SCHENKE LEBEN, SPENDE BLUT.
SPENDE BLUT BEIM ROTEN KREUZ
www.DRK.de 0800 11 949 11



Mo 29.06.2026 14.00 – 18.00 Uhr Hannover 30625 - Groß-Buchholz, Blutspende-Spot in der MHH - Gebäude K3, Carl-Neuberg-Straße 1
Mo 06.07.2026 14.00 – 18.30 Uhr Hannover 30625 - Groß-Buchholz, Blutspende-Spot in der MHH - Gebäude K3, Carl-Neuberg-Straße 1
Fr 10.07.2026 15.00 – 19.00 Uhr Hannover 30163 - Vahrenwald, FORA-Hotel, Großer Kolonnenweg 19



Bitte Personalausweis mitbringen!
Service-Hotline 0800 / 11 949 11
(kostenlos aus dem dt. Festnetz)
blutspender.net Deutsches Rotes Kreuz Blutspendedienste
TERMINE IM UMKREIS

17118101_002626

möbel staude
Die Besten im Norden
GARTEN SAISON 2026
LOUNGES, SESSEL, STRANDKÖRBE UND VIELES MEHR!
Deine Stadt Dein Möbel Staude
37899901_002625

hallo HANNOVER OST wochenende

EPHESUS
Wir kaufen Ihr GOLD.
sofort BARGELD!
Georgsplatz 3A
30519 Hannover
ephesus.de
0511-3631177
36759001_002625

Leben mit Neurodivergenten

HANNOVER. Eine neue Selbsthilfegruppe in Hannover richtet sich an Personen, die mit einem neurodivergenten Kind oder Jugendlichen leben. Die Gruppe bietet Halt, Unterstützung sowie Austausch unter Menschen mit ähnlichen Erfahrungen.

Informationen gibt es bei der KIBIS unter Telefon (0511) 66 65 67, per E-Mail an info@kibis-hannover.de und unter kibis-hannover.de.

GOLDANKAUF
GOLDSCHMIDT
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	113,40 €/g
999er Silber	1,20 €/g
750er Gold	85,05 €/g
925er Silber	1,11 €/g
585er Gold	66,34 €/g
333er Gold	37,76 €/g
versilbertes Besteck	40,00 €/kg
Zinn	16,00 €/kg
Zahngold	72,95 €/g

Stand 23.06.2026
Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269
4679401_002626

ABC Wäschedienst GmbH
am besten clean
Wäscherei, Reinigung und Mangelservice
Service und Hygiene rund um die Wäsche ...
- Textilreinigung / chem. Reinigung
- Mangelwäsche in 24 Std.
- Bettdecken / Kopfkissen
- Business-Hemden, handgeb.
- Tisch- und Bettwäsche
- Zelte, Planen, Schlafsäcke etc.
- Imprägnierungen
- Gardinen, Vorhänge
- Kittel und Berufsbekleidung
ABC Wäschedienst GmbH
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 6 – 14 Uhr
Am Listholze 87 (direkt neben CleanCar)
30177 Hannover
Tel. 0511-71 74 67
37875701_002625

TIPP DES MONATS



Medikamente nie im Badezimmer lagern
Der bessere Ort ist das Schlafzimmer oder ein Schrank im Wohnbereich.
Im Badezimmer entstehen durch Duschen und Baden hohe Luftfeuchtigkeit und Temperaturschwankungen. Diese können Medikamente schneller altern lassen.
Lagern Sie Medikamente trocken, kühl und lichtgeschützt – ideal sind unter 25 °C.
Passende Aufbewahrungsboxen und neue Hausapotheken finden Sie in unseren PINC-Apotheken.
pinc-apotheken.de
PINC Apotheken Pharma IN the City
ROSEN APOTHEKE SONNEN APOTHEKE
Die Ernst-August-Apotheke by Dr. Trettin
EUROPA-APOTHEKE
6910201_002626



Foto: Marion Coers

Plan gegen Armut

Fachstelle im Sozialdezernat erfasst Angebote und entwickelt Empfehlungen

HANNOVER. Die Landeshauptstadt Hannover baut ihre Arbeit gegen Armut aus. Im Sozialdezernat ist dafür eine neue Fachstelle für Armutsprävention eingerichtet worden. Sie soll zunächst vorhandene Unterstützungsangebote erfassen und auswerten. Auf dieser Grundlage soll später ein Aktionsplan entstehen, der kommunale Ansätze gegen Armut bündelt und Empfehlungen für Träger sowie sozialpolitische Akteure formuliert.

Einen ersten Zwischenstand hat die Verwaltung kürzlich im Sozialausschuss vorgestellt. Dabei ging es um eine umfangreiche Bestandsaufnahme der Hilfsangebote in Hannover. Die Übersicht ordnet Anlaufstellen nach Lebenslagen wie Finanzen, soziale Teilhabe, Bildung und Kultur, Arbeit und Beschäftigung, Wohnen sowie Gesundheit. Sie enthält neben den jeweiligen Angeboten auch Informationen zu Trägern, Kontakten, Zielgruppen und möglichen Zugängen. Nach Angaben der Stadt umfasst die Bestandsaufnahme 166 Einträge mit mehr als 270 einzelnen Unterstützungsangeboten.

Die Fachstelle geht von einem erweiterten Armutsbegriff aus. Armut wird nicht allein als Mangel an Einkommen verstanden, sondern auch als Einschränkung gesellschaftlicher Teilhabe. In der Bestandsaufnahme werden deshalb neben finanziellen Hilfen auch Beratungsstellen, Bildungsangebote, Unterstützung beim Wohnen, Gesundheitsangebote, Sprachförderung, Angebote für Kinder und Familien sowie Hilfen für Menschen mit Behinderung berücksichtigt.

Hintergrund sind die Armutsdaten für Hannover. Laut Bericht lag die Armutsgefährdungsquote in der Landeshauptstadt 2025 bei 21,9 Prozent und damit deutlich über dem Landes- und Bundesdurchschnitt. Zudem bezogen 2024 insgesamt 14,7 Prozent der Bevölkerung Transferleistungen. Besonders betroffen waren demnach Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren, Menschen ohne deutsche Staatsbürgerschaft sowie Allein- und Getrennterziehende.

Sozialdezernentin Sylvia Bruns erklärte, vielen Menschen seien Leistungen, auf die sie Anspruch hätten, nicht bekannt – oder sie fänden den Weg zu den zuständigen Stellen nicht. „Wir wollen allen Menschen in Hannover Teilhabe ermöglichen und hoffen, durch diese konkrete tabellarische Übersicht mit Anlaufstellen und Adressen, den Zugang zu verbessern“, sagte Bruns. Ziel sei zudem ein Aktionsplan mit präventiven kommunalen Handlungsmöglichkeiten und Empfehlungen an Träger und sozialpolitische Verantwortliche.

Die Stadt betont, dass die Übersicht keine vollständige Sozialkarte sei. Sie soll vielmehr einen strukturierten Überblick über bestehende Angebote geben und Zugänge erleichtern. Die Sammlung soll mindestens jährlich aktualisiert und erweitert werden. Die nächste Ausgabe ist für 2027 vorgesehen. Der Bericht mit Tabelle steht auf hannover.de/LHH-Armutsprävention zum Download bereit. **RED**

Schorsenbummel ist abgesagt

HANNOVER. Der für Sonntag, 27. Juni, geplante Schorsenbummel mit König Georg III. alias Charly Neumann ist aufgrund der zu erwartenden hohen Temperaturen abgesagt. Ein neuer Termin steht mit dem 4. Oktober bereits fest. **RED**

Bundessortenamt öffnet Türen

HANNOVER. Das Bundessortenamt lädt für Sonnabend, 27. Juni, von 10 bis 16 Uhr zum Tag der offenen Tür am Osterfelddamm 80 ein. Der Eintritt ist frei. Die Gäste erhalten Einblicke in die Arbeit der Bundesoberbehörde, die sich mit Pflanzensorten befasst. Vorgestellt werden unter anderem Sortenschutz, Sortenzulassung und Sortenvielfalt. Außerdem informiert das Amt über die Prüfung neuer Sorten, die deutsche Genbank Zierpflanzen, Bienen auf dem Gelände und ADR-Rosen. Auf dem Gelände stehen Rosen und Zierpflanzen in Blüte. Fachleute stehen für Gespräche bereit. Auch für Kinder ist ein Angebot geplant. Achtung: Es sind ausschließlich Behindertenparkplätze vorhanden, daher bittet das Bundessortenamt um Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem Fahrrad. Erreichbar ist das Gelände mit der Bahnlinie 4 bis Roderbruch sowie mit den Buslinien 125 bis Haberhof und 133 bis Fehrsweg. Aufgrund von Bauarbeiten am Osterfelddamm sollte die Route vorab geplant werden. **RED**

Ohne Abzüge:

Feingold	115,20 €/g
750 Gold	85,28 €/g
585 Gold	66,51 €/g
333 Gold	37,86 €/g
Zahngold	71,76 €/g
Silber	1,50 €/g
Versilbert	40,00 €/kg
Zinn	16,00 €/kg

Goldankauf Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069
18521601_002626

SOMMER-COUPON
Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen!
15%
Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.
Gültig bis 31.08.26
Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Bücher, Rezepturen und unsere Sonderangebote. Nicht kombinierbar mit anderen Coupons oder Aktionen.
LEINE APOTHEKE
vor Ort:
Leine Center Laatzen
Hauptbahnhof Hannover
Ernst-August-Galerie
Misburg Waldstraße
Misburg Friedenstal
Kronsrode
online: www.LeineApotheke.de
Code „SOMMER“.
17553501_002626



-15% RABATT*
*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.
PINC Apotheken
Gültigkeit: Juni/Juli 2026 WWW.PINC-APOTHEKEN.DE
ROSEN APOTHEKE EUROPA-APOTHEKE SONNEN APOTHEKE Die Ernst-August-Apotheke by Dr. Trettin
15564601_002626

EPHESUS
Wir kaufen Ihr GOLD.
sofort BARGELD!



Mit 100%-iger Sicherheit durch exzellente und transparente Goldanalyse mit unserem neuen „x-rate“ Goldanalyse-Gerät.
Wir kaufen Goldbarren jeglicher Art!
Georgsplatz 3a, 30159 Hannover
0511 / 3631177
www.ephesus.de
GOLD & SILBER · SCHMUCK · SILBER & TAFELSILBER · ZAHNGOLD
INDUSTRIESCHEIDGUT · GOLDBARREN · GOLDMÜNZEN · PALLADIUM · PLATIN
36844002_002625

Dr. Mohi deine Apotheke



20%
*Gilt nicht bei bereits reduzierten Artikeln. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten. Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen und Rezeptanteile.
Gültig bis 10.07.2026
Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie 20% Rabatt auf Ihren gesamten Einkauf!
Bitte Coupon ausschneiden und mitbringen.
Apotheke im Marktkauf
Vahrenwalder Straße 140 · 30165 Hannover
Apotheke am Ring
Isernhagener Straße 109 · 30163 Hannover
3136001_002626

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
Wir erledigen auch Kleinaufträge
der fuger GmbH
Lohkamp 44a
30855 Langenhagen
Tel.: 0511/7852460
Fax: 0511/7852461
www.derfuger.de
14497101_002626

Eine Zeitung für alle! hallo wochenende

Großer Plan fürs Kleine Fest

Was das druckfrische Programmheft über das diesjährige **KLEINKUNSTSPEKTAKEL IN HERRENHAUSEN** verrät

HANNOVER. „Kl“ steht auf dem Titelblatt des Programmhefts, „Kl“ wie Kleines Fest im Großen Garten. Ein „E“ und ein „F“ sind angeschnitten. Das muss genügen, und erstaunlicherweise genügt es auch: Mindestens die Kleinkunstfans Hannovers wissen auf den ersten Blick, worum es geht. Jetzt ist das Programmheft für die diesjährige Ausgabe erhältlich, und es präsentiert sich selbstbewusst: in der Annahme, dass die traditionsreiche Kleinkunstveranstaltung so etabliert ist, dass man ihre Wort- und Bildmarke als bekannt voraussetzen kann und gar nicht erst ausbuchstabieren muss.

Das Heft gibt es kostenlos online auf der Website des Kleinen Fests oder gedruckt gegen eine Schutzgebühr von 3 Euro an der Touristinformation am Bahnhofsplatz, den HAZ-/NP-Ticketshops und an den Herrenhäuser Gärten. Zwei Wochen vor Beginn der Veranstaltungsreihe, die in diesem Jahr vom 2. bis 16. Juli läuft, gibt das Heft auf 40 gut sortierten und verspielt illustrierten Seiten einen Einblick in das, was sich der neue künstlerische Leiter Detlef Simon alias Desimo und sein Team ausgedacht haben. Der Plan steht. „Jetzt läuft alles seinen Gang“, sagt Desimo.

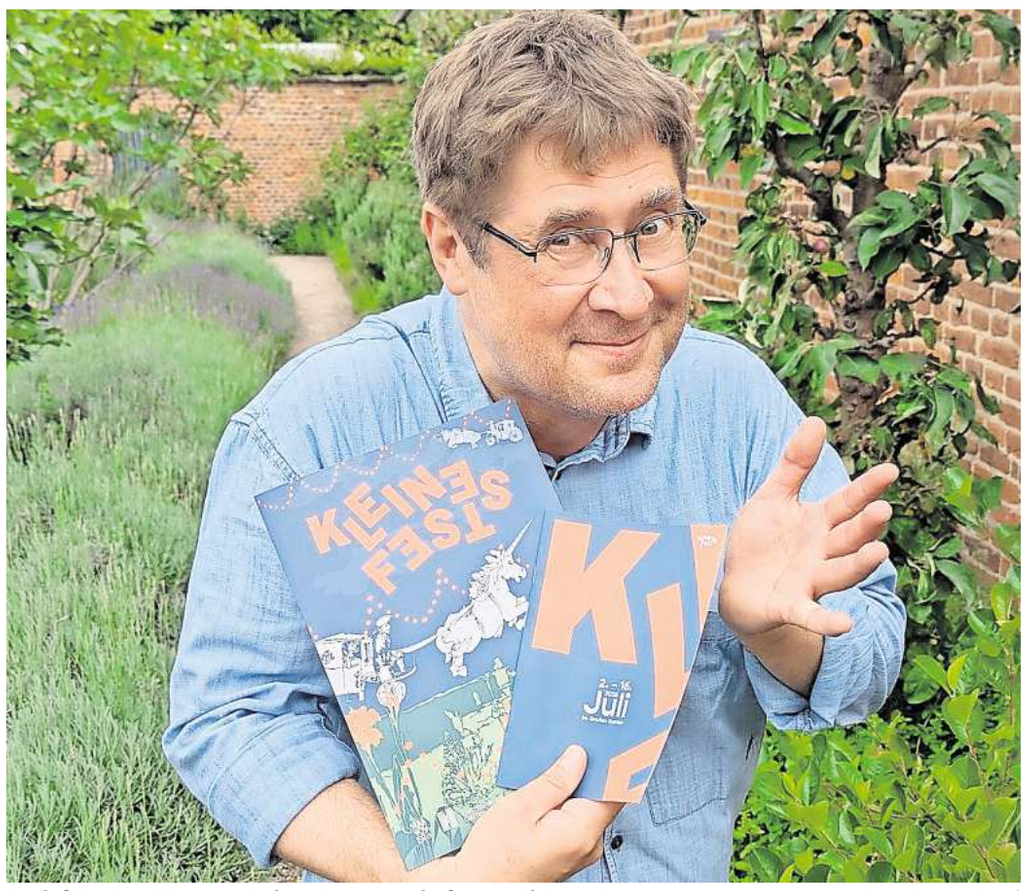
Der Übersichtsplan in der Heftmitte zeigt auf einen Blick, dass das Fest wieder weiter nach vorne gerückt ist; die städtische Vorgabe, dass nur der hintere Bereich des Gartens bespielt werden darf, ist nach zwei Jahren schlechter Erfahrungen vom Tisch. Der erste Act, auf den das Publikum stoßen wird, sind gleich am Eingang zur Picknickwiese die Stelzenläufer vom Teatro Pavana in ihren farbenfrohen Kostümen. Die hinterste Bühne (mit Musik-Comedy und Comedy-Zauberei von Marie Diot und Jan Logemann, beziehungsweise Monsieur Brezelberger) befindet sich hinter der Großen Fontäne. Zum großen Finale, das dort stattfinden soll, wird sie gedreht. Ein Feuerwerk zum Abschluss ist nach wie vor nicht gestattet. Desimo legt aber großen Wert darauf, dass alle auftretenden Künstlerinnen und Künstler angemessen verabschiedet werden. Details will Desimo noch nicht verraten. Er verspricht aber eine schöne Überraschung.

Auffällig sind kleine Regenwolkensymbole im Heft und auf dem Übersichtsplan. Sie kennzeichnen Acts, die bei Nieselregen oder nassem Boden wegen Verletzungsgefahr nicht auftreten können. Das betrifft zehn von 38 Darbietungen. „Bei allen anderen versuchen wir, so lange wie möglich zu spielen. Auch bei Nieselregen kann noch viel Fest stattfinden“, sagt Desimo. „Wir haben auf jeden Fall das regenfesteste Programm, das es je gegeben hat.“

Der Kleinkunstveranstalter hat sich genau angeschaut, was bei seinen Vorgängern Harald Böhlmann und Casper de Vries funktioniert hat. So wird die Große Fontäne wieder (ab 22.40 Uhr) der Ort fürs Finale wie bei de Vries. Die Gastronomie ist aber wieder wie bei Böhlmann weiter nach vorn gerückt, damit mehr Raum ist für Kunst und Künstler. Es gibt wie bei Böhlmann eine Flaniermeile entlang der Schwanenteiche. Und es gibt wieder im sogenannten Halbmond die von de Vries etablierte Fontänenbar.

„Der Zeitplan ist wieder ganz strikt“, sagt Desimo. Es gibt 20-Minuten-Slots wie bei Böhlmann, aber neun davon wie bei de Vries. Gespielt wird zu jeder vollen und halben Stunde. Die beiden großen Ausnahmen sind die aufwendigsten Programmpunkte: Der Cirque Bouffon und die Trapezartisten von GoGoHome reisen jeweils mit mehr als zehn Personen an und spielen 40 Minuten am Stück.

Die 20-Minuten-Programme sind eine hannoversche Eigenheit, aber vom Publikum des Kleinen Fests erlernt: Dessen Erfinder Böhlmann hatte das in den mehr als 30 Jahren seiner künstlerischen Leitung etabliert. „Auf den Festivals, auf denen ich jetzt unterwegs bin, um neue



Detlef Desimo Simon: mit dem Programmheft vom Kleinen Fest. Foto: Steven Engel

Künstler zu finden, stehe ich manchmal 75 Minuten da und schaue mir die Acts an“, sagt Desimo. Er präsentiert 24 Acts, die noch nie in Hannover waren, und sechs Premieren. Aber seine Handschrift zeigt der Veranstalter vor allem in der Form von Vernetzung. So gibt es eine Bühne für die Unesco City of Music (Ucom) Hannover. Das hiesige Hidden Collective trifft dort auf Musikerinnen und Musikern aus internationalen Ucoms und beschallt die Festwiesen hinter dem Gartentheater mit seiner Gastronomie. Die Slam-Poeten von „Macht Worte“ bespielen eine Bühne nahe der rechten Sternfontäne, das Kollektiv Candid Comedy eine weitere auf halber Strecke zwischen Fontänenbar und Fontäne.

Sogar mit der Hörregion Hannover kooperiert das Kleine Fest: An der großen Bühne nahe der Graft läuft ein Pilotprojekt: „Man kann dort gegen Pfand Hörunterstützung bekommen“, sagt Desimo. „Mal sehen, was passiert. Vielleicht kann man daraus nächstes Jahr mehr machen.“

Viel Lob für all diese Pläne ist jetzt schon im Programmheft zu lesen. Eines kommt von Komödiant Dietmar Wischmeyer in seiner Rolle als Günther, der Treckerfahrer.

„Da regier'n nicht der Schlund und die angeschlossenen Verdauungsorgane, sondern man kann einfach mal was Schönes sehen und hören“, schreibt der über das Kleine Fest. „Gut, dass es so was noch gibt in dieser nervigen Welt.“

Schul-Finals Hannover: Die Zielgerade ist in Sicht

Von Rudern über Windsurfen bis zur großen Hirte Challenge / Großes Finale am 30. Juni

HANNOVER. Die Schul-Finals der Finals 2026 in Hannover gehen nach rund 110 von 160 Aktionstagen auf die Zielgerade: Nach einem ereignisreichen Programm mit Rudern, Windsurfen und der inklusiven Hirte Funtastic Kids Challenge steht am 30. Juni der große Abschluss bevor – mit rund 1.000 Schülerinnen und Schülern.

