Foto: Christian Behrens

Konzept für die Hochbahnsteige Seite 8

hallo HANNOVER OST wochenende

Foto: Nds. Landesforsten

Holzernte im Misburger Wald Seite 6

45 ❖ 32. Jahrgang · 7. November 2026 www.wochenblaetter.de

*Gültig bis 02.12.2026, online und in den Filialen. Nur auf ausgewählte Böden. 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.

BLACK WEEKS

Bis zu 63%* Rabatt

Laminat Vinyl Parkett

Finlay Eiche Natur (700011)

UVP des Herstellers, €/m² 19,95
PE-Dämmung, 2 mm, unser Preis €/m² 0,99
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: ~~24,69~~

Laminat (700010)
Dekor Finlay Eiche
- 7 mm Stärke | NK 31 | AC3
- Ideal für alle Wohnbereiche
- Zeitloses Design für individuelle Räume
- Einfach und schnell zu verlegen
- Pflegeleicht

Du zahlst nur €/m²
8,75

Magma Coal (100031548)

UVP des Herstellers, €/m² 17,99
PE-Dämmung, 2 mm, unser Preis €/m² 0,99
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 5,41
Alles zusammen: ~~24,39~~

Laminat (100031902)
Dekor Yosemite Stone pearl
- 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
- Ideal für stark beanspruchte Räume
- Echter Steinlook für modernen Stil
- Schnelle und einfache Verlegung
- Made in Germany

Du zahlst nur €/m²
11,50

Harvest Oak Grey (30032035)

UVP des Herstellers, €/m² 32,95
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: ~~36,70~~

Klick-Vinyl (30032036)
Dekor Harvest Oak Honey
- 4,5 mm Stärke | Nutzschicht: 0,3 mm | NK 32
- Integrierte Dämmung
- Einfach zu verlegen
- Strapazierfähig und robust
- Pflegeleicht

Du zahlst nur €/m²
14,99

Laminat DEPOT

Dämmung & Fußleisten kostenlos!

SONNTAG IST SCHAUTAG!
Jeden Sonntag 12.00 Uhr – 16.00 Uhr
ohne Verkauf und Beratung
außer am 22.11.2026 (Totensonntag)

19159701_002626

BLACK WEEKS

Bis zu **63%*** **Rabatt**

Laminat | **Vinyl** | **Parkett**

*Gültig bis 02.12.2026, online und in den Filialen. Nur auf ausgewählte Böden. 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.

UVP des Herstellers, €/m² 42,95
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: ~~46,70~~

Klick-Vinyl (30033003)

Dekor Stone Silk beige

- 5,5 mm Stärke | Nutzschicht: 0,4 mm | NK 32
- Integrierte Dämmung
- Echter Steinlook für modernen Stil
- Strapazierfähig und robust
- Pflegeleicht

Du zahlst nur €/m²
19,99

Unser Verkaufspreis, €/m² 18,99
PE-Dämmung, 2 mm, unser Preis €/m² 0,99
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 5,41
Alles zusammen: ~~25,39~~

bodomoLAMINAT (8550)

Dekor Marmo Oak Grau

- 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
- Perfekt für alle Wohnräume
- Authentische Fugen für die Dielen-Optik
- Made in Germany / Blauer Engel
- Schnelle und einfache Verlegung

Du zahlst nur €/m²
11,99

bodomoLAMINAT

Eiche Klassik Natur (8021)
Eiche Klassik Grau (8022)

- 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
- Ideal für alle Wohnbereiche
- Natürlicher Look im Landhausstil
- Schnelle und einfache Verlegung
- Blauer Engel / Made in Germany

anstatt ~~14,99~~
jetzt nur €/m²
9,99
inklusive PE-Dämmung und Fußleisten

Laminat

Grand Eiche Grau (800010)
Grand Eiche Braun (800011)
Grand Eiche Titan (800012)

- 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
- Ideal für alle Wohnbereiche
- Natürlicher Eichenlook in grau
- Made in Germany / Blauer Engel
- Pflegeleicht

anstatt ~~21,95~~
jetzt nur €/m²
11,99
inklusive PE-Dämmung und Fußleisten

UVP des Herstellers, €/m² 36,95
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: ~~40,70~~

Klick-Vinyl (30033008)

Dekor Eiche Royal Honig

- 5,0 mm Stärke | Nutzschicht: 0,4 mm | NK 32
- Integrierte Dämmung
- Warme und natürliche Eichentöne
- Strapazierfähig und robust
- Pflegeleicht

Du zahlst nur €/m²
22,99

bodomoKLICK-VINYL

Glasgow (5810)
Norwich (5812)

- 5,5 mm Stärke | Nutzschicht: 0,55 mm | NK 33
- Integrierte Korkdämmung
- Breitdiele mit harmonischem Flächenbild
- Strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

anstatt ~~37,99~~
jetzt nur €/m²
24,99
inklusive Dämmung und Fußleisten

Parkett

Eiche Robust

- 14 mm Stärke | ca. 3 mm Nutzschicht
- Wohnfertig geölte Oberfläche
- Natürlich schön
- Gebürstete Oberfläche
- Markante Struktur für rustikalen Charme

anstatt ~~46,99~~
jetzt nur €/m²
39,99
inklusive XPS-Dämmung und Fußleisten

Laminat DEPOT

Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 10.00 Uhr – 19.00 Uhr · Sa. 09.00 Uhr – 18.00 Uhr

Hannover
am A2 Center · Varrelheide 204

TEST Bild TOP SERVICE-QUALITÄT AUSGABE 3/2021 Konsumentenbefragung ★★★★★ 2021/22
LaminatDEPOT
IN DER KATEGORIE LIFESTYLE & SHOPPING

SONNTAG IST SCHAUTAG!
Jeden Sonntag 12.00 Uhr – 16.00 Uhr
ohne Verkauf und Beratung
außer am 22.11.2026 (Totensonntag)

laminatdepot.de

Jetzt 27x · Aachen, Bergisch Gladbach, Bielefeld, Bietigheim, Bochum, Braunschweig, Bremen, Dortmund, Duisburg, Erkrath, Essen, Gelsenkirchen, Hamburg, Hameln, Hamm, Hannover, Iserlohn, Lippstadt, Mönchengladbach, Mülheim/Ruhr, Münster, Paderborn, Porta Westfalica, Solingen, Velbert, Viersen und Wuppertal

Laminat-Lager Mitte GmbH · Herforder Str. 158 · 33609 Bielefeld
16634HAN

Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.

SONDERVERKAUF
70% AUF ALLE GEKENNZEICHNETEN TEPPICHE
möbel staude
Die Besten im Norden
37899903_002625

hallo HANNOVER OST
wochenende

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

45 ❖ 32. Jahrgang · 7. November 2026 www.wochenblaetter.de

Wissenschaft im Kino

HANNOVER. Wissenschaft außerhalb des Hörsaals erleben: Mit der neuen Veranstaltungsreihe „Popcorn & Profs“ will die IU Internationale Hochschule wissenschaftliche Themen einem breiten Publikum näherbringen. Die Auftaktveranstaltung findet am Dienstag, 10. November, von 18 bis etwa 21 Uhr im CinemaxX am Raschplatz statt. Es geht um digitalen Minimalismus. Professorin Dr. Adrienne Steffen beschäftigt sich mit der Frage, wie sich die Nutzung von Smartphones im Alltag bewusster gestalten lässt und welche Möglichkeiten es gibt, digitale Ablenkungen zu reduzieren und mehr Ruhe zu finden. Der Eintritt ist frei. Ein Snack und ein Getränk sind ebenfalls kostenlos. Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es unter eventbrite.de/e/popcorn-profs-tickets-1992484896963.

Naturfragen per Post: NABU antwortet handschriftlich

HANNOVER. Ob Admiral-Falter, Gartenteich oder Winterfütterung: Wer Fragen rund um die Natur hat, kann sich jetzt auch per Brief an den NABU Niedersachsen wenden. Der Naturschutzverband hat dafür einen Naturbriefkasten eingerichtet. Das Besondere: Die Antworten werden persönlich von Hand geschrieben. Um die Briefe kümmert sich NABU-Mitarbeiter Rüdiger Wohlers, der seit fast 50 Jahren im Naturschutz tätig ist. „Ich bin sehr gespannt, wie dieses Angebot angenommen wird“, sagt Wohlers. Er möchte jede Anfrage handschriftlich beantworten und bei Bedarf zusätzliche Informationen beilegen. Thematische Einschränkungen gibt es nicht. Der Naturbriefkasten soll die bestehenden digitalen Kontaktmöglichkeiten ergänzen. Briefe können an den NABU-Naturbriefkasten Niedersachsen, Alleestraße 36, 30167 Hannover, geschickt werden.

