menschen Hamlets bester Freund, Roboterhund Horatio.

„Wie viele Hamlets gab es vor mir?“, heißt es einmal. Zu viele? Nicht genügend? Das ist nicht die Frage. Die Inszenierung ist

sich der Gefahr, in Theaterkonventionen zu erstarren, allzeit bewusst und spielt mit ihnen. Königin Gertrude etwa (Marieke De Zwaan), schon von Shakespeare zum Werkzeug der Männer degradiert, wird hier zum gruseligen Sexroboter. Laertes, bezaubernd bräsig gespielt von Kilian Ponert, hat kaum anderes zu tun, als wieder und wieder seinen Aufbruch nach Frankreich anzukündigen. Und Ophelia (Meryem Öz) stürzt ständig in den Tod. Ist ja nur ein Spiel.

Im Hintergrund kurvt und spielt autonom ein Klavier – dem Tastenautomaten „Vergil“ aus der Inszenierung „Das neue Leben“ im selben Haus hat man für „Hamlet: R2D2 or not 2B2“ Bein gemacht. Eine Roboterfrau (Anne Stein) gibt im Vorder-

grund die Kulturliebhaberin und stapft wohlfeil faselnd mit Pappbecher von links nach rechts über die Bühne. Theater halte ja den Doktor in Schach – „und nebenher: schöne Schuhe“.

Schon das Bühnenbild (Theun Mosk) ist die Simulation einer Simulation: Es zeigt die Cumberlandische Galerie, den kleinen Spielort nebenan. Nur führt das Treppenhaus hier ins Nirgendwo. Die ahistorischen Kostüme von Ginta Tinte Vasermane greifen wie das Stück gleichermaßen historische Aufführungspraxis wie Jahrhunderte der Rezeptionsgeschichte auf.

Was die Roboter nicht verstehen, ist des Wahnsinns Methode: Das Spiel im Spiel, das bei Shakespeare das ganze Ausmaß von Verrat und Verzweiflung of-



Mensch und Maschine: Szenen aus „Hamlet: R2D2 or not 2B2“. Foto: Tobias Kruse

fenlegt, spielen folgerichtig nicht sie, sondern echte Menschen aus dem Publikum. Das Metatheater dreht immer neue

Runden und kreist letztlich um den Kern jedes Spiels: Sein oder nicht sein? Stellt sich überhaupt die Frage?

## möbel stau

Die Besten im Norden

TOLLE TAGE  
Fr., Sa. & So.

10%  
zusätzlich  
auf alles!

bis zu  
25%  
Marken-Rabatt

VERKAUF SOFFENER  
SONNTAG 08.03.

06.–08. MÄRZ AKTIONSTAGE

MIT TOLLEM PROGRAMM AM SONNTAG

FRÜHSTÜCK AB 9 UHR

AUSSTELLUNG GEÖFFNET AB 10 UHR

VERKAUF AB 12 UHR

- Der beliebte Hannover Frühlingmarkt
- Große Tombola mit tollen Gewinnen von Aktion Sonnenstrahl
- Eröffnung der Gartensaison in unserer Gartenausstellung
- Das GOP mit tollen Aktionen, Rabatten und dem Glückrad
- Showkochen bei Küchen Stau
- Olivenöl-Manufaktur Villa Oliveto
- Kunstaussstellung und neue Edelmarken-Trends im Concept Store
- Bilderausstellung von Hassan Mahramzadeh

- Leckere Essensangebote und Spezialitäten vom Grill
- Eriessene Weine & hochwertige Feinkost
- Bauernmarkt mit Handarbeiten aus der Region Hannover
- Wildfleisch aus der Region
- Regionales Obst & Gemüse
- Italienische Spezialitäten
- Griechische Spezialitäten
- Schmalzkuchen

GOP.  
Variété-Theater  
Hannover



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



## Dieses Instrument bringt Maffay zum Staunen

Duesenberg-Gitarre, Radlader und große Fanliebe bei Sennheiser

**HANNOVER.** Dass eine E-Gitarre einen Rockstar wie Peter Maffay (76) noch zum Staunen bringt, ist wohl eher selten. Doch das Instrument, das Sennheiser-Elektronikentwickler Frank Plath zur Autogrammstunde mitbrachte, begutachtete Rockstar Peter Maffay erst einmal fast ehrfürchtig eine Weile, bevor er seine Signatur darauf setzte. Denn Frank Plath legte ein wahres Schmuckstück auf den Autogrammtisch: Es war eine limitierte Duesenberg-Gitarre, die exklusiv nur für Mitarbeiter von Sennheiser gebaut worden war. Duesenberg ist der weltbekannte Gitarrenhersteller aus Hannover, der Musiker und Stars wie Johnny Depp, Bob Dylan, Ron Wood und John Mayer beliefert. Auch Maffay-Gitarre Carl Carlton spielt auf Duesenberg-Gitarren.

Die Gitarre, die nun Plath zur Signierstunde mitbrachte, trägt sogar die Sennheiser-Farben. Auf dem Korpus gehen die Farben so geschwungen ineinander über, dass man das S von Sennheiser erkennt. Und wer genau hinschaut: Auf dem Griffbrett sind alle Sennheiser-Logos eingearbeitet. Rund 100 Mitarbeitende waren zur internen Autogrammstunde gekommen. Viele hatten Konzert-T-Shirts, Schallplatten, Bücher, Videobänder, sogar Kassetten dabei. Nils Rudorf aus der Logistik brachte zwei Mikros mit, Betriebstechniker Dennis Fuhrmann eine Konzertgitarre, auf der auch schon Scorpions-Sänger Klaus Meine unterschrieben hat. Mit Engelsgeduld unterzeichnete Maffay alles, wechselte dazu mit jedem Fan noch ein paar Worte, stand für Selfies bereit.

Zum Schluss kam dann noch ein ganz besonderer Autogrammwunsch, der Maffay vollends begeisterte: Marvin Miedzella, Landschaftsgärtner von Sennheiser, rollte mit seinem Lieblingsarbeitsgerät vor: ein drei Jahre alter, leuchtend orangefarbener Radlader mit Sennheiser-Logo. Ihn hatte er für das Autogramm extra auf Hochglanz poliert: „Keep on trucking“,

schrieb Maffay spontan darauf und setzte sich auch gleich ins Führerhaus: „Der ist ja noch fast neu!“, sagte der Musiker begeistert. Am liebsten wäre er gleich selbst damit losgefahren ...

„Ich bin platt. Herzlichen Dank euch allen für diesen so herzlichen Empfang, damit habe ich nicht gerechnet. Ich bin echt überwältigt“, sagte der Rockstar und Tabaluga-Erfinder über all die Fans in der Sennheiser-Belegschaft.

„Unsere Mitarbeiter sind alle musikbegeistert“, bekräftigte Sennheiser-Chef Andreas Sennheiser: „Bringt man hier fünf Leute in einen Raum, hat man eine Band.“

Als Willkommensgeschenk überreichte er Maffay ein besonderes Sennheiser-Mikrofon: Es trägt eine Gravur mit Maffays Namen. Der Star war begeistert. Noch mehr allerdings, als er bei der Werksführung sah, wie viel Technik in dem guten Stück steckt. Das erklärte ihm ausführend Produktionsmitarbeiterin Jennifer Richter: „Hier ist noch viel Handarbeit dabei – daher liebe ich auch meinen Job so sehr“, sagte sie.

„Da geht man auf die Bühne und schreit in so ein Ding hinein und weiß gar nicht, wie komplex der Fertigungsprozess ist“, war Maffay beeindruckt.

Und dann winkte er zum Abschluss, zurück ging's zum Flughafen. Denn nachmittags wollte er schon wieder im Studio stehen, die nächste Platte steht an, im Herbst soll sie herauskommen. Aber vorher wird er noch einmal in Hannover Station machen: Mit Roxette, BossHoss, Blue und ClockClock spielt er am 29. Mai auf dem NDR-2-Plaza-Konzert.

Er freut sich schon auf die Konzerte seiner „Love-Places-Tour“. „Ich habe sechs Jahrzehnte Musik gemacht, und es war nie langweilig. Ich bereue nicht, dass ich mit 14 diese Entscheidung getroffen habe: Es war die beste Entscheidung meines Lebens!“, rief er unter großem Applaus seinen Sennheiser-Fans zu.



Exklusive Gitarre: Elektronikentwickler Frank Plath (Mitte) brachte eine Duesenberg-Gitarre in Sennheiser-Farben mit. Für die Unterschrift lässt es sich Andreas Sennheiser (links) nicht nehmen, selbst das Musikinstrument festzuhalten. Foto: Florian Petrow

# „Strategischer Hebel gegen Fachkräftemangel“

Auch in Unternehmen wächst **DER WUNSCH NACH MEHR TEILZEIT**: Arbeitgeber reagieren damit auf veränderte Bedürfnisse.

VON STEFAN BOES

**BERLIN.** Der Wunsch nach mehr Teilzeit wächst, auch in den Unternehmen. Sie reagieren damit auf den Fachkräftemangel, auf veränderte Bedürfnisse und einen Arbeitsmarkt im Wandel. Vielen Beschäftigten lassen die hohen Belastungen im Job allerdings kaum eine andere Wahl, als ihre Stunden zu reduzieren.

Weniger Freizeit, mehr Arbeit – immer wieder ist diese Forderung derzeit aus Teilen von Politik und Wirtschaft zu hören. Sie steht jedoch im klaren Widerspruch zu den Wünschen vieler Beschäftigter. Seit Jahren sinkt die gewünschte Arbeitszeit. Umfragen zeigen immer wieder, wie wichtig den Menschen mehr freie Zeit ist.

Wirtschaftsforscher entgegen, dass dafür jetzt nicht der richtige Moment sei. Doch viele Unternehmen passen sich

längst an die veränderten Realitäten auf dem Arbeitsmarkt an. Neue Daten zeigen: Deutsche Unternehmen schreiben immer mehr Stellen in Teilzeit aus. Einer aktuellen Analyse der Jobplattform Indeed zufolge ist bundesweit inzwischen mehr als jede vierte Stellenausschreibung mit weniger als der vollen Arbeitszeit versehen. Seit 2020 entspricht das einem Anstieg von fast 70 Prozent.

UNTERNEHMEN TREIBEN TEILZEIT VORAN

Zugleich sei die Nachfrage nach Teilzeit auf Arbeitnehmerseite vergleichsweise stabil, betont die Indeed-Expertin Virginia Sondergeld. „Die Nachfrage nach Teilzeitkräften ist seit 2020 deutlich stärker angestiegen als der Gesamtmarkt. Das zeigt: Teilzeit ist kein reiner Arbeitnehmerwunsch.“ Arbeitgeber nutzen das Modell gezielt, um Fachkräfte zu gewinnen und zu halten.

Besonders häufig werde Teilzeit dort angeboten, wo der Fachkräftemangel groß ist und Frauen überdurchschnittlich oft beschäftigt sind. In der Gesundheits- und Krankenpflege sowie in der Altenpflege sind 59 Prozent der ausgeschriebenen Stellen in Teilzeit angesetzt. Ähnlich hoch sind die Anteile in der Kinderbetreuung und im Bildungsbereich.