„Die Schul-Finals zeigen, wie vielfältig Sport in Hannover ist. Bereits Tausende Kinder und Jugendliche haben in den vergangenen Wochen mitgemacht, sich bewegt, neue Erfahrungen gesammelt und Gemeinschaft erlebt. Das macht Lust auf das große Finale am 30. Juni, wenn noch einmal rund 1.000 Schüler*innen zusammenkommen und gemeinsam den Abschluss dieses besonderen Projekts feiern.“, sagt Oberbürgermeister Belit Onay.

RÜCKBLICK: RUDERN MIT U23-WELTMEISTER TIMO STRACHE

In der vergangenen Woche gab es ein Ruder-Erlebnis der besonderen Art: Schülerinnen und Schüler aus der Region konnten unter professioneller Anleitung erste Erfahrungen auf dem Wasser sammeln. Mit dabei war Timo Strache vom Hannoverschen Ruder-Club von 1880 – U23-Weltmeister im Einer und frisch gekürter German-Finals-Sieger 2025. Der 23-Jährige zeigte sich begeistert vom Engagement der jungen Teilnehmenden und nahm sich Zeit für Tipps und Gespräche am Bootshaus.

INKLUSION IM MASCHPARK

Über 500 Kinder aus zwölf Schulen erlebten im Maschpark einen Tag voller Bewegung und Teamgeist. Die Hirte Funtastic Kids Challenge meets FINALS brachte Kinder mit und ohne Förderbedarf zusammen – in gemischten Teams, an gemeinsamen Stationen, mit einem klaren Ziel: Barrieren abbauen, Begegnungen schaffen. „Wenn Kinder mit und ohne Handicap gemeinsam spielen, lachen und Herausforderungen meistern, dann erleben sie ganz selbstverständlich, was Inklusion bedeutet“, betonte Hajo Rosenbrock, Vorstand vom TKH, bei der Siegerehrung. Prominente Gäste wie Oberbürgermeister Belit Onay, Bildungs- und Kulturdezernentin Eva Bender, Para-Sportlerin Tina Deeken und Recken-Spieler Sören Christophersen überreichten die Medaillen.

SCHUL-FINALS GOES WINDSURFING

Am 19. Juni ging es für rund 50 Schülerinnen und Schüler aufs Wasser – beim Windsurf-Tag im Surfer's Paradise in Mardorf. Angeleitet wurden sie von Lars Deiterding, frisch gekürter Master-Weltmeister im Raceboard-Windsurfen, sowie dem 17-jährigen Lorenz Döckel, der bereits seit Jahren Kurse gibt und neben Windsurfen auch Wingfoilen, Kitesurfen und Segeln beherrscht. Die Veranstaltung zeigte eindrucksvoll, wie Wassersport, Schule und Persönlichkeitsentwicklung zusammenwirken können: Neues ausprobieren, Verantwortung übernehmen, gemeinsam Spaß haben. Jens Palandt, Erster Regionsrat: „Die Schul-Finals haben bislang eindrucksvoll bewiesen, dass Sport mehr ist als Wettkampf – er verbindet, begeistert und öffnet Türen. Dass in zwei Monaten Tausende Schüler*innen an 70 Schulen erreicht werden konnten, zeigt, welche Kraft in einem solchen Projekt steckt. Die Region Hannover freut sich auf ein großes Finale am 30. Juni.“

Der Höhepunkt der Schul-Finals steht noch bevor: Am Montag, 30. Juni 2026, kommen rund 1.000 Schülerinnen und Schüler zum großen Abschluss zusammen. Insgesamt haben die Schul Finals in zwei Monaten 14.000 Schüler*innen an 70 Schulen mit 161 Aktionstagen erreicht.



Erinnerungsbild: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer kamen vorm Bootshaus des HRC am Maschsee fürs Gruppenfoto zusammen. Foto: Florian Petrow

Wasserball: U12-Junioren der Sharks gewinnen erneut den Pokalwettbewerb

HANNOVER/BERLIN. Die White Sharks Hannover haben am vergangenen Wochenende den deutschen Pokalwettbewerb der U12-Junioren gewonnen und damit ihren Titel verteidigt. Beim Finalturnier im Forumbad Olympiapark in Berlin setzte sich das Team von Trainer Carl Marcinczak im Endspiel klar mit 12:4 gegen den Post-SV Nürnberg durch. Nach den Erfolgen 2019, 2024 und 2025 war es der vierte Pokalsieg der Hannoveraner.

Bereits am Sonnabend hatten die White Sharks im Viertelfinale mit 16:9 gegen die Wasserfreunde Spandau 04 gewonnen. Im Halbfinale folgte ein weiterer 16:9-Erfolg gegen den OSC Potsdam. Nürnberg hatte sich durch Siege gegen die SG Stadtwerke München und den ASC Duisburg für das Endspiel qualifiziert.

Mit nun vier Titeln sind die White Sharks alleiniger Rekordgewinner des seit 2011 ausgetragenen Wettbewerbs. Die Nürnberger, die 2021 in Wuppertal gewonnen hatten, verpassten ihren zweiten Pokalsieg. Platz drei ging an den ASC Duisburg, der das kleine Finale gegen den OSC Potsdam mit 14:9 gewann. Die weiteren Plätze belegten Spandau, München, Neukölln und Bochum.



Das erfolgreiche Team der White Sharks Hannover. Foto: privat

ZIMMERMANN SEIT 1955 TRADITION & QUALITÄT
Zwei mal in der Nähe!
Raabestraße 1, 30177 Hannover/List
Telefon 05 11 / 52 55 60
Marktstraße 17, 31303 Burgdorf
Telefon 0 51 36 / 22 28
Zum Mittagstisch QR-Code scannen
WOCHENANGEBOTE
29.06.2026 bis 04.07.2026
Montag bis Samstag
Spartipp! Vom Becklinger Strohschwein: dicker Rippenbraten oder dicke Honig-Grillrippe ..... 0,89€*
Steakhouse-Feeling: Rinderhüftsteak ..... 2,22€* natur oder mariniert
Kennen Sie schon? bunte Geflügelpastete ..... 1,99€*
Six Packs:
Bratwurst 6er ..... 7,79€
Krakauer 6er ..... 8,29€
Käsewürstchen 6er ..... 9,29€
Spaghettisalat ..... 1,39€* in feiner Vinaigrette mit frischem Gemüse
Montag bis Mittwoch
Hähnchen-Gyros-Geschnetzeltes 1,39€*
Zimmermanns Schlemmer Tüte: 3 hausgemachte Leckereien für Ihren Wochenstart
→ 400g Hähnchen Gyros Geschnetzeltes
→ 2 frische Bratwürste
→ 2 Scheiben Pfälzer Saumagen, für die Pfanne
12,50€
Donnerstag bis Samstag
Nackensteak Texas oder Paprika ..... 1,49€*
Gulasch halb & halb ..... 1,39€*
NEU! Griechische Bratwurst .... 1,79€* mit Oliven und Fetakäse
*Die angegebenen Preise gelten pro 100 g und ausschließlich am Bedientresen – nicht im SB-Markt.
JETZT NEU: WhatsApp-Channel: Angebote, Aktionen & mehr!
SCANNEN – FILIALE FINDEN! Westercelle, Celle, Groß Hehlen, Winsen/Aller, Klein Hehlen, Bergen, Wienhausen, Müden/Aller, Burgdorf und Hannover/List
Fleischerei Bernd Zimmermann GmbH | www.fleischerei-zimmermann.de
15131801_002626

BÖHMECKE Bestattungen
So individuell wie die Menschen. Unsere Bestattungen.

Günther-Wagner-Allee 45
Tel. 0511.66 51 70
info@boehmecke-bestattungen.de
6553902_002626

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
36438801_002625

ALLE TICKETS BEI UNS!
HAZ Tickets NP
haz-ticketshop • np-ticketshop

ZUSAMMEN GESTALTEN WIR DIE PFLEGE VON MORGEN.
DEIN TEAM.
DEIN KRANKENHAUS.

OFFENER BEWERBERTAG 29.06.2026 10–16:30 Uhr
JETZT ANMELDEN AUF KARRIERE.VINZENZKRANKENHAUS.DE
16365401_002626

Eine Bank gegen Einsamkeit

Malteser, Stiftung Trauerbegleitung und Stadt Hannover starten auf dem Stadtfriedhof Seelhorst ein NIEDRIGSCHWELLIGES GESPRÄCHSANGEBOT

HANNOVER. Auf dem Stadtfriedhof Seelhorst in Hannover gibt es seit Montag, 22. Juni, ein neues Gesprächsangebot. Eine Bank in der Kastanien-Allee ist dort zur „Begegnungsbank" geworden. Zu festen Zeiten nehmen Ehrenamtliche Platz, um mit Friedhofsbesuchern ins Gespräch zu kommen. Es geht um Trauer, Einsamkeit oder persönliche Sorgen, aber ebenso um Alltägliches. Das Angebot wird vom Malteser Hilfsdienst in Hannover, der Stiftung Trauerbegleitung und Bestattungskultur in Hannover und Niedersachsen sowie der Landeshauptstadt Hannover getragen.

Die Bank steht auf dem Weg vom Haupteingang des Friedhofs in Richtung Kapelle auf der linken Seite. Unter den Kastanien soll sie ein Ort für unkomplizierte Gespräche sein. Das Angebot richtet sich nicht ausschließlich an Menschen, die um Verstorbene trauern. Nach Einschätzung der Beteiligten suchen auf Friedhöfen auch Menschen Ruhe, Abstand vom Alltag oder einen geschützten Ort, an dem sie nicht allein sein müssen.

Die Idee zu dem Projekt entstand in der Stiftung Trauerbegleitung und Bestattungskultur. Mit den Maltesern fand sich ein Partner, der in Hannover den größten ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienst leitet und Erfahrung in der Begleitung von Menschen in belastenden Lebenssituationen hat. Die ersten Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner kommen aus den Reihen der Stiftung und der Malteser. Weitere Ehrenamtliche können sich beteiligen. Eine Ausbildung in Trauerbegleitung ist dafür nicht vorgesehen, die Malteser schulen Interessierte jedoch in Gesprächsführung.



Auf der Begegnungsbank (sitzend von links): Miryam Schöl (Ehrenamtliche der Stiftung Trauerbegleitung und Bestattungskultur in Hannover und Niedersachsen), Eva Wirtz (Ehrenamtliche der Malteser) sowie stehend (von links): Andrea Eckhoff-Rosenbaum (Diözesanreferentin der Malteser), Michael Wohlers (Vorstand der Stiftung), Anne Weyhing (Geschäftsführerin der Stiftung) und Annette Behnk (Landeshauptstadt Hannover). Foto: Lukas / Malteser

Die Verantwortlichen betonen, dass die Gespräche keine Therapie ersetzen. Ehrenamtliche können zuhören, Anteil nehmen und bei Bedarf auf Fachstellen verweisen. Dafür sollen während der Gesprächszeiten auch Informationsflyer an der Bank ausliegen. Unterstützt wird das Projekt zudem vom Bereich Städtische Friedhöfe der Landeshauptstadt Hannover. Hinweise auf die Begegnungsbank werden im Schaukasten am Haupteingang des Stadtfriedhofs sowie auf den Internetseiten der beteiligten Einrichtungen veröffentlicht. Während der Gesprächszeiten weisen Steckschilder den Weg zur Bank.

Der Start der Begegnungsbank fällt in die bundesweite Aktionswoche gegen Einsamkeit, die vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend für die aktuelle Woche bis Sonntag, 28. Juni, ausgerufen wurde. Unter dem Motto „Gemeinsam was bewegen" sollen Begegnungen gefördert und Hilfsangebote bekannter gemacht werden. Die nächsten Gesprächszeiten auf dem Stadtfriedhof Seelhorst, Garkenburgstraße 43, sind Sonnabend, 27. Juni, von 10 bis 12 Uhr, und Sonntag, 28. Juni, von 14.30 bis 17 Uhr. Bei schlechtem Wetter oder Krankheit kann die Bank kurzfristig unbesetzt bleiben. Weitere Termine werden im Schaukasten am Haupteingang sowie online bei den Maltesern, der Stiftung Trauerbegleitung und den Städtischen Friedhöfen Hannover bekannt gegeben. RED

stiftungtrauerbegleitung.de
stadtfriedhoefe-hannover.de

Hannah Arendt wird nahbar

Der 52. „frauenORT" soll den Zugang zum Werk der politischen Denkerin erleichtern

HANNOVER. Wer verstehen will, warum Debatten über Macht, Freiheit und Verantwortung heute so aufgeladen sind, findet bei Hannah Arendt wichtige Denkanstöße. Viele ihrer Texte gelten jedoch als anspruchsvoll. Ein neuer „frauenORT" soll deshalb helfen, ihr Werk zugänglicher zu machen und seine Bezüge zur Gegenwart sichtbar zu erklären.

Die Initiative „frauenORTE Niedersachsen" macht seit 2008 das Wirken bedeutender Frauen im Land sichtbar. Sie erinnert an Frauen, die Wissenschaft, Kultur, Politik, Wirtschaft oder Gesellschaft geprägt haben, und verbindet deren Lebensleistung mit Bildungsangeboten vor Ort. In Hannover steht nun Hannah Arendt im Mittelpunkt, die als Philosophin, Publizistin und politische Theoretikerin international bekannt wurde.

Der 52. „frauenORT" wird am Sonntag, 28. Juni, ab 11 Uhr im Lichthof der Stadtbibliothek Hannover, Hildesheimer Straße 12, eröffnet. Der Eintritt ist frei. Die Veranstaltung richtet sich ausdrücklich auch an Interessierte, die Hannah Arendt bislang eher als schwierige Autorin wahrgenommen haben, sich aber für die Gegenwartsfragen interessieren, die ihr Werk aufwirft.

Die Landeshauptstadt würdigt Hannah Arendt mit einem Hinweisschild und will damit den Zugang zu einer Denkerin erleichtern, deren Fragen bis heute hochaktuell sind. Es geht um Macht und Verantwortung, um Freiheit, Demokratie und die Gefahr totalitärer Systeme – Themen, die nicht nur in Fachbüchern verhandelt werden, sondern in aktuellen gesellschaftlichen Debatten eine zentrale Rolle spielen.



Vor 120 Jahren wurde Hannah Arendt in Hannover-Linden geboren. Foto: Fred Stein Archive / LHH

Dass der neue „frauenORT" in der Stadtbibliothek eröffnet wird, ist kein Zufall. Dort gibt es bereits einen Hannah-Arendt-Raum mit Fotos, Informationen und ausgewählten Zitaten. Künftig soll zusätzlich das Hinweisschild auf Arendt und den „frauenORT" aufmerksam machen.

Hannovers Oberbürgermeister Belit Onay erklärt dazu: „Ich freue mich sehr, dass wir diesen frauenORT hier in der Zentralbibliothek, die auch den Hannah-Arendt-Raum beherbergt, eröffnen. Damit stärken wir die Bibliothek als Ort der Demokratie, ganz im Sinne Arendts. Das ist gerade in diesen Zeiten ein wichtiges Zeichen und passt hervorragend zum Leitbild unserer Stadt!"

Zur Eröffnung sprechen unter anderem Niedersachsens Gleichstellungsminister Professor Andreas Philippi, Bürgermeisterin Monica Plate, die Vorsitzende des Landesfrauenrats, Barbara Hartung, sowie Mechthild Schramme-Haack vom Kuratorium der Initiative „frauenORTE". Diana Häs gibt einen Impuls zu Arendts Theorie der Natalität. Die Musikschule der Landeshauptstadt Hannover begleitet die Veranstaltung musikalisch. RED



37634701_002625



18867001_002626



– ANZEIGE –

Was macht eine Klinik zur ersten Adresse für Orthopädie?

Expertise, Erfahrung und Vertrauen. In der Paracelsus Klinik am Silbersee vereinen wir all das an einem Ort. Ein medizinischer Schwerpunkt des Krankenhauses ist die Orthopädie, von der Fußchirurgie über die Gelenkchirurgie bis hin zu Eingriffen an der Wirbelsäule.
Besonders stolz sind wir auf unsere Endoprothetik. Mit 1.550 eingesetzten Prothesen an Hüfte, Knie und Schulter im Jahr 2025 zählen wir zu den Top drei der Region Hannover. Diese Erfahrung zahlt sich aus, in präziser Planung, schonenden Eingriffen und schnellerer Mobilität.

Unsere Fachärztinnen und Fachärzte setzen moderne, minimalinvasive endoprothetische Verfahren ein und begleiten Patientinnen und Patienten verständlich und persönlich. Der Vorteil: kleinere Schnitte, weniger Schmerzen, schnellere Mobilisierung und eine zügige Rückkehr in den Alltag. Als Lehrkrankenhaus der Medizinischen Hochschule Hannover stehen wir für aktuelle wissenschaftliche Standards, kontinuierliche Weiterbildung und eine enge Verzahnung von Forschung und Praxis. Das zeigt sich in Diagnostik, Operationstechnik und Nachsorge.
Unsere sehr guten Bewertungen bestätigen, was uns wichtig ist: medizinische Qualität mit Menschlichkeit zu verbinden. Die familiäre Atmosphäre, kurze Wege und feste Ansprechpersonen schaffen Sicherheit, ebenso die enge Zusammenarbeit mit assoziierten Praxen. Für Patientinnen und Patienten mit Vorerkrankungen bieten wir zusätzliche Sicherheit, denn die im Haus integrierte Innere Medizin mit Schwerpunkt Gastroenterologie gewährleistet eine lückenlose Versorgung rund um die Operation.

Zwischen Silbersee und Grün gelegen, ist unsere Klinik gut mit dem öffentlichen Nahverkehr erreichbar.

Paracelsus Themen-Tag

PARACELSUS KLINIKEN

Klinik für Orthopädie und Sporttraumatologie
Leitung: Prof. Dr. med. Christian H. Siebert

30-minütige Vorträge rund um moderne Orthopädie – verständlich erklärt, inkl. Fragerunden mit unseren Experten.

Programm

10.00	Eröffnung	12.30	Mittagspause
10.15	**Fuß**	13.00	**Schulter**
11.00	**Kniegelenk**	13:45	**Hüftgelenk**
11.45	**Wirbelsäule**	14:30	Abschluss

Das Wichtigste auf einen Blick
- Samstag, 04. Juli 2026
- 10.00 – 15.00 Uhr
- Paracelsus Klinik Langenhagen (Garten)

Mit über 1500 eingebauten Prothesen in 2025 gehört die Klinik zu den Top 3 der Region Hannover!