Foto: Sea Life Hannover

Gewerbeschau in Kirchrode

HANNOVER. Die Gemeinschaft Kirchroder Kaufleute veranstaltet am Sonntag, 15. November, von 11 bis 16.30 Uhr einen Gewerbe-Erlebnis-Sonntag im Leonardo-Hotel, Tiergartenstraße 117. Unter dem Motto „Kirchroder Betriebe entdecken, stöbern und genießen“ präsentieren örtliche Unternehmen ihre Waren und Dienstleistungen. Besucherinnen und Besucher können sich über die Angebote der Betriebe informieren und Anregungen für Weihnachtsgeschenke sammeln. Zum Rahmenprogramm gehören eine große Modelleisenbahn-Ausstellung mit Märklin-Zügen sowie eine Bastelaktion für Kinder. Außerdem ist eine Tombola geplant. Der Eintritt ist frei.

Sperrung auf Linie 5

HANNOVER. Wegen Bauarbeiten ist die Strecke der ÜSTRA-Linie 5 zwischen Herrenhäuser Gärten und Stöcken noch bis zum 8. November, etwa 5 Uhr, gesperrt. Die Haltestellen auf diesem Abschnitt werden in dieser Zeit nicht bedient. Als Ersatz ist ein Schienenersatzverkehr zwischen der Haltestelle Herrenhäuser Gärten und der Endhaltestelle Stöcken eingerichtet. Dessen Haltestellen liegen in der Regel am Fahrbahnrand in der Nähe der regulären Haltestellen. Aushänge vor Ort geben weitere Hinweise. Fahrgäste müssen mit längeren Fahrzeiten rechnen. Fahrräder dürfen im Schienenersatzverkehr nicht mitgenommen werden.

Laternenzauber trifft Einkaufsbummel

Beim letzten verkaufsoffenen Sonntag 2026 locken Familienaktionen und ein Martinsumzug

HANNOVER. Karussells und Mitmachaktionen am Tag, St. Martin zu Pferde am Abend: Der Familiensonntag „Hannover hilft! / St. Martin“ verbindet am Sonntag, 8. November, ein Programm rund um den Kröpcke mit einem Umzug zur Marktkirche. Zugleich ist der Termin der letzte verkaufsoffene Sonntag des Jahres in Hannover. Die Veranstaltung findet zum 13. Mal statt und gibt neben dem Einkaufen auch gemeinnützigen Projekten Raum.

Auf und um den Kröpcke konzentriert sich das Familienprogramm. Für die Bühne sind Backyard Hiptett und die Mr. Highnoon Party Band angekündigt. Hinzu kommen ein GOP-Showact, Kinderliedermacher Frank Bode und eine Maskottchenparade. Musik, Show und Kinderlieder ergänzen damit die Mitmachattraktionen und Karussells. Ein Markt mit mehr als 15 Ständen erstreckt sich vom Kröpcke bis zur Oper.

Am Abend gibt es einen Martinsumzug durch die Innenstadt. Foto: Pixabay

Als Partner wirken unter anderem üstra, Eggers Eventbetriebe, Armbrecht Eventbetriebe, Bährenstark, eichels Event, HAZ und das GOP-Varieté mit. Auch ein Kinder-Trecker-Parcours gehört zu den angekündigten Angeboten.

Der gemeinnützige Partner am Kröpcke ist Aktion Sonnenstrahl e.V. Der Verein ist seit Beginn der Veranstaltungsreihe dabei und organisiert dort eine große Tombola für den guten Zweck. In den vergangenen Jahren kamen durch die Aktionen bereits viele Tausend Euro für Projekte in der Region Hannover zusammen.

Am Abend führt der Martinsumzug durch die Innenstadt zur Marktkirche Hannover. Er beginnt um 17.30 Uhr, mit St. Martin zu Pferde und begleitet vom Fanfarencorps Vahrenheide von 1983 e.V. In der festlich beleuchteten Marktkirche beginnt um 18 Uhr die ökumenische Andacht. **RED**

JUWELIER COHRS
OHNE Termin verkaufen
Gold-Ankauf Bargeld sofort
Tagesaktuelle Höchstpreise
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
28188401_002626

GOLDANKAUF
GOLDSCHMIDT
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	116,15 €/g
999er Silber	1,26 €/g
750er Gold	85,61 €/g
925er Silber	1,17 €/g
585er Gold	66,78 €/g
333er Gold	38,01 €/g
versilbertes Besteck	45,00 €/kg
Zinn	20,00 €/kg
Zahngold	73.43 €/g

Stand 27.10.2026
Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269
4680701_002626

RABATT-COUPON
Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen!
15%
Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.
Gültig bis 30.11.26
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 „RABATT“.
31199801_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. 5-13 Uhr
Am Listholze 87 (direkt neben CleanCar)
30177 Hannover
Tel. 0511-71 74 67
37875701_002625

EPHESUS
Individuelle Goldschmiedearbeiten
Wenn aus Altgold, Lieblingsschmuck wird....
Georgsplatz 3a, 30159 Hannover
0511 / 3631177
www.ephesus.de
GOLD & SILBER · SCHMUCK · SILBER & TAFELSILBER · ZAHNGOLD
INDUSTRIESCHEIDGUT · GOLDBARREN · GOLDMÜNZEN · PALLADIUM · PLATIN
36844003_002625

60 Jahre in Bad Nenndorf
MÖBEL HEINRICH BAD NENNDORF
POLSTER
ab 999.-
*Symbolmotiv.
SCHNELLLIEFERUNG
Ware ist SOFORT verfügbar
24-Stunden-Service
KOSTENLOSE LIEFERUNG 1)
bis zum gewünschten Aufstellort
1) Kostenlose Lieferung: Ab einem Lieferwert von 2000 € liefern wir Ihre Bestellung zu Ihnen nach Hause bis zum gewünschten Aufstellort, ausgenommen die Lieferung von reduzierten Ausstellungsstücken.
19916401_002626

-15% RABATT*
LOKAL SHOPPEN ZAHLT SICH AUS!
*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: November/Dezember 2026 WWW.PINC-APOTHEKEN.DE
ROSEN APOTHEKE · EUROPA-APOTHEKE · SONNEN APOTHEKE · Die Ernst-August-Apotheke
6989801_002626

Nächste Versteigerung: 02.12.2026

Feingold	114,20 €/g	Zahngold	71,12 €/g
750 Gold	84,53 €/g	Silber	1,40 €/g
585 Gold	65,93 €/g	Versilbert	45,00 €/kg
333 Gold	37,53 €/g	Zinn	20,00 €/kg

Stand: 27.10.26
Goldankauf Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069
30734601_002626

SCHATZKAMMER HANNOVER

Wir kaufen Werte

Einzelstücke oder ganze Nachlässe

KOSTENLOSE BEWERTUNG BEI IHNEN ZU HAUSE
oder auf Wunsch in unseren Geschäftsräumen

Unverbindlich · Faire Einschätzung · Sofortige Barauszahlung

WIR SUCHEN

- Antiquitäten
- Porzellan & Zinn
- Silberbesteck
- Uhren aller Art
- Gold- & Silberschmuck
- Militaria & Münzen
- Kunst & Bronze
- Hochwertige Gemälde
- Bruch- & Zahngold
- Abendmode & Leder
- Handtaschen & Pelze
- Modeschmuck u. a.

Auch einzelne Stücke sind willkommen.

KOSTENLOSE HAUSBESUCHE IN HANNOVER & UMGEBUNG
JETZT ANRUFEN UND TERMIN VEREINBAREN
0511 86 64 22 47
Profitieren Sie von unserer seriösen Expertise.

Vahrenwalder Str. 269a · 30179 Hannover · Inh. E. Donnarumma

30759301_002626

(v. l. n. r.) Nachwuchskoordinator Heidmar Felixson, Recken-Geschäftsführer Eike Korsen, Domiziel-Geschäftsführer Marc Breuer und hauptamtlicher Nachwuchstrainer Koray Ayar sowie Kinder der Einrichtung bei der Übergabe. Foto: TSV Hannover-Burgdorf

Sondertrikot hilft Kindern

Die Recken spenden 7000 Euro an die Initiative No Failed Children des Kinder- und Jugendhilfecampus Domiziel

REGION HANNOVER. Mit dem Verkauf eines eigens gestalteten Sondertrikots haben die Recken 7000 Euro für Kinder und Jugendliche gesammelt. Das Geld geht an die Initiative No Failed Children des Kinder- und Jugendhilfecampus Domiziel. Bei der symbolischen Scheckübergabe im Oktober in Uetze waren auch einige der dort betreuten Kinder dabei.