Aber auch in klassischen Bürojobs wächst der Bedarf an Teilzeitkräften, wenn auch unterschiedlich stark. In der Buchhaltung sind 39 Prozent der Stellen mit reduzierter Stundenzahl ausgeschrieben, im Bereich Büro und Verwaltung insgesamt etwa jede vierte Stelle. „Teilzeit ist ein strategischer Hebel gegen den Fachkräftemangel. Eine Einschränkung könnte die Nettoarbeitszeit in



Deutsche Unternehmen schreiben immer mehr Stellen in Teilzeit aus. Symbolfoto: Arlington Research / Unsplash

te Teilzeit arbeiten“ der meistgenannte Grund. Tatsächlich fänden sich in dieser Kategorie aber viele Ältere, 50 Prozent seien älter als 55 Jahre. „In Deutschland sind die Erwerbsquoten von Älteren enorm gestiegen. Oft stecken sie aber irgendwann ein paar Stunden zurück. Das ist in Betrieben ein höchst erfolgreiches Modell, um Menschen länger im Beruf zu halten.“

Expertin Fink weist außerdem darauf hin, dass viele Menschen auch deshalb mit reduzierten Stunden arbeiten, weil die Belastungen bei einer Vollzeitstelle schlicht zu hoch sind. In einer Umfrage der Jobplattform Stepstone gaben 38 Prozent der befragten Teilzeitkräfte an, dass die Arbeit sie so stark fordere, dass sie Vollzeit mental nicht schaffen würden. 37 Prozent gaben an, sie würden Vollzeit körperlich nicht schaffen.

„Hinter dem Konzept Teilzeit stecken somit unterschiedliche Gruppen, die jeweils unterschiedliche Anforderungen an die Gestaltung von Teilzeitarbeit haben.“ Teilzeit sei nicht die einzige, aber eine wichtige Antwort auf die Herausforderungen unserer Zeit, sagt Fink. Damit würden zugleich die psychische Gesundheit, die älter werdende Gesellschaft und die faire Verteilung von Care- und Erwerbsarbeit zwischen den Geschlechtern adressiert.

Deutschland am Ende sogar senken“, warnt Sondergeld.

TEILZEIT BEDEUTET MEHR ARBEITSSTUNDEN

„Unternehmen brauchen Fachkräfte, finden aber häufig keine Vollzeitkräfte“, sagt Johanna Fink, Gründerin der Jobplattform Teilzeit Talente. Einer der Hauptgründe dafür sei, dass in den vergangenen Jahren eine Gruppe auf den Arbeitsmarkt vorgedrungen sei, die vorher häufig nicht gearbeitet habe: Frauen leisteten den überwiegenden Teil privater Betreuung- und Pflegearbeit und seien daher häufiger in Teilzeit tätig, erklärt Fink. „Wir müssen Teilzeit entstigmatisieren, indem wir die

Care-Perspektive konsequent mitdenken.“

Gerade in Unternehmen, die sehr weiblich geprägt sind, seien Teilzeitmodelle – auch in Führungspositionen – mittlerweile stark verbreitet. „Für viele Unternehmen ist Teilzeit längst struktureller Bestandteil ihrer DNA, teils aus bewusster Wertorientierung, teils aus schlichter Notwendigkeit, weil klassische Vollzeitstellen organisatorisch oder finanziell nicht darstellbar sind.“

Enzo Weber, Ökonom am Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB), betont, dass die hohe Teilzeitquote nicht weniger, sondern zusätzliche Erwerbsstunden bedeutet. Neben der hohen Erwerbsbeteiligung

von Frauen seien auch immer mehr Ältere und Studierende im Arbeitsmarkt aktiv. „Trotzdem ist noch viel Potenzial vorhanden – besonders dann, wenn wir dafür sorgen, dass berufliche Entwicklung von Frauen in der Kinderphase nicht mehr abknickt und Ältere länger im Arbeitsmarkt gehalten werden“, sagt Weber. Das heißt: Das Ziel, mehr zu arbeiten, gilt tatsächlich für manche, aber nicht für alle.

Entscheidend seien dabei vor allem die richtigen politischen und institutionellen Anreize. So müssen aus Sicht von IAB-Forscher Weber Sozialleistungen stärker gebündelt und mit transparenten Zuverdienstregeln versehen werden. Auch die Mini-

jobgrenze ist aus seiner Sicht eine Hürde, die Erwerbsumfang begrenze, statt ihn zu fördern. Im Rentensystem brauche es zudem durchgängige Anreize für längeres Arbeiten, statt Lebensleistung vor allem über Frühverrentung zu honorieren. Der Ausbau der Kinderbetreuung und Pflege sei dafür zentral, so Weber. „Das Recht auf Teilzeit einzuschränken gehört dagegen nicht zu den wichtigen Hebeln.“

GRÜNDE FÜR TEILZEITARBEIT SIND VIELFÄLTIG

Ein Blick auf die Gründe der Beschäftigten, in Teilzeit zu arbeiten, lasse eine „Lifestyle-Interpretation“ nicht zu, sagt Weber. Zwar sei die Aussage „Ich möch-

Medizin

ANZEIGE

## Schwindelbeschwerden?

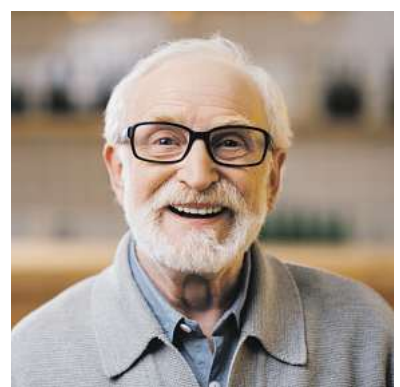
So kommen Sie natürlich wieder ins Gleichgewicht

Schwindelbeschwerden sind meist harmlos. Doch das Gefühl zu wanken oder dass sich um einen herum alles dreht, kann sehr belastend sein. Ein natürliches Arzneimittel aus der Apotheke verspricht wirksame Hilfe.

Schwindel tritt mit zunehmendem Alter immer häufiger auf und kann die Betroffenen stark in ihrer Lebensqualität einschränken. Die gute Nachricht: Ein natürliches Arzneimittel namens Taumea (rezeptfrei, Apotheke) kann bei Schwindelbeschwerden helfen.

Wie Schwindelbeschwerden entstehen

Die Nerven senden ständig Gleichgewichtsinformationen



„Dieses Mittel ist ein Segen für mich!“ (Hubert B.)



Sie kombinierten zwei natürliche Arzneistoffe, die sich bei Schwindelbeschwerden bewährt haben.

Natürlich wieder im Gleichgewicht

In Taumea steckt ein spezieller Dual-Komplex aus Anamirta cocculus und Gelsemium sempervirens. Anamirta cocculus wird laut Arzneimittelbild die Wirkung zugeschrieben, Schwindelbeschwerden zu lindern. Gelsemium sempervirens kann gemäß Arzneimittelbild typische Begleiterscheinungen wie z. B. Kopfschmerzen oder Benommenheit lindern. Neben- oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:

**Taumea**  
(PZN 07241184)



www.taumea.de

## Wenn der Schmerz im Winter zunimmt

Dieses Schmerzgel hilft gezielt bei Gelenkschmerzen!

Während der nasskalten Tage im Winter leiden viele unter verstärkten rheumatischen Gelenkschmerzen, die zum täglichen Begleiter werden. Damit sich Betroffene bestmöglich bewegen können, empfehlen unsere Experten ein natürliches Schmerzgel, das hilft – und zwar jeden Tag!

Schmerzen auf Schritt und Tritt, steife und „eingeroστεte“ Gelenke – wenn der Winter einzieht, packt viele Menschen das eisige Grauen. Denn häufig leiden sie dann vermehrt an Gelenkschmerzen. Die Folge: Sie bewegen sich weniger. Doch genau das ist falsch. Bewegung ist wichtig – ganz nach dem Motto: Wer rastet, der rostet. Schmerzexperten empfehlen daher ein natürliches Schmerzgel der Qua-



„Mein Mann hatte starke Schmerzen im Knie. Seitdem er das Gel benutzt, ist es viel besser!“ (Monika W.)



litätsmarke Rubaxx, mit dem Betroffene ihre rheumatischen Schmerzen lindern können.

Natürlich wirksam und gut verträglich

Der natürliche Arzneistoff in Rubaxx mit dem Namen Rhus toxicodendron wirkt schmerzlindernd. So bekämpft das Gel rheumatische Schmerzen und Folgen von Verletzungen oder Überanstrengungen. Was Anwender besonders schätzen: Das Rubaxx Schmerzgel ist gut verträglich und kann somit auch bei wiederkehrenden Schmerzen, z. B. bei chronischen Verlaufsformen, angewendet werden. Das Gel wird ein- bis zweimal täglich auf den zu be-

handelnden schmerzhaften Stellen aufgetragen.

Überzeugen auch Sie sich vom natürlichen Rubaxx Schmerzgel – rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.



**RubaXX**

# „Ich weiß jetzt, ich brauche das“

Musiker **JOHANNES OERDING** über seine dringend benötigte Auszeit, sein neues Album „Hotel“ und seine weiteren Pläne

## Johannes Oerding, Sie haben Sarah Connor einen Antrag gemacht, und sie hat Ja gesagt?

Das kann man so sagen. Ich habe sie gefragt, ob sie mit mir „Märchen aus Hollywood“ singt. Vor einem Jahr hätte ich das auch noch nicht gemacht. Sie ist sehr picky, was Zusammenarbeiten angeht. Ihr letztes Duett, damals mit Henning Wehland, liegt zehn Jahre zurück. Ich glaube, sie bekommt viele solche Anträge. Aber ich war so überzeugt von der Stärke des Songs, dass ich mir dachte: Mehr als Nein sagen kann sie nicht. Aber ich habe auch sehr devot gefragt. Ich glaube, letztlich hat der Song sie überzeugt.

## Warum ist Ihre Wahl auf sie gefallen?

Der Song ist nicht einfach zu singen. Da muss die Frau schon eine Range von drei Oktaven haben. Das sind in diesem Land nicht so viele, vor allem nicht viele, die auch noch so eine Strahlkraft haben. Und ich liebe einfach Sarahs Stimme und ihr Soul-Timbre. Für mich ist sie eine der größten Sängerinnen, die wir gerade haben. Sie ist – mit Helene Fischer und für mich natürlich auch Ina Müller – eine der größten Künstlerinnen, die wir haben. Im Popgenre ist sie die Größte.

## Es ist ein Song, der dazu steht, schön sein zu wollen, und dabei die Klippen des Kitsches umschiffen. Wie groß war die Herausforderung?

Sehr groß. Ich wollte eine große Ballade schreiben, mit großen Melodien. Wir haben das im Pop, finde ich, lange nicht mehr gehabt, dass wir Strophen haben, die für sich schon Refrains sind.



**Angekommen: Johannes Oerding veröffentlicht Ende März sein neues Album „Hotel“, auf dem sich auch das Duett „Märchen aus Hollywood“ mit Sarah Connor findet.**  
Foto: Tim Tyson

Und was den Inhalt angeht: Ich musste mich schon überwinden, so etwas zu schreiben wie „Ich will das hier ein Leben lang, wenn du mich lässt.“ Zum Glück relativieren das die Strophen mit ihrem Augenzwinkern. Auf meinen letzten zwei, drei Alben habe ich mich oft in den Texten verzettelt. Da wurde es oft zu kompliziert.

## Und jetzt?

Habe ich mir gedacht: Stumpf ist Trumpf, übrigens nicht nur bei

diesem Lied auf dem Album. Das Plakative ist, was hängen bleibt, sodass klar wird: Das will uns der Künstler damit sagen. Ja, es gibt stumpfen Populismus und stumpfe Lügen. Aber ich rede von Klarheit und Wahrheit in einer komplexen Welt.