Paracelsus Klinik Langenhagen
Oertzeweg 24 | 30851 Langenhagen | Telefon: +49511 7794-0

11039301_002626

Tina Nelk
FREIE TRAUERREDNERIN
Zertifiziert & geprüft
Trauerbegleitung, Trauerverarbeitung
E-Mail info@trauerrednerin-nelk.de
Homepage: www.trauerrednerin-nelk.de
Tel. 05147 / 979292
Mobil Nr. 0173 / 4015327
18311001_002626

UNSER PRODUKT DES MONATS JULI
Teraske
Ortho Reha Sanitätshäuser
AKTION:
„Roadbag" (für Personen mit Penis)
„Ladybag" (für Personen mit Vulva)
WC Papier-Sitze + Taschen WC
*Nur im Freiverkauf zur Selbstabholung, solange der Vorrat reicht.
TOILETTE IMMER DABEI?
Das geht praktischer: Mit unserem Kombipaket aus WC-Papier-Sitzen und Taschen-WC sind Sie auch auf Reisen, bei Ausflügen oder längeren Autofahrten flexibel. Die WC-Papier-Sitze sorgen für mehr Hygiene auf öffentlichen Toiletten. Das Taschen-WC bietet eine praktische, sichere und hygienische Lösung, wenn mal keine Toilette erreichbar ist.
Taschen-WC (in 2 Varianten erhältlich)
→ Einweg-Toilette für unterwegs
→ Spezialgranulat bindet Flüssigkeit zu Gel
→ Fassungsvermögen ca. 1.000 ml
Alle Produkte auch einzeln erhältlich.
ANGEBOT „Roadbag" (10 WC-Papier-Sitze + 1 Roadbag): 6,75 €* statt 7,80 €
ANGEBOT „Ladybag" (10 WC-Papier-Sitze + 1 Ladybag): 8,65 €* statt 9,80 €
Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!
Leinstraße 33 30159 Hannover Tel.: (0511) 30 10 50
Rundestraße 5 30161 Hannover Tel.: (0511) 388 833 43
Vahrenwalder Str. 62 30165 Hannover Tel.: (0511) 31 76 53
Falkenstraße 1 30449 Hannover Tel.: (0511) 44 21 77
Ziegelstr. 9 30519 Hannover Tel.: (0511) 83 17 09
12 x in der Region Hannover
www.teraske.de
36242001_002625

jetzt allzeit-hoch
OHNE Termin verkaufen
JUWELIER COHRS
Machen Sie Ihr Gold zu Geld! Bei uns zum Höchstpreis verkaufen.
Gold | Silber | Platin | Zinn
Schmuck | Juwelen | Diamanten |
Silberbesteck | Zahngold (auch mit Zahn)
Bruchgold | Altgold | Münzen |
Barren | Erbschaften | Luxusuhren
2x in Hannover
Juwelier Cohrs Edelmetall GmbH
Bahnhofstr. 3 und Schillerstr. 33
Telefon & WhatsApp 0511/2157937
www.juwelier-cohrs.de
4667401_002626

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

KLEIN BAD-KONZEPTE GmbH
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
3361401_002626

Elektromobile & Wartungsservice
Kostenloser Akku-Check
• Vertragspartner vieler Krankenkassen
• bis 15 km/h schnell
• Reichweite bis 60 km
• Ausstellung und Probefahrt
• verschiedene Größen und Ausführungen
• Vermietung
• Neu- und Gebrauchtfahrzeuge
• Parkplätze vorhanden
Alt gegen Neu Rabatt !!!
Sanitätshäuser Stephan Stöppel
Völgerstraße 6 · 30519 Hannover · Telefon 95 90 56-0
Wallensteinstraße 15 · 30459 Hannover · Telefon 30 05 67-2
36755201_002625

Feiern Sie mit Herz
Ihr besonderer Tag kann Leben retten.
Jetzt informieren: johanniter.de/anlassspenden
JOHANNITER
Foto: Alfredo Zuniga



Sonne satt: Temperaturen bis zu 36 Grad sollen nach Angaben des Deutschen Wetterdienstes an diesem Wochenende auf Hannover zukommen. Symbolfoto: Clickerhappy / Pexels

Hannover im Hitzestress

Stadt setzt auf **KLIMAANPASSUNG UND SOMMERHILFE,** doch neue Daten zeigen erheblichen Handlungsbedarf

HANNOVER. Nach dem Hitze-Check 2026 der Deutschen Umwelthilfe zählt Hannover zu den besonders belasteten Städten. Die Landeshauptstadt erhält in der Gesamtwertung die rote Einstufung. Bewertet wurden drei Faktoren: der Beschirmungsgrad durch Bäume und höhere Vegetation, der Trend bei der Flächenversiegelung sowie der Hitzebetroffenheitsindex. Rot bedeutet bei der Umwelthilfe jeweils eine besonders ungünstige Bewertung, Gelb eine mittlere Bewertung und Grün eine vergleichsweise günstige Lage. Konkret gilt beim Beschirmungsgrad: Unter 20 Prozent sind rot, 20 bis 29,99 Prozent gelb, ab 30 Prozent grün.

In Hannover fallen zwei der drei Indikatoren rot aus. Der Versiegelungstrend liegt für die Jahre 2018 bis 2025 bei plus 0,59 Prozent. Versiegelung bedeutet, dass Boden dauerhaft mit wasserundurchlässigen Materialien bedeckt ist, etwa durch Gebäude, Straßen, Parkplätze, Gewerbeflächen oder andere befestigte Flächen. Sie entsteht vor allem durch Neubau, Nachverdichtung, Verkehrsflächen und die Umwandlung offener Böden in bebaute oder asphaltierte Flächen. Für die Hitzebelastung ist das entscheidend, weil versiegelte Flächen sich stark aufheizen, Wärme speichern und nachts langsamer abkühlen. Zugleich kann dort weniger Wasser versickern und verdunsten; damit fehlt ein natürlicher Kühleffekt.

Der zweite rote Wert betrifft den Hitzebetroffenheitsindex. Hannover kommt auf 16,79. Dieser Index beschreibt, wie stark Menschen in bewohnten Gebieten von sommerlicher Hitze betroffen sind. Dafür werden nach Angaben der Umwelthilfe Oberflächentemperatur, Versiegelung, Grünvolumen und Bevölkerungsdichte gleichgewichtet ausgewertet.

Beim Beschirmungsgrad erreicht Hannover 25,26 Prozent und damit die gelbe Kategorie. Der Beschirmungsgrad gibt an, welcher Anteil der Siedlungs- und Verkehrsfläche von Vegetation bedeckt ist, die höher als 2,5 Meter ist. Gemeint sind vor allem Baumkronen. Sie sind für das Stadtklima besonders wichtig, weil sie Schatten spenden, Oberflächen vor direkter Sonneneinstrahlung schützen und durch Verdunstung kühlen. Den rechnerischen Baumverlust beziffert die Umwelthilfe für Hannover von 2018 bis 2025 auf 12.358 Bäume. Die Zahlen zeigen ein gemischtes Bild: Hannover ist nicht baumarm, aber stark hitzebelastet. Der Beschirmungsgrad liegt deutlich über den Werten vieler südwestdeutscher Städte, die in der bundesweiten Übersicht besonders schlecht abschneiden. Offenburg kommt nur auf 12,78 Prozent, Mannheim auf 14,14 Prozent. Auch große Städte wie Frankfurt am Main mit 20,58 Prozent, Stuttgart mit 21,73 Prozent oder Köln mit 23,80 Prozent liegen unter Hannover. Von Städten mit einer starken Entlastungswirkung durch Baumkronen ist Hannover aber ebenfalls entfernt: Hamburg erreicht 30,99 Prozent, Berlin 32,07 Prozent, Oldenburg 32,33 Prozent und Potsdam 33,80 Prozent.

Gerade im Vergleich mit ähnlichen Großstädten fällt der hohe Hitzedruck auf. München weist bei einem ähnlichen Beschirmungsgrad von 25,61 Prozent einen Hitzebetroffenheitsindex von 16,11 auf. Köln liegt trotz geringerer Baumkronenbedeckung bei 15,99, Bremen bei 14,78 und Hamburg bei 13,89. Damit gehört Hannover nicht zu den extremsten Fällen der bundesweiten Liste, aber klar zu den Städten, in denen dichte Bebauung, Sommerhitze und Bevölkerungsdichte eine hohe Belastung erzeugen.

Auch innerhalb Niedersachsens schneidet Hannover auffällig ab. Nur Langenhagen ist im Hitze-Check ebenfalls rot bewertet. Dort ist der Beschirmungsgrad mit 19,31 Prozent deutlich niedriger, der Versiegelungstrend mit plus 1,02 Prozent aber noch stärker. Hannover hat zwar mehr Baumkronenanteil, kommt aber auf den höchsten Hitzebetroffenheitsindex unter den niedersächsischen Städten. Hildesheim liegt bei 16,17, Braunschweig bei 15,75, Göttingen bei 15,70 und Oldenburg bei 14,00. Beim Baumverlust liegt Hannover mit 12.358 rechnerisch verlorenen Bäumen im Land ebenfalls deutlich vor Braunschweig mit 6.653, Osnabrück mit 6.278 und Oldenburg mit 6.032.

Der bundesweite Befund verschärft die hannoversche Einordnung. Die Umwelthilfe hat alle deutschen Städte mit mehr als 50.000 Einwohnerinnen und Einwohnern untersucht. In die Gesamtbewertung fließen der Beschirmungsgrad, der Versiegelungstrend und der Hitzebetroffenheitsindex gleichgewichtet ein. Beim Versiegelungstrend erreicht keine untersuchte Stadt die grüne Kategorie, weil überall zusätzliche Flächen versiegelt wurden. Beim Baumbestand überschreiten nur sieben Städte den Richtwert von mindestens 30 Prozent beschirmter Fläche.

HANNOVERS ANTWORT AUF DEN KLIMAWANDEL

Die Stadt Hannover verweist beim Umgang mit dem Klimawandel auf zwei Linien: Zum einen soll der Ausstoß von Treibhausgasen langfristig sinken, zum anderen bereitet sich die Verwaltung auf Folgen wie Hitze, Starkregen und Trockenheit vor. Bereits 2012 wurde eine lokale Anpassungsstrategie erarbeitet. Sie soll die Lebensqualität unter veränderten klimatischen Bedingungen sichern und verbindet Stadtplanung, Wasserwirtschaft und Grünplanung. Zu den acht Schwerpunkten gehören Hochwasserschutz, Regenwassermanagement, Boden- und Grundwasserschutz, Dachbegrünung, klimaangepasste Vegetation, klimaangepasstes Bauen, eine Fachkarte Klimaanpassung und Öffentlichkeitsarbeit.

Diese Strategie passt zu den Schwachpunkten, die der Hitze-Check sichtbar macht. Mehr Dach- und Fassadengrün kann versiegelte Flächen nicht vollständig ersetzen, aber Gebäude und Straßenräume entlasten. Klimaangepasste Vegetation ist besonders wichtig, weil der Beschirmungsgrad in Hannover nur im mittleren Bereich liegt und die Umwelthilfe Bäume als zentrale Kühlungsfaktoren bewertet. Straßenbäume, Parks, entsiegelte Höfe und begrünte Dächer haben damit nicht nur ökologische, sondern auch soziale Bedeutung. Entscheidend bleibt, ob Maßnahmen schnell genug wirken, um den Verlust an Kronenfläche und die zusätzliche Versiegelung auszugleichen.

ANGEBOTE FÜR HILFSBEDÜRFTIGE

Akut sichtbar wird die Hitzefrage bei Menschen ohne Wohnung. Die Stadt koordiniert dafür eine Sommerhilfe im Netzwerk sozialer Einrichtungen. Knapp 30 Einrichtungen haben Trinkwasser im Gesamtvolumen von knapp 20.000 Euro angemeldet. Hinzu kommen Bedarfe für Hygieneartikel, Sonnenschutz und Sommerschlafsäcke in Höhe von etwa 12.000 Euro. Die Zahl der Wasserflaschen soll weiter erhöht werden. Sozialdezernentin Sylvia Bruns verweist darauf, dass obdachlose Menschen bei hohen Temperaturen besonders schutzbedürftig seien.

Zu den Angeboten gehört die Marktkirche. An Hitzetagen ab 30 Grad Celsius wird dort während der Öffnungszeiten Trinkwasser für obdachlose Menschen bereitgestellt. Die Kirche dient zugleich als kühler Ort. Montags bis freitags ist sie von 10 bis 18 Uhr geöffnet, sonnabends von 10 bis 17 Uhr und sonntags von 9.30 bis 18 Uhr. Unterstützt wird das Angebot vom Diakonischen Werk Hannover.

Eine weitere Rolle spielen 22 städtische Trinkwasserbrunnen und mehr als 70 Refill-Stationen, an denen (unter anderem in Freizeitheimen, Apotheken, Restaurants und Geschäften) Trinkwasser entnommen werden darf. Im Juli und August verteilen Mitarbeitende des Tibet-Zentrums Hannover im Rahmen des „Homeless Care Projekts" zusätzlich Wasser mit Lastenfahrrädern, neben den regelmäßigen wöchentlichen Touren. Auch der Tagesaufenthalt in der Dornierstraße ist Anlaufstelle. Finanziert werden die Maßnahmen aus Spenden, dem städtischen Interventionsfonds und dem Programm zur Klimaanpassung.

Ergänzend informieren Straßensozialarbeit und Ehrenamtliche mit dem Flyer „Tipps bei großer Hitze". Darin stehen Hinweise zu Trinkwasserbrunnen, öffentlichen Sanitäranlagen und medizinischem Verhalten bei Hitze. Mit der ÜSTRA hat die Stadt vereinbart, dass obdachlose Menschen bei mehr als 30 Grad Außentemperatur Tunnelstationen kurzfristig zur Abkühlung nutzen dürfen. Außerdem verweist die Stadt auf die „Social Kioske" von Hannover 96, an denen Menschen in besonderen sozialen Schwierigkeiten kostenlos Wasser erhalten können.

Der Hitze-Check macht damit deutlich, dass Hannover vor einer doppelten Aufgabe steht. Langfristig muss die Stadt Versiegelung begrenzen, Baumkronen erhalten und mehr kühlende Flächen schaffen. Kurzfristig braucht es Schutzangebote für Menschen, die Hitze nicht ausweichen können. Hannover hat dafür Konzepte und Hilfen auf den Weg gebracht. Die roten Werte zeigen aber, dass Anpassung nicht nur eine Planungsaufgabe bleibt, sondern zunehmend zum Maßstab für Gesundheit, Aufenthaltsqualität und soziale Sicherheit in der Stadt wird. **R/HR**

Infos und Flyer „Tipps bei großer Hitze" zum Download: hannover.de/LHH-Sommerhilfe
Karte der kühlen Orte: hannover.de/hitze

Trinkwasserbrunnen in Hannover

Kürzlich wurde am Platz der Basilika ein neuer Trinkwasserbrunnen eröffnet. Hinzu kommen die folgenden Standorte.

Trinkbrunnen der Stadt Hannover:
- Am Bache
- Am Küchengarten/ Ecke Haasemannstraße
- Bonifatiusplatz
- Davenstedter Markt
- Fiedelerplatz
- Herrenhäuser Markt
- Moltkeplatz
- Oesterleyplatz
- Parkplatz Südufer Maschsee
- Platz der Weltausstellung
- Plauener Straße
- Sahlkampmarkt/ Ecke Elmstraße
- Sallplatz
- Sportleistungszentrum Westufer Maschsee
- Stadtteilzentrum Stöcken
- Velvetplatz
- Weißekreuzplatz
- Käthe-Paulus-Platz

Trinkbrunnen von enercity:
- August-Holweg-Platz, Auf der Papenburg 20
- Fußgängerzone, Schiller-/ Ecke Georgstraße, am Schillerdenkmal
- Thie 1/Ecke Wülferoder Straße

Karte mit allen Trinkwasserbrunnen: hannover.de/LHH-Trinkwasserbrunnen-in-Hannover

Deine Welt der Räder.

stadler



0 % ZINS
100 % TRAUMRAD

AKTION BIS 31. JULI

BIS ZU 30 MONATSRATEN*

Nur solange der Vorrat reicht.

599 € UVP 799 €

19,97 €

30 Monate | 0 %*

PEGASUS



Art.-Nr.: 134930 Schwarz



City Bike 28"

Lago

Besonders tiefer Komfort-Einstieg | perfekt für City und Alltag | wartungsfreie 7 Gang Nabenschaltung | Federgabel | Naben-dynamo-LED-Licht | praktischer Systemgepäckträger | wasserfester Sattel | Art.-Nr.: 134934

1399 € UVP 1799 €

46,64 €

30 Monate | 0 %*

DYNABIKE

App kompatibel

Nabenmotor

540 Wh



Art.-Nr.: 700233 blau



E-Citybike 28"

Soul

Komfortabel und leistungsstark | hochwertige Rahmenverarbeitung | leistungsstarker 540 Wh Akku | 8 Gang Shimano Schaltung | Shimano Scheibenbremsen | für Kindersitz geeigneter MIK-Systemgepäckträger | scharfes LCD-Display mit intuitiver Bedienung und APP-Konnektiviät | inkl. Rahmenschloss | Art.-Nr.: 700231 grün

1999 € NEUHEIT

66,64 €

30 Monate | 0 %*

BULLS

bike test FOCUS ☆2026 BULLS Sehr gut (1.1) PREIS-LEISTUNGS-TIPP

200 € EXTRARABATT

Gültig bei Kauf des Modells Machete RX 1. Gutscheincode: 870055

Einlösbar online und vor Ort bis 31. Juli 2026. Pro Einkauf und Person nur ein Gutschein einlösbar. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen.



Gravelbike 28"

Machete RX 1

Superleichter Performance-Carbonrahmen | cleane Zugführung | Shimano GRX 12 Gang | GRX Scheibenbremsen | 45 mm Schwalbe G-One RX Bereifung | komfortabler Gravel-Dropbar-Lenker | Art.-Nr.: 134503

2999 € UVP 3399 €

99,97 €

30 Monate | 0 %*

BULLS

Superleicht

BOSCH Performance SX

60 Nm | 400 Wh

+300 € WERTGUTSCHEIN

Nach Kauf des Modells Bulls Cross Lite EVO SX LT. Einlösbar für den nächsten Einkauf online und vor Ort.

Pro Einkauf und Person nur ein Gutschein einlösbar. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen.



E-Trekkingbike 28"

Cross Lite EVO SX LT

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 (weitere Farben online)

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**

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

22x in deiner Nähe.

17556801_002626



Mit der App geht es auf Städtetour. Symbolfoto: JÉSHOOTS/Pexels

Hannover in der Hosentasche

Neue App hanno.guide macht Stadtgeschichte auf kostenlosen digitalen Rundgängen erlebbar

HANNOVER. Die Landeshauptstadt Hannover lässt sich jetzt kostenlos per digitaler Stadttour entdecken: Kürzlich wurde die neue Web-App „hanno.guide" freigeschaltet. Das Smart-City-Modellprojekt verbindet Stadtgeschichte mit Rundgängen vor Ort und richtet sich an Touristen, geschichtsinteressierte Hannoveraner und Familien. Die Web-App ist unter hanno-guide.de abrufbar, ab Juli soll sie voraussichtlich auch in den gängigen App-Stores kostenlos zum Download bereitstehen.

Initiiert wurde das Angebot vom Historischen Museum Hannover. Während der Schließzeit sollte ein digitales Format entstehen, das Geschichte nicht nur im Museum, sondern direkt im Stadtraum erfahrbar macht. Beteiligt sind außerdem das Zeit-Zentrum Zivilcourage, das Stadtarchiv und die Stabsstelle Kunst im öffentlichen Raum. Weitere Inhalte sollen im Laufe des Jahres folgen. Kooperationspartnerin ist die Hannover Marketing und Tourismus Gesellschaft.

Zum Start stehen vier Touren bereit: ein Altstadt-Rundgang mit sieben Stationen, „Hannovers verschwundene Geschichten – entlang der Leine", „Alles Neu! Hannover 1965 – 1975" sowie der Audiospaziergang „Maschsee – Geschichte weiterdenken". Anfang Juli soll auch der „Rote Faden" in der App erscheinen. Dann können alle 36 Stationen des bekannten Rundgangs mit „hanno.guide" abgelaufen werden.

Das Projekt ist zugleich als Angebot für andere Kommunen und Kultureinrichtungen angelegt. Die entwickelte Software wird als Open Source auf der Plattform opencode.de bereitgestellt. Nicht-kommerzielle Anbieter im Kulturbereich können den Quellcode nutzen und weiterentwickeln. „Wir haben hier eine unabhängige digitale Infrastruktur für nicht-kommerzielle Anbieter*innen im Kulturbereich entwickelt", sagt Kultur-Fachbereichsleiterin Inga Samii.

Gefördert wird das Projekt durch das Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen mit 325.000 Euro aus dem Smart-City-Budget. Es ist Teil der vom Rat beschlossenen Smart-City-Strategie „RESTART: #HANnovativ".

Geplant sind weitere Touren, unter anderem zu Mediengeschichte, Kino- und Clubkultur, queerer Geschichte, Literatur, postkolonialen Orten und Straßenkunst für Kinder. Auch inklusive Angebote sollen ausgebaut werden. Bereits jetzt ist die App für Menschen mit Sehbehinderungen optimiert; beim Start kann eine barrierefreie Routenführung ausgewählt werden. Später sollen unter anderem Inhalte in Deutscher Gebärdensprache und Leichter Sprache, 3D-Modelle sowie interaktive Rätseltouren hinzukommen. **RED**

hanno-guide.de

Ein „Hub" an der Leinewelle

Ende Juli 2026 treffen sich **DEUTSCHLANDS BESTE RAPIDSURFERINNEN UND RAPIDSURFER** in Hannover – der Parkplatz an der Schlossstraße wird dafür zum zentralen Treffpunkt.

HANNOVER. Zur Deutschen Meisterschaft im Rapid Surfing bei den Finals 2026 in Hannover soll die Leinewelle eine zusätzliche Infrastruktur am Altstadtufer erhalten. Der Leinewelle e. V. plant auf dem Parkplatz an der Schlossstraße einen temporären sogenannten Leinewelle-Hub. Die modulare Anlage soll den Betrieb an der stehenden Welle ergänzen und zunächst für rund drei Jahre genutzt werden.

Ende Juli 2026 werden an der Leine Deutschlands beste Rapidsurferinnen und Rapidsurfer erwartet. Die Meisterschaften sind Teil der Finals, bei denen in Hannover mehrere deutsche Titelentscheidungen ausgetragen werden. Die Leinewelle rückt damit erneut in den Mittelpunkt eines größeren Sportereignisses. Der Parkplatz an der Schlossstraße soll während der Veranstaltung nicht nur funktionale Aufgaben übernehmen, sondern auch als Treffpunkt für Sportlerinnen und Sportler, Besucher und Medien dienen.