Recken-Geschäftsführer Eike Korsen, Nachwuchstrainer Koray Ayar und Nachwuchskoordinator Heidmar Felixson überreichten die Spende an Domiziel-Geschäftsführer Marc Breuer. Der Campus in Dedenhausen in der Region Hannover bietet Jungen, die schwierige Erfahrungen gemacht haben und von gesellschaftlichen Strukturen nicht ausreichend aufgefangen wurden, ein betreutes Zuhause.

Eine eigene Schule, eine Tischlerei, eine Bäckerei, ein Musikstudio und verschiedene Sportmöglichkeiten gehören zum Campus. Diese Angebote fördern die individuellen Stärken der Kinder. Mit No Failed Children vertritt die Einrichtung die Überzeugung, dass nicht die Kinder gescheitert sind, sondern bestehende Systeme sie teilweise nicht ausreichend unterstützen. Gemeinsam mit Partnern aus Sport, Wirtschaft und Kultur sollen Projekte entstehen, die bestehende Strukturen hinterfragen und jungen Menschen neue Möglichkeiten eröffnen.

Das eigens gestaltete Sondertrikot hatte der Bundesligist beim Ausbildungs-Spieltag gegen den TBV Lemgo Lippe im April 2026 getragen. Zehn Prozent der Einnahmen aus dem Trikotverkauf wurden an die Initiative gespendet.

„Wir möchten nicht nur auf dem Spielfeld Verantwortung übernehmen, sondern auch darüber hinaus einen positiven Beitrag leisten. Die Zusammenarbeit mit Domiziel und No Failed Children liegt uns deshalb besonders am Herzen. Umso mehr freut es uns, dass wir mit unserem Sondertrikot eine Spendensumme von 7.000 Euro erzielen konnten, die direkt der Unterstützung von Kindern und Jugendlichen zugutekommt. Ein großer Dank gilt allen Partnern, die mit dem Kauf eines Trikots zu diesem Ergebnis beigetragen haben“, erklärt Recken-Geschäftsführer Eike Korsen.

Die Recken und Domiziel verbindet bereits eine langjährige Partnerschaft. Diese ist auch im Nachwuchsbereich sichtbar: Der Schriftzug No Failed Children steht auf der Brust der Trikots der Jugendmannschaften der Recken-Schmiede. Beim Besuch überreichte der Bundesligist dem Domiziel außerdem ein Exemplar des Sondertrikots. Die Einrichtung gab im Gegenzug einige T-Shirts der Initiative als Erinnerung an den gemeinsamen Tag weiter. **RED**

Brennholz/Kaminholz
Brennholz Buche, ofenfertig gespalten, 25 cm, trocken 130,- € pro Schüttraummeter zzgl. Lieferung.
Brennholz Pöpperling
☎ (05 11) 4 00 39 86
www.brennholz-poepperling.de

30450001_002626

STOCK-SCHUHE
GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

37528801_002625

GoldAnkauf
GoldSchmidt
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	113,93 €/g
999er Silber	1,73 €/g
750er Gold	83,05 €/g
925er Silber	1,05 €/g
585er Gold	64,78 €/g
333er Gold	36,87 €/g
versilbertes Besteck	45,00 €/kg
Zinn	20,00 €/kg
Zahngold	71.27 €/g

Stand 03.11.2026

Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269

4680801_002626

Mit dem Nachlass Gutes tun

Bestellen Sie kostenfrei den Testament-Ratgeber „Mein CARE-Paket für die Zukunft“:
0228 97563-25
vererben@care.de
www.care.de/vererben

care wirkt. weltweit.

DAS FLEISCHEREI-FACHGESCHÄFT IN OESSELSE
MIT EIGENER SCHLACHTUNG!
Heimann
FLEISCHEREI • PARTYSERVICE
QUALITÄTSFLEISCH, WURST- UND SCHINKENSPEZIALITÄTEN
aus eigener Herstellung
AUSGEWÄHLTE LANDWIRTE aus der Region Hannover – mit Herkunftsnachweis.
EIGENE SCHLACHTUNG Für beste Qualität, Frische und Transparenz.
Seit Generationen HANDWERK MIT LEIDENSCHAFT.
FÜR LAATZEN UND DIE REGION HANNOVER.
Oesselse • Weidenstraße 6
Tel. 05102 / 3224
Di.–Fr. 8:00–12:30 Uhr & 15:00–18:00 Uhr
Sa. 7:00–12:00 Uhr
KI generiert

36438803_002625

GOLDFUXX OPHIRUM
GOLDANKAUF
Wir kaufen Ihr Gold!
- Faire Preise
- Sofort Bargeld
- Diskrete Abwicklung
- Keine Bearbeitungsgebühr
- Kostenlose Prüfung vor Ort

HANNOVER
Calenberger Esplanade 1-8

ÜBER 75 FILIALEN BUNDESWEIT

GOLD, SILBER, SCHMUCK, MÜNZEN UND MEHR!
www.goldfuxx.de
KI-generiert

16353901_002626

Winterhilfe näher am Alltag

Maßnahmen zum Beginn der kalten Jahreszeit: Straßensozialarbeit startet in vier weiteren Bezirken

HANNOVER. Die städtische Straßensozialarbeit erreicht wohnungslose Menschen in Hannover in diesem Winter erstmals auch in vier Stadtbezirken außerhalb der Innenstadt. Vier neue Mitarbeitende sind in Nord, Linden-Limmer, Südstadt-Bult und Ahlem-Badenstedt-Davenstedt unterwegs. Dort arbeiten sie mit sozialen Trägern, Stadtteilzentren und Kirchen zusammen. Die Erweiterung ist Teil der Winternothilfe, zu der Nachtcafés, Kältebusse und zusätzliche Aufenthaltsmöglichkeiten bei extremen Wetterlagen gehören.

„Die Menschen brauchen unsere Hilfe nicht nur in der Innenstadt, sondern im gesamten Stadtgebiet. Die Ausweitung der Straßensozialarbeit in die Stadtteile, mit dem Ziel perspektivisch für jeden der 13 Stadtbezirke eine feste Ansprechperson zu haben ist ein wichtiger Baustein auf dem Weg zu gesellschaftlicher Teilhabe für alle. Es ist sehr wichtig, dass wir unmittelbar - jetzt zu Beginn des Winters dieses Angebot schon in einigen Stadtteilen umsetzen können“, sagte Oberbürgermeister Belit Onay.

Wenn die Wetterlage extrem wird, ist die städtische Straßensozialarbeit aus den Bereichen Wohnungs- und Suchthilfe auch am Wochenende tätig. Im Bereitschaftsdienst suchen die Teams Menschen auf, die sich noch im Freien aufhalten. Sie sprechen sie an und informieren über Tages- und Übernachtungsangebote. Ergänzend zu den Hilfen der Kooperationspartner gibt die Stadt Fahrkarten, warme Kleidung und Schlafsäcke aus.

Auch die Kältebusse von Caritas, Johanniter-Unfall-Hilfe und Maltesern arbeiten im Winter 2026/2027 wieder zusammen. Sie fahren im Wechsel festgelegte Standorte an und versorgen bedürftige Menschen mit warmen Mahlzeiten und medizinischer Basisversorgung. Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter sowie Ehrenamtliche stehen als Ansprechpersonen zur Verfügung, halten Kontakt zu den Betroffenen und vermitteln bei Bedarf weiterführende Hilfen.

NACHTCAFÉS MIT HOHER NACHFRAGE

Wie stark die nächtlichen Aufenthaltsangebote genutzt werden, zeigen die Zahlen aus der vergangenen Saison. Das „Café Nachtlicht“ im Kontaktladen Mecki an der Lister Meile verzeichnete durchschnittlich 117 Menschen pro Tag. In der Spitze wurden dort 156 Personen empfangen. Das Diakonische Werk Hannover gGmbH stellt den Schutz- und Ruheraum ab Sonntag, 1. November, wieder täglich von 20 bis 6 Uhr zur Verfügung.