**Sehnen sich die Menschen nach einer solchen Klarheit? Haben Sie bei Ihrer Weltreise den Eindruck gewonnen, dass sie das jetzt brauchen?**

Ich brauchte das. Es sind auch Dinge noch vor meiner Reise passiert, die ich aufarbeiten musste; das habe ich gemerkt. Dafür war dieses Pausenjahr auch gedacht. Ich merkte: Ich brauche für mich auch mal die Handbremse ziehen, auch mal weg sein, Begehrlichkeiten schaffen. Dann kamen die Schicksalsschläge und auch das eine oder andere Erlebnis. Ein Beispiel: 2023 stand ich irgendwann mal auf der Bühne und war überhaupt nicht bei

## Mussten sie sich nach all den Jahren im Musikgeschäft neu fokussieren?

Es hatte sich schon über die Jahre zuvor entwickelt, dass ich merkte: Irgendwann muss ich auch mal die Handbremse ziehen, auch mal weg sein, Begehrlichkeiten schaffen. Dann kamen die Schicksalsschläge und auch das eine oder andere Erlebnis. Ein Beispiel: 2023 stand ich irgendwann mal auf der Bühne und war überhaupt nicht bei

dem Song. Da stehen 10.000 Leute vor einem, und ich denke darüber nach, was ich am nächsten Tag in Hamburg erledigen muss. Habe ich noch Milch zu Hause und Klopapier? Das war nicht cool, weder für mich noch für die Leute, die zu Recht erwarten, dass man bei der Sache ist.

**Wie gut tat es? Wie gut tat es auch, in Ländern unterwegs zu sein, in denen Sie nicht mindestens jede zwei-**

## te Person erkennt?

Das war wirklich großartig. Manchmal war ich auch ein bisschen beleidigt, dass mich keiner kennt (lacht). Ich sage mal so: Deutsche gibt es überall. Aber es war schön, auch mal wieder der Johannes zu sein, den keiner kennt und der die ganz normalen Dinge organisieren muss. Sonst bekomme ich ja immer alles organisiert. Da bekomme ich morgens einen Zettel, dass ich 30 Interviews mache, und Sie sind der Erste. Und zu reisen ist immer gut für die Seele: einerseits, weil man sieht, was es draußen gibt, andererseits aber auch, um zu erkennen, was wir hier Schönes haben. Mit „hier“ meine ich: in Deutschland. Nur das mit dem Lächeln, das machen uns alle 195 anderen Länder besser vor.

## Wenn Sie „Hier gehöre ich hin“ singen, bieten sich für das „hier“ drei Interpretationen an: hier in Deutschland, hier bei der und der Person privat oder hier auf der Bühne. Was meinen Sie?

Es ist alles drei in dem Song drin, auch die eigene Zerrissenheit. Aber gemeint ist auch: Ich weiß jetzt, ich brauche das. Ich muss wieder auf die Bühne. Ich hatte extra keine Gitarre mitgenommen, hatte mir vorgenommen, nichts zu schreiben, nicht an Musik zu denken. Aber nach zwei, drei Monaten, in Chicago habe ich gemerkt: Ich kann gar nicht ohne, habe mir sofort eine Traveller-Gitarre gekauft und angefangen zu schreiben. Ich wollte Musik machen. Und das ist für jemanden, der in all den Jahren immer wieder gezweifelt hat, ob das wirklich seine Bestimmung ist, unglaublich augenöffnend.

## Medizin

## ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

# Wundermittel Schlaf: ein Traum für die Gesundheit

Wie wichtig guter Schlaf ist und was bei Ein- und Durchschlafproblemen wirklich helfen kann

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50% der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70% Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

## Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.



## Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden

und Erkältungen oder Infekte befürchten.

## Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich

zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit über 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und

das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen<sup>1</sup>. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan**  
Stark für die Nacht  
(PZN 00499175)  
www.baldriparan.de



## Neuer „Gute Nacht Drink“ macht Einschlafen zum Genuss

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Rituale Sicherheit geben und Stress senken können. Schon kleine Gewohnheiten am Abend aktivieren das „Entspannungsnervensystem“. Doch unser Körper braucht auch die richtigen Nährstoffe, um zu entspannen. Mit dem neuen Baldriparan Gute Nacht Drink fällt es noch leichter, den Tag loszulassen. Es ist ein Abendritual, das Schlaf und Genuss miteinander verbindet.



## Der Premium-Einschlafbegleiter

Der neue Abendmoment wird getragen von einer Kombination bewährter Inhaltsstoffe. Melatonin, das zentrale Schlafhormon, verkürzt nachweislich die Einschlafzeit. Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion sowie zu einem normalen Nervensystem bei. Einfach das Pulver – mit natürlichem Vanillegesmack – kurz vor dem Schlafengehen in Ihr Lieblingsgetränk einrühren, warm oder kalt genießen – und sanft einschlafen. Der Baldriparan Gute Nacht Drink (PZN 20092398) ist jetzt in Ihrer Apotheke erhältlich.

<sup>1</sup>bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildungen Betroffenen nachempfunden  
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 62166 Gräfenleng  
Baldriparan® Gute Nacht Drink ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung



# Die Spezialisten für Antikes

Guerickestr. 5 · 30655 Hannover-Buchholz  
 Öffnungszeiten: Mo.-Sa. von 10.00 - 17.00 Uhr



Bares  
für Wahres  
vor Ort in Hannover

Inh. E. Cyrill

**Die Experten sind vor Ort!**

**!Achtung Achtung!  
große Winteraktion  
nur 6 Tage gültig**

**Sichern Sie sich  
jetzt einen Termin  
Kostenlose Expertise**

Ankaufstag Montag <b>9.</b> März	Ankaufstag Dienstag <b>10.</b> März	Ankaufstag Mittwoch <b>11.</b> März	Ankaufstag Donnerstag <b>12.</b> März	Ankaufstag Freitag <b>13.</b> März	Ankaufstag Samstag <b>14.</b> März
---	--	--	--	---	---



Hochwertiger Schmuck mit Diamanten  
besetzt wird extra geschätzt



**WIR SCHÄTZEN IHRE ANTIQUITÄTEN KOSTENLOS**

**WIR KAUFEN AN:**

Wir zahlen bis zu

**165,-€**  
pro Gramm



**Auch Hausbesuche!**

Wenn Sie nicht mobil sind oder größere Mengen an Besteck oder Schmuck haben bieten wir Ihnen im Umkreis von bis zu 50 km

auch kostenlose Hausbesuche an. Ein Anruf genügt! Unsere Mitarbeiter weisen sich selbstverständlich aus. Tel.: 0163/8319119



**Für Pelzmäntel & Jacken bis zu 8.500 €\***

**Letzter Aufruf für Pelze vor Saisonschluß.  
Die Nachfrage in Ost-Europa ist groß.**

\*alle Ankaufe nur in Verbindung mit Goldschmuck

Wir schätzen kostenlos alle Art von: Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie gut erhaltene Ringe, Broschen, Ketten (Armbänder bevorzugt in breiter Form) Colliers, Medallions, Golduhren - auch defekt, alle Sachen in Verbindung mit Goldschmuck



**ANTIKER KORALLENSCHMUCK,  
KORALLENKETTEN, KORALLEN-  
SCHNITZEREIEN (bevorzugt in blutrot),  
ZAHNGOLD (mit und ohne Zähne),  
PELZMÄNTEL  
ANTIKE MÖBEL  
SERIÖSER ANKAUF**



Gold- und  
Silbermünzen

**Gerne prüfen wir Ihren  
Schmuck auf Echtheit!**



**Wir kaufen Ihren  
Schmuck!**

Wir kaufen Edel-Uhren aller Art



**Schätze  
zu Geld**

**Für Ledermäntel & Jacken bis zu 4.500 €\***



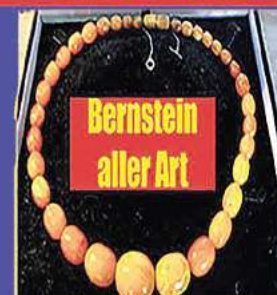
**Für Orient- & Seidenteppiche  
bis zu 7.000 €\***



**Bernstein  
bis 2500€**

**Ankauf von Uhren  
aller Art**

**Wir kaufen auch  
Modeschmuck**



Schmuck

**Wir schätzen Ihre Antiquitäten, Pelze und ihren Schmuck kostenlos und unverbindlich!**

wir zahlen bis zu

**4,-€**  
pro Gramm

Silber Rahmen



Gerne übernehmen wir  
Ihre Spritkosten bis  
zu 30€ bei  
Verkauf

**Pelz- & Goldankauf**  
Guerickestr. 5  
30655 Hannover-Buchholz  
Tel. 0163-8319119

# Blütenteppiche mit Fernwirkung: Was Alpenveilchen so attraktiv macht

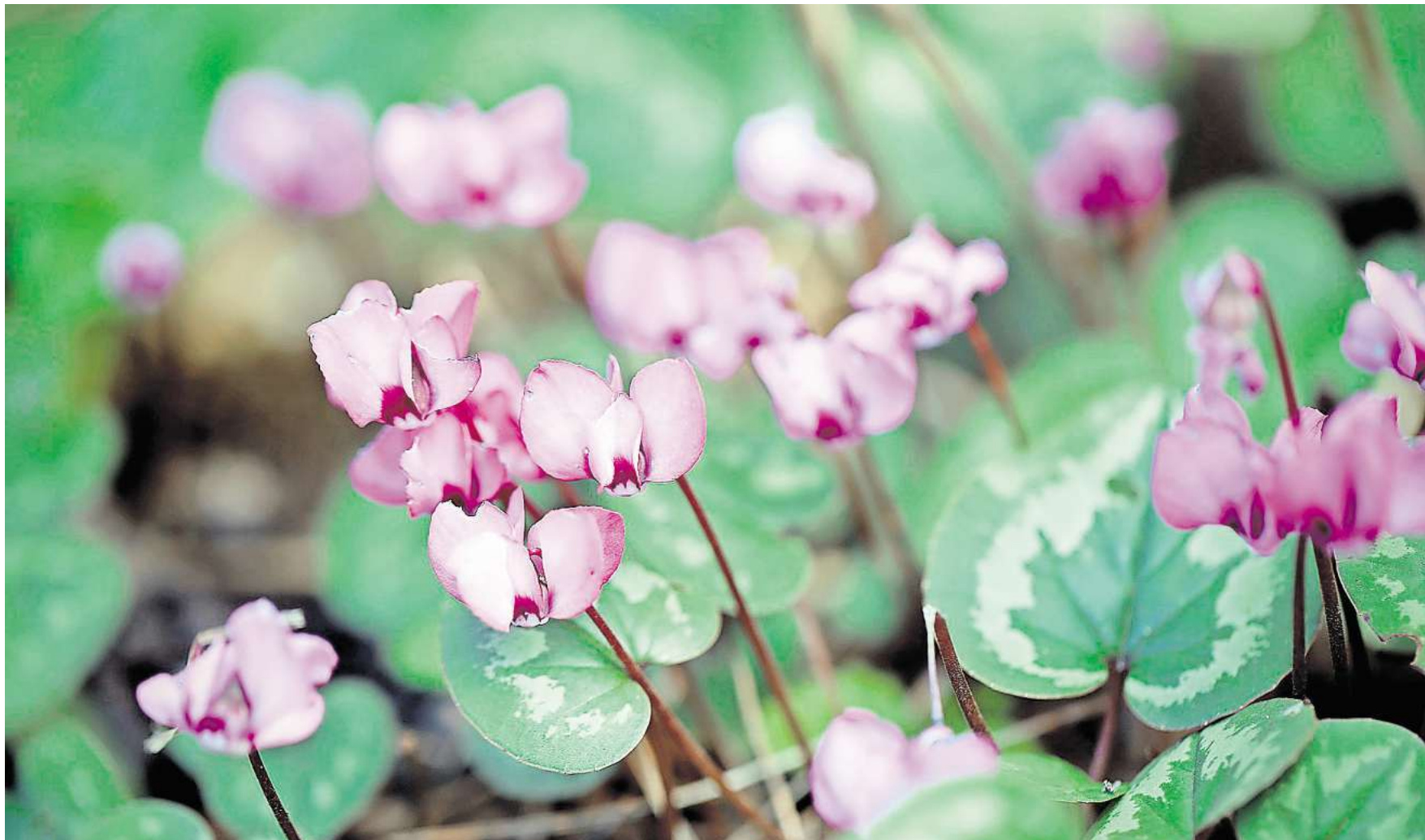
Schon der Gedanke an Alpenveilchen lässt Sie vielleicht die Stirn runzeln. Schließlich werden sie zuweilen als altmodisch belächelt und **GELTEN ALS KURZLEBIGE „WEGWERFPFLANZE“**. Dabei ist diese Gattung vielseitig und kann je nach Art jahrelang Freude machen.