Seit ihrer Eröffnung hat sich die Leinewelle zu einem stark frequentierten Ort am Altstadtufer entwickelt. Sie wird ganzjährig von Wassersportlern genutzt, zieht aber auch Schulklassen, Jugendgruppen und viele Zuschauer an. Mit der wachsenden Nutzung wurden zugleich Defizite sichtbar. Vor Ort fehlen bislang einfache Umkleidemöglichkeiten und sanitäre Einrichtungen. Diese Lücke soll der neue Hub schließen.

Die Planungen wurden nach Angaben des Vereins eng mit der Landeshauptstadt Hannover abgestimmt. Auch der Gestaltungsbeirat war eingebunden. Auf seine Anregung hin wurden in einem Kreativworkshop mit Studierenden der Leibniz Universität Hannover Ideen für eine Lösung entwickelt, die zum Stadtbild passt und zugleich einen eigenständigen Charakter hat. Dabei spielte die besondere Lage des Standorts eine zentrale Rolle. Der Bereich verbindet die Stadtteile Mitte und Calenberger Neustadt, liegt an der grünen Uferzone der Leine und ist zugleich ein wichtiger Ort für den urbanen Wassersport.



Mit dem Leinewelle-Hub schaffen der Leinewelle e. V. und die Landeshauptstadt Hannover gemeinsam eine temporäre Infrastruktur für den Surfsport mitten in der Stadt. Foto: Leinewelle e.V.

Technisch soll der Leinewelle-Hub aus handelsüblichen Containermodulen bestehen. Damit der Baukörper nicht wie eine reine Zweckanlage wirkt, ist eine Fassade aus Holzlamellen vorgesehen. Unterschiedliche Farbtöne sollen dem Ensemble ein lebendigeres Erscheinungsbild geben. Der temporäre Charakter des Projekts bleibt dabei erkennbar. Zugleich soll die Gestaltung dazu beitragen, die Aufenthaltsqualität am westlichen Leineufer zu verbessern.

Der Standort auf dem Parkplatz an der Schlossstraße wurde gewählt, weil er kurze Wege zur Welle ermöglicht. Neben den benötigten Räumen sollen zusätzliche Flächen entstehen, auf denen sich Sportlerinnen und Sportler sowie Besucher aufhalten können. Das Umfeld soll mit Sitzgelegenheiten, Pflanzkübeln und Fahrradbügeln ergänzt werden. Das bestehende Parkplatzangebot soll weitgehend erhalten bleiben. Das gilt auch für Behindertenparkplätze und Stellplätze mit Lademöglichkeit für Elektrofahrzeuge.

Mit dem Leinewelle-Hub wollen der Verein und die Stadt die Bedingungen für den Surfsport in der Innenstadt verbessern. Zugleich soll das westliche Leineufer im Bereich der Altstadt weiter belebt werden. Die Anlage ist als Ergänzung auf Zeit gedacht und soll einer späteren langfristigen Entwicklung des Standorts nicht entgegenstehen. **RED**



Gesichtsrötungen? – Nein danke!

Rötungen an Nase und Wangen entstehen, wenn die Äderchen im Gesicht stärker durchblutet werden und durch die Haut schimmern. Gründe dafür können häufige Temperaturwechsel, zunehmendes Alter oder UV-Strahlung sein. Viele versuchen, dem Problem mit verschiedenen Präparaten entgegenzuwirken.

Unser Tipp: Eine Spezialcreme mit einzigartigem 3-fach-Effekt (Deruba, Apotheke)! Dank mikroverkapselter Pigmente kaschiert Deruba Gesichtsrötungen sofort. Die spezielle Aktivstoff-Formel mildert sie längerfristig. Der integrierte UV-Schutz mit LSF50+ beugt der Entstehung neuer Rötungen vor. Deruba – die Rundum-Antwort auf Hautrötungen!

Für Ihre Apotheke:
Deruba
(PZN 11008068)



www.deruba.de

(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Gefesselt vom Schmerz?

Wie Finger- oder Handgelenksarthrose unsere Lebensqualität beeinträchtigt

Unsere Hände sind ein wertvolles Werkzeug. Doch wenn sich die Fesseln der Finger- und Handgelenksarthrose um diese Gelenke legen, können alltägliche Handlungen wie das Schließen einer Flasche, das Knöpfen einer Jacke oder geliebte Hobbys zu schmerzhaften Herausforderungen werden. Doch es gibt Hoffnung!



Mit Finger- oder Handgelenksarthrose können alltägliche Dinge wie das Öffnen eines Marmeladenglases oder das Auswringen eines Putzlappens zu schmerzhaften Herausforderungen werden.

Die Finger sind unsere feinen Instrumente, mit denen wir greifen, tippen, schreiben und zupacken. Doch wenn im Alltag selbst das Öffnen eines Marmeladenglases oder das Haare kämmen Schmerzen bereitet oder das Auswringen eines Putzlappens nicht mehr ohne Beschwerden geht, dann kann das Betroffene sehr stark einschränken. Arthrose in den Fingergelenken befällt in der Regel die beiden Endgelenke der Finger sowie das Grundgelenk des Daumens. Finger- und Handgelenksarthrose kann sich in Form von Schmerzen, Steifheit, Schwellungen und einer eingeschränkten Beweglichkeit der Gelenke äußern. Diese Symptome treten auf, wenn sich der schützende Knorpel allmählich abnutzt, sodass schließlich die blanken Knochen ungeschützt aneinanderreiben. Dies führt dann zu starken Schmerzen und Entzündungen.

Ein Lichtblick der Hoffnung: der Wirkstoff Viscum album

Trotz der emotionalen Belastung gibt es Hoffnung für Menschen, die unter Finger- und Handgelenksarthrose leiden. Denn: Forscher fanden heraus, dass ein natürlicher Wirkstoff, der sich unabhängig davon in der komplementären Krebstherapie als erfolgreich erwiesen hat, auch bei Arthrose wirksam helfen kann! Dabei handelt es sich um einen Wirkstoff namens Viscum album, der aus der Weißbeerigen Mistel gewonnen wird. Der Wirkstoff überzeugt laut Experten vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.[1] Mehr noch: Dieser kann laut In-vitro-Studien sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.[2] Somit wird der Knorpel geschützt. Inzwischen ist in Deutschland ein rezeptfreies Arzneimittel erhältlich, das den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält (Rubaxx Arthro, Apotheke). Das Arzneimittel zeichnet sich vor allem durch seine gute Verträglichkeit aus, da keinerlei Neben- oder Wechselwirkungen bekannt sind.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)



www.rubaxx.de

[1]Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • [2]Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

17576301_002626

„Es ist ein Drecksgeschäft geworden“

KAI WINGENFELDER IM INTERVIEW über „Changes“, das neue Album seiner Band Fury in the Slaughterhouse, Zukunftssorgen und die Jugend

Kai Wingenfelder, „Changes“ heißt das neue Fury-Album. Geht es um anstehende oder vollzogene Veränderungen?
Es geht nicht um die Veränderungen, die wir durchlaufen sind nach der Bandpause von 2008 bis 2016, sondern um die Veränderungen, die in dieser Welt passieren müssen. Und das Album selbst ist ein echter Change für uns.

Inwiefern?
Es ist das erste Album, das wir als Band aufgenommen haben. Wir haben uns auf Langeland ein kleines Haus gemietet, einmal für fünf, einmal für sechs Tage, sind dorthin gefahren mit unserem Produzenten Vincent Sorg, haben uns in einen Raum gesetzt und das ganze Album komplett zusammen geschrieben. Das hatten wir noch nie. Es ging wahnsinnig gut von der Hand. Wir haben auch unglaublich viel gelacht.

So sind alle Songs entstanden?
Fast. Zwei hatten wir noch über von der letzten Platte, die wir toll fanden, die aber darauf nicht passten. Die haben wir auch schnell fertiggemacht. Das waren „Fix this Crack“ und „9 Lives“. Davon hatten wir vorher nur den Text, den einen Gitarrenpart und die Grundidee: „Hurra, wir leben noch! Und ein paar Leben haben wir auch noch übrig.“

Es klingt auch wie ein Album, bei dem Sie sich keine musikalischen Grenzen gesetzt haben.
Gar keine. Wir haben gemacht, worauf wir Bock hatten. Das Ergebnis fühlt sich genau richtig an: weil es abwechslungsreich ist, weil sich nichts wiederholt auf der Platte und weil es trotzdem Fury ist. Wir sechs sind extrem unterschiedlich in dem, was wir an Musik mögen, aber wenn wir zusammenkommen, klingt es trotzdem immer wie Fury. Man hat uns seitens der Plattenfirma auch einfach machen lassen. Und es läuft: Mit „9 Lives“ waren wir 18 Wochen in den Top Ten der deutschen Rockcharts. Wir landen in den Playlists der Mainstream-Radios.

Wie sind die Texte entstanden?
Auch vor Ort. Ich bin völlig frei dahingegangen, und die Texte haben sich einfach im Prozess ergeben. Herrlich war das.

In Liedern wie „9 Lives“, aber auch „Youth is wasted on the young“ und „When we were young“ blicken zurück. Warum?
Naja, wenn wir damals gewusst hätten, was wir heute wissen, hätten wir vielleicht einige Dinge anders gemacht. Aber wir wussten es halt nicht. Man hätte Dinge bewegen können, aber jetzt bin ich 66. Und auf die Frage, ob ich irgendetwas anders machen würde, würde ich wohl antworten: wahrscheinlich nicht. Denn ich bin sehr glücklich damit, wie es jetzt ist. Nur wenn die Jugend unser Wissen hätte, würde sie vielleicht anders wählen und dem Land würde es besser gehen.

Sie meinen den hohen Anteil an AfD-Sympathisanten unter den jungen Menschen?
Genau. Und die Jugend kann nicht einmal viel dafür. Sie ist davon abhängig, was man ihr gibt an Bildung und Möglichkeiten. Leider Gottes ist es ja so, dass in die Jugend nicht investiert wird, sondern Geld in andere Kanäle fließt. Das ist sehr schade. Denn am Ende ist Bildung die Grundvoraussetzung dafür, dass Demokratie funktionieren kann. Stattdessen wird die Jugend verblödet mit sozialen Medien. Ich finde das traurig – und kenne es doch auch. Da will man nur kurz aufs Handy gucken und bleibt doch eine Stunde bei Instagram hängen. Und wenn ich mich nicht wehren kann, wie kann ich dann die Jugend anklagen?

Was wären die wichtigsten Changes, die anstehen?
Die, die wirklich passieren. Ich bin kein Schwarzseher, aber was soll ich jetzt sagen? „Die Menschheit wird gut“? Der Mensch ist leider, wie er ist. Trump muss gehen und einige andere gleich mit; man kennt ja die ganze Liste. Diese vorherrschende Geld-Denke ist eine Katastrophe. Der größte Change wäre der von „Ich“ zu „Wir“. Denn wir haben nur diesen einen Planeten, und unsere Kinder haben auch nur diesen einen Planeten. Und wenn wir so weitermachen, werden sie den nicht mehr haben.

Und das Musikgeschäft?
Auch da geht es nur noch um Geld. Es ist ein Drecksgeschäft geworden. Wie der ganze restliche Planet.

Was treibt Sie dann noch an?
Um es mal so zu sagen: die Kunst. Wir haben das Glück, zu den Bands zu gehören, die seit 40 Jahren im Geschäft sind. Wir haben unsere Fans damals schon aufgebaut; die sind mit uns gewachsen und sind sehr treu. Und wenn wir live spielen, sind wir glücklich. Und wir können davon leben. Ich kann das nur machen, weil ich liebe, was ich tue. Was soll ich auch sonst machen? Und so geht es uns allen in der Band.



Setzen auf „Changes“: Christian Decker (von links), Rainer Schumann, Kai Wingenfelder, Thorsten Wingenfelder, Christof Stein-Schneider und Gero Drnek sind Fury in the Slaughterhouse.
Foto: Olaf Gebert



Das neue Album von Fury in the Slaughterhouse: „Changes".
Foto: Sony Music/Seven One Starwatch

Zur Person

Der gebürtige Hamburger Kai Wingenfelder (66) ist Sänger der Band Fury in the Slaughterhouse. Er gründete sie 1987 mit seinem Bruder Thorsten und anderen Gleichgesinnten. Mit „Time To Wonder“, „Won't Forget These Days“ oder „Every Generation Got Its Own Disease“ schufen sie Lieder, die für viele Menschen zum Soundtrack des Lebens gehören, und wurden zu einer der erfolgreichsten deutschen Bands der Neunzigerjahre. 2008 löste sich Fury für einige Jahre auf – und kam sehr erfolgreich zurück. Das Album „Now“ von 2021 erreichte Platz zwei der Charts, der Nachfolger „Hope“ Platz eins.

19%* MEHRWERTSTEUER GESCHENKT
AUF ÜBER 400 BÖDEN
Laminat Vinyl Parkett
*Gültig bis 14.07.2026, online und in den Filialen für alle Böden ab 12,99 €/m². Gilt nicht für Sonderbestellungen und ist nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Eine Rabattierung bereits getätigter Aufträge ist nicht möglich. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen bei sofortiger Mitnahme. Dieses Angebot gilt nicht für Zubehör. Nur solange der Vorrat reicht. 19% Mehrwertsteuer sparen entspricht einem tatsächlichen Rabatt von 15,966 %.

Tirol Eiche (7605)
Unser Verkaufspreis, €/m² 12,99
PE-Dämmung, 2 mm stark, unser Preis €/m² 0,99
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: 17,73
Unser Preis: 12,99
bodomoLAMINAT (7604)
Dekor Kreideeiche
● 7 mm Stärke | NK 31 | AC3
● Hält starker Nutzung stand
● Edler Look für moderne Räume
● Schnelle und einfache Verlegung
● Blauer Engel / Made in Germany
Sie zahlen nur €/m² 10,92

Tajo Eiche Grau (7614)
Unser Verkaufspreis, €/m² 13,99
PE-Dämmung, 2 mm stark, unser Preis €/m² 0,99
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: 18,73
Unser Preis: 13,99
bodomoLAMINAT (7613)
Dekor Maja Eiche
● 7 mm Stärke | NK 31 | AC3
● Authentische Fugen für echte Dielenoptik
● Fühlbar echte Holzstruktur
● Schnelle und einfache Verlegung
● Blauer Engel / Made in Germany
Sie zahlen nur €/m² 11,76

Straßburg grey (5210)
Unser Verkaufspreis, €/m² 24,99
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 5,41
Alles zusammen: 30,40
Unser Preis: 24,99
bodomoKLICK-VINYL
Dekor Straßburg nature (5211)
● 4,5 mm Stärke
● 0,3 mm Nutzschichtstärke
● Stabil und widerstandfähig
● Nutzungsklasse 31
● 10 Jahre Garantie
Sie zahlen nur €/m² 21,00

Unser Verkaufspreis, €/m² 27,99
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 5,41
Alles zusammen: 33,40
Unser Preis: 27,99
bodomoKLICK-VINYL
Dekor Kamea grey (5254)
● 5 mm | Nutzsch.: 0,3 mm | NK 31
● Integrierte Dämmung
● Echter Steinlook für modernen Stil
● Strapazierfähig und robust
● 100 % Wasserfest und pflegeleicht
Sie zahlen nur €/m² 23,52

Laminat DEPOT
Hannover · Varrelheide 204 (am A2 Center)
Porta Westfalica · Erbeweg 3 (am Porta Markt)
NEU
Hameln · Werkstr. 21 (am Multi-Markt bei Möbel Heinrich)
Jetzt 25x · Aachen, Bielefeld, Bietigheim, Bochum, Bremen, Dortmund, Duisburg, Erkrath, Essen, Gelsenkirchen, Hamburg, Hamm, Iserlohn, Lippstadt, Mönchengladbach, Mülheim/Ruhr, Münster, Paderborn, Solingen, Velbert, Viersen und Wuppertal
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 10.00 Uhr – 19.00 Uhr · Sa. 09.00 Uhr – 18.00 Uhr
TEST Bild TOP SERVICE-QUALITÄT AUSGABE 3/2021 Konsumentenbefragung ★★★★★ 2021/22 LaminatDEPOT IN DER KATEGORIE LIFESTYLE & SHOPPING
SONNTAG IST SCHAUTAG!
Jeden Sonntag 12.00 Uhr – 16.00 Uhr ohne Verkauf und Beratung
laminatdepot.de
7706601_002626

Warnung vor Raupen

HANNOVER. Im Stadtgebiet treten derzeit mehr Raupen des Eichenprozessionsspinners auf als in den Vorjahren. Besonders im Norden und Nordosten haben sich die Tiere ausgebreitet. Nach Angaben der Stadt ist der Befall bislang aber noch gering und auf einzelne Eichen beschränkt. Im öffentlichen Grün werden Raupen dort abgesaugt, wo sie Menschen gefährden können; zusätzlich werden Warnschilder aufgestellt.

Die feinen Brennhaare enthalten ein Nesselgift und können Haut- sowie Atemwegsreizungen auslösen, in Einzelfällen auch schwere allergische Reaktionen. Nester und Gespinste sollten nicht berührt werden. **RED**

Sommerfest im Hospiz Luise

HANNOVER. Das Hospiz Luise lädt für Sonnabend, 27. Juni, von 11 bis 17 Uhr zum Sommerfest an der Brakestraße 2d in Hannover-Kirchrode ein. Unter dem Motto „Ein Fest für das Leben" soll die Hospizarbeit als Ort der Begegnung und Gemeinschaft sichtbar werden. Der Eintritt ist frei. Zum Programm gehören ein Flohmarkt, eine Tombola, Kunsthandwerk, Angebote aus der Kreativwerkstatt sowie Speisen und Getränke. Musik kommt unter anderem vom Alphornensemble AlpHa und einem Jazz-Duo von LIVE Music Now. Außerdem treten der Zirkus Salto und ein Überraschungs-Walking-Act auf. Für Kinder und Erwachsene werden Märchen und Geschichten erzählt. Mitarbeitende und Ehrenamtliche informieren zudem über Hospiz- und Palliativarbeit. Zu jeder vollen Stunde sind Kurzandachten geplant. **RED**

Das Hitze-Paradoxon

Das **PROBLEM MIT DER THERMISCHEN MASSE:** Warum Ihre Wohnung trotz Lüften heiß bleibt – und ab wann der Ventilator schadet

VON TIMO RÖSKE



Viel hilft nicht immer viel – es kann sogar gegenteilig wirken.
Symbolfoto: Wolrider YURTSEVEN / Pexels

BERLIN. Wenn die Quecksilbersäule die 30-Grad-Marke knackt, mutieren viele Stadtwohnungen und Dachgeschosse zu unbarmherzigen Wärmespeichern. Die Standard-Ratschläge lauten meist: „Nachts lüften" oder „Ventilator einschalten". Doch wer mitten in einer sommerlichen Hitzewelle nachts die Fenster aufreißt, erlebt oft eine Frustration: Die Luft steht, und das Thermometer in den Innenräumen sinkt keinen Millimeter.

Hinter diesem Phänomen steckt physikalische Logik statt Zufall. Um eine Wohnung effektiv zu kühlen, müssen Sie die unsichtbaren Treiber von Raumtemperatur und Körperwärme verstehen. Ein datenbasierter Blick auf die häufigsten Hitze-Irrtümer, versteckte urbane Zufluchtsorte und den härtesten Kosten-Nutzen-Vergleich gegen die Hitze.

Das Phänomen der thermischen Masse: Warum kühlt die Wohnung nachts beim Lüften nicht ab?

Es ist 23 Uhr, draußen hat es auf 22 Grad abgekühlt, drinnen stehen 27 Grad. Sie öffnen alle Fenster, doch die Temperatur fällt nicht. Warum? Die Antwort lautet: Thermische Masse und Trägheit der Baustoffe.

Das Lüftungs-Paradoxon entsteht, wenn die Luft draußen zwar etwas kühler ist, die Wohnung aber ihre gespeicherte Wärme nicht schnell genug loswird. Wände, Decken, Böden und Möbel besitzen thermische Masse: Sie nehmen tagsüber Wärme auf und geben sie abends und nachts nur langsam wieder frei. Damit kühlt die Luft die Wohnung nur dann, wenn genug kühle Außenluft lange genug über die warmen Bauteile strömt.