Das „Café Mensch“ der Obdachlosenhilfe Hannover e.V. in der Podbielskistraße 102 öffnet ebenfalls am 1. November. Regulär ist es täglich von 19 bis 7 Uhr zugänglich, montags, mittwochs und freitags bereits ab 17 Uhr im Rahmen einer Lebensmittelausgabe. In der vergangenen Saison nutzten im Durchschnitt 101 Hilfsbedürftige das Café jeweils über mehrere Stunden. In der Hochphase kamen bis zu 116 Menschen pro Nacht.

Ein warmes Getränk kann an kalten Wintertagen eine willkommene Hilfe sein. In Hannover bieten Kältebusse und Nachtcafés wohnungslosen Menschen Schutz und Unterstützung. Symbolfoto: Caleb Lucas / Unsplash

Für Frauen gab es erstmals von Dezember 2025 bis Anfang Februar 2026 ein eigenes Nachtcafé. Das „Café Luna“ entstand als Kooperationsprojekt in Räumen des Diakonischen Werks an der Berliner Allee, die tagsüber für das Angebot „DüK“ genutzt werden. Das Nachtcafé war an allen sieben Wochentagen und auch an Feiertagen von 20 bis 6 Uhr geöffnet.

In dieser Zeit wurden insgesamt 492 Kontakte erfasst, im Durchschnitt acht pro Tag. Ob das Frauen-Nachtcafé auch in der Saison 2026/2027 wieder öffnen kann, ist noch nicht gesichert. Die Stadt arbeitet daran, das Angebot erneut bereitzustellen und die Finanzierung sicherzustellen.

UNTERKÜNFTE ÖFFNEN LÄNGER

Für besonders kalte Nächte und außergewöhnliche Wetterlagen sind weitere Aufenthaltsmöglichkeiten vorgesehen. Die Üstra ermöglicht auch in diesem Winter Übernachtungen in der Station Kröpcke, wenn die Außentemperatur unter drei Grad Celsius sinkt.

Die Marktkirche stellt bei außergewöhnlichen Wetterlagen zusätzliche geschützte Aufenthaltsmöglichkeiten bereit. Das Angebot ist für Situationen vorgesehen, in denen eine geschlossene Schneedecke, Temperaturen von minus fünf Grad Celsius und ein gleichzeitiger Ausfall des öffentlichen Personennahverkehrs dazu führen, dass Notschlafstellen und andere Einrichtungen der Wohnungslosenhilfe nur noch unter erheblichen Schwierigkeiten erreichbar sind.

Sind Notschlafstellen wegen eines Verkehrsausfalls nicht erreichbar, öffnet die Stadt ihre Notunterbringungen für die Dauer des Ausfalls durchgehend. Das gilt etwa bei einem Ausfall der Stadtbahnen, unabhängig davon, ob dieser durch das Wetter oder andere Gründe verursacht wurde.

Bei dauerhaften Minusgraden sind die Notschlafstellen in der Wörthstraße 10, Langensalzastraße 17, Podbielskistraße 117, am Vinnhorster Weg 73A und in der Feuerwehrstraße 1 durchgehend geöffnet. Hinzu kommt die Unterkunft Alter Flughafen 12 in Kombination mit dem Tagesaufenthalt an der Dornierstraße.

Die Stadt veröffentlicht fortlaufend detaillierte Informationen zu den Hilfsangeboten, Öffnungszeiten und Anlaufstellen online auf hannover.de. Die Angaben werden außerdem in Beratungsstellen ausgehängt und von der Straßensozialarbeit im direkten Kontakt weitergegeben. **R/HR**

Kleine Fische, große Hoffnung

Schulklasse der **LEONORE-GOLDSCHMIDT-SCHULE** hilft bei Wiederansiedlung von Lachsen in der Leine

HANNOVER. Eimer für Eimer trugen die Schülerinnen und Schüler die Junglachse zum Wasser. Mehr als 3000 junge Atlantische Lachse wurden Ende Oktober in einem Umgehungsgraben der Leine in Hannover-Ricklingen freigelassen. Für die Kinder der Leonore-Goldschmidt-Schule bedeutete die Aktion, selbst am Wiederansiedlungsprojekt mitzuwirken: Mit Gummistiefeln ausgerüstet brachten sie die Fische durch das herbstliche Gelände an die Stelle, an der sie ausgewildert wurden.

Begleitet wurde die Schulgruppe von Sea Life Hannover und dem Verein Leine-Lachs e.V. Die gemeinsame Aktion soll dazu beitragen, die bedrohte Fischart langfristig wieder in den heimischen Gewässern anzusiedeln. Die Freilassung der Jungfische ist dabei ein Teil des Vorhabens; die Vermittlung von Wissen über das Projekt gehört ebenfalls dazu.

Oliver Schaper, Diplom-Biologe bei Sea Life Hannover, erläuterte nach der Auswilderung die Herausforderungen. Dazu zählen der Rückgang der Bestände durch Überfischung und Flussverbau sowie die aufwendige Aufzucht und Freilassung der Jungfische. Die Schülerinnen und Schüler stellten viele Fragen zum Lachs und seiner Wiederansiedlung.

Schülerinnen und Schüler aus Hannover helfen bei der Auswilderung der Fische. Foto: Sea Life Hannover

Schaper verwies auch auf die Geschichte des Fisches in der Leine: „Was viele nicht wissen: Noch vor wenigen Jahrzehnten war die Leine einer der lachsreichsten Flüsse Norddeutschlands“, erklärte er. „Es ist etwas ganz Besonderes, Kindern hier vor Ort zu zeigen, dass echter Artenschutz nicht irgendwo in fernen Regenwäldern beginnt, sondern direkt vor unserer Haustür – mitten in Hannover.“

EINE POPULATION OHNE HILFE

Das langfristige Ziel reicht über die einzelnen Auswilderungen hinaus. In der Leine soll eine sich selbst erhaltende Lachspopulation entstehen, die sich ohne menschliche Unterstützung fortpflanzen kann. Dafür werden jährlich mehrere zehntausend Junglachse in Leine und Ihme ausgesetzt. Maßgeblich getragen wird das Wiederansiedlungsprojekt vom Verein Leine-Lachs e.V., unterstützt von Einrichtungen wie Sea Life Hannover.

Schaper begleitet die Initiative seit vielen Jahren. Bei der Aktion in Ricklingen erhielt er vom Verein eine Lachs-Patenschaft, mit der sein langjähriger Einsatz für das Projekt gewürdigt wurde.

Die Beteiligung der Kinder verband er mit der Hoffnung auf eine Rückkehr der Fische. „Artenschutz beginnt hier – direkt bei uns“, so Schaper. „Wenn Kinder erleben, dass sie selbst etwas bewirken können, wird das Thema lebendig. Und wer weiß: Vielleicht kehren die heute ausgewilderten Lachse eines Tages zurück, um hier ihre eigenen Nachkommen in die Welt zu setzen.“

Auch im Großaquarium bleibt das regionale Projekt sichtbar: Im Leine-Bereich von Sea Life Hannover sind einige der Jungfische täglich ab 10 Uhr zu sehen. **RED**

Hahne Tagespflege
Heidehaus

Tag der offenen Tür – Tagestreff für Senioren

Samstag, den 21.11.2026 von 10:30 bis 15 Uhr
Am Heidehaus 19, 30419 Hannover

Wir laden Sie herzlich ein, unseren Tagestreff bei Speisen und Getränken kennenzulernen.

Hausführungen, persönliche Beratung sowie Informationen zu Pflegegrad und Kostenübernahme.

Wussten Sie schon? Ab Pflegegrad 2 stellt die Pflegekasse für die Tagespflege ein zusätzliches Budget bereit.

www.hahne-tagespflege.de/heidehaus

30460801_002626

Asia Cuisine Schlemmertage
Buffet im November 2026
für 22,90€ p.P.

Genießen Sie unser Abendbuffet mit einer vielfältigen Auswahl an Sushi, Salaten, Vorspeisen, verschiedenen Hauptgerichten und Dessert – frisch zubereitet und laufend nachgefüllt.

14.11.26 & 15.11.26
28.11.26 & 29.11.26
17:30 - 21:30 Uhr

Beekestraße 113
30459 Hannover

von 12-17 Uhr à la carte oder Menü
RESERVIERUNGEN UNTER
0511/5859588

ASIA CUISINE

30385001_002626

SEIT 1872 STANZE Mein Gartencenter

NEUERÖFFNUNG

Hannovers Weihnachtswelten 2026
Nur bei Stanze!