So viel Ehrlichkeit muss sein: Auch die Autorin dieser Zeilen konnte Alpenveilchen bis vor einigen Jahren nichts abgewinnen und freute sich nur bedingt über jene Exemplare, die sie zumeist kurz vor Weihnachten als gut gemeintes „Mitbringsel“ geschenkt bekam. Schließlich gingen ihr diese zumeist in Rot oder Rosa blühenden Topfpflanzen zuverlässig – oft noch vor Ostern – ein.

Mit Ansage, denn das Zimmer-Alpenveilchen (Cyclamen persicum) trägt einen irreführenden deutschen Namen. Wird der Raum auf die hierzulande üblichen 20 Grad und mehr beheizt, ist es zu warm für diese ursprünglich aus dem östlichen Mittelmeerraum stammende Art. Ein Gewächshaus oder Wintergarten mit Temperaturen von rund 15 Grad steigern die Chancen für gutes Gedeihen. Wer das nicht bieten kann, verschenkt das sogenannte Zimmer-Alpenveilchen am besten weiter, solange es noch vital ist und gibt es in die Hände von Mitmenschen, die das Glück haben, ein kühles, aber frostfreies Glashaus zu besitzen.

## SCHNEEGLÖCKCHEN SIND GUTE PARTNER

Für alle anderen bietet die rund 22 Arten umfassende Gattung der Alpenveilchen eine Alternative, die derzeit besonders attraktiv ist: Das Vorfrühlings-Alpenveilchen (Cyclamen coum) blüht seinem Namen entsprechend als Grenzgänger zwischen Winter und Frühling und ist völlig frosthart. Meist öffnet es seine an kleine Schmetterlinge erinnernden Blüten kurz nach den Schneeglöckchen und lässt sich auch gut mit diesen kombinieren.



Die meist in diversen Rosatönen aufgeblühten Pflanzen kommen neben den vergleichsweise dezenten Schneeglöckchen bestens zur Geltung. Selbst wer leuchtendem Pink wenig abgewinnen kann, dürfte sich im Februar und März, wenn der Garten sich noch in gedeckten Braun- und Grautönen präsentiert, über diese Blütenteppiche mit Fernwirkung freuen. Wer subtilere Töne mag, kann auch beim Vorfrühlings-Alpenveil-

chen auf die weiße Sorte „Album“ zurückgreifen. Schneeglöckchen passen nicht nur optisch zu dieser Art, sondern ergänzen sich auch in ihren Ansprüchen: Beide bevorzugen Standorte unterhalb von sommergrünen Laubgehölzen, die im Winter und Frühjahr genug Licht passieren lassen. Durch den Blattfall im Herbst reichert sich der Boden dort automatisch mit Humus und den zum Gedeihen nötigen Nährstoffen an.

Zu Füßen von Bäumen oder Sträuchern gepflanzt, verlangen Freiland-Alpenveilchen wenig Aufmerksamkeit und vermehren sich am richtigen Standort von selbst: Ihre süßlich schmeckenden Samen sind ein Leckerbissen für Ameisen und werden von diesen verteilt. Da die winzigen Sämlinge beim Harken der Erde versehentlich gejätet würden und diese Pflanzen ohnehin möglichst selten gestört werden sollten, dürfen Sie diese kleinen Schönheiten getrost sich selbst überlassen.

## AUF DEN PUNKT

Deutlich mühsamer als die Pflege kann die Suche nach Vorfrüh-

Freiland-Alpenveilchen verlangen wenig Aufmerksamkeit und vermehren sich am richtigen Standort von selbst.

lings-Alpenveilchen sein. Anders als das Zimmer-Alpenveilchen wird es nur selten angeboten. In gut sortierten Staudengärtnereien ist es unter seinem botanischen Namen Cyclamen coum zu finden. Einige Gärtner reißen verschicken es oder bieten ihre Schützlinge auf Pflanzenmärkten an.

Auch Schneeglöckchen-Messen sind eine gute Quelle, um sich mit einer Auswahl einzudecken, da viele Spezialgärtnereien nicht nur Schneeglöckchen, sondern auch diese zeitgleich blühenden Begleitpflanzen im Sortiment haben. Auf Märkten oder vor Ort in der Gärtnerei lässt sich das Vorfrühlings-

Altmodisch? Vielseitig! Alpenveilchen können je nach Art jahrelang Freude machen.

Foto: Annette Meyer/Pixabay

Alpenveilchen derzeit samt Blüte begutachten und nach Geschmack auswählen. Im Zweifel sollten es ruhig ein paar mehr sein, denn die rund 15 Zentimeter hohen Winzlinge erzielen nur als Gruppe die gewünschte Fernwirkung und bilden mit der erwähnten Unterstützung durch Ameisen erst mit der Zeit dichte Blütenteppiche.

Sobald sich der Boden leicht erwärmt hat und bearbeiten lässt, können Sie die Alpenveilchen in den Garten setzen. Alternativ zum Beet wachsen sie auch in Schalen und anderen Gefäßen. Auch hier wären Schneeglöckchen gut geeignete Partner. Da beide Arten frosthart sind, kann eine solche Deko ungeachtet der jeweils angelegten Minusgrade draußen auf Balkon und Terrasse bleiben.

Nach der Blüte, die je nach Region und Wetterverhältnissen meist im April zu Ende geht, ziehen sich die Vorfrühlings-Alpenveilchen zurück. Sobald Storchschnabel, Pfingstrosen und andere Stauden den Garten ab Mai wieder mit üppiger Blütenfülle und frischem Grün überziehen, scheinen die Alpenveilchen verschwunden zu sein. Ihre flachen Knollen, die nur wenige Zentimeter unter der Erde liegen, sind jedoch schon für den Neustart bereit.

## WIE KLEINE SCHMETTERLINGE SCHWEBEND

Im Herbst, wenn man sie schon längst wieder vergessen hat, bilden die Vorfrühlings-Alpenveilchen kleine, nierenförmige Blätter und tragen diese den ganzen Winter über. Bis ihre eigenen Blüten diesem Grün im Vorfrühling die Show stehlen und als kleine Schmetterlinge über dem Boden zu schweben scheinen.



Rosa oder weiß: Wer kein leuchtendes Pink im Garten mag, sollte die Alpenveilchen-Sorte „Album“ wählen. DL ROSSITER

## Die Zeit der Nistkästen beginnt

Die längeren Sonnenstunden im Frühling animieren die Vögel wieder zum Nestbau. So können Sie die Tiere im Garten oder auf dem Balkon unterstützen.

Mit dem Frühjahr beginnt die Brutzeit für Vögel. Damit Vogelpärchen auch in Wohngebieten einen geeigneten Nistplatz finden, gibt der Landesbund für Vogel- und Naturschutz in Bayern (LBV) Tipps für die richtige Gestaltung von Nistkästen im Garten oder auf dem Balkon.

Zunächst ist demnach zu beachten, dass verschiedene Vogelarten auch verschiedene Arten von Nistkästen aufsuchen. Klassische Höhlenbrüterkästen mit einem einzigen Einflugloch würden etwa von Meisenarten, Feld- und Haussperling, Star oder Kleiber angenommen. Dabei sei die Größe des Einfluglochs entscheidend, so die Experten: Ein Star brauche etwa ein größeres Loch als eine Blaumeise. Dagegen eignen sich Halbhöhlennistkästen für Vogelarten, die Mauerspalt- oder Dachvorsprünge zum Nisten nutzen, beispielsweise Hausrotschwanz und Rotkehlchen.

Neben der Auswahl spielt auch die Platzierung des Nistkastens eine wichtige Rolle. Dieser sollte in 1,5 bis 3 Metern Höhe und mit der Front nach Möglichkeit nach Osten oder Südosten platziert werden, damit er sich nicht zu sehr aufheizt. Auch sollten Maßnahmen gegen Nesträuber getroffen werden, erklärt die LBV-Biologin Angelika Nelson. „Um die Brut vor Fressfeinden wie Katzen oder Mardern zu schützen, ist es empfehlens-



Für Stare sind klassische Höhlenbrüterkästen mit einem einzigen Einflugloch sinnvoll.

Foto: Frank Hecker/NABU

wert, Dornenranken, zum Beispiel von Wildrose oder Schlehe, unterhalb des Nistkastens anzubringen. Man kann sie um den Baumstamm, an dem der Kasten angebracht ist, legen. So können Nesträuber nicht hinaufklettern.“ Der Abstand zu Gebäudedächern und Ästen sollte ebenfalls groß genug sein, damit Räuber nicht von oben auf die Kästen herabspringen können.

Wer bereits im Vorjahr einen Kasten mit einem Brutpaar im

Garten oder auf dem Balkon hatte, sollte diesen nun schnell reinigen, da sich in alten Gelegen Parasiten sammeln können. Für die Reinigung sollten nur Wasser und eine Bürste, keine Reinigungsmittel genutzt werden. Nachdem einmal ein Vogel paar eingezogen ist, sollte nicht mehr gereinigt werden, um die Tiere nicht zu stören.

Am wichtigsten ist aber laut dem LBV, das Umfeld der Kästen vogelfreundlich zu gestalten. In

Gärten sollten ausreichend „wilde“ Ecken verfügbar sein, in denen die Vögel Insekten und Verstecke finden. Auch die richtige Bepflanzung lockt Brutpaare an, so Expertin Nelson. „Schon ein paar heimische Wildstauden wie Flockenblume, Disteln, Wegwarte oder Königskerze können einen großen Effekt haben. Diese können auch auf dem Balkon angepflanzt werden und sind zudem schön anzusehen.“

## Frühlingsfest bei Möbel Stauder!

- Anzeige -

Endlich kommt der Frühling! Das ist ein wunderbarer Anlass, um am **06., 07. und 08. März unser großes Aktions-Wochenende mit verkaufsoffenem Sonntag** zu feiern!

Aus diesem Anlass gibt es bis zu 25% Rabatt auf Möbel plus sensationelle 10% Extra-Rabatt. Doch das ist längst nicht alles! Ein buntes Rahmenprogramm macht den verkaufsoffenen Sonntag am 08.03. zu einem Spaß für die ganze Familie!

Am Sonntag warten ganz besondere Aktionen auf Sie: Der **kulinare Markt** auf unserem Parkplatz bietet für alle Geschmäcker das passende Angebot – von deftiger Erbsensuppe über Schmalzkuchen bis hin zu Likören und ganz besonderen Überraschungen. Lassen Sie sich vom großen Angebot verzaubern!

### Der verkaufsoffene Sonntag und die Eröffnung der Gartensaison

Im Möbelhaus erwarten Sie besondere Angebote wie etwa unsere **große Garten-Eröffnung!** Neben besonderen Angeboten und den neuesten Trends erwartet Sie außerdem das **GOP Variété** mit tollen Aktionen, Rabatten sowie dem Glücksrad.