Konkret bedeutet das:

- Eine 25 cm dicke Betonwand kann die Wärme von 8–12 Stunden Sonneneinstrahlung speichern
- Die Oberflächentemperatur Ihrer Innenwände liegt nachts oft 3–6 Grad über der Lufttemperatur
- Ihr Körper nimmt diese Strahlungswärme direkt wahr – unabhängig davon, wie kühl die Luft ist

Der zweite Bremsklotz ist die Feuchtigkeit. Kühlt die Außenluft zwar ab, bleibt ihre absolute Luftfeuchtigkeit oft hoch; die Luft fühlt sich dann schwüler an und nimmt beim Lüften weniger zusätzliche Feuchtigkeit aus dem Raum auf. Genau deshalb kann „Fenster auf bei Nacht" trotz gefühlter Frische eine träge, feuchte Wohnatmosphäre hinterlassen, die am nächsten Tag die Wärmeaufnahme sogar verschärft.

Was tatsächlich hilft

- Querlüften ab 3–5 Uhr morgens, wenn die thermische Masse der Wände auf dem niedrigsten Punkt ist und die Außenluft maximal abgekühlt
- Ventilatoren während des Lüftens auf die Wände richten – das beschleunigt den konvektiven Wärmeabtransport aus dem Mauerwerk
- Nach dem Lüften: Fenster schließen, bevor die Sonne die Fassade erreicht (je nach Ausrichtung zwischen 6 und 9 Uhr)

DAS VENTILATOR-PARADOXON

Hilft der Luftstrom bei 35 Grad oder wird es schlimmer? Die 35-Grad-Regel ist keine Wellness-Empfehlung, sondern eine Warnschwelle: Laut WHO können Ventilatoren oberhalb von 35 °C die hitzebedingte Belastung nicht mehr zuverlässig verhindern; bei höheren Temperaturen kann der Luftstrom sogar schaden, weil er mehr heiße Luft über die Haut bewegt.

Die Physik dahinter: Konvektion vs. Verdunstung. Ein Ventilator kühlt nicht die Luft. Er beschleunigt zwei Prozesse auf der Haut:

- Konvektion: Bewegte Luft transportiert Wärme von der Hautoberfläche weg
- Verdunstungskühlung: Der Luftstrom beschleunigt das Verdunsten von Schweiß, wobei der Haut Wärmeenergie entzogen wird (ca. 2.400 kJ pro Liter verdunstetem Schweiß)

Das Problem bei hohen Temperaturen: Liegt die Lufttemperatur über der Hauttemperatur (ca. 33–35 °C), kehrt sich der Konvektionseffekt um. Die bewegte Luft transportiert nun Wärme zur Haut hin, statt weg davon. Der Ventilator wirkt wie ein Heißluftföhn.

Die Verdunstungskühlung funktioniert zwar weiterhin – aber nur, solange man ausreichend schwitzt und die Luftfeuchtigkeit niedrig genug ist. Bei hoher Luftfeuchtigkeit (>60 %) verdunstet der Schweiß kaum noch, und der Ventilator verstärkt nur die Dehydrierung ohne Kühleffekt.

FÜR BESSERE LUFTZIRKULATION

- Den Ventilator nicht auf den Kopf, sondern schräg an der Person vorbei ausrichten, damit der Luftstrom die Stauwärme abführt.
- Zwei Fenster auf unterschiedlichen Seiten öffnen, um Durchzug statt Umluft zu erzeugen.
- Ein Ventilator wirkt deutlich besser, wenn er warme Luft aktiv aus dem Raum herauszieht, statt nur im Kreis zu blasen. Stellen Sie ihn nachts ans offene Fenster und lassen Sie ihn nach draußen blasen, so entsteht im Raum ein Unterdruck, der kühle Luft hereinzieht.
- Bei sehr hoher Raumtemperatur ist ein Ventilator eher ein Komfort- als ein Kühlgerät; dann ist Schatten, bauliche Entkopplung und echte Entwärmung wichtiger.

WO FINDEN MENSCHEN IN STÄDTEN ECHTE KÜHLUNG?

Wenn die eigene Wohnung zur No-Go-Zone wird, lohnt sich der strategische Rückzug an Orte mit natürlicher oder baulicher Kühlung. Wer in der Stadt nach wirklich kühlen Orten sucht, sollte nicht nur an Parks denken, sondern an Bauphysik. Dicke Sandsteinmauern in Kirchen oder Altbauten bleiben durch ihre hohe Masse oft deutlich kühler als moderne Leichtbauflächen, weil sie Wärme langsamer aufnehmen und innen stabilisieren.

- Keller, Treppenhäuser und Untergeschosse
- Kirchen-Seitenschiffe auf der Nordseite ohne direkte Sonneneinstrahlung
- Kreuzgänge mit schattigen Innenhöfen
- U-Bahnhöfe als geothermische Kühloasen
- Tiefe U-Bahnstationen nutzen unbeabsichtigt das Prinzip der Erdkühlung. Ab 10 Metern Tiefe herrscht ganzjährig eine konstante Bodentemperatur von etwa 10–12 °C. Diese Kälte strahlt in den Bahnsteigbereich ab. Die kühlsten Stationen liegen typischerweise in älteren Netzen mit tiefen Tunnelröhren außerhalb der Stoßzeiten (weniger Körperwärme, weniger Bremsabriebswärme)

Grün ist nicht gleich kühl: Rasen kühlt nur oberflächlich; ein Laubwald ist die bessere Hitzeflucht, weil Blätterdach und Verdunstungskälte zusammenwirken. Entscheidend ist die Kombination aus Schatten, Luftbewegung und Verdunstung – nicht nur ‚grün'.

Eine Studie der TU München (Rahman et al., 2022) zeigt allerdings, dass ein gemischter Grünflächenanteil von ca. 40% im unmittelbaren Umfeld den extremen Hitzestress im Sommer halbieren kann.

Berliner Thema

ANZEIGE

Thema: Cholesterinsenker

Der unsichtbare Grund für Ihre **MÜDIGKEIT?**

Viele spüren es – aber kaum jemand weiß, warum. Lesen Sie hier, was dahintersteckt.



Wer Cholesterinsenker einnimmt, fühlt sich mitunter müde, erschöpft oder klagt über muskuläre Probleme. Diese Beschwerden sind keine Einbildung – sie können mit der Einnahme von Statinen zusammenhängen. Denn so wichtig diese Medikamente für die Herzgesundheit sind, sie beeinflussen auch andere Prozesse im Körper. Vielen Betroffenen fehlt dadurch genau das, was für Leistungsfähigkeit und Energie im Alltag entscheidend ist: die ausreichende Zellenergie

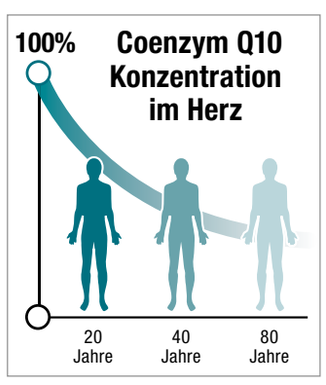
ZU WENIG COENZYM Q10!

Statine reduzieren nicht nur die Bildung von Cholesterin, sondern auch die körpereigene Produktion von Coenzym Q10. Dieser lebenswichtige Stoff ist im Gegensatz zum überschüssigen Cholesterin jedoch von zentraler Bedeutung in unserem Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – besonders von Herz und Muskulatur, die rund um die Uhr arbeiten. Fehlt Coenzym Q10, kann die Energieproduktion in den Zellen spürbar nachlassen – typische Folgen sind Müdigkeit, verminderte Belastbarkeit oder muskuläre Probleme.

ZUSÄTZLICHER ABBAU MIT ZUNEHMENDEM ALTER

Das Problem: Auch mit zunehmendem Alter nimmt der körpereigene Coenzym Q10 Spiegel kontinuierlich ab. Bereits mit 40 Jahren ist er bei Frauen wie Männern um rund ein Drittel reduziert. Patienten, die Cholesterinsenker einnehmen, sind somit gleich doppelt betroffen – durch die verminderte Produktion und den natürlichen altersbedingten Rückgang.
Kardiologen empfehlen daher, neben den Cholesterinsenkern zusätzlich Coenzym Q10 einzunehmen, um die Energieversorgung zu unterstützen und damit die Therapie besser verträglich zu machen.

In vielen Ländern, darunter die USA, ist diese Kombination bereits seit Jahren etablierter Standard.



Um die Speicher wieder aufzufüllen, gibt es in der Apotheke: Dr. Böhm® Coenzym Q10. Nur eine Kapsel täglich versorgt Sie mit der empfohlenen Tagesdosis von 100 mg Coenzym Q10 (Ubichinon) – jene Menge, die auch im Zusammenhang mit Statin-Therapien empfohlen wird. Fragen Sie einfach aktiv bei der Einlösung des nächsten Statin-Rezepts in Ihrer Apotheke nach.

DAS SAGT DIE PATIENTIN

„Seit ich neben meinen Cholesterinsenkern auch Coenzym Q10 nehme, hat sich mein Zustand deutlich verbessert. Die Muskelschmerzen, die mich so lange geplagt haben, sind fast verschwunden, und ich fühle mich viel weniger erschöpft. Ich kann endlich wieder meinen Alltag bestreiten, ohne ständig müde zu sein."

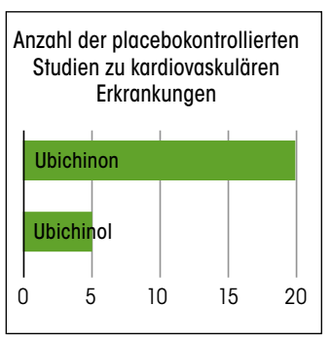
DAS SAGT DIE WISSENSCHAFT

Der Nutzen einer unterstützenden Coenzym-Q10 Einnahme während einer Statin-Therapie ist wissenschaftlich belegt. Studien zeigen etwa einen signifikanten Rückgang von Muskelschwäche und -ermüdung.[1]

GIBT ES UNTERSCHIEDE BEI COENZYM Q10?

Es gibt Coenzym Q10, das sogenannte Ubichinon, und es gibt Ubichinol - die reduzierte Form von Coenzym Q10.

WICHTIG ZU WISSEN:
Ein Großteil aller klinischen Studien im Bereich kardiovaskuläre Erkrankungen wurde mit Ubichinon durchgeführt.[2] Daher gibt es für Ubichinon und die Wirkung auf die Herzgesundheit eine große wissenschaftliche Evidenz.



Tipp: Die bestmögliche Aufnahme erzielt man, wenn Ubichinon zusätzlich in Öl gelöst wurde (z. B. in Weichkapseln).

[1] Qu H et al.. J Am Heart Assoc 2018; 7 (19): e009835, 2 Fladerer J-P, Grollitsch S. Current Cardiology Reports 2023
[2] Fladerer J-P, Grollitsch S. Current Cardiology Reports 2023

Ergänzung zu Statinen



Nahrungsergänzungsmittel

Dr. Böhm® Coenzym Q10

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

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

Gut zu wissen: Dr. Böhm® ist seit über 55 Jahren die führende Apothekenmarke Österreichs. Das Familienunternehmen produziert exklusiv in Deutschland und Österreich.

17596301_002626

Wie man Lesemuffel motiviert

Mit kleinen Tricks können Eltern die Leselust wecken – denn Druck bewirkt oft das Gegenteil.

HANNOVER. „Lies doch mal ein Buch!“ Kaum ein Elternsatz motiviert Kinder weniger. Denn Begeisterung entsteht selten durch Aufforderungen. Ein Kind zum Lesen zu bringen, funktioniert ein bisschen wie beim Essen: Wer ständig drängt, erreicht meist das Gegenteil. Wer dagegen Lust macht, erhöht die Chancen auf Lese-Appetit. Klar ist, dass man Themen wählen sollte, die das Kind auch interessieren. Ist der richtige Stoff gefunden, helfen ein paar Tricks weiter, um den Lesemuffel auf den Geschmack zu bringen und im besten Fall bei Laune zu halten. Die Bundesverbände für Leseförderung (BvL) und Nachhilfeschulen (VNN) haben dafür folgende Kniffe für Eltern auf Lager:

Der Bilder-Kniff: „Wählen Sie Bücher mit Bildern“, rät Manuela Hantschel, Vorsitzende des BvL. Dann könne sich das Kind die Bilder anschauen und sich so schon mal niedrigschwellig mit dem Medium Buch beschäftigen. Ihr Tipp: Nach dem Anschauen sollte das Kind anhand der Bilder erraten, worum es in der Geschichte oder in dem Kapitel gehen könnte. „So wecken Sie die Neugierde.“

Der Rückwärts-Kniff: Auch ein Perspektivwechsel kann sich als erfolgreicher Trick entpuppen. „Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Figuren oder das Setting. Was gefällt? Was ist komisch oder fremd?“, regt die Leseförderung-Expertin an. So lasse sich gemeinsam erkunden, welche Aufgaben die Protagonisten bestehen müssen. Ob man richtig lag, bekommt man nur raus, wenn man liest.

Der Stopp-Kniff: Manchmal braucht es als Einstieg das Vorlesen – um dann den Stopp-Trick zu starten. „Hören Sie an einer spannenden Stelle auf zu lesen. Manche Kinder sind so gespannt auf den Fortgang der Geschichte, dass sie selbst weiterlesen“, erklärt Hantschel.

Der Tandem-Kniff: Auch im Wechsel zu lesen, kann Wunder bewirken. Hantschel: „Lesen Sie im Tandem mit Ihrem Kind: Abwechselnd lesen Sie und Ihr Kind jeweils eine Seite.“

Der Ritual-Kniff: Die Lese-Experten raten Eltern zudem, aus der Vorlesezeit ein festes Ritual zu machen. Das sollte ohne Druck ablaufen, immer freiwillig und spielerisch – denn Lesen soll Freude machen.



Um den Lesemuffel auf den Geschmack zu bringen, helfen ein paar kleine Tricks. Foto: Annette Riedl/dpa



Schon oft die „Goldene Fanfare“ gewonnen: Das Fanfaren-Corps Laatzen ist in diesem Jahr federführend bei der Fanfarendisco. Foto: Tobias Woelki

Spaß mit Fanfarendisco und Lüttje-Lage-WM

Die **HAZ** und die Privatbrauerei Herrenhausen laden für den 8. Juli zur Party ins Alt-H-Festzelt auf dem Schützenfest ein

HANNOVER. Zehn Jahre lang haben niedersächsische Musikzüge und Fanfarencorps auf dem hannoverschen Schützenfest im Festzelt Alt-H für Stimmung gesorgt. Bei der HAZ-Aktion „Goldene Fanfare“ interpretierten sie Partyhymnen und Stimmungslieder im wahren Wortsinn mit Pauken und Trompeten. Bei dem Wettbewerb ging es nicht in erster Linie ums Gewinnen, sondern um die Förderung einer gemeinsamen Musikkultur und den Spaß am Musikmachen.

Nach zehn Jahren lässt die HAZ die „Goldene Fanfare“ nun ein Jahr pausieren und lädt gemeinsam mit der Privatbrauerei Herrenhausen und Radio Hannover am Mittwoch, 8. Juli, zur ersten Fanfarendisco auf dem Schützenfest ein. Dazu veranstaltet der Bierbrauer die erste Lüttje-Lage-Weltmeisterschaft.

Die Fanfarendisco ist ein Konzept, das im Umland von Hannover entstanden und erprobt ist. Das Fanfaren-Corps Laatzen wird abwechselnd mit Festzelt-DJs bekannte Partyhymnen und Stimmungslieder interpretieren und dabei musikalisch und technisch verstärkt werden. Hinzu kommt eine kleine Lichtshow. Die gemeinsame Party zu Livemusik steht im Mittelpunkt. Das Fanfaren-Corps Laatzen hat die „Goldene Fanfare“ oft gewonnen und will einmal mehr beweisen, dass man mit Fanfarenklängen ein Festzelt zum Beben bringen kann.

ANMELDUNG FÜR LÜTTJE-LAGE-WM LÄUFT

Premiere feiert an dem Abend die erste Lüttje-Lage-Weltmeisterschaft. Es gilt, kleine Wettbewerbe mit dem Schützenfest-Kultgetränk in den Rubriken Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Kreativität zu meistern und Fachwissen zu präsentieren. Doch auch hier geht es vor allem darum, gemeinsam Spaß zu haben. Zu gewinnen gibt es einen Abend im Festzelt Alt-H für sechs Personen inklusive Getränken. Auch ein Jahresvorrat Herrenhäuser-Bier und Merchandise-Gutscheine sind als Preise ausgelobt. Acht Teilnehmer und Teilnehmerinnen können bei der WM mitmachen. Die Teilnahme wird ausgelost. Wer mitmachen möchte, schickt eine E-Mail an die Adresse luelaWM2026@herrenhaeuser.de.

Im kommenden Jahr wird es dann auch die „Goldene Fanfare“ wieder geben. Musikensembles und Fanfarenzüge, die schon jetzt für 2027 planen, können sich per E-Mail an hannover@haz.de. unter dem Stichwort „Goldene Fanfare 2027“ für den Wettbewerb bewerben.

Die diesjährige Fanfarendisco im Festzelt Alt-H auf dem Schützenplatz beginnt am 8. Juli um 20 Uhr. Der Eintritt ist frei.

ANZEIGE

Erlebnissommer 2026 - viel erleben, wenig zahlen!

Das Sommerglück zum Mitnehmen: Die Eintrittskarten-Aktion für Entdecker und Abenteurer

HANNOVER. Der Erlebnissommer 2026 ist da – und mit ihm Ihre Chance auf den perfekten Sommer in Niedersachsen und dem Harz, ohne das Budget zu sprengen. Gemeinsam mit der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung (HAZ) und Neue Presse (NP) bringen wir Sie zu den besten Freizeit-Hotspots.

Ein Angebot, bei dem es für zahlreiche Erlebnisorte bis zu 50 Prozent Ermäßigung für vollen Spaß auf reguläre Eintrittskarten gibt. Der Ausflug mit der ganzen Familie, mit Enkelkindern oder Freunden macht gleich noch mehr Spaß, wenn die Geldbörse nicht zu arg strapaziert wird.

Und warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nah liegt? Ob Abenteuer, Sportaktivitäten, Shows, Spannung, Nervenkitzel, Entspannung oder Unterhaltung. Die Ausflugsziele bieten unterschiedliche Aktivitäten für alle Altersgruppen – hier ist für jeden etwas dabei.

BEGRENZTE ANZAHL AN TICKETS ERHÄLTLICH

Aber Achtung: Die Tickets sind heiß begehrt und nur in begrenzter Anzahl verfügbar. Es gilt: Wer zuerst kommt, sichert sich den Sommerspaß! Der Kartenvorverkauf läuft ab sofort unter www.erlebnissommer-tickets.de (zzgl. Gebühren und ggf. Versandkosten).

Alternativ können Sie auch den QR-Code scannen, um direkt zu den Angeboten zu gelangen.



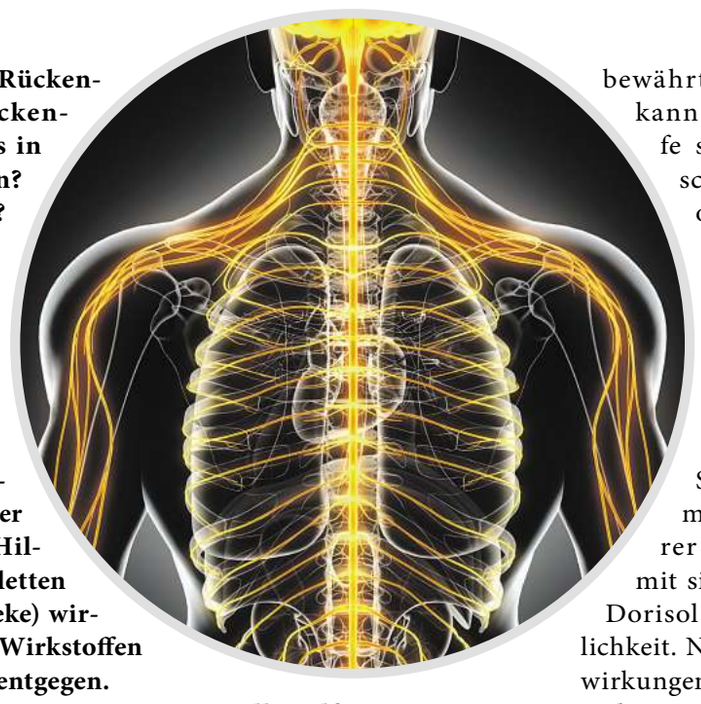
Nutzen Sie diese Gelegenheit, um unvergessliche Erlebnisse zu schaffen und die Sommermonate in vollen Zügen zu genießen. Sichern Sie sich Ihre Tickets und viel Freude beim Entdecken!

Thema Nervenschmerzen

Diese Schmerztablette bremst **Schmerzen in Rücken, Nacken und Kopf aus!**

Wiederkehrende Rückenschmerzen? Nackenschmerzen, die bis in den Kopf ziehen? Sogar Migräne? Diese Beschwerden machen den Alltag von Millionen Menschen zur Qual. Vielen unbekannt: Das sind häufig Symptome von Nervenschmerzen – und hier gibt es wirksame Hilfe! Die Dorisol Tabletten (rezeptfrei, Apotheke) wirken mit speziellen Wirkstoffen diesen Schmerzen entgegen.