Alles neu gestaltet!
Erleben Sie die neusten Trends!

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

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. – Fr. 09.00. – 19.30 Uhr
Sa. 09.00 – 20.00 Uhr
So. 12.00 – 16.00 Uhr*

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

stanze-gartencenter.de @stanzegartencenter

Änderungen in Form, Farbe und Dekor vorbehalten. Es handelt sich ausschließlich um Abholangebote. Diese Anzeige ist ab Erscheinungsdatum 7 Tage lang gültig. Abgaben in handelsüblichen Mengen. Bild-, Produkt- und Farbabweichungen sowie Preisirrtum vorbehalten. Alle Preise in Euro. Nur solange der Vorrat reicht! *Verkauf an Sonn- & Feiertagen gemäß § 4 Abs. 1 Nr. 4a NLöffVZG. Geöffnet 12 bis 16 Uhr (Beratung & Verkauf 13–16 Uhr). Bistro Fenzini ab 12 Uhr geöffnet.

Gutschein
Bis zu 15 %* Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl!
ohne Greencard* 10 % Rabatt
mit Greencard* 15 % Rabatt
*Gültig bis 13.11.2026. Gilt nicht für bereits reduzierte Artikel, Verlagserzeugnisse, Geschenkgutscheine, lebende Tiere, Motorgeräte und Artikel von Weber. **Der Greencard Preis ist nur in Verbindung mit der Stanze Greencard gültig.

36776502_002625

Luftretter in der Kinder-Uni

HANNOVER. Wie der Rettungshubschrauber Christoph 4 eingesetzt wird und welche Aufgaben die Besatzung übernimmt, erklärt Notfallmediziner Bastian Ringe am Dienstag, 10. November, von 17.15 bis 18 Uhr bei der Kinder-Uni Hannover. Im Hörsaal F des Klinischen Lehrgebäudes J1 der Medizinischen Hochschule Hannover, Carl-Neuberg-Straße 1, berichtet der Arzt aus seiner Arbeit in der Luftrettung. Dabei erläutert er, wann ein Hubschrauber angefordert wird und wie die schnelle medizinische Versorgung nach Unfällen funktioniert. Die kostenlose Vorlesung richtet sich an Kinder von acht bis zwölf Jahren. Erwachsene Begleitpersonen können die Veranstaltung in einem benachbarten Hörsaal abwarten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen gibt es unter kinder-uni-hannover.de

Pappeln weichen jungen Eichen

Arbeiten im **MISBURGER WALD**: Forstamt erntet Laubholz und forstet bis zum Frühjahr auf

HANNOVER. Die Pappelernte ist bereits weit fortgeschritten, die Arbeiten an den Eichen stehen noch bevor: Im Misburger Wald erntet das Forstamt Fuhrberg an zwei Stellen planmäßig Laubholz. Nördlich des Wietzegrabens, in Verlängerung der Seckbruchstraße, werden Pappeln entnommen. An der Alten Peiner Heerstraße folgt die Eichenernte. Auf beiden Flächen werden anschließend junge Eichen gepflanzt.

Revierförster Henning Tote hat die Maßnahmen geplant und begleitet die Arbeiten vor Ort. „Der beginnende Laubfall setzt für uns den Startschuss für die Ernte des Laubholzes“, erklärt er. Mit dem herbstlichen Laubfall haben die Niedersächsischen Landesforsten damit ihre diesjährige Laubholzernte im Misburger Wald begonnen.

Während der Holzernte werden Waldwege aus Sicherheitsgründen zeitweise gesperrt. Die Landesforsten warnen davor, die Absperrungen zu missachten. Fotos: Niedersächsische Landesforsten / Philipp von Ditfurth

Für die Entnahme der Pappeln gibt es nach Einschätzung des Försters einen dringenden Grund: „Die Bäume haben ihre Zielstärke erreicht und drohen, von innen heraus zu faulen. In den Vorjahren sind hier bereits etliche Pappeln umgestürzt.“

Das Pappelholz wird vor allem in der Verpackungsindustrie eingesetzt und dort für Paletten genutzt. Für das Eichenholz sind regionale Sägewerke die Abnehmer. Sie verarbeiten es zu langlebigen Möbeln, Fußböden oder Bauholz. Die beiden geernteten Holzarten gehen damit in unterschiedliche Verwendungen.

Laubholzernte im Solling: Auch im Misburger Wald entnehmen die Niedersächsischen Landesforsten derzeit Pappeln und Eichen. (Archivbild)

Auch die anfallenden Resthölzer werden genutzt: Sie dienen Heizkraftwerken als nachwachsender Brennstoff. Ein kleiner Teil des Holzes geht außerdem als Brennholz an private Abnehmerinnen und Abnehmer vor Ort. Die Nachfrage ist allerdings so hoch, dass das Forstamt nicht alle Anfragen bedienen kann.

PFLANZUNG UND ZEITWEISE SPERRUNGEN

Unmittelbar nach der Ernte beginnt die Wiederaufforstung. Bis zum Frühjahr sollen auf den frei gewordenen Pappelflächen junge Eichen stehen; dieselbe Baumart wird auch auf den Ernteflächen an der Alten Peiner Heerstraße gepflanzt. Die Wiederaufforstung umfasst somit beide Bereiche der laufenden Holzernte, nicht nur die bisherigen Eichenflächen.

Neben der stabilen Nachfrage nach Holz hat vor allem die aktuelle Verfügbarkeit hochwertiger Eichen-Setzlinge den Erntezeitpunkt bestimmt. Tote beschreibt die anschließende Pflanzung so: „Dort, wo wir die alten Bäume entnehmen, pflanzen wir wieder junge Eichen. So schließt sich der Kreis“, betont er.

Für Menschen, die den Misburger Wald besuchen, bringen die Arbeiten zeitweise Einschränkungen mit sich. Während der Fäll- und Rückearbeiten werden einzelne Waldwege aus Sicherheitsgründen gesperrt. Tote bittet dringend darum, diese Sperrungen strikt einzuhalten. Dass gerade keine Maschinen zu hören sind, ist kein Grund, einen gesperrten Weg zu betreten.

„Es besteht Lebensgefahr durch hängende Äste oder unvermittelt umstürzende Bäume. Nach Abschluss der Arbeiten heben wir die Sperrungen sofort wieder auf und stellen beschädigte Wege schnellstmöglich wieder her.“ **R/HR**

Wurst-Basar
MITTWOCH BIS SAMSTAG
SCHLESISCHE WEISSWURST 100g 1.59
Traditionell hergestellt nach Originalrezept
% SONDERANGEBOTE %
gültig vom 09.11. – 14.11.2026
Schweineschnitzel Oberschale 100g 0.79
Burgunder-Schinkenbraten 100g 0.89
Schmorfleisch aus der Keule 100g 1.79
Rehbraten aus der Keule, ohne Knochen 100g 2.29
Bregenwürstchen frisch aus dem Rauch 100g 1.29
Hütten-Gerstensuppe kräftig im Geschmack (L 7,98) 500ml 3.99
weitere Angebote unter www.wurst-basar.de
31225701_002626

Radieschen Klause
Restaurant Radieschen
Hier kocht der Chef!