Ein weiterer Fokus liegt auf Kunst und Kultur: Inspirationen aus Malerei, Fotografie und Grafikdesign laden zum Verweilen ein. Im Concept Store präsentiert das Kunsthaus ARTES ihre abstrakten Werke.



Auch bei Küchen Stauder feiern wir den verkaufsoffenen Sonntag: Hier gibt es eine Dunstabzug-Vorführung von Bora und Küchenverkauf zum Meterpreis. Zusätzlich stehen Musterküchen mit bis zu 70% Rabatt zum Abverkauf.

Designliebhaber finden im Concept Store, genau zwischen Möbelhaus und Küchencenter, eine beeindruckende Auswahl an echten Designklassikern und ästhetischen Newcomern. Auch hier gibt es am Aktionswochenende ganz besondere Angebote und Aktionen. Man merkt: In der Meelbaumstraße gibt es zwischen dem 06. und 08.03. eine Menge zu entdecken - da wird garantiert jeder fündig!

Am verkaufsoffenen Sonntag: Frühstück ab 9,00 Uhr, geöffnet ab 10,00 Uhr, Verkauf ab 12,00 Uhr. Möbel Stauder, Meelbaumstr. 15, 30165 Hannover

# Fiesta con Salsa: HAVANA feiert Jubiläum

Der **magaScene**-Tipp: Am 14. März wird es heiß im **KULTURZENTRUM PAVILLON**

Am 14. März wird es ab 20 Uhr heiß im Kulturzentrum Pavillon, wenn die hannoversche Salsa-Band HAVANA ihr 45-jähriges Jubiläum feiert. Das Feuer der lateinamerikanischen Musik wird dafür sorgen, dass kein Tanzbein stillsteht. Bigband-Musiker Andy Gütte, Fan und Begleiter der Band ab der ersten Stunde, hat sich mit den beiden Gründungsmitgliedern Kurt Klose und Heiko Biermann getroffen und erzählt, wie die afro-kubanische Musik in die norddeutsche Tiefenzone einzog.

HAVANA - der Name steht seit der Bandgründung 1981 für brodelnde Rhythmen, jazzige Soli und heiße lateinamerikanische Musik aus der Region Hannover. Was machte die Norddeutschen einst zu Latin-Music-Fans und begeisterten Salsatänzern? „Das Entscheidende war die Perkussion“, erfahre ich im Gespräch mit den Gründungsmitgliedern Kurt Klose (Piano, Bandleader) und Heiko Biermann (Saxophon, Flöte). Hat eine Jazzformation in der Regel einen Schlagzeuger, trat an seine Stelle nun eine dreiköpfige Perkussionsgruppe und ein buntes Instrumentarium aus Bongos, Congas und Timbales. Die Idee, virtuos Jazz tanzbar zu machen, war in jenen frühen Tagen aber durchaus gewagt, hatte man doch bei anspruchsvoller Musik stillstehend andächtig zuzuhören. Genau das aber wollten die Gäste im Kult-Laden ZOMBIE in Wennigsen beim Debüt-Konzert im März 1982 nicht. So traf man auf ein Publikum, das auf HAVANA geradezu gewartet zu haben schien - und die musikalische Reise begann.

Diese führte HAVANA quer durch die Republik, ins benach-



Andy Gütte (Mitte) mit Kurt Klose und Heiko Biermann.

Foto: privat

barte Ausland, 1989 zu einer Konzertreise in die damalige DDR, durch die Benelux-Staaten und immer wieder in den Raschplatz-Pavillon („Unser Wohnzimmer - hier ist HAVANA im Endeffekt großgeworden.“). Hier fanden die großen Konzerte im Rahmen der jährlichen FIESTA CON SALSA statt, und hier gab es Begegnungen mit Gästen wie dem dänischen Perkussionisten Birger Sulsbrück, dem amerikanischen Saxophonisten Herb Geller oder dem Posaunisten Joe Gallardo - allesamt Höhepunkte in der Band-Vita. Ein solcher war auch eine Reise zu Studienzwecken nach Kuba im Jahr 1987, bei der es zu Sessions mit örtlichen Musikern, einem sehr fruchtbaren Besuch in der Musikhochschule in Matanzas und einem Probenbesuch bei Arturo Sandoval kam. Was erwartet das Publikum bei den Konzerten

im Jubiläumsjahr? Hierzu Kurt Klose: „Das Repertoire, das wir jetzt präsentieren, umfasst die gesamte HAVANA-Geschichte. Wir spielen alte Klassiker der ersten Stunde, „Evestorf“ ist dabei, Latin-Jazz Titel wie „Latin New York“ und die typischen Kuba-Songs sowie ein paar modernere

Kompositionen aus meiner Feder“. Heiko Biermann ergänzt: „Wir möchten den jungen, frischen Geist, mit dem wir vor 45 Jahren begonnen hatten, heute für die Leute auf die Bühne bringen. Ich stehe einfach unheimlich gerne mit der HAVANA-Familie auf der Bühne!“.



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.

## „Wir wollen die klassischen Konzertformate aufbrechen“

Wunschkonzert: Voktett Hannover möchte sein Publikum aktiv einbinden

**HANNOVER.** 2012 gründeten Esther Tschimpke, Lea Wolpert, Steffen Kruse, Sebastian Knappe, Felicia Nölke, Ida Barleben, Justus Barleben und Steffen Schulte als Studierende der Musikhochschule Hannover das Vokalensemble Voktett Hannover. Mittlerweile gehört Voktett zu den national führenden A-cappella-Formationen. Lea Wolpert und Ida Barleben beantworten im Interview, warum der Besuch ihres Auftritts sich lohnt.

**Ihr Konzert am 22. März in der Markuskirche Hannover ist ein Wunschkonzert. Warum lassen Sie das Publikum entscheiden – es ist doch einfacher, selbst ein Programm zusammenzustellen?**  
Lea Wolpert: Wir wollten schon lange besondere Konzert-Konzepte ausprobieren, um vielleicht auch Menschen in den Konzertraum zu locken, die wir sonst nicht erreichen. Also haben wir überlegt: Was zieht die Leute eigentlich in ein Konzert? So entstand die Idee mit dem Wunschkonzert.

**Ida Barleben:** Und für uns ist es außerdem auch spannend zu sehen, was das Publikum wirklich hören möchte. Nach einem Konzert erhalten wir zwar individuelle Rückmeldungen, aber was die Mehrheit anspricht, wissen wir oft gar nicht so genau.

**Wie soll das Wunschkonzert ablaufen?**

Wolpert: Aktuell kann das Publikum das Programm für die erste Konzerthälfte auf unserer Webseite bestimmen. Die Abstimmung läuft noch bis Ende Februar, danach bereiten wir das Programm vor, das sich das Publikum gewünscht hat. Barleben: Welche Lieder in der zweiten Konzerthälfte gesungen werden, entscheidet das Publikum live vor Ort.

**Wie genau funktioniert das? Können Sie jedes Lied der Welt singen, oder haben Sie da auch eine Vorauswahl getroffen?**

Wolpert: Wir haben das ein wenig eingegrenzt. Im Programmheft wird es einen Zettel geben, auf dem das Publikum seine Favoriten ankreuzen kann. Wir haben versucht, darauf zu achten, dass es Stücke sind, die inner- und außerhalb der Chorszene sehr beliebt und auch bekannt sind. In der Pause werden die Stimmen ausgewertet, und wir legen quasi nur noch die Reihenfolge fest.

**Sie möchten damit auch ein neues Publikum erreichen – konnten Sie damit schon Erfahrungen sammeln?**

Wolpert: Wir hatten im Oktober zum Beispiel ein Konzert im Liegen. Also nicht wir haben gelegen, das wäre beim Singen etwas schwierig, sondern das Publikum lag in der Kirche auf Sitzsäcken oder Liegestühlen. Das ist richtig gut angekommen, die Kirche war brechend voll und die Atmosphäre total besonders. Außerdem funktionierte das Konzert – genauso wie das Wunschkonzert im März – nach dem Prinzip „pay what you can“.

Es gibt keinen festen Eintritt, sondern jede oder jeder gibt so viel, wie er kann. So können wir das Konzert für alle zugänglich machen, die Lust haben zu kommen. Beim Liegekonzert waren beispielsweise auch viele junge Leute da, die sonst vielleicht nicht zu uns gefunden hätten. Genau das wünschen wir uns auch für die kommenden Projekte.

**Warum sollten die Leute zum Wunschkonzert kommen?**

Barleben: Es ist auf jeden Fall eine Art von Nervenkitzel, was das Ganze so spannend macht. Das Publikum hört normalerweise nur zu, kann dieses Mal aber aktiv mitgestalten. Das finden wir super spannend. Wir versuchen, die Ernsthaftigkeit klassischer Konzertformate aufzubrechen. Das haben wir mit dem Liegekonzert definitiv geschafft und hoffen, dass das für dieses Projekt auch gelingt.

**Wie geht es für Voktett nach dem Wunschkonzert weiter?**

Wolpert: Unser nächstes großes Projekt heißt „Path of Miracles“. Das A-cappella-Werk von Joby Talbot ist eigentlich 17-stimmig. Barleben: Deswegen machen wir das in Kooperation mit dem e'nigma ensemble unter der Leitung von Justus Barleben. Wolpert: Das Konzert am 25. April wird im Rahmen der Internationalen A-cappella-Woche in Hannover stattfinden, und am 26. April singen wir noch einmal in der St.-Aegidien-Kirche in Braunschweig.

Das Wunschkonzert in der Markuskirche Hannover beginnt am Sonntag, 22. März, um 17 Uhr. Voktett wird auch beim „Markus.Musik.Sommer“ vom 18. bis 23. August zu hören sein – ein Klassik-Festival an der Markuskirche mit zwei weiteren renommierten hannoverschen Ensembles: la festa musicale und Musica Assoluta.



Wunschkonzert in der Markuskirche: Lea Wolpert (links) und Ida Barleben vom Voktett Hannover probieren gerne neue Konzepte aus.

Foto: Tobias Woelki

## Ideen fürs Ehrenamt

**HANNOVER.** Mehr als 80 Organisationen, Vereine und Initiativen präsentieren sich am Sonnabend, 7. März, von 11 bis 17 Uhr bei der Freiwilligenbörse im Kulturzentrum Pavillon, Lister Meile 4. Die Veranstaltung bietet Interessierten die Möglichkeit, sich über vielfältige Formen des ehrenamtlichen Engagements zu informieren und mit

Engagierten ins Gespräch zu kommen. Der Eintritt ist frei.

Die Freiwilligenbörse findet alle zwei Jahre statt und wird bereits zum elften Mal von der Landeshauptstadt Hannover gemeinsam mit dem HannoNetz für Engagement ausgerichtet. In den vergangenen Jahren nutzten mehrere tausend Besucher die Gelegenheit, sich über Einsatzmöglichkeiten in sozialen Projekten, im Sport, in den Bereichen Inklusion und Teilhabe, Umwelt und Entwicklung sowie im Katastrophenschutz und bei Rettungsdiensten zu informieren.

Zum Programm gehören Musik, Workshops, persönliche Beratung und zahlreiche Mitmach-Aktionen. Angeboten werden unter anderem Feuerlösch- und Reanimationstrainings, das Ausprobieren von Alterssimulationsanzügen sowie Aktionen

wie Siebdruck und Upcycling. Ein neues Dialogformat unter dem Titel „Mein Herz schlägt für ...“ gibt Einblicke in persönliche Erfahrungen von Ehrenamtlichen. In einer Coaching-Zone können sich Besucher individuell beraten lassen, um ein passendes Engagement zu finden. Workshops beschäftigen sich zudem mit der Frage, wie sich ehrenamtliche Tätigkeit auf die Gesundheit auswirkt, wie Vielfalt im Engagement gelebt werden kann und wie Interessierte ein für sie geeignetes Ehrenamt entdecken. Im Anschluss an die Börse lädt der Aktionsmonat „Direkt Engagieren!“ dazu ein, das kennengelernte Engagement in Vereinen und Initiativen unmittelbar auszuprobieren.