Langes Sitzen, Stress oder Überlastung lösen häufig Verspannungen aus. Eine verspannte Muskulatur drückt auf einzelne Nervenstränge, die sich durch den ganzen Körper ziehen. Diese gereizten Nerven verursachen z. B. belastende Rückenschmerzen. Man spricht von Nervenschmerzen. Oftmals ziehen diese bis in den Nacken und Kopf. So können sie sogar Kopfschmerzen bis hin zu quälender Migräne hervorrufen.



Spezielle Hilfe, spürbare Linderung

Die Schmerztablette Dorisol (Apotheke, rezeptfrei) vereint bewährte Wirkstoffe und kann so wirksame Hilfe speziell bei Nervenschmerzen in Rücken oder Nacken sowie bei Kopfschmerzen bieten und Betroffenen wieder Hoffnung schenken.

Das Geniale: Während herkömmliche Schmerzmittel oftmals das Risiko schwerer Nebenwirkungen mit sich bringen, punktet Dorisol mit guter Verträglichkeit. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Daher ist die Schmerztablette grundsätzlich auch zur Anwendung bei chronischen Beschwerden geeignet.

- *Lindert wirksam Nervenschmerzen in Rücken, Nacken und Kopf*
- *Zur langfristigen Einnahme bei chronischen Beschwerden geeignet*
- *Rezeptfrei in Ihrer Apotheke*

Für Ihre Apotheke:
Dorisol
(PZN 16792925)



www.dorisol.de

DORISOL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Trit. D2, Spigelia anthelmia Trit. D2, Iris versicolor Trit. D2, Cyclamen purpurascens Trit. D3 und Cimicifuga racemosa Trit. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen), Kopfschmerzen, Migräne. www.dorisol.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

17575901_002626

Immer wieder Verstopfung?

Tipp aus der Forschung: So kommt der Darm in Schwung

Unser Darm ist ein wahres Wunderwerk: Bis zum 75. Lebensjahr verarbeitet er mehr als 30 Tonnen Nahrung und ermöglicht so die Aufnahme lebenswichtiger Bestandteile wie Vitamine, Enzyme und Spurenelemente. Trotz seiner Leistungsfähigkeit ist der Darm jedoch auch hochsensibel. Bei Stress, einer ballaststoffarmen Ernährung oder mit zunehmendem Alter nimmt die Darmaktivität ab und der Transport der Nahrung im Darm gerät ins Stocken. Zusätzlich stauen sich oftmals Gase im Darm an, die sich in einem Blähbauch äußern. Doch Forscher haben mit Kijimea Regularis PLUS jetzt ein Produkt entwickelt, das Hoffnung schenkt.

Die Verdauung auf clevere Weise aktivieren

Kijimea Regularis PLUS enthält Methylcellulose und Psyllium, welches die normale Funktion des Darms unterstützt, hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten[1]. Denn es quillt im Darm auf und dehnt die Darmmuskulatur so sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich[2] – planbar und zuverlässig. In der Folge können auch die Gase im Darm reduziert werden, wodurch der Blähbauch zurückgeht. Außerdem enthält Kijimea Regularis PLUS über 300 Millionen Bakterien pro Portion – ein zusätzliches Plus für Ihren Darm.

Ganz einfach zum neuen Darmgefühl

Kijimea Regularis PLUS lässt sich kinderleicht in den Alltag integrieren: ein- bis dreimal täglich einen Löffel des einzigartigen Granulats in ein Glas Wasser einrühren und trinken.[3] Kijimea Regularis PLUS wirkt rein physikalisch und führt selbst bei langfristigem Verzehr zu keinem Gewöhnungseffekt. Auch Neben- und Wechselwirkungen sind nicht bekannt.



Für Ihre Apotheke:
Kijimea Regularis PLUS
(PZN 18788684)

www.kijimea.de

[1,3]Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. • [2]Das enthaltene Psyllium hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten.

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

Abfuhrtermine für Bio-Tonne

HANNOVER. Der Zweckverband Abfallwirtschaft Region Hannover (aha) hat den Tourenplan für die Bio-Tonnen im Einzugsgebiet der Betriebsstätte Schörlingstraße geändert. Seit dem 22. Juni gelten für einen Teil der Haushalte in 24 hannoverschen Stadtteilen neue Abholtage. Betroffen sind vor allem Kundinnen und Kunden, die ihre Tonnen selbst an den Straßenrand stellen; beim Vollservice holt aha die Behälter am neuen Leerungstag vom Stellplatz. Die aktuellen Termine stehen im persönlichen Abfuhrkalender unter aha-region.de. Hinweise gibt es zudem per Aufkleber an der Bio-Tonne und über die Service-Hotline 0800 / 9991199. **RED**

„HerzRaum“: Frei von Angst

HANNOVER. Der Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) Niedersachsen bietet mit „HerzRaum“ monatliche geschützte Online-Treffen für Frauen an, die von Gewalt betroffen sind, sowie für Angehörige. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme kann anonym erfolgen. Der nächste Online-Raum unter dem Motto „Frei von Angst. Frei zum Reden. Frei zum Informieren.“ ist am Mittwoch, 1. Juli, geöffnet. Zu Beginn informiert eine Kriminalhauptkommissarin der Polizeiinspektion Osnabrück über Polizeikontakt, Schutzmöglichkeiten, Notruf und Erstkontakt sowie Notfallnummern. Anschließend besteht die Möglichkeit zum Austausch und Zuhören. Die Treffen dauern jeweils eineinhalb Stunden und werden von der Ansprechpartnerin Mary begleitet. Neben den Online-Räumen sind auch Einzelgespräche mit Mary telefonisch, online oder persönlich möglich. Informationen zu Themen, Terminen, Referentinnen und Zugang stehen auf der Internetseite vamv-niedersachsen.de/de/aktuelles/projekte bereit. **RED**

„Wir wollen weiterhin ein attraktives Haus bleiben!“

Im großen *magaScene*-Interview: **JÜRGEN HOFFMANN** und **JOHANO RÖHRS**: Der scheidende Geschäftsführer und der neue Direktor im Theater am Aegi

Am 9. Juni endete im „Aegi“ eine Ägide. Jürgen Hoffmann wurde dort exakt 20 Jahre nach seinem ersten Arbeitstag bei Hannover Concerts, die Hannover Concerts Verwaltungs-GmbH ist persönlich haftender Gesellschafter des Theaters, in den Ruhestand verabschiedet. Dem 67-Jährigen folgt mit Johano Röhrs ein 37-jähriges Eigengewächs, aber nicht als Geschäftsführer: Der bisherige Projektleiter und Team Leader wird Theaterdirektor mit Prokura. Wir wollten von Beiden wissen, wie sie sich auf den Leitungswechsel vorbereitet haben und vor welchen Herausforderungen das Gastspielhaus steht. Das komplette Interview von Jens Bielke lesen Sie in der Juli-Ausgabe der magaScene.

magaScene: Johano, fühlst Du Dich gut vorbereitet auf Deinen neuen Posten?
Röhrs: So gut, wie man vorbereitet sein kann! Selbstverständlich wird es Herausforderungen geben, die man jetzt noch nicht vorhersehen kann. Aber ich hatte genug Einarbeitungszeit mit Jürgen. Wir teilen uns seit Jahren ein Büro, unsere Schreibtische stehen direkt nebeneinander. Dadurch habe ich einen guten Einblick bekommen, was er wann warum entscheidet. Mein neuer Posten ist eine große Herausforderung, das ist mir bewusst. Aber es ist auch eine große Ehre, dass ich jetzt Direktor dieses Theaters sein darf. Jürgen bin ich sehr dankbar, dass er in mir das Potenzial gesehen hat, und Nico Röger als Geschäftsführer von Hannover Concerts auch, dass er sein „Go“ gegeben hat.

magaScene: Wenn jemand aus dem Team der neue Boss wird, kann es auch Konflikte geben. Kannst Du Chef?
Röhrs: Jürgen hat mir bereits in der letzten Phase der Übergabe viel Freiraum gegeben, einige interne Abläufe durfte ich schon umstrukturieren, Personal- und Einstellungsgespräche habe ich auch schon geführt. Jürgen hat mir als Backup viele wertvolle Tipps gegeben, was aber nicht heißt, dass wir bei allem derselben Meinung sind. Ich muss meinen eigenen Führungsstil entwickeln. Die gemeinsame Zeit, die wir hatten, war unheimlich wertvoll. Ich werde hier nicht komplett ins kalte Wasser geworfen, der Übergabeprozess begann schon vor Jahren. Wohin die Reise gehen würde, haben wir auch dem Team sehr früh kommuniziert. Das erhöht die Akzeptanz intern ungemein.

magaScene: Was ist der Markenkern des „Aegi“?
Röhrs: Wir bieten gute Unterhaltung für alle. Während das Schauspielhaus und die Oper für ihr Publikum mitunter auch einen Bildungsauftrag reklamieren, sind wir in unserer Programmgestaltung sehr frei. Das liegt aber auch daran, dass wir ein reines Gastspielhaus sind und unsere Veranstalter ein gutes Händchen haben. Die Auslastungszahlen sprechen jedenfalls dafür. Die Veranstaltungen sind in der Regel sehr gut besucht…
Hoffmann: …was auch daran liegt, dass wir bei den Veranstaltern einen guten Ruf haben. Mit über 1.100 Plätzen zählen wir in Deutschland zu den sechs größten Gastspieltheatern. Hannover ist verkehrstechnisch gut angebunden, Künstler oder Shows, die auf Tournee gehen, kommen fast schon zwangsläufig hier vorbei. Wir sind gute Gastgeber, das honorieren die Künstler, die Veranstalter und das Publikum. Für mich gehört unser guter Ruf auch zum Markenkern des „Aegi“.


Jürgen Hoffmann und Johano Röhrs: „Wir sind gute Gastgeber, das honorieren die Künstler, die Veranstalter und das Publikum.“ Foto: Clemens Niehaus

magaScene: Jürgen, was nimmst Du mit aus 20 Jahren „Aegi“?
Hoffmann: Als ich hier anfing, war im „Aegi“ noch eine ganz andere Generation tätig, teilweise auch städtische Mitarbeiter in der Technik, die einen riesigen Erfahrungsschatz hatten. Mir hat immer besonders gut gefallen, dass das Haus eine Größe hat, bei der man immer noch mit dem Künstler zusammentreffen kann. Hier gibt man jedem die Hand und sagt „Guten Tag“. Diese gelebte Gastgeberschaft ist der Grund, warum wir viele Wiederholungstäter bei uns begrüßen dürfen, von Johann König über Ralf Schmitz bis zu Jürgen von der Lippe.

Die Künstler freuen sich, wenn sie einen sehen, halten einen Klönschnack und sind nicht nach einem lieblosen „Guten Tag“ schnell in ihrer Garderobe verschwunden. Ich habe hier viele interessante Abende erlebt, mitunter auch viele skurrile Dinge.

magaScene: Wie viele Abende hast Du insgesamt hier verbracht?
Hoffmann: Ich habe beileibe nicht alles gesehen, die jährlich rund 80 Events von Hannover Concerts aber schon. Von 2010 bis 2014 oblag mir zusätzlich die Produktionsleitung für die Shakespeare-Musicals „Ein Sommernachtstraum“ und „Der Sturm“ im Gartentheater Herrenhausen. Ab 2015 kam dann auch noch das „Klassik Open Air“ im Maschpark hinzu. Eine im Theaterleben übliche Sommerpause hatte ich eigentlich nie (lacht).



Stadtmagazin für Hannover
magaScene
Viele weitere, spannende News aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an rund 500 Auslegestellen in Hannover oder online auf www.magascene.de.
Besuchen Sie uns jetzt auch auf Instagram und Facebook!
magaScene_hannover
MagaScene

PR-Anzeige

Mehr als Versorgung: Teamgeist, Empathie und professionelle Betreuung

ASD Pflegedienst – wo Fürsorge zuhause ist

Mit mehr als 400 qualifizierten Mitarbeitenden gehört der ASD Pflegedienst zu den erfolgreichen Pflegeunternehmen in Hannover. Gegründet wurde er 2020 von Attila Kaan und Selda Dursun, die auf jahrzehntelange Erfahrung in der Pflege zurückblicken.



Attila Kaan und Selda Dursun beraten am Standort Karmarschstraße rund um Pflege und Betreuung. Fotos: Tanja Niestroj

Das Leistungsspektrum reicht von häuslicher Pflege und Beratung über Intensiv-und Beatmungspflege bis hin zur pädagogischen Betreuung sowie der Vermittlung von Pflegefachkräften für die 24-Stunden-Pflege – sowohl zu Hause als auch in intensivpflege Wohngemeinschaften. Ergänzt und abgerundet wird das Angebot durch Wohngemeinschaften für junge Menschen mit Behinderungen.
Im Mittelpunkt steht dabei stets der Mensch: „Das Herz unseres Unternehmens sind die Mitarbeiter, die mit Engagement und Leidenschaft alles tun, um andere Menschen glücklich zu machen“, betont Attila Kaan Dursun.

Individuelle Pflege und Raum für Entwicklung
Pflegedienstleiterin Cigdem Yüksel koordiniert passgenaue Pflegekonzepte und sorgt dafür, dass Patienten die bestmögliche Unterstützung in ihrer Häuslichkeit und in den Wohngemeinschaften erhalten. „Ich habe meist den ersten Kontakt zum Patienten und schaue, welches Krankheitsbild vorliegt und welchen Bedarf unser Patient hat. Anschließend prüfe ich, welche Mitarbeiterin oder welcher Mitarbeiter am besten zu der jeweiligen Person passt“, sagt die 33-Jährige.


Die Pflegedienstleiterinnen Vivien Haartz und Cigdem Yüksel sorgen für die Patienten, entwickeln aber auch das Dienstleistungsportfolio weiter.

Mit Vivien Haartz hat sie eine Pflegedienstleiterin an ihrer Seite, die für den ASD die erste Wohngemeinschaft für körperlich und kognitiv eingeschränkte Menschen aufgebaut und den Intensivbereich weiterentwickelt hat. „Heute ermöglichen wir eine umfassende 24-Stunden-Intensivpflege im häuslichen Umfeld und in unseren Wohngemeinschaften, die Versorgung von Säuglingen und Kindern mit besonderen Pflegebedarfen sowie pädagogische Angebote wie Kita- und Schulbegleitung“, sagt Vivien Haartz, die sich als pädagogische Leitung auf die maßgeschneiderte Förderung und Unterstützung von Menschen mit Entwicklungsbedürfnissen oder Einschränkungen fokussiert.
Besonders wichtig: Mitarbeitende können eigene Ideen einbringen und aktiv an der Weiterentwicklung des Unternehmens mitwirken.

Starker Zusammenhalt im Team
Beim ASD Pflegedienst wird Teamarbeit großgeschrieben. Neue Mitarbeitende werden eng begleitet, Kollegen sowie Führungskräfte stehen jederzeit unterstützend zur Seite.
Pflege bedeutet hier nicht nur Verantwortung für andere, sondern auch Rückhalt im eigenen Team.
Ein Beispiel ist Julian Haartz, der seit Anfang vergangenen Jahres den Fahrdienst koordiniert. Er sorgt dafür, dass Pflegekräfte zuverlässig zu rund 150 Patienten an verschiedenen Standorten gelangen. Besonders schätzt er das familiäre Umfeld – auch weil mehrere seiner Familienmitglieder im Unternehmen tätig sind.


Julian Haartz koordiniert beim ASD die Fahrdienste, damit alle Patienten zuverlässig versorgt werden.

Wertschätzung als gelebte Unternehmenskultur
Ein wertvoller Teil des Teams sind auch Doris Serin und Rita Heuser. Beide tragen zum positiven Arbeitsklima bei und unterstützen die Geschäftsleitung. Sie erleben täglich, wie wichtig Wertschätzung im Arbeitsalltag ist. Kleine Gesten wie gemeinsames Frühstück oder frisch zubereitetes Mittagessen fördern das Miteinander. Doris Serin schätzt besonders die herzliche Unternehmenskultur und den liebevollen Umgang mit den Patienten. Für die Geschäftsführung Familie Dursun ist dies selbstverständlich: Mitarbeitende sollen sich wohlfühlen, austauschen und neue Kraft schöpfen können. So entstehen Menschlichkeit und gute Zusammenarbeit im Arbeitsalltag welche die Arbeit an unseren Patienten schon im Büro nach außen spiegeln.


Rita Heuser und Doris Serin halten die Fäden in der Verwaltung zusammen.

Pflegedienst ASD
Beratungszentrale
Karmarschstraße 18
30159 Hannover

www. pflegedienst-asd.de
Zentrale Rufnummer:
(0511) 2357575

Öffnungszeiten
Montag bis Freitag 8 bis 18 Uhr
Samstag 10 bis 18 Uhr

Ambulante oder stationäre Pflegeleistungen in Hannover

ASD PFLEGEDIENST

Unsere Pflegeleistungen:
1:1 bundesweite Intensivpflege Babys, Kinder, Erwachsene in häuslicher Versorgung
1:1 bundesweite EGH-Assistenz in häuslicher Versorgung
Wohngemeinschaften in Hannover mit 24-Stunden-Fachkräften

Unsere Dienstleistungen:
Individuelle Pflege für Ihre Angehörigen.
Von Intensivpflege bis pädagogischer Betreuung.

Unsere Philosophie
Menschlich
Unsere Pflege erfolgt mit Herz und Empathie.

Persönlich
Individuell abgestimmte Betreuung für jeden Klienten.

Kompetent
Fachlich qualifiziertes Personal mit umfassender Expertise.

24 Stunden erreichbar
Rund um die Uhr für Sie da.

ASD Pflegedienst
Herrenhäuser Str. 64
30419 Hannover
Karmarschstraße 18
30159 Hannover
info@pflegedienst-asd.de | 0511 2357575
Öffnungszeiten
Montag bis Freitag - 08:00 - 18:00, Samstag - 10:00 - 18:00, Sonntag - Geschlossen
Im Notfall erreichbar unter: 015223120473

17804201_002626

FILM-TIPP

Das Open-Air-Kino im Hof der Alten Grammophon, Edwin-Oppler-Weg 5, zeigt am Sonnabend, 27. Juni, ab 22 Uhr den Film „**Raumteiler**“. Florian Schmitz' 79-minütiger Film aus dem Jahr 2024 setzt bei einer existenziellen Erfahrung vieler junger Menschen an: bezahlbarer Wohnraum ist knapp, feste Sicherheiten fehlen. „Raumteiler“ beobachtet seine Figuren jedoch nicht nur als Betroffene der Wohnungsnot, sondern interessiert sich für einen radikaleren Gedanken. „Was mich vor allem interessierte, war die Frage, was mit jemandem geschieht, der sich nicht anstrengen will, eine Wohnung zu finden, und sich diesem neoliberalen Wahnsinn einfach nicht mehr aussetzt“, sagt Schmitz. Aus dieser Haltung entwickelt der Film eine Geschichte über (Über-)Lebenskunst, Verweigerung und die Grenzen eines scheinbar unbeschwerten Lebens im Provisorium. Als Musiker Karsten vom Immbilienverwalter auf die Straße gesetzt wird, packt er seine Matratze in den Umzugswagen und macht diesen zu einem improvisierten Zuhause. Sophie und Miray sitzen im selben Boot und schließen sich Karstens nomadischem Lebensstil an.

Bluegrass-Punk aus Argentinien

HANNOVER. Die argentinische Band Angry Zeta & The Hillbullys gastiert am Dienstag, 30. Juni, ab 21.15 Uhr beim Ruby tuesday im Café Glocksee, Glockseestraße 35. Die Gruppe, die vor elf Jahren auf den Straßen von Buenos Aires begann, spielt Folk-Punk und Bluegrass-Eigeninterpretationen mit Kontrabass, Banjo, Gitarre, Violine und Waschbrett. Zum Programm gehören eigene Stücke und klassische Volkslieder. Der Eintritt ist frei, Einlass ist ab 20 Uhr. Zutritt ab 18 Jahren. Im Anschluss ist Party. **RED**

Kammermusik im Garten

NAHKLANG-Reihe beendet ihre Saison mit jungen Ensembles, Gartenführungen und Gesprächen in der Orangerie

HANNOVER. Die Kammermusik-Gemeinde beendet ihre „Nahklang“-Saison 2025/2026 mit einem zweitägigen Sommerfestival in den Herrenhäuser Gärten. Am Sonnabend, 27. Juni, und Sonntag, 28. Juni, stehen in der Orangerie vier Konzerte junger, ausgezeichneter Ensembles auf dem Programm. Ergänzt wird das Festival durch Künstlergespräche, Führungen durch den Großen Garten, eine Einführung zur kommenden Saison und eine Podiumsdiskussion zur Zukunft des Konzerterlebens. Der Eintritt in den Großen Garten und den Berggarten ist an beiden Festivaltagen im Ticket enthalten.