Unsere Winterkarte

SUPPE
Waldpilzcremesüppchen
mit Kräutercroutons und krossem Baguette
klein 5,50 €
groß 8,90 €

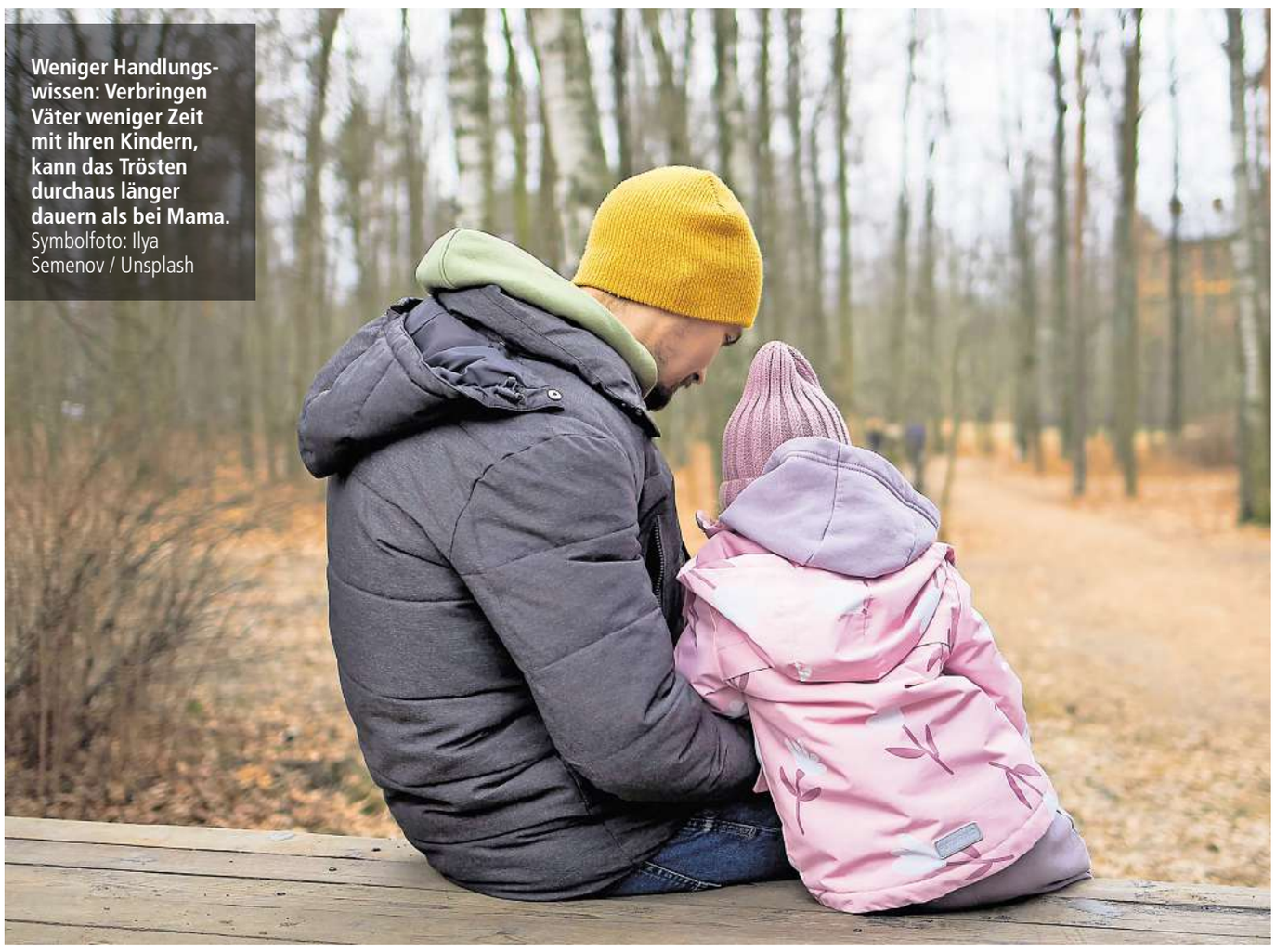
HAUPTGANG
Hirschedelgulasch
in einer Sauce mit Waldpilzen, Bratapfel mit Wildpreiselbeeren, dazu Apfelrotkohl und Kartoffelplätzchen
24,90 €
Geschmorte Gänsekeule
in eigener Sauce mit Bratapfel mit Wildpreiselbeeren, Apfelrotkohl und Kartoffelknödeln
28,90 €
½ ofenfrische Ente à l'Orange
mit Rotkohl, Bratapfel und Kartoffelklößen
27,90 €

DESSERT
Zimtparfait
hausgemachtes Zimteis auf Pflaumenpüree und Schlagsahne
8,90 €
Warmer Lava Cake
warmes Schokoladen-Soufflé mit flüssigem Schokoladenkern, auf Karamellsauce, Vanilleeis und Schlagsahne
8,90 €
Wir wünschen euch eine schöne Winterzeit

Grünkohl-Karte
(Ab 15.10.2026 bis Mitte März 2027!)
„Grünkohl M“
Portion Grünkohl mit geräucherter Bregenwurst und Petersilienkartoffeln 15,90 €
„Grünkohl M – Vegan“ **
Portion Grünkohl mit veggie Kohlwurst und Petersilienkartoffeln 18,90 €
„Grünkohl L“
Portion Grünkohl mit geräucherter Bregenwurst, Bauchfleisch und Petersilienkartoffeln 16,90 €
„Grünkohl LX“
Portion Grünkohl mit geräucherter Bregenwurst Kasselerbraten und Petersilienkartoffeln 17,90 €
„Grünkohl XL“
Portion Grünkohl mit 2 geräucherten Bregenwürsten und Salzkartoffeln 17,90 €
„Grünkohl XL - Vegan“ **
Portion Grünkohl mit veggie Kohlwurst, „Hähnchenfilet“ und Petersilienkartoffeln 21,90 €
„Grünkohl XXL“
Portion Grünkohl mit geräucherter Bregenwurst, Kasselerbraten, Bauchfleisch u. Salzkartoffeln 19,90 €
Grünkohl-Büfett!!! (ab 10 Personen)
Wir bieten Ihnen ab Oktober bis Mitte März unser Grünkohl-Büfett an.
Grünkohlwanderung, Betriebsausflug, Geburtstag ... oder einfach nur so?
Bei uns als Büfett oder auf Platten möglich, je nach Absprache!
Geräucherte Bregenwurst und Bregenwurstenden, Kasselerbraten, Bauchfleisch, Grünkohl, Petersilienkartoffeln, Bratkartoffeln und ein Glas Korn.
Preis pro Person 22,90 €
Auf Wunsch auch mit Suppe oder Dessert je 4,90 €.

Unsere Winteraktionen
NUR MIT VORBESTELLUNG
Außer Haus oder bei uns im Restaurant
Außer-Haus-Bestellungen für die Weihnachtsfeiertage:
Abholung mit Kochanleitung am 23.12. bis 16:00 Uhr
Gefüllte ofenfrische Ente
ca. 2,4 kg, mit Sauce, ohne Beilagen
für 2 Personen · Außer Haus
49 €
Ofenfrische Ente
ca. 2,4 kg, mit Apfelrotkohl, Bratapfel mit Preiselbeeren und Kartoffelklößen
für 2 Personen · Außer Haus · Im Restaurant
59,90 €
Gefüllte ofenfrische Gans
ca. 5 kg, mit Sauce
für 4 Personen · Außer Haus
139 €
Gefüllte ofenfrische Gans mit Beilagen
ca. 5 kg, mit Apfelrotkohl, Bratapfel mit Preiselbeeren und Kartoffelklößen
für 4 Personen · Außer Haus · Im Restaurant
179 €
Gefüllte ofenfrische Gans – Festmenü mit Dessert
ca. 5 kg, mit Apfelrotkohl, Rosenkohl, Bratapfel mit Preiselbeeren, Kroketten und Kartoffelklößen, dazu ein Überraschungsdessert
für 4 Personen · Außer Haus · Im Restaurant
199 €
Geschmorte Gänsekeulen
mit Apfelrotkohl, Bratapfel mit Preiselbeeren, dazu Kartoffelklöße
für 4 Personen · Außer Haus · Im Restaurant
110 €
Wir freuen uns auf Ihre Bestellung!

In der Steintormasch 47 • 30167 Hannover-Herrenhausen • Tel. 0511/2155261
www.restaurant-radieschen.de • Öffnungszeiten von Mittwoch bis Sonntag ab 12.00 Uhr
31144501_002626



Weniger Handlungswissen: Verbringen Väter weniger Zeit mit ihren Kindern, kann das Trösten durchaus länger dauern als bei Mama. Symbolfoto: Ilya Semenov / Unsplash

Emotionale Arbeit

ERZIEHUNGSEXPERTIN SUSANNE MIERAU:

„Es ist nicht die Aufgabe der Mütter, Väter zu guten Vätern zu erziehen“

VON FRANZISKA HERRMANN / RND

BERLIN. Väter verbringen heute mehr Zeit mit ihren Kindern als früher. Doch bei der emotionalen Arbeit hapert es noch, sagt Erziehungsexpertin Susanne Mierau. Warum Mütter oft nicht nur das Kind regulieren müssen, sondern auch die Wut des Vaters – und wie Väter echte Verantwortung übernehmen können, erzählt Sie im Interview.

Sie schreiben in Ihrem Buch „Genug erklärt! Warum Mütter nicht für die Erziehung von Vätern verantwortlich sind“ von der bewussten oder auch unbewussten Verweigerung der Care-Arbeit durch den Mann. Was macht es mit Müttern, wenn sie die fehlende Beteiligung ihres Partners immer wieder auffangen müssen?