Mehr Informationen gibt es online unter [hannonetz.de/fwb](http://hannonetz.de/fwb).

## Hannover putzt wieder

**HANNOVER.** Unter dem Motto „Saubere statt schmutzig“ rufen die Stadtreinigung von aha und das Partnernetzwerk „Hannover sauber!“ am Sonnabend, 21. März, zum großen Frühjahrsputz im gesamten Stadtgebiet auf. Zum 20. Jubiläum ist neben den Sammelaktionen in allen Stadtbezirken ein Abschlussfest in Ricklingen geplant. Mehr als 22.000 Teilnehmende werden erwartet, darunter Schulklassen, Vereine, Verbände sowie zahlreiche Einzelpersonen unterschiedlichen Alters.

Im öffentlichen Raum kann auf Gehwegen, auf Stadtplätzen, in Grünanlagen und im Stadtwald gesammelt werden. Die kostenlosen Sammelsets stehen ab Montag, 9. März, bei Partnern wie NP, Biomarkt und Edeka Wucherpfennig sowie auf allen Wertstoffhöfen bereit.

Größere Gruppen ab sechs Personen erhalten die Materialien nach Online-Anmeldung. Gefüllte Säcke können bis 14 Uhr auf den Wertstoffhöfen abgegeben oder per Müllmelde-App zur Abholung gemeldet werden.

Bereits in der Woche von Montag, 16. März, bis Freitag, 20. März, beteiligen sich Schulen an der Aktion. Unter anderem sammelt die Wilhelm-Raabe-Schule zum achten Mal. Für besonders engagierte Klassen werden Geldpreise von bis zu 500 Euro verlost.

Ein Höhepunkt des Jubiläums ist das Abschlussfest am Sonnabend, 21. März, von 11 bis 15 Uhr auf dem Butjerbrunnenplatz in Ricklingen. Dort läuft eine Stadtteilwette: Gelingt es, 500 gefüllte Müllsäcke zu sammeln, spendet aha 5.000 Euro für

einen sozialen Zweck im Stadtteil. Bezirksbürgermeister Andreas Markurth unterstützt die Aktion.

Die Schirmherrschaft hat erneut der Erste Stadtrat Axel von der Ohe übernommen. Er würdigt das langjährige Engagement der Freiwilligen. Begleitend läuft bis Dienstag, 31.

März, ein Fotowettbewerb. Bilder der Sammelaktionen können per E-Mail an [hannoversauber@aha-region.de](mailto:hannoversauber@aha-region.de) eingereicht werden.

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung sind unter [www.hannover-sauber.de](http://www.hannover-sauber.de) zu finden.



Putzmunter: Axel von der Ohe, Simon Grabow (Leiter Stadtreinigung), Andreas Markurth (Bezirksbürgermeister Ricklingen) mit Beteiligten der Wilhelm-Raabe-Schule sowie Mitarbeitenden der Stadtreinigung.

Foto: aha/Region Han.



Engagiert: Die Freiwilligenbörse lädt ein in den Pavillon.

Foto: Nadja Mahjoub

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

## Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

**Barock 3**  
20. März 2026: NDR Konzerthaus

**Die Happy - Empathy Is No Weakness**  
21. März 2026: Musikzentrum

**Ydra & Caramella - Liebe im Haus**  
22. März 2026: Kulturzentrum Faust

**Marc Weide - Magier des Monats**  
Diverse Termine: Apollokino

**Thommi Baake: Die Super 8 Show**  
26. März 2026: die hinterbuehne

**Sarah Connor - Arena-Tour**  
26. März 2026: ZAG-Arena

**Fabi Rommel**  
27. März 2026: Theater am Aegi

**Der Aufzug - Hörspiel von Marina Lepy**  
28. März 2026: die hinterbuehne

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



[tickets.haz.de](http://tickets.haz.de) | Barrierefreier Schwerbehinderten-Service unter: [service@haz-ticketshop.de](mailto:service@haz-ticketshop.de)

# HOROSKOP

**WIDDER 21.3.–20.4.** Es muss nicht immer alles kompliziert ablaufen. Manchmal ist das Leben ganz einfach. Aus dem Grunde sollten Sie nicht jede Reaktion hinterfragen.

**STIER 21.4.–20.5.** Überzeugen Sie einen Menschen davon, dass er sich womöglich irrt. Werden Sie ruhig deutlich, aber bleiben Sie sachlich und strahlen Sie Ruhe aus.

**ZWILLINGE 21.5.–21.6.** Besser spät als nie! Während eines Gesprächs erhalten Sie die Möglichkeit, ein Missverständnis aus der Welt zu schaffen. Nutzen Sie diese Chance!

**KREBS 22.6.–22.7.** Sich von lieb gewonnenen Dingen zu trennen, fällt schwer. Dennoch befreit es unendlich, einmal gründlich aufzuräumen und dabei auch zu entsorgen.

**LOWE 23.7.–23.8.** Sie sind ganz bei der Sache und lassen sich nicht ablenken. Mag sein, dass Sie etwas länger brauchen, dafür sind die Ergebnisse geradezu perfekt.

**JUNGFRAU 24.8.–23.9.** Es wird momentan beruflich viel von Ihnen verlangt und Sie können Ihren Tatendrang so richtig ausleben. Privat läuft es da vergleichsweise ruhig.

**WAAGE 24.9.–23.10.** Ein interessantes Angebot könnte Sie zu einer überstürzten Zusage bewegen. Holen Sie auch andere Meinungen ein, um alle Seiten gut zu beleuchten.

**SKORPION 24.10.–22.11.** Sie sehen Problemzonen in Ihrem Leben, wo keine sind. Lassen Sie sich ablenken und genießen Sie mit netten Menschen, was das Leben so bietet.

**SCHUTZE 23.11.–21.12.** So langsam gewinnen Sie Klarheit über Ihre Ziele. Dennoch sollten Sie keine voreiligen Entscheidungen treffen. Das Blatt könnte sich noch wenden.

**STEINBOCK 22.12.–20.1.** Treiben Sie Auseinandersetzungen mit einem Gesprächspartner nicht auf die Spitze. Sie können bei ihm weiter, wenn Sie mehr Entgegenkommen zeigen.

**WASSERMANN 21.1.–19.2.** Nun besteht wahrhaftig Grund zur Freude. Dunkle Wolken, die den Beziehungshimmel trübten, lösen sich auf. Die gewohnte Harmonie kehrt wieder ein.

**FISCHE 20.2.–20.3.** 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.

## APOTHEKEN

- SAMSTAG 8:30 BIS SONNTAG 8:30 UHR**
- SONNTAG 8:30 BIS MONTAG 8:30 UHR**
- Apothek am Heidering,** Tel. 76835601, Am Heidering 2
- Luisen-Apothek am Opernhaus,** Tel. 12370790, Theaterstr. 14
- Löwen-Apothek,** Tel. 485558, Richard-Lattorf-Str. 19
- Ginkgo-Apothek,** Tel. 14138, Kopernikusstr. 5
- Leine-Apothek im HBf,** Tel. 5334825, Ernst-August-Platz 1
- Leonoren-Apothek,** Tel. 422422, Ricklinger Stadtweg 33
- Redeker'sche Apothek Großer Hillen,** Tel. 522080, Großer Hillen 6

# Rätselspaß am Wochenende

stufenweise Steigerung	Laufstöcke	Sportgerät	westl. Militärbündnis (Abk.)	Kinderfilmfigur (Pan...)	Strom durch Ägypten	arabische Langflöte	ein Farbton	häufig	ehem. portug. Gebiet in China	Ausruf des Schauderns	
		tödlich (lat.)			Teil des Kühlschranks		modern		lateinisch: Kunst		
			französisch: oder		US-Showstar † (Frank)					Umlaut	
Lehrer Samuels	Initialen Stallones								alte franz. 5-Centime-Münze	Fakten	
sächliches Fürwort									witzige Filmszene	Festveranstaltung	
kurz für: an das	Kurort an der Lahn (Bad...)	engl. Männerkurzname	griechischer Buchstabe	Buschgelände	süd-deutsch: Hausflur	Heimat Abrahams	englisch: nach, zu	Gallertmasse	Kfz-Z. Helmstedt	bestimmter Artikel	kampfunfähig (Abk.)
Verheiratete								Griff an der Tasse			
Zweirad										Feuerlandindianer	
öffentl. Verkehrsmittel											

**Länger im Blick bleiben:**  
Hier Ihre Anzeige buchen auf [www.wochenblaetter.de](http://www.wochenblaetter.de)

## LEBENSILFPE

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

## NOTDIENSTE

**Stadt Hannover:**

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

\*Keine Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen

## TECHNISCHE NOTDIENSTE

Pannenhilfe des ADAC	(0 18 02) 22 22 22
Pannenhilfe des ACE	(0 18 02) 34 35 36
Pannenhilfe des AvD	(08 00) 9 90 99 09
Deutsche Telekom	(08 00) 3 30 20 00
Stadtwerke (Gas)	4 30 41 11
Stadtwerke (Strom)	4 30 31 11
Stadtwerke (Wasser)	4 30 51 11
Stadtwerke (Fernwärme)	4 30 32 11
Stadtwerke (Straßenbeleuchtung)	4 30 31 12
Installateure, Heizung, Sanitär	84 10 10
Elektro-Notdienst	1 31 66 91

# Spröde Nägel: Worauf Betroffene vertrauen



Wer zu spröden Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit unwohl. Da kann die Frisur noch so gut sitzen und das Outfit noch so perfekt passen – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch ungepflegt zu wirken.

Und wer wünscht sich nicht schöne und feste Fingernägel? Leider gibt es nur allzu viele Ursachen, die unsere Nägel spröde und trocken machen, wodurch sie leichter abbrechen. Oft reicht schon

häufiges Händewaschen oder der regelmäßige Kontakt mit Putzmitteln aus. Zusätzlich entziehen die kalten Außentemperaturen sowie die trockene Heizungsluft den Nägeln ebenfalls Feuchtigkeit. Die gute Nachricht: Es gibt eine Möglichkeit, die Nägel wieder zu festigen – man muss nur wissen wie!

**KEINE FRAGE DER PFLEGE**

Die Schönheitsindustrie wirbt gerne mit zahlreichen Pflegeprodukten, die eine schnelle

Lösung bei Nagelproblemen versprechen. Ein gutes Beispiel hierfür ist etwa Nagelöl, das in der Drogerie gerne als Hilfe bei brüchigen Nägeln angepriesen wird. Experten sind sich jedoch einig: Nagelöl pflegt zwar die Nagelhaut, kann aber nicht in die Nagelplatte einziehen. Der Nagel wird somit in seiner inneren Struktur nicht gestärkt. Auch die richtige Schneide- bzw. Feil-Technik ist ein solcher Fall: Natürlich kann man dadurch einem häufigen Abbrechen vorbeugen (zum Beispiel indem

man die Nägel möglichst kurz trägt, sodass diese seltener einreißen), das Grundproblem eines zu trockenen bzw. spröden Nagels ist damit aber auch nicht gelöst.