Zum Auftakt spielt am Sonnabend, 27. Juni, ab 16 Uhr das Avin Trio in der Orangerie. Saskia Niehl an der Violine, Michael Schmitz am Violoncello und Josefa Schmidt am Klavier widmen sich unter dem Titel „Alte (Un)bekannte“ Werken von Komponistinnen, deren Musik zunehmend stärker wahrgenommen wird. Auf dem Programm stehen „Soir et Matin“ von Mel Bonis, das Klaviertrio von Rebecca Clarke und Ludwig van Beethovens Klaviertrio D-Dur, op. 70 Nummer 1, bekannt als „Geistertrio“. Im Anschluss ist ein Meet and Greet mit den Musikerinnen und Musikern im Arne-Jacobsen-Foyer vorgesehen.

Ab 17.30 Uhr geben Markus Becker, künstlerischer Leiter der Konzertreihe, und Raliza Nikolov in der Orangerie eine Einführung zum Sommerfestival und einen Ausblick auf die Nahklang-Saison 2026/2027, die im Oktober beginnt. Ab 18 Uhr folgt das Confringo Klavierquartett mit Eun Che Kim, Philipp Sussmann, Irena Josifoska und Viktor Soos. Das Ensemble stellt Werke von Gustav Mahler, Hans Gál und Robert Schumann vor. Auch nach diesem Konzert ist ein Treffen mit dem Ensemble im Foyer geplant.

Der zweite Festivaltag beginnt am Sonntag, 28. Juni, um 11 Uhr mit dem Jasper Trio. Yuliia Van, Lukas Rothenfußer und Séverine Kim spielen tschechisch geprägte Kammermusik. Zu hören sind die „Bergerettes“ für Klaviertrio von Bohuslav Martinu sowie Antonín Dvoráks Klaviertrio f-Moll op. 65. Danach gibt es ebenfalls Gelegenheit zum Gespräch mit den Musikerinnen und Musikern.

Zum Rahmenprogramm gehören am Sonntag zwei Führungen durch den Großen Garten. Sie beginnen um 12.30 Uhr und um 14.30 Uhr, dauern jeweils 60 Minuten und starten vor der Orangerie Herrenhausen. Thematisch geht es um den Großen Garten als barocke Gartenanlage. Vorgestellt werden unter anderem Buchsbaumornamente, Marmorkies und Blumenrabatten sowie die von Niki de Saint Phalle mit Glasmosaiken gestaltete Grotte. Für die Führungen ist eine Anmeldung erwünscht, da die Teilnehmerzahl auf 25 Personen pro Führung begrenzt ist. Anmeldungen sind per E-Mail an info@kammermusik-hannover.de möglich.

Ab 16 Uhr folgt in der Orangerie die Podiumsdiskussion „Ein Blick in die Kristallkugel – Musik-Erleben 2035“. Martha Bijlsma vom Flex Ensemble, Professor Jan Philip Schulze aus Hannover und Birgit Spörl von TONALi sprechen unter der Moderation von Raliza Nikolov darüber, wie Konzertbesuche in Zukunft aussehen könnten und welche Perspektiven junge Ensembles haben.

Den Abschluss des Festivals gestaltet am Sonntag, 28. Juni, ab 17 Uhr das Amelio Trio. Johanna Schubert, Merle Geißler und Philipp Kirchner treten in der kommenden Saison 2026/2027 als „ECHO Rising Star“ in mehreren europäischen Konzerthäusern auf. In Hannover spielen sie Charles Ives' Klaviertrio, Beethovens Allegretto B-Dur WoO 39, Birke Bertelsmeiers „vertrautes angezogensein“, Ursula Mamloks „Panta Rhei (Time in Flux)“ und Johannes Brahms' Klaviertrio Nummer 2 C-Dur op. 87. Auch nach dem Abschlusskonzert ist ein Meet and Greet vorgesehen.

Während des Festivals übernimmt Grauwinkels Schlossküche die Gastronomie. Zudem können eigene Speisen für ein Picknick im Großen Garten mitgebracht werden.

Tickets kosten für Vollzahlende je nach Kategorie 20, 30, 40 oder 45 Euro, ermäßigt 16, 24, 32 oder 36 Euro. Auszubildende unter 30 Jahren zahlen 10 Euro pro Ticket. Der Vorverkauf läuft online unter ticket-online-shop.com/ols/kmg sowie an der Kasse Großer Garten und in den HAZ- und NP-Ticketshops. **RED**

Nähere Informationen zum Programm und zu Ermäßigungen gibt es unter kammermusik-hannover.de.



Das Confringo Klavierquartett stellt mit Mahler, Gál und Schumann drei in ihrer Zeit visionäre Komponisten vor. Foto: Aaron Bunker



Das Avin Trio präsentiert „Alte (Un)bekannte“. Foto: Moritz Peters

Sommerfest in der Waldstation

HANNOVER. Die Waldstation Eilenriede lädt für Sonntag, 28. Juni, von 12 bis 17 Uhr zu ihrem Sommerfest an der Kleestraße 81 ein. Das Team der Waldstation und der städtische Fachbereich Umwelt und Stadtgrün haben ein Programm rund um Natur und Umwelt vorbereitet. Kinder und Erwachsene können an Infoständen Themen aus Wald und Tierwelt kennenlernen, am Teich keschern, Bodenorganismen sammeln, mit Holz basteln oder Bäume ertasten. Zudem können Gäste bei der Fütterung der vier Waschbären zusehen und die Vogelkrankenstation besuchen. Das 32 Meter hohe Wald-Hochhaus ist ebenfalls geöffnet. Der Aufstieg kostet 1 Euro und bietet einen Blick über die Eilenriede und die Stadt. Speisen und Getränke werden vor Ort verkauft. Der Eintritt zum Sommerfest ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Da direkt an der Waldstation keine Parkplätze zur Verfügung stehen, wird die Anreise zu Fuß, mit dem Fahrrad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln empfohlen. **R/HR**

Lesung zum Thema Abschied

HANNOVER. Charlotte Wiedemann liest am Donnerstag, 2. Juli, ab 14.30 Uhr in der Bäckerei Göing, Limmerstraße 28 in Hannover, aus ihrem Buch „Die Kunst des Abschiednehmens“. Die Autorin und Sterbebegleiterin, die als Death Doula arbeitet, verbindet darin Erfahrungen aus der Begleitung von Menschen am Lebensende mit Geschichten über Sterben, Trauer und Erinnerung. Dabei geht es auch um die Frage, wie ein offenerer Umgang mit dem Tod den Blick auf das Leben und auf Beziehungen verändern kann. Nach der kostenlosen Lesung sind Fragen, Gespräche und Signierungen möglich. **R/HR**

Hände erzählen Leben

HANNOVER. Mit in Gips gegossenen Händepaaren und persönlichen Lebensgeschichten lenkt die Ausstellung „Zum Greifen nah: das Leben von der Straße“ den Blick auf ehemals wohnungslose Menschen. Zu sehen ist sie noch bis Dienstag, 30. Juni, im Gebäude 3E der Fakultät V – Diakonie, Gesundheit und Soziales am Campus Kleefeld der Hochschule Hannover. Der Eintritt ist frei.



Die Hochschule Hannover zeigt die Ausstellung „Zum Greifen nah“. Foto: Hochschule Hannover

Die Schau zeigt ausgewählte Arbeiten, die im vergangenen Jahr anlässlich des 150-jährigen Bestehens der Diakonischen Gesellschaft Wohnen und Beraten entstanden sind. Jasmin Hinze und Michael Bahn hatten das Projekt für die Einrichtung entwickelt. Grundlage war eine frühere Ausstellung zum Jubiläum eines Tagestreffs. Die positive Resonanz von Beteiligten und Besuchern führte dazu, das Konzept weiter auszubauen und an verschiedenen Orten zu zeigen.

Im Mittelpunkt stehen Hände, die als Spuren gelebter Erfahrungen verstanden werden können. „Oft erzählen Hände die beeindruckendsten Geschichten, die man oft nicht – so wie in unserem Fall – auf den ersten Blick mit Wohnungslosigkeit in Verbindung bringt“, sagt Jasmin Hinze. Jedes Händepaar steht für eine einzelne Biografie. Plaketten erläutern Stationen, Brüche, Fähigkeiten und Hoffnungen der dargestellten Menschen. Ergänzt werden die Exponate durch künstlerisch gestaltete Accessoires, die einzelne Lebenswege zusätzlich verdichten.

Über QR-Codes kommen die Menschen hinter den Abdrücken selbst zu Wort. Auf diese Weise verbindet die Ausstellung sichtbare Objekte mit persönlichen Stimmen. Sie will nicht nur informieren, sondern auch Wahrnehmungen verändern. Hinze beschreibt das Ziel als Versuch, Menschen stärker sichtbar zu machen, die im Alltag häufig übersehen werden.

Die Ausstellung lädt dazu ein, sich ohne festgelegten Rundgang mit Wohnungslosigkeit und ihren Folgen zu beschäftigen – und macht deutlich, dass hinter jedem Abdruck ein Mensch mit eigener Geschichte steht. **RED**

Tag der Architektur öffnet Türen in Hannover

HANNOVER. Architektur anschauen, Räume erleben, Planerinnen und Planern Fragen stellen: Am Sonntag, 28. Juni, lädt der Tag der Architektur wieder zum Entdecken ein. In Niedersachsen und Bremen öffnen insgesamt 104 Projekte an 52 Orten ihre Türen. Zwischen 10 und 17 Uhr können Besucherinnen und Besucher kostenfrei an Führungen teilnehmen und mehr über Bauaufgaben, Entwurfsideen und die Umsetzung erfahren. In Hannover zeigt das Programm, wie vielfältig aktuelle Baukultur sein kann. Mehrere Projekte widmen sich der Frage, wie Bestand weiterentwickelt werden kann. Beim Continental-Hochhaus am Königsworther Platz stehen Sanierungsmaßnahmen an dem denkmalgeschützten Gebäude von Ernst Zinsser im Mittelpunkt. Auch die PZD Hannover – Alte Kriegsschule an der Waterloostraße zeigt, wie historische Bausubstanz erneuert werden kann.

Auch beim Wohnen reicht die Spannbreite von der behutsamen Modernisierung bis zum neuen Quartier. Das Haus K26 in der Kleefelder Straße zeigt, wie ein Reihenmittelhaus von 1930 energetisch erneuert und innenarchitektonisch neu geordnet wurde. Im St. Nikolai Stift an der Appelstraße wurde bezahlbarer Seniorenwohnraum klimafreundlich modernisiert. Im Pelikanviertel markieren zwei ovale Wohntürme den Auftakt und Abschluss eines neuen Wohnquartiers. In Limmer bildet das „Portal zur Wasserstadt“ mit Wohnen, Pflege und Gewerbe den Eingang zum neuen Stadtquartier. Am Kronsberg sind gleich mehrere aktuelle Wohn- und Quartiersprojekte vertreten: „Am Grünen Bogen“ setzt auf gemeinschaftliche Freiräume, Wohnungsmix, Kita, Dachbegrünung, Solarenergie und Wärmepumpen. Das Areal Nord/A6 am Maria-Telkes-Platz kombiniert Geschosswohnungsbau und verdichtete Einfamilienhäuser rund um einen grünen Gartenhof. Die Reihenhäuser am Kapellenplatz ergänzen eine denkmalgeschützte Hofstelle und schaffen zwischen Straßenseite und gemeinschaftlichem Grünraum neue Wohnqualitäten. Schulbauten bilden einen weiteren Schwerpunkt: Die Grundschule Kastanienhof wurde erweitert, barrierefrei erschlossen und brandschutztechnisch ertüchtigt. An der Alice-Salomon-Schule ist ein barrierefreier Sporthallen-Neubau als Passivhaus entstanden. Die IGS Südstadt an der Pfalzstraße verbindet Umbau, Sanierung und Erweiterung eines denkmalgeschützten Ensembles mit heutigen Anforderungen an Ganztag, Kita und Sport. An der Lutherschule ist ein Erweiterungsbau auf dem Schulhof zu sehen, der den Bestand respektiert und zugleich einen neuen städtebaulichen Auftakt schafft.

Ergänzend bietet der Tag der Architektur in Hannover eine kostenfreie geführte Fahrradtour, bei der mehrere Objekte gemeinsam erkundet werden können. **RED**

Nähere Informationen zu den Führungen: aknds.de und tag-der-architektur.de



„Am Grünen Bogen“ ist eines der Objekte, die beim Tag der Architektur gezeigt werden. Foto: Jannes Frubel



Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

TUTANCHAMUN
Diverse Termine: Alte Druckerei

Fährmannsfest 2026
Diverse Termine: Fährmannsfest - Gelände

SEH-FEST
Diverse Termine: Gilde Parkbühne

Gangstagrass
06. August 2026: Kulturzentrum Faust

Deez Nuts - European Summer
06. August 2026: BEI CHEZ HEINZ

Hatebreed - Still a threat
07. August 2026: Kulturzentrum FAUST

Boxkampf - Cengo 56 vs Barrelo
08. August 2026: ZAG-Arena

Eivør - Summer Tour 2026
09. August 2026: 60er Jahre Halle

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

HAZ Tickets by Laporte NP

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

15933901_002626

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Eine kritische Bemerkung wird Sie möglicherweise nachdenklich stimmen. Sie sollten sich etwas einfallen lassen, um eine Situation zu verbessern.

STIER 21.4.–20.5.
Unvorhergesehenes mag Sie veranlassen, Ihr Programm zu ändern. Doch keine Bange: Was sich dafür an Neuem ergibt, wird eine Umstellung wert sein.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Gefühl und Vernunft sind jetzt stark miteinander verknüpft. Sie können Problemsituationen mithilfe Ihres scharfen Verstandes perfekt bewältigen.

KREBS 22.6.–22.7.
Ein zu zaghaftes Vorgehen könnte am Arbeitsplatz dazu führen, dass andere schneller sind und Sie nicht das erhalten, was Sie sich erhofft haben.

LÖWE 23.7.–23.8.
In einer strittigen Angelegenheit wird ein vernünftiger Vergleich erzielt, der vieles bereinigt. Es zeigt sich, dass Diplomatie Ihre Stärke ist.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Jetzt äußerst aktiv sein! Wenn Sie sich durch nichts von Ihrem Ziel abbringen lassen, werden Sie sich später an diese Zeit gerne zurückerinnern.

WAAGE 24.9.–23.10.
Sie haben gerade die Möglichkeit, etwas für Ihr Wohlbefinden zu tun. Nehmen Sie jede Hilfe an. Sie werden sehen, wie gut Sie sich fühlen können.

SKORPION 24.10.–22.11.
Alle Ihnen gebotenen Möglichkeiten müssen Sie scharf unter die Lupe nehmen. Ein vermeintlich günstiges Angebot könnte reine Augenwischerei sein.

SCHÜTZE 23.11.–21.12.
Harmonische Tage stehen bevor. Gespräche über gemeinsame Wünsche, Träume und Zukunftspläne machen die tiefe Vertrautheit deutlich spürbar.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Unangemeldeter Besuch steht vor der Tür? Kein Grund zur Panik! Dank Ihrer Fähigkeit zur Improvisation zaubern Sie schnell ein Festmahl für alle.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Entgegengebrachte Freundlichkeit ist aufrichtig gemeint. Misstrauen wäre unangemessen. Sorgen Sie für ausreichend Schlaf und richtige Ernährung.

FISCHE 20.2.–20.3.
Gut geeignete Zeit für einen Neubeginn. Versuchen Sie, eine Veränderung herbeizuführen. Wenn Sie das nicht tun, werden Sie stetig unzufriedener.

APOTHEKEN

SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Arlberg Apotheke, Tel. 54480920, Pumpstr. 6
Meldau-Apotheke, Tel. 7636200, Meldaustr. 27
Nibelungen-Apotheke, Tel. 810725, Lutherstr. 59
HEMMINGEN-WESTERFELD: Westerfelder Rats-Apotheke, Tel. 425274, Rathausplatz 4

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

Nord Apotheke, Tel. 3504245, Vahrenwalder Str. 71
Roland-Apotheke, Tel. 514181, Tiergartenstr. 118
EMPELDE: Calenberger Apotheke, Tel. 43833100, Ronnenberger Str. 18
GRASDORF: Ahorn-Apotheke, Tel. 9825131, Hildesheimer Str. 214

Rätselspaß am Wochenende

Sediment	ein Raubfisch	Aufsicht		veraltet: Frau		griechischer Buchstabe		französisch: Straße	indischer Bundesstaat	Wegezoll		helles englisches Bier	unbestimmter Artikel (4. Fall)		franz., lateinisch: und
					5					Abk.: Postskriptum			Quadrillefigur		
Seidengewebe		Serie	3					üppig							
				Vorname der Derek		2	gefüllte Backware						4		Schmerzlaut
		1													
Windseite		Geschäft der ehemaligen DDR											Kosename e. span. Königin	russ. Schlittenhunde	
Initialen der Hepburn													selten	7	Teilzahlung
Stadt in Brasilien (Kw.)	Ziegenlederhandschuh	Einheit der Fluidität		Bergrücken	arktischer Meeresvogel	iranisch-kaukas. Spießlaute	englisch: Tee		Teil der ungar. Hauptstadt	röm. Zahlzeichen: zwei		schmal	Rufname von Pacino		
Schlips, Binder									unversehrt						
persönliches Fürwort (3. Fall)				störend, unangenehm						6		erster Generalsekretär der UNO			
pluralistischer Mensch									1	2	3	4	5	6	7



LESERREISEN

hallo wochenende

Städtereisen 2026



Ihr Reisepreis ab **€ 419** pro Person im DZ

Wangerooge & Langeoog

Ostfriesische Inselerlebnisse

Reisetermine 3-Tage-Reise/HP: DI. 14.07. - DO. 16.07.2026

Friesisches Inselhüpfen - Inselwelt pur - Land zwischen den Deichen. Eine herrliche Landschaft, interessante Ausflüge, das gesunde Klima und ein Hotel-Team, welches stets um Ihr Wohl besorgt ist, dürfen Sie auf dieser Reise in die nordwestlichste Region Deutschlands erwarten! Kommen Sie mit auf Klönschnak, Kluntjes, Tee und mehr!

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ 2 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Ringhotel Residenz Wittmund****
✓ 2 x Buffet-Abendessen im Hotel
✓ Ausflug Insel Wangerooge inklusive Schifffahrt ab/bis Harlesiel, Inselbahn und Kurtaxe
✓ Ausflug Insel Langeoog inklusive Schifffahrt ab/bis Bensersiel und Kurtaxe

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag ..... € 66
Kurtaxe vor Ort zahlbar!



Ihr Reisepreis ab **€ 1.099** pro Person im DZ

Kulturmetropolen Breslau & Krakau mit Görlitz

Polens Klassiker mit Chopin Konzert

Reisetermin 6-Tage-Reise/HP: SO. 26.07. - FR. 31.07.2026

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ Taxigutschein
✓ 1 Übernachtung mit Halbpension im Novotel Wrocław City***+ in Breslau
✓ 3 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Novotel Krakow Centrum****
✓ 1 Übernachtung mit Halbpension im Romantik Hotel Tuchmacher**** in Görlitz
✓ Stadtführung Breslauer Schönheiten mit Reiseleitung ca. 3 Std.
✓ Ganztägige Stadtführung Allerlei Krakau mit Reiseleitung
✓ Besuch klassisches Chopin-Konzert in einem Konzertsaal in der Altstadt von Krakau mit einem Glas Wein
✓ Ausflug Schloss Fürstenstein inkl. Eintritt und deutschspr. Audioguide Führung
✓ Stadtführung in Görlitz mit Reiseleitung ca. 2 Std.