Oft haben wir „nur“ die Aufgabenüberlastung im Blick, wenn wir darüber sprechen, dass eine Person in einer Familie mehr Sorgearbeit übernimmt. Schon allein diese Überlastung wirkt sich auf das Wohlbefinden bis hin zur Gesundheit der Mütter aus. Mir ist es wichtig, dass wir auch auf die emotionalen Folgen blicken, die entstehen, wenn man merkt, dass der Partner die eigene Überlastung nicht wahrnimmt oder ihr keine Bedeutung beimisst. Das wirkt auf das Gefühl von Sicherheit in der Beziehung und auch auf den Selbstwert und die Partnerschaftszufriedenheit.

Worin unterscheidet sich das Verständnis des Erziehungsauftrags bei Vätern zu jenem von Müttern?

Glücklicherweise bringen sich Väter heute schon mehr ein in der Erziehung: Sie verbringen mehr Zeit mit ihren Kindern und lassen sich auch auf gemeinsames Spiel ein. Doch die emotionale Arbeit findet in der neuen Vaterrolle noch weniger Beachtung. Besonders bei jüngeren Kindern, die noch auf Co-Regulation angewiesen sind. Darauf, dass die Bezugsperson ihre Signale liest und dabei hilft, mit herausfordernden Gefühlen umgehen zu lernen durch Unterstützung und Vorbild. Vielen Vätern fallen emotionale Anteile des Erziehungsverhaltens noch schwer. Immer wieder beschreiben mir Mütter, wie sie das Gefühl haben, dass sie nicht nur ein wütendes Kleinkind co-regulieren müssen, sondern gleichzeitig auch die Wut des Vaters über die Wut des Kindes managen müssen.

Viele Mütter denken, dass alles zusammenbricht, wenn sie aufhören, sich zu kümmern und zu planen: Wie können Mütter lernen, die Verantwortung abzugeben, ohne dass die Kinder den Preis dafür zahlen?

Es ist zunächst wichtig, zu verinnerlichen, dass Väter für ihre Bindung und Beziehung zum Kind selbst zuständig sind. Natürlich müssen wir alle Kinder vor körperlicher oder psychischer Gewalt schützen. Es ist nicht die Aufgabe der Mütter, Väter zu guten Vätern zu erziehen. Mütter übernehmen ihren Teil der Sorgearbeit, ohne für den Vater mitdenken und mitorganisieren zu müssen. Sie können Leerstellen benennen, seine Verantwortung ist es dann, sich selbst zu informieren und zu kümmern.

Welche Sätze fallen im Alltag, die oft doch keine tatsächliche Verantwortungsübernahme sind?

Neben Sätzen, die an das Kind gerichtet sind, gibt es auch auf der Paarebene typische Sätze, wie zum Beispiel: „Meine Mutter hat nie so viel gejammert!“. Darin schwingen gleich mehrere Probleme mit: Erstens bedeutet das fehlende Jammern der eigenen Mutter ja nicht, dass diese es nicht auch schwer hatte, sondern dass sie vielleicht nicht die Worte, den Raum, die Ressourcen hatte, um Probleme zu benennen. Und zweitens sollte das Benennen von Überlastung in einer gesunden Paarbeziehung einen Raum bekommen.

Berliner Thema

Wie entlasten Väter Mütter?

Er sollte sich auf die Gefühlswelt der Partnerin einlassen und vielmehr danach fragen, welche Probleme bestehen und eigene Vorschläge machen, um Lösungen zu finden. Typisch ist auch, wenn in solchen Gesprächen auf einmal der Ton der Partnerin zum Thema wird, statt das benannte Problem. Natürlich kann es sein, dass bei Überlastung ein Gespräch emotional wird. Schließlich geht es ja um Grenzen, Erschöpfung, fehlende Anteilnahme. Wird dann aber erklärt „Also so lasse ich nicht mit mir reden!“ oder „Was ist denn los mit dir, bekommst du deine Tage?“, dann wird das eigentliche Themenfeld verlassen.

In Ihrem Buch führen Sie die Thematik um Care-Arbeit auf verinnerlichte patriarchale Muster zurück. Wie verhindern diese Strukturen gleichberechtigte Elternschaft?

Wir bewerten Erwerbsarbeit als Arbeit, während das Umsorgen des Kindes nicht als gleichwertig betrachtet wird, obwohl es nicht nur eine enorm zeit- und emotionsintensive Arbeit ist, sondern auch gesellschaftlich unglaublich bedeutsam. Rollenbilder und gesellschaftliche Strukturen greifen stark ineinander: Mütter nehmen mehr Elternzeit und arbeiten mehr in Teilzeit, dadurch sind sie es, die dann einen Eltern“abend“ besuchen können, der schon um 17 Uhr beginnt, wodurch sie sich dann zuständig fühlen für die Themen, die bei dieser Veranstaltung an sie herangetragen wurden. Sie müssen dann dem Vater erzählen, was auf dort gesagt wurde, weil er aufgrund seiner Rolle durch Pay Gap etc. nicht teilnehmen konnte.

Wann würden Sie von gleichberechtigter Aufgabenverteilung sprechen?

Wenn Väter sich vollumfänglich auf die Elternschaft einlassen. Das bedeutet nicht nur, dass sie die alltäglichen Aufgaben mit anpacken, sondern sich auch mit Erziehung bewusst auseinandersetzen: über Werte austauschen, über Herausforderungen, über die Probleme der eigenen Kindheit, was man vielleicht anders oder gleich machen möchte, was dieses individuelle Kind überhaupt braucht.

Verlassen Väter sich zu oft darauf, dass die Partnerin am Ende ohnehin einspringt?

Väter müssen die Konsequenzen oft nicht tragen. Wenn beispielsweise die Brotdose nicht richtig gefüllt oder das Kind in den Augen anderer unpassend gekleidet ist, dann wird das häufig der Mutter angelastet. Wir sagen eher nicht „Na hat Papa da was vergessen?“, sondern eher „Hat Mama da nicht aufgepasst?“.

Es gibt aus männlicher Perspektive den Vorwurf des „Maternal Gatekeeping“ – dass Frauen zu viel vorgeben, wenn der Mann das Kind hat. Wie lässt sich damit innerhalb der Beziehung umgehen?

Mangelnde Erfahrungswissen ist durchaus ein Problem: Wenn Väter weniger Zeit mit den Kindern verbringen, erwerben sie weniger Handlungswissen. Das führt manchmal dazu, dass das Trösten länger dauert, dass das Kind vielleicht eher Mama einfordert, bei der alles schneller und gewohnter geht. Und das kann dazu führen, dass der Vater sich abgelehnt fühlt und sich vielleicht auch darauf ausruht. Hier ist wichtig, immer wieder ein Beziehungsangebot zu machen und das Miteinander einfühlsam auszubauen, damit das Kind lernt, dass es genauso gut umsorgt werden kann vom Vater.

Sie fordern in Ihrem Buch auch, dass wir uns mit unserem Bild von Liebe beschäftigen, da ungleiche Machtverhältnisse in Beziehungen unser Zusammenleben und unseren Blick aufeinander negativ prägen. Wie sähe das aus, wenn es gelänge?

Wir müssen betrachten, dass wir Liebe als Konzept lernen in eben jenem oben genannten politisch-sozialem System. Oft ist dieses Konzept mit Gewalt verbunden. „Was sich liebt, das neckt sich!“ kennen viele als Aussage. Aber ist das so? Muss das so sein? Ist es wirklich Liebe, wenn darin auch psychische oder körperliche Gewalt enthalten sein können? Ich denke, wir sollten hinterfragen, wie viel Gewalt in unserem Begriff von Liebe enthalten ist und wie viel Hierarchie. Das ermöglicht, dass wir sowohl in Erziehung als auch Partnerschaft unserem Gegenüber auf einer Ebene begegnen können, die ihn als Mensch ernst nimmt und wertschätzt und so die Basis dafür bildet, dass wir ihn als Menschen mit gleicher Würde betrachten.