**UNTERSTÜTZUNG VON INNEN**

Während konsequente Pflege richtig und wichtig ist, sollte man für eine langfristige Stärkung der Nägel nicht außen,

sondern im Inneren des Nagels ansetzen. Das geht am besten mit einer optimierten Nährstoff-Versorgung. Konkret geht es dabei um folgende Nährstoffe:

- 1.) Silizium** findet sich in Kieselerde und Goldhirse wieder. Besonders letztere war bereits im Mittelalter als „Schönheitskorn“ bekannt.
- 2.) Zink und Selen** zum Erhalt normaler Nägel.
- 3.) MSM** (Schwefel) als wichtiger Strukturbaustein.

**RICHTIGE WAHL**

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für Konsumenten aber nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen können. Umso vertrauenswürdiger ist es da, wenn Apotheker eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen: Besonders häufig wird hier Dr. Böhm® Haut Haare Nägel genannt, das seit Jahren meistverkaufte Präparat für feste Nägel\*.

Das Qualitätsprodukt aus Österreich enthält neben wichtigen Spurenelementen vor allem Silizium, hochreines MSM (natürlicher Schwefel) und Selen in sinnvoller Dosierung und wird nach höchsten Arzneimittelstandards produziert.

**UMFRAGE BESTÄTIGT ZUFRIEDENHEIT**

Die Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender. Das unterstreicht auch eine groß angelegte

Umfrage unter Anwendern von Dr. Böhm® Haut Haare Nägel. Von über 130 Teilnehmern waren 98 % zufrieden oder sehr zufrieden. Da die besten Ergebnisse bei einer langfristigen

Einnahme (über 2 bis 3 Monate) erzielt werden, nimmt auch mehr als die Hälfte der Befragten das Präparat mehrmals pro Jahr ein.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Kundenbefragung seit 2018

**98%** sind mit Dr. Böhm® Haut Haare Nägel zufrieden

**54%** nehmen Dr. Böhm® Haut Haare Nägel langfristig ein

**APOTHEKEN-TIPP bei spröden Nägeln**

**Dr. Böhm® Haut Haare Nägel** **NR.1 MEISTGEKAUFT**

Wichtige Mikronährstoffe für Haut (Biotin), Haare (Selen) und Nägel (Zink)\* Goldhirse-Extrakt und hochreines MSM

60 Tabletten | Nahrungsergänzungsmittel

**Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:**

- ✓ Zink und Selen für den Erhalt normaler Nägel
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente

**Bestehen Sie auf das Original!** Falls nicht vorrätig, bestellen Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie. 60 Stk. **PZN: 15390975** | 3-Monats-Kur 180 Stk. **PZN: 18851135**

\*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 11/2025.

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

WEITERE BERUFSFELDER

Dein Job in Hannover & Region

**lokalboten.de**  
#1 für Zustelljobs

**Freie Stellen in**

- Groß Buchholz
- List
- Schulenburg
- Engelbostel
- Südstadt
- Kirchröde
- Misburg-Süd

Heute eingestellt,  
morgen zugestellt

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



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



**Schülerjob gesucht?**

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

Einfach online, telefonisch (0800 1234 399) oder über WhatsApp bewerben und den QR-Code scannen.

**Freie Gebiete:**

- Seelhorst
- Linden-Mitte
- Herrenhausen
- Südstadt
- Badenstedt
- Davenstedt

**hallo wochenende**

**MINI- UND NEBENJOBS**

Mitarbeiter Fußwegreinigung / Winterdienst Vollzeit, Teilzeit oder Minijob feste Tour in Hannover, FS erforderlich, deutsch o. russischsprachig Pook 0511-555033

**STELLENGESUCHE**

**STELLENGESUCHE**

Gel. Gärtner sucht Arbeit, Gartenpfll., Hecke, Zaun.- Terrasse, etc. ☎0157-33254341

Gärtner sucht Arbeit Tel.: 01786532175

Gelernter Gärtner sucht Arbeit. ☎0157-33254341

Maler Handwerker sucht Arbeit zuverlässig, Pünktlich 01784480398

Maler sucht Arbeit. ☎0157-33254341

**Bei Anzeigen, die unter Chiffre erscheinen,** können wir über Auftraggeber keine Auskunft geben. Die Geheimhaltung des Auftraggebers ist jeweils verpflichtender Bestandteil des Anzeigen-Auftrages bei Chiffre-Anzeigen.

Mein Personal Trainer ist hier. Mein Job gleich nebenan.

Jobs für NIEDERSACHSEN



Jetzt Job finden unter: [www.jobsfuerniedersachsen.de](http://www.jobsfuerniedersachsen.de)

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENKAUF-GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

**Immobilie zum Kauf:**  
von Privat, keine Makleranrufe  
☎ 015751157630

**Eigentumswohnung oder MFH** gesucht von privatem Anleger, vermietet oder Leerstand auch sanierungsbedürftig 05192 137 92 15

**Handwerker und Ehefrau** suchen 1-3 Zimmer Wohnung in Hannover und Umkreis von Privat ☎ 0511-51535365

ANLAGEOBJEKTE

**SUCHE als Anlage** Mehrfamilienhaus oder Wohnung zum Kauf in Garbsen +25Km Umkreis ☎ 0172-195 16 46

GRUNDSTÜCKE

**SUCHE HAUS**  
EFH / MFH, auch sanierungsbedürftig und älter oder zum Abreißen.  
☎0176/8609868

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

MIETANGEBOTE

**MÖBLIERTE ZIMMER / WG**  
1 Zi. zu vermieten, im Zentrum, nur für Studenten ☎ 0171 86 15 497

Achtung Stellensuchende

Legen Sie Bewerbungen keine Originalzeugnisse oder andere wichtige Papiere bei, deren Verlust oft unersetzlich ist. Für verlorene eingegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

**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

Filetextanzeigen-Aannahme:  
Tel.: 0800/1 544 233\*  
\*kostenlose Servicenummer

Verantwortlich für den Anzeigenteil:  
Patrick Bludau

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

Druck:  
Druckzentrum Niedersachsen Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg


Leserbriefe:  
Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor. Alle vom Verlag gefertigten Entwürfe und Anzeigen sowie alle redaktionellen Texte und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung. Für die Richtigkeit telefonischer angegebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Erscheinungsweise: wöchentlich sonnabends, Es gilt die Preisinformation Nr. 85 ab 01.01.2026

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werberbotsaufkleber 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)

**hallo wochenende**

Mein Personal Trainer ist hier. Mein Job gleich nebenan.

Jobs für NIEDERSACHSEN



Jetzt Job finden unter: [www.jobsfuerniedersachsen.de](http://www.jobsfuerniedersachsen.de)

MARKTPLATZ

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

Haushaltauflösung

Am 7. u. 8.3.2026 in Wettbergen, Tresckowstr. 62, 1. OG Mitte, Schlafz., Wohnz., Küche, Geschir. u. Töpfe, Bad, Flur, Keller u. Balkonmarkise. Offene Besichtigung ab 10 Uhr. Alles gegen Gebot!

☎ 015751157630

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

**Kaufe Omas Geschir.**, Möbel Gläser 0511/4581945 oder 0162/8624379

**Kaufe altes Silberbesteck**, auch versilbert ☎ (0177) 8884144

SCHMUCK & UHREN

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

MUSIK

Löse meine LP-Sammlung auf, ca. 900 LP's: Beat, Pop + Schlager, an Sammler geg. Gebot ☎05136/9704666

GARTEN

Gartenpflege, Heckenschnitt, Baumfällungen ☎0172 1790101

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

LANDWIRTSCHAFT

Suche defekten und/oder gebrauchten Aufsitzmäher ☎ 0174/1515564

KUNST- UND SAMMLERMARKT

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

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

**Fliesenleger + Badsanierung**  
☎ 0160/97739654

HOBBY UND FREIZEIT

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

**kaufe Luftgewehre und Luftpistolen** auch defekt sowie Wiederladezubehör ☎ 015170130953

RENAULT

**Renault Megane Grandtour**, behindertengerecht umgerüstet, Preis VB, TÜV 2027, 150 Tkm, Bj. 2008 ☎ 01515/4803930

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

**Kaufe Motorräder** ☎ (05121) 514583

KFZ GESUCHE

**WOHNMOBILE / -WAGEN**  
Wir kaufen Wohnmobile+Wohnwagen ☎ 03944-3 61 60, www.wm-aw.de Fa. Privat sucht Wohnmobil von Privat ☎0176/37003544

ALLE TICKETS BEI UNS!

HAZ Tickets NP  
haz-ticketshop • np-ticketshop

Entdecken Sie unsere vielfältigen Seiten

Lokales Service Sport

**hallo wochenende**

[www.wochenblaetter.de](http://www.wochenblaetter.de)

**Wir setzen Umweltschutz durch. Für uns alle.**



Helfen auch Sie mit, als Fördermitglied.  
[www.duh.de/50jahre](http://www.duh.de/50jahre)

Deutsche Umwelthilfe 50 Jahre

DZI Spenden-Siegel

DIENSTLEISTUNGEN

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

Haushaltauflösung

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

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

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

**Erlöshe Ihre Arbeiten** rund ums Haus, Garten-/Pflasterarbeiten sowie Maurer- und Malerarbeiten. 0172/8765266

DACHDECKERARBEITEN

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

MALER UND SANIERUNGSARBEITEN

Qualität vom Fachmann. Kurzfristige Termine frei. ☎ 0176/31425505

DACHSANIERUNG 10%, TERMINE FREI

Dachrinnen/Fassaden/Carport/Garagen, Reparatur, ☎ (0157) 333 707 99

HECKEN/BAUMSCHNITT, GARTENPFLEGE

zum FP-10% Rabatt ☎0176 23608987

AKTASDERPACKTAS.DE

☎0511/5347369  
Haushaltsauflösung mit Wertanrechnung

VERTIKUTIEREN, WURZELN ENTFERNEN

Heckenschnitt. ☎ 0160 / 760 95 28

GARTENARBEITEN UND ENSORGUNG

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

KESSEL-THERMENENERGUNG, REP.-U. WARTUNG

☎ (0511) 5435160 Klimatherm

GARTENPFLEGE ZUM FP

☎0163/7709224  
Gartenpflege inkl Ents.017641467766

DACH: KLEINFLECK & RINNE

☎44497279  
Umzüge, Entr.,Transp. 05117/1657401

GARTENA. Z. FR. ☎05137/9860390

ENTRÜMP. & KLEINTRANS.

(0163)9134970

TIERMARKT ZUBEHÖR & CO.

**Katzen-Kratzbaum**, 1,95m x 93m, 50€, ☎0170/7454357

KRAFTFAHRZEUGMARKT

**KFZ ANGEBOTE**

MERCEDES

**A-Klasse, 150er, Bj. 11/08**, Rentnerfahrzeug, Autom., Teilleider, Navi mit Rückfahrkamera, Klima, Pan.Dach, 5 Türen, TÜV 1/27, 2850€ 0176/14112556

RENAULT

**Renault Megane Grandtour**, behindertengerecht umgerüstet, Preis VB, TÜV 2027, 150 Tkm, Bj. 2008 ☎ 01515/4803930

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

**Kaufe Motorräder** ☎ (05121) 514583

KFZ GESUCHE

**WOHNMOBILE / -WAGEN**  
Wir kaufen Wohnmobile+Wohnwagen ☎ 03944-3 61 60, www.wm-aw.de Fa. Privat sucht Wohnmobil von Privat ☎0176/37003544

REISEMARKT

REISE / TOURISTIK

WEITERE ANGEBOTE

**SKAN-CLUB 60 plus**

**GOtha UND ERfURT IN THÜRINGEN**  
Morada HOTEL GOThAEr HOF 8-Tage-Seniorenreise

**INKLUSIV-LEISTUNGEN**

- Fahrt im Nichtraucherfernreisebus mit WC und Getränke-Selfservice
- 7 Übernachtungen inkl. Halbpension
- Galabuffet und Thüringer Spezialitätenbuffet (im Rahmen der Halbpension)

Bis Rückreise 19.04.: Begleitung zum Schloss Friedenstein - Thüringer-Wald-Rundfahrt (außer Osterreise)

Ab Anreise 10.05.: Stadtführung Gotha - Ausflug und Eintritt „egapark“ Erfurt inkl. „egapark-Express“ (+ € 30,- p.P.)