Extrakosten pro Person:
DZ zur Alleinbenutzung EZ-Zuschlag ..... € 260
Ausflug Wieliczka mit Reiseleitung inkl. Besichtigung ..... € 69



Ihr Reisepreis ab **€ 998** pro Person im DZ

Schlesische Schönheiten

Herrliche historische Städte & Landschaften

Reisetermin 6-Tage-Reise/HP: SO. 16.08. - FR. 21.08.2026

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ Taxigutschein
✓ 1 Übernachtung mit Halbpension im Novotel Wrocław City***+ in Breslau
✓ 3 Übernachtungen mit Halbpension im Qubus Hotel Gleiwitz***+
✓ 1 Übernachtung mit Halbpension im Qubus Hotel Liegnitz****
✓ Permanente, deutschsprachige Reiseleitung ab Tag 2 - Tag 5 lt. Ausflugsprogramm
✓ Ausflug Breslau mit Stadtführung
✓ Ausflug Gleiwitz mit Stadtführung
✓ Besichtigung Bergwerksmuseum „Grube Guido“
✓ Ausflug nach Krakau mit Reiseleitung
✓ Altstadtrundgang in Oppeln und Liegnitz mit Reiseleitung

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag..... € 150

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

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

3756001_002626

LEBENSHILFE

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

NOTDIENSTE

Stadt Hannover:

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

*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

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

HANDWERK / GEWERBLICHE BERUFE

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

HOTEL / GASTRONOMIE

Hotel in Herrenhausen su. erfahrene Mitarbeiter/in Voll-/Teilzeit für Rezeption
✉ info@hotel-in-herrenhausen.de

Achtung Stellensuchende
Legen Sie Bewerbungen keine Originalzeugnisse oder andere wichtige Papiere bei, deren Verlust oft unersetzlich ist. Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.
Ihre Anzeigenabteilung

WEITERE BERUFSFELDER



18862501_002626



17871401_002626

Fahrer/in in Teilzeit, zum Ausliefern unserer gekühlten Mittagsmenüs gesucht. FS Kl. B. Mo-Fr 7-12 Uhr
✉ stephan. kulz@vitesca.de
☎ 0800 8483722

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Für ein Objekt in Seelze (Wunstorfer Str.) suchen wir einen Vorarbeiter (m/w/d). AZ: Mo – Fr ab 06:00 a. 5,0 Std. tgl Teilzeit. Wir freuen uns auf Ihren Anruf! WISAG, ☎ 0511 35818-0

Rentner für leichte Gartenarbeiten Heideviertel gesucht. ☎ 0172 5437222

Erfahrener Fensterputzer sucht Arbeit im privathaushalt, 0177-1477987

MINI– UND NEBENJOBS

Rüstige Rentnerin gesucht für die Pflege meiner behinderten Schwester. Im Team von sieben Pflegerinnen zur regelmäßigen Unterstützung bei Urlaubs- und Krankentagen.
☎ (05 11) 57 85 66

LKW-Fahrer (m/w/d) auf 603,-€ Basis ab sofort gesucht. Fahrten ausschließlich mit leeren 12to Koffer Fahrzeugen (Raum Hannover).
Gerne auch Rentner. Tel. 01735368833

2 franz.Schüler auf Klassenfahrt suchen noch Unterkunft vom 12 - 16.10.,gegen Aufwandsent.Info 0151 21888188

Reinigungskraft für Schlüsselstelle gesucht für Kita Kirchhorst, 2 Std. täglich, Tariflohn. ☎ 01 77 / 278 13 48

Reinigungskraft gesucht, 1,5 Std. in Hannover Vinnhorst, Schlüsselstelle, Tariflohn ☎ 01 77 / 278 13 48

STELLENGESUCHE

STELLENGESUCHE

Maler sucht Arbeit. ☎0157-33254341

Achtung Stellensuchende
Legen Sie Bewerbungen keine Originalzeugnisse oder andere wichtige Papiere bei, deren Verlust oft unersetzlich ist.
Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.
Ihre Anzeigenabteilung

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

HÄUSER



17585701_000126

EFH in Röhrse von privat zu verk., 990m² Grdst., 243m² Wfl., 3 Bäder, 9 Zimmer, 2 Etagen, Wintergarten, Terrasse, Carport, Garten, KP: 298.000€ VB. ☎01573/9019039

DHH Hannover West, Grundst. 334m², Wohnfl. 129m², Garage, Garten, Teich, gr. Terr., von Privat, 392.000€, keine Makler ☎ 0177 75 59 30 64

FERIEN– UND FREIZEITIMMOBILIEN

Verkaufe
kleines Wochenendhaus (45 m²) in Rehburg-Loccum, Kombiplatz Campingplatz/ Wochenendh., Nähe Steinhuder Meer, ca. 200 m² Pachtland, VB 25.000,00 €, gern Besichtigung nach Vereinbarung mgl
Axel, 0177-6714941
18339401_000126

IMMOBILIENKAUF– GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

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

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

Pärchen sucht Wohnung zur Altersvorsorge, gern auch renovierungs- oder sanierungsbedürftig. Kauf von privat. Tel.: 0151 44149363

GRUNDSTÜCKE

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

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

MIETANGEBOTE

3 ZIMMER

Seelze, zentrale Lage, 3 ZKB, 1. OG, 89m², Laminat, EBK, Balkon, Keller, 800€ + NK + MS ☎ 01 525 342 11 75

MIETGESUCHE

WOHNUNGEN

Suche 1-2 Zi.-Whg. in Hannover ab sofort oder für später, NR. Nur anrufen unter ☎ 0152/56421182

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

HOLZAPFEL
Umzüge # Entrümpelung # Transporte
0511/ 4371442 oder 01775613563
www.holzapfel-umzug.de
16857701_002626



REISEMARKT

REISE / TOURISTIK

WEITERE ANGEBOTE

SKAN-CLUB 60 plus
ERHOLUNG IM ALLGÄU
Morada HOTEL BAD WÖRISHOFEN
8-Tage-Seniorenreisen

INKLUSIV-LEISTUNGEN
- An- und Abreise im Fernreisebus mit WC und Getränke-Selfservice
- 7 Übernachtungen in Zimmern mit Bad bzw. Dusche/WC inkl. Halbpension
- **Galabuffet und Allgäuer Spezialitätenbuffet** (im Rahmen der Halbpension)
- Unterhaltungsabend
- **Begleitung unseres Reisebetreuers zu Kurveranstaltungen**
- Kofferservice im Hotel nach Bedarf

und vieles mehr ...

Bad Wörishofen mit Therme (+ € 80,– p. P.): **1 Tageskarte Eintritt in die Therme, 1 Karte für 4 Stunden in die Therme, Begleitung bis zur Therme durch unseren Reisebetreuer**

TERMINE 2026/2027
25.07.–01.08. | 19.12.–27.12. (Weihnachten)
22.08.–29.08. | 09.01.–16.01.
19.09.–26.09. | 06.02.–13.02.
31.10.–07.11.

6-TAGE-SONDERREISE
Bayerische Weihnachtszeit mit Christkindlmarkt
Besondere Leistungen: **Themenbuffets, Ausflug zum Christkindlmarkt München und Stadtrundfahrt, Ausflug zum Christkindlesmarkt Augsburg und zum Augsburger Puppenmuseum u.v.m.**
30.11.–05.12.2026 ab € 465,–

ab Euro 575,– pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension
Preisnachlass bei Selbstanreise: 50,– pro Person! (außer Sonderreise)
Keine Parkgebühren
Einzelzimmerzuschlag : ab € 120,–

Buchung und Beratung bei einem Reisebüro Ihrer Wahl oder unter dem kostenlosen Kundenservicetelefon: **0800-123 19 19** (täglich von 8 bis 18 Uhr)
Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH · Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel www.seniorenreisen.de
18375501_002626

Timmendorfer Strand, FeWo, 2-3 Personen, mit Strandkorb und Fahrrädern, strandnah zu vermieten. ☎05 21 / 290 364

Die aktuelle Wochenendzeitung
hallo wochenende



hallo wochenende
erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

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

Redaktionsleitung:
Thorsten Schirmer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

Redaktionskoordination:
Christian Kaufer

hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

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

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Patrick Bludau

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

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

Leserbriefe:
Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor.

Alle vom Verlag gefertigten Entwürfe und Anzeigen sowie alle redaktionellen Texte und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgegebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

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

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

11403501_002626

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.

Sie haben die Wahl
– Es gibt kleinformatige Wochenblätter, aber auch großformatige Wochenblätter
– Es gibt billige Wochenblätter, aber auch preiswerte Wochenblätter
Wir haben Format, ein vernünftiges Preis-Leistungs-verhältnis und eine kontrollierte Auflage
Was wollen Sie mehr?
hallo wochenende

TRAUERANZEIGEN

In stiller Trauer nehmen wir Abschied von unserer Mutter und Schwiegermutter

Erna Liebe

27.04.1937 † 02.06.2026

In Liebe und Dankbarkeit

Birgit und Nils Hoffmeister

LESCH | Bestattungshaus | www.lesch-bestattungen.de
18307601_002626

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

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

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert ☎ (0177) 8884144

SCHMUCK & UHREN

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

GARTEN

Gartenpflege, Rasen vertikutieren ☎ 0162 2491879

Gärtner sucht Arbeit ☎ 0163/2107348

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**

Kaufe Musikinstrumente, Fotoapp., Tonbandgeräte, Teppiche, Radios, Bilder, Lampen, Pfeifen, Musiktruhen a. defekt. Zahle fair & bar ☎05517079523
18871601_002626

Waffen-Sammler mit Erwerbsberech tigung sucht: Schreckschuss, Luft & Vorderlader, Deko & Salut, Karabiner, Bajonette usw. ☎ 0176 96 45 42 33

Verkauf von Porzellan, Zinn, Bierkrüge, Deko, Trödel u.v.m TEL. 0511-512756

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Fliesenleger + Badsanierung ☎ 0160/97739654
18503201_002626

HOBBY UND FREIZEIT

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

Ankauf Modelleisenbahn alle Spuren☎ 0151 1795 7706

GESUNDHEIT / WELLNESS / ERHOLUNG

Neuer Alu-Rolllator "Arebos", schwarz, mit Einkaufstasche, faltbar, nur 7 kg, höhenverstellbar, 60 Euro abzuholen Hannover-Döhren ☎ 0173 6035545

DIENSTLEISTUNGEN

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

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

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

Dachdeckerarbeiten aller Art, Dachrinnenarbeiten, 30% Rabattaktion Firma U. Meinhardt ☎ (0178) 7887220
18176301_002626

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

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369
Haushaltsauflösung mit Wertanrechng

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

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

Hecken- / Baumschnitt, Gartenpflege. ☎ 0160 / 760 95 28

Hecken/Baumschnitt,Gartenpflege zum FP.-10% Rabatt ☎0176 23608987
18502201_002626

Gartenpflege inkl Ents.017641467766

Gartenpflege zum FP 0163/7709224

Entrümp. & Kleintrans. (0163)9134970
16129001_002626

Dach: Kleinflick & Rinne ☎44497279

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

ALLGEMEINE PLATZIERUNG

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

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe Motorräder ☎ (05121) 514583

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

BEKANNTSCHAFTS– ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Thekla, 78 J., attrakt. Witwe, mit schöner Figur u. herzl. Wesen. Kochen, Backen u. die Arbeit im Garten bereiten mir große Freude. Da ich sicher Auto fahre, besuche ich Sie auch gerne. Ich suche üb. PV einen sympath. Mann, mit dem ich die schönen Seiten des Lebens teilen kann. Sind Sie es? Tel. 0176-56849847

Hübsche Witwe Bruni, 70 J., eine tolle Hausfrau/Köchin u. Naturliebhaberin. Ich habe ein Auto u. einen Führerschein, bin umzugsbereit u. bereit für einen Neuanfang. Wünsche mir nach der Trauerzeit wieder etwas Glück im Leben. Sie auch? Dann haben wir doch schon etwas gemeinsam. PV Tel. 0176-56841872

Sie, 55 J., attraktiv, hübsch, schlank, sportlich mit Niveau, Herz und Verstand, sucht passendes Gegenstück für gemeinsamen Neuanfang! ✉ ichbins1971@t-online.de

ER SUCHT SIE

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

DIVERS

Er, mitte 60, su. liebe Sie. ✉ D 188663

FREITZEIT / FREUNDSCHAFT

FREIZEIT– / REISEPARTNER

Nicht mehr ganz junge Dame sucht für gelegentliche Treffs, Spaziergänge etc nette Menschen. ☎0511/576545



Wasser marsch! Aber nur ein bisschen

Im Sommer stellt sich stets die Frage: Wie bleibt mein Garten bei Sonne, Hitze und knappem Wasser grün?
ZEIT FÜR DIE RICHTIGE BEWÄSSERUNG – und einen Blick auf Sprinkler, Gießkanne und Co.

Bei Regen verteilt sich Wasser automatisch auf Rasen und Beeten. Zu trockenen Zeiten muss man nachhelfen. Dabei macht es durchaus einen Unterschied, wie man wässert und womit. Besonders während einer Trockenperiode macht es Sinn, genauer hinzuschauen.

Die Gießkanne ist wohl der Klassiker der Bewässerung. Verwenden sollte man jedoch in jedem Fall einen Brauseaufsatz, der den sonst recht wuchtigen Wasserstrahl bricht – vergleichbar mit einer Dusche. Das ist für die Pflanzen angenehmer, und die Wassermenge wird besser auf die Fläche verteilt, was ein sparsameres Gießen ermöglicht.

Rasensprenger – auch Wassersprenger, Regner oder Sprinkler genannt – allein sind schon eine Wissenschaft für sich. Im Großen und Ganzen unterscheidet man vier Kategorien: Viereckregner, Kreisregner (Halbkreisregner, Viertelkreisregner und die spezielle Form des Impulsregners), fest installierte Versenkregner sowie meist in den Boden zu steckende Sprühregner.

Bei der Wahl des Rasensprengers sollte man immer seinen Garten und die individuellen Bedürfnisse vor Augen haben. Denn Wasser sparen kann man vor allem, wenn man Rasenflächen gleichmäßig beregnet, ohne Rasenstücke mehrfach zu wässern oder Haus- und Hofflächen mitzuwässern. Achten Sie beim Kauf auf die Bauart des Rasensprengers, die maximale Bewässerungsfläche und die Reichweite. Letztere sollte immer einstellbar sein, um optimal wässern zu können. Zusätzliche Vorteile bietet es, wenn auch eine einseitige Beregnung möglich ist.

Viele Hersteller geben einen direkten Wasserverbrauch der Produkte nicht an und arbeiten teils mit eigenen Punktesystemen, sodass ein Vergleich erschwert wird. In der Regel ist man mit einem Verbrauch von 600 bis 800 Litern pro Stunde dabei, auch 1000 oder 2000 Liter sind möglich. Grundsätzlich raten Experten: Für große Rasenflächen nutzt man am besten Rechteck- oder Schwenkregner, für unregelmäßige Rasenflächen Kreis- und Segmentregner, und etwas abgelegene (Teil-)Grundstücke bewässert man wirksamer manuell mit einer Brause.

Um hier Wasser zu sparen, kann der Kauf eines Wassermengenregulierers oder Wasserdrucksenkers sinnvoll sein. Diese regulieren die Menge des Wasserdurchflusses beziehungsweise des Wasserdrucks und können zum Beispiel an Wasserhahn, Schlauchverbinder, Regner, Brause oder an eine Pumpe angeschlossen werden. Bei manchen Rasensprengern sind sie bereits inklusive.

> „An heißen Tagen tagsüber zu wässern, ist Verschwendung. Vor allem bei starker Sonneneinstrahlung verdunstet das Wasser vielzu schnell und gelangt nicht an die Wurzeln der Pflanzen."

Gartenschlauch ist allerdings nicht gleich Gartenschlauch. Die Geräte unterscheiden sich in der Beschaffenheit, Lebensdauer und Nutzerfreundlichkeit, aber auch in der Effizienz. Wer Wasser sparen möchte, setzt auf einen Schlauch, der einen möglichst niedrigen Wasserdruck ermöglicht. Meist wird der Verbrauch in Litern pro Meter und Stunde angegeben. Beispielrechnung: Liegt der Verbrauch bei fünf Litern und der Schlauch ist 15 Meter lang, bedeutet dies einen Wasserverbrauch von 75 Litern pro Stunde. Wenn Sie einen Schlauch direkt zur Wässerung verwenden wollen, sollte auch dieser über einen Brauseaufsatz verfügen. Durch eine Düse mit Pistolengriff lässt sich die Wassermenge besser steuern – und auch zwischenzeitlich stoppen, wenn Gärtnerinnen und Gärtner die Terrasse überqueren müssen oder das Telefon klingelt.

Neben dem klassischen Gartenschlauch, der nur dazu gedacht ist, Wassermengen von A nach B zu transportieren, gibt es noch weitere Schlauchsysteme, die ein eigenes Bewässerungssystem innehaben. Der Sprühschlauch funktioniert durch Vernebelung und ist eine effektive Möglichkeit, Wasser zu sparen. Es handelt sich um einen flachen Gartenschlauch, der Wasser über viele kleine Öffnungen fein zerstäubt herausdrückt. Besonders geeignet ist diese Art für schwer zugängliche Flächen, Rasenflächen, niedrige Bepflanzung und Steingärten. Diese Bewässerungsmethode funktioniert in etwa so, wie bei einer Gartenrutsche: Hier verfügen die erhöhten Ränder ebenfalls über Löcher, die die Rutschbahn befeuchten.



Trinkwasserbedarf spürbar senken: Die Nutzung von Regenwasser ist dafür eine gute Möglichkeit – trotz immer häufiger auftretender Hitze- und Trockenphasen.
Foto: Christin Klose/dpa

Perl- oder Tropfschläuche sind grundsätzlich am sparsamsten. Das Prinzip ist ähnlich zum Sprühschlauch. Wie der Name schon vermuten lässt, wird das Wasser beim Tropfschlauch, auch unter dem Namen Micro-Drip-System bekannt, schlauchnah abgegeben. Tropfschläuche können individuell nach Größe von Beeten oder Blumenkästen angelegt werden und sind fest verbaut. Die Technik kann entweder oberirdisch oder unterirdisch verlegt werden und basiert auf Erfahrungen aus Ländern mit Wasserknappheit. Wasser wird hierbei tröpfchenweise an die Pflanzen abgegeben. Die unterirdische Verlegung hat den Vorteil, dass sie nicht nur optisch unauffälliger ist, zudem gerät das Wasser unmittelbar in den Wurzelbereich der Pflanzen. Jedoch bedarf es eines höheren Aufwands, das System zu verlegen und zu warten.

Der grundsätzliche Unterschied zwischen Perl- und Tropfschlauch: Mit einem Perlschlauch wird entlang des Schlauches eine Reihe von Pflanzen versorgt. Der Tropfschlauch wässert mit einer Düse am Schlauchende punktuell und kann bei der Abgabe mit einem tropfenden Wasserhahn verglichen werden. Somit wird der Perlschlauch gerne im Gemüsegarten eingesetzt, wo er reihenweise Pflanzen versorgen muss, der Tropfschlauch hingegen erreicht besser einzelne Sträucher oder Pflanzen im Garten und kann individuell auf den Wasserbedarf der jeweiligen Pflanze angepasst werden.

Angeschlossen werden beide Systeme an einen Zuleitungsschlauch, der über einen Wasserhahn, eine Regentonne oder auch eine Zisterne gespeist wird. Kombiniert man das System mit einer Zeitschaltuhr und einer elektrischen Gartenpumpe, kann es auch automatisiert werden. Gerade bei automatischen Bewässerungssystemen empfiehlt es sich, zusätzlich einen Feuchtefühler einzubauen. Dadurch wird nur gewässert, wenn es nötig ist – und nicht strikt nach Zeitschaltuhr.

Für ein vollständiges Bewässerungssystem inklusive Bewässerungscomputer, Regnern, Feuchtesensor ist allein für Materialkosten mit 400 bis 950 Euro zu rechnen. Das System muss dabei selbst verlegt werden. Wer es durch einen Fachbetrieb verlegen lässt, liegt kostenmäßig beim Drei- bis Vierfachen. Einzelne Geräte zum Nachrüsten gibt es bereits günstiger. So liegen die von Stiftung Warentest im April untersuchten Bewässerungscomputer zwischen 20 Euro für einfache Einsteigermodelle und 210 Euro für W-LAN-fähige Alleskönner.

Eines gilt auf jeden Fall für alle Bewässerungsmethoden: An heißen Tagen tagsüber zu wässern, ist Verschwendung. Vor allem bei starker Sonneneinstrahlung verdunstet das Wasser viel zu schnell und gelangt nicht an die Wurzeln der Pflanzen. Am besten sollte man den Garten vor Sonnenaufgang oder nach Sonnenuntergang wässern, aber zumindest die Dämmerung nutzen.

Allgemein gilt: Auch bei trockenem Wetter muss nicht täglich beregnet werden. Die Heinrich-Böll-Stiftung empfiehlt, lieber einmal oder zweimal pro Woche satt zu wässern als jeden Tag nur ein bisschen. Denn je tiefer das Wasser versickert, desto länger hält es sich. Besonders Blumenkästen und -töpfe dürfen jedoch nicht überwässert werden und sollten nach dem Bewässern nicht tropfen, das schwächt die Pflanze.