- Abendliche Unterhaltungsprogramme
- Kofferservice nach Bedarf u.v.m.

**TERMINE 2026**

29.03.-06.04. (Ostern, 9 Tage)	10.05.-17.05. (7 Tage)
06.04.-12.04. (7 Tage)	05.07.-12.07. (7 Tage)
12.04.-19.04.	02.08.-09.08.*

ab Euro **595,-** pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension

Kein Einzelzimmerzuschlag! Preisnachlass bei Selbstreise: 50,- p. P! (ab Anr. 10.05.) \* € 40,- Jubiläumrabatt pro Zimmer

**8-Tage-SONDERREISEN**

**Gothardusfest** Highlights: Gothardusfestbuffet mit Tischwein oder Bier vom Fass, Transfer zum größten Stadtfest Gothas u.v.m.  
26.04.-03.05.2026 ab € 555,-

**Erleben, entdecken, relaxen** Highlights: Eintritt Thermo Bad Langensalza, Hohenwartestausee inkl. Schifffahrt, Eisenach (Eintritt Automuseum und Eintritt Wartburg) u.v.m.  
10.05.-17.05.2026 ab € 635,-  
30.08.-06.09.2026 ab € 665,-

**Kulinarik und Shopping** Highlights: Porzellanmanufaktur, De Beukelaer Outlet, Thüringer Klöß-Well, Bratwurstmuseum, Viba Nougat Welt u.v.m.  
07.06.-14.06.2026 ab € 695,-  
27.09.-04.10.2026 ab € 735,-

**Wanderwoche durch Thüringen** Highlights: 5 verschiedene Wanderrouten inkl. Transfere, Lunchpakete zum Wandertag u.v.m.  
05.07.-12.07.2026 ab € 645,-

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)

**BERLIN, POTSDAM, SPREEWALD**  
Morada HOTEL AM MELLEENSEE

**LEISTUNGEN:**

- 2 bis 7 x Übernachtungen in komfortablen Zimmern inkl. Halbpension, 1 x Welcome Drink, 2 bis 7 x „All-in-clusive-Getränke“ zum Abendessen (Bier, Hauswein, alkoholf. Getränke), 1 x musikal. Unterhaltungsabend (ab 5 Nächten) u.v.m.

**TERMINE 2026:**

3 Tage ab € 145,-	13.03., 20.03., 27.03., 10.04., 17.04., 24.04., 01.05., 08.05., 29.05.
6 Tage ab € 324,-	15.03., 22.03., 29.03., 12.04., 19.04., 26.04., 03.05., 17.05., 31.05.
8 Tage ab € 440,-	15.03., 22.03., 12.04., 19.04., 26.04., 03.05., 31.05., 07.06., 14.06.

**Sondertermine**  
06.04.-12.06. ab € 339,-  
10.05.-14.05. € 276,-

**OSTERN**  
03.04.-06.04. ab € 277,- p. P. im DZ

**HIMMELFAHRT**  
14.05.-17.05. ab € 268,- p. P. im DZ

**FRONLEICHNAM**  
04.06.-07.06. ab € 268,- p. P. im DZ

**FREECALL: 0800/123 39 39**  
täglich von 8 bis 18 Uhr, auch samstags/sonntags  
Bis zu 100% Kinderermäßigung

Hoteladresse: Zossener Straße 65, 15838 Am Mellensee  
Anbieter: Morada\_Hotel Am Mellensee\* Bewirtschaftungs-GmbH  
Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel  
buchung.ev@morada.de · [www.mellensee.morada.de](http://www.mellensee.morada.de)

**CUXHAVEN-DUHNEN**  
gemütl. Ferienwohnung 120m zum Sand-Strand, Osterferien frei, bis 4 P. 2x Schlafzimmer, 54m², Balkon, Tiefgaragenplatz, WLAN, Waschmaschine, Trockner, zwei Fahrräder  
Infos unter: [cuxfewo.de](mailto:cuxfewo.de) oder ☎ 0511-799280

**Lago Maggiore Seeblick Pool Strand**  
[www.ferienwohnung-lagomaggiore.de](http://www.ferienwohnung-lagomaggiore.de)  
geplf. 2-4 Pers. v. Privat T. 091294947

VERANSTALTUNGEN

VERANSTALTUNGEN

**Antik Markt**  
Sonntag, 15.03.2026  
Schloss Bückeburg

**Sonntag, 22.03.2026**  
Leine-Einkaufcenter Laatzen

**Frauenflohmarkt**  
Sonntag, 15.03.2026  
Planetencenter Garbsen

Alle Märkte fangen um 11:00 Uhr an.  
Tel.: 0176 - 23 122 855

BEKANNTSCHAFTS-ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

**Regina, 77 J.**, fraulich, gutaussehend, sehr gepflegt u. viel jünger wirkend. Ich backe u. koche mit Leidenschaft, fahre gern Auto u. liebe die Natur. Nach vielen erfüllten Ehejahren bin ich seit fünf Jahren verwitwet - nun ist mein Herz wieder offen für e. lieben Mann. Lust auf Zweisamkeit im besten Alter? PV Tel. 0176-56848299

**Heidrun, 72 J.**, hier aus der Region, trotz eigenem Haus ungebunden. Ich bin fraulich, gepfl., eine gute Hausfrau, koche mit Leidenschaft u. wünsche mir wieder eine zärtl. Gefährtin zu sein. Welcher ehrl. Mann möchte mit mir noch viele schöne Jahre teilen? Geben Sie Ihrem Herzen einen Stoß u. rufen Sie üb. PV an. Tel. 0162-7939564

**Dagmar (66) hübsch**, mit attrakt. Ausstrahlung, viel Charme u. Herzlichkeit. Ich sehne mich wieder nach Liebe u. Zärtlichkeit, verwöhne gern mit guter Küche u. einem gemütl. Zuhause hier ganz in der Nähe. Ich möchte einen netten Herrn kennenlernen, für eine feste, vertrauensvolle Beziehung. PV Tel. 0176-57606171

**Ich suche Dich, Sina (ca.28J.)** aus Hannover (Freundin von Dir wohnt in Lauenbrück). Ich habe Dich im Jocken-Express Rtg. Köln kennengelernt und würde Dich sehr gern wiedersehen. Meld Dich bitte: 017681707020.lg Michi

ER SUCHT SIE

**XXL Kuschelbär 60/189** sucht Frau für gute und schlechte Zeiten. Bin spontan, lieb, zärtlich, berufl. Masseur und einiges mehr. Wenn du Interesse hast so würde ich mich freuen wenn du dich meldest unter der 015756536956

**Er, 60 sucht nette Dame** für Dates und Freundschaft SMS 0160 65 47 573

VERSCHIEDENES

**Sammler, Wiederverk., Kleinmöbel**, Porzellanfiguren, Radierungen, Öl-Bilder, Aquarelle, Holzfiguren, Fürstenberg Porzellan, Lampen, Persergalerie 4,79x90, uvm. ☎47265919

**KAUFE.ORDEN.PICKELHAUBEN UNIFORMEN.URKUNDEN.FOTO'S HELME.Hr.Röhl** ☎05102739927 mail: [hermangali@freenet.de](mailto:hermangali@freenet.de)

**Biete an Betreuung** für Senioren, Putzen, Einkauf, Arztbesuche ☎017650997489

**Rennter übernimmt gerne Tätigkeiten** im Haushalt, Fahrten, Einkäufe, Arzttermine. ☎ 0152 184 961 08

**Rollstuhl mit E-Fix** Küschall Compact, 42cm breit, VB ☎ 01515/4803930

Unsere Fashion Week ist hier. Unsere Jobs gleich nebenan.

Jobs für NIEDERSACHSEN



Jetzt Job finden unter: [www.jobsfuerniedersachsen.de](http://www.jobsfuerniedersachsen.de)

# MOONLIGHT SHOPPING



clewa VON MÖBEL HEINRICH

Fr. 13.03.2026 • bis 20 Uhr geöffnet!



in Bad Nenndorf

UNSER HIGHLIGHT AM FREITAG

NEFF BORA

NEFF & BORA IM EINSATZ - DIE PROFI-KÖCHE BIETEN IHNEN EIN FANTASTISCHES KOCHERLEBNIS UND ZEIGEN IHNEN DIE GEMÜSE-HIGHLIGHTS, DIE 2026 IM TREND SIND.



LIVE-KOCHEN AM FR. 13.3. VOR ORT



TEMPUR

FACHBERATER AM FR. 13.3. VOR ORT



Stressless

FACHBERATER AM FR. 13.3. VOR ORT

## GROSSE NEUERÖFFNUNG UNSERER MARKENSTUDIOS

SCHLAFEN



WOHNEN & SPEISEN



KÜCHE



EXKLUSIV NUR AN DIESEM WOCHENENDE FR. 13.03. UND SA. 14.03.2026

MÖBEL + KÜCHEN

Bis zu **45%** SPAREN!

AB 1000€ EINKAUFSWERT

**100€**<sup>3)</sup>  
EINKAUFSGUTSCHEIN MÖBEL & KÜCHEN

AB 2000€ EINKAUFSWERT

**200€**<sup>3)</sup>  
EINKAUFSGUTSCHEIN MÖBEL & KÜCHEN

AB 3000€ EINKAUFSWERT

**300€**<sup>3)</sup>  
EINKAUFSGUTSCHEIN MÖBEL & KÜCHEN

AB 4000€ EINKAUFSWERT

**400€**<sup>3)</sup>  
EINKAUFSGUTSCHEIN MÖBEL & KÜCHEN

AB 5000€ EINKAUFSWERT

**500€**<sup>3)</sup>  
EINKAUFSGUTSCHEIN MÖBEL & KÜCHEN

GUTSCHEIN

**20%**<sup>4)</sup>  
AUF  
Haushaltswaren • Deko-Artikel  
Heimtextilien • Leuchten

+ KOSTENLOSE LIEFERUNG 

Gültig am Fr. 13.03. und Sa. 14.03.2026 | 1) Dauertiefpreise: Gilt auf alle Möbel und Küchen. Bereits im Verkaufspreis berücksichtigt. | 2) Kostenlose Lieferung: Ab einem Lieferwert von 1000 € liefern wir Ihre Bestellung zu Ihnen nach Hause bis zum gewünschten Aufstellungsort, ausgenommen die Lieferung von reduzierten Ausstellungsstücken. | 3) Einkaufsgutscheine: Erhalten Sie einen Einkaufsgutschein im Wert von bis zu 500 € für Ihren nächsten Einkauf in Ihrer Filiale. Gilt nicht auf Werbeware. Keine Auszahlung möglich. Die Ausstellung des Gutscheins setzt eine Anzahlung in Höhe des Gutscheinbetrags voraus. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. 0996 3000/3001. | 4) 20%-Gutschein: Gilt auf alle Artikel in den Abteilungen Haushaltswaren, Deko-Artikel, Heimtextilien und Leuchten. Gilt auch auf Sale-Artikel, ausgenommen Werbeware. Gilt nur für Neuaufträge. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. Nur ein Gutschein pro Einkauf einlösbar. 0996 1045.