Zur Person: Susanne Mierau ist Diplom-Pädagogin mit Schwerpunkt Kleinkindpädagogik, Familienbegleiterin und mehrfache Spiegel-Bestsellerautorin. Seit September 2012 betreibt sie mit „Geborgen wachsen“ einen der größten deutschen Blogs für Eltern. Die Mutter von drei Kindern hält Fachvorträge und Workshops rund um den Themenbereich Elternschaft, bildet selbst Beraterinnen und Berater aus und ist Speakerin im Bereich der Elternberatung und Familienforschung. Ihr neues Buch „Genug erklärt! Warum Mütter nicht für die Erziehung von Vätern verantwortlich sind“ (Kösel-Verlag, 160 Seiten. ISBN: 978-3466312603. 14 Euro) ist im Oktober erschienen.

TIERGARTEN AUKTIONEN HANNOVER
Heben Sie Ihre verborgenen Schätze!
Briefmarken und Münzen
Kunst und Antiquitäten
Experten-Schätzungen (auch vor Ort)
Online- und Saalauktionen
Tiergarten Auktionen Hannover GmbH
Telefon: 0511-35351102
www.tiergarten-auktionen-hannover.de
36264501_002625

SEIT 1955 ZIMMERMANN TRADITION & QUALITÄT
Zweimal 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
09.11.2026 bis 14.11.2026
MONTAG BIS SAMSTAG
Für das Grünkohl-Essen:
Pinkel vom Strohschwein
Packung, 200 g ..... statt 3,70€ 2,99 €
Rauchenden ..... statt 2,19€ 1,59 €*
Ab Dienstag aus der Feinkostküche:
Frischkäse ..... statt 2,09€ 1,99 €*
mit roten Zwiebeln oder Dattelfrischkäse
feiner Heringssalat ..... statt 2,29€ 1,79 €*
Vom Becklinger Strohschwein
Schnitzel ..... statt 1,69€ 1,09 €*
aus der Schinkennuss
Schweinenacken ..... statt 1,79€ 1,19 €*
am Stück oder in Scheiben, natur
Leberwurst ..... statt 1,89€ 1,29 €*
Pfälzer Art, hausgemacht vom Strohschwein
Winterleberwurst ..... statt 2,29€ 1,29 €*
mit Backobst und Spekulatiuswürzung
MONTAG BIS MITTWOCH
Schweine-geschnetzeltes „Waidmanns Art“ ..... statt 14,90€ 13,90 €/kg
mit Steinpilzen, angebratenem Speck
DONNERSTAG BIS SAMSTAG
Wieder da!
Gänsekeule ..... 20,90 €/Stk.
Sous-vide-vorgegart, inkl. Sauce
Gänsebrust ..... 40,00 €/Stk.
Sous-vide-vorgegart für 2 Personen, inkl. Sauce. 30 Min. erwärmen – butterzart!
Wohlfühl-Paket ..... 55,00 €/Stk.
Gänsebrust mit Sauce, 500 g Rotkohl und 4 Kartoffelklößen (420 g). Aufwärmen & genießen!
Adventskalender-Mettwurst ..... 5,99 €/Stk.
ca. 240 g
ZIMMERMANNS SPAR-COUPONS
Frikadellen-Brötchen für 2,50 € oder Mett halb & halb für 5,49 € (500 g)
SCHON DABEI? Angebote, Aktionen & Neuigkeiten direkt aufs Handy. Jetzt abonnieren und nichts verpassen!
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
15130501_002626

Nasse Keller? Feuchte Wände? Schimmelpilz?
• 30 Jahre Erfahrung
• 10 Jahre Gewährleistung
• TÜV-zertifiziert
• qualifiziertes Fachpersonal
• Sauberkeitsgarantie
• Festpreis

innotech GMBH
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke
Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60
TÜVRheinland ÜBERWACHT
Fachbetrieb für Bautenschutz
www.tuv.com ID 0000001510
29237401_002626

Entdecken Sie unsere guten Seiten: Lokales · Sport · Unterhaltung hallo wochenende

Angebote gültig: Montag 09.11. - Samstag 14.11.2026*
MIX Markt
Schweine-Schulter ohne Knochen 1 kg 4.99
Schweinenacken mit Knochen 1 kg 4.99
Schweine-Lachse 1 kg 6.99
Hackfleisch vom Schwein 1 kg 3.79
Weißkraut 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 0.69 WEICH
Kaki 1 Stk., Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 0.69
Äpfel versch. Sorten je 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.29
Orangen 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.29
Teigtaschen „I Love Pelmeni Beef“ mit Rindfleischfüllung, tiefgefroren 1 kg Btl. 5.99
Teigtaschen mit Schweine- und Rindfleischfüllung, tiefgefroren 900 g Btl., 1 kg = 4,44 3.99
Creme fraiche „Moja semja“ 30% Fett 380 g Becher, 1 kg = 6,03 2.29
„Derevenskaja iz pechi“ nach russischer Rezeptur, geräuchert 400 g Pack., 1 kg = 8,33 3.33
„Servelat po-dworjanski“ Kochsalami, heißgeräuchert 280 g Pack., 1 kg = 10,68 2.99
Halsknochen geräuchert 100 g, 1 kg = 4,50 0.45
Gestreifte Sonnenblumenkerne in Schale, geröstet, auch gesalzen 300 g Pack., 1 kg = 15,97 4.79
Brühwurst – Ring, mittelgrob, geräuchert „Kielbasa wiankowa“ 100 g, 1 kg = 7,50 0.75
Feingebäck „Fruktowie“ mit Fruchtgeschmack 400 g Btl., 1 kg = 3,23 1.29
*Alle Artikel nur solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Preise in Euro inkl. MwSt. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Kann KI-generierte Darstellungen enthalten. Diese Angebote gelten nur in dem nachfolgend werbenden Markt.
Mo - Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 18:00 Mix Markt 18 OHG Vahrenheider Markt 6 30179 Hannover-Vahrenheide
Mo - Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 18:00 Mix Markt 122 OHG Lange Weihe 65 30880 Laatzen
Mo - Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 19:00 Mix Markt Hannover Inhaber: Dmitri Kuschlyu Schierholzstr. 128 30655 Hannover
15812001_002626

Was wäre Ihr letztes Geschenk an die Welt?
Mein Erbe tut Gutes.
Das Prinzip Apfelbaum
www.mein-erbe-tut-gutes.de · (030) 29 77 24 36 · Eine Initiative gemeinnütziger Organisationen in Deutschland.

Yoga-Festival im KroKuS

HANNOVER. Das Stadtteilzentrum KroKuS veranstaltet gemeinsam mit dem Therapiezentrum Surya erneut ein Yoga- und Gesundheitsfestival. Das Surya-Festival findet am Sonnabend, 28. November, von 8.30 bis 21 Uhr im Stadtteilzentrum KroKuS, Thie 6, statt. Auf dem Programm stehen Workshops, Vorträge, Meditationen und Konzerte. Die Teilnehmenden können verschiedene Yoga-Richtungen kennenlernen und Methoden ausprobieren, die im Alltag helfen, etwa zur Stressbewältigung. Dazu kommt Wissen aus jahrtausendealten Heiltraditionen.

Die Organisatoren gehen davon aus, dass Körper und Seele zusammengehören und Gesundheit mehr bedeutet als das Fehlen von Krankheit. Sie verstehen die Heilverfahren aus Ost und West deshalb als Ergänzung zueinander. Entsprechend bringt das Festival Fachleute aus Schulmedizin, Homöopathie, Traditioneller Chinesischer Medizin, Yoga und Ayurveda zusammen. Anmeldung und Ticketverkauf laufen über die Website surya-festival.de. Weitere Informationen gibt es auch per E-Mail an stz-krokus-kultur@hannover-stadt.de.

Neue Wege durch die Bauzeit

Region stellt **ERSATZVERKEHR FÜR HOCHBAHNSTEIGBAU** ab 2028 vor: Bahnen enden „Am Küchengarten", Busse fahren weiter

HANNOVER. Neue Hochbahnsteige sollen den Nahverkehr in Linden-Nord und Limmer barrierefreier machen. Während der Bauzeit bleibt allerdings gerade der geplante Umstieg „Am Küchengarten" zwischen Stadtbahn und Bus nicht barrierefrei. Das von der Region Hannover vorgestellte Ersatzverkehrskonzept sieht deshalb auch eine barrierefreie Wechselmöglichkeit zur neuen Buslinie 110 an der Glocksee vor.

Der Bau beginnt frühestens Ende 2028 und betrifft die Haltestellen Am Küchengarten, Leinaustraße und Harenberger Straße. Während der Arbeiten müssen die Fußgängerzone Limmerstraße und die Harenberger Straße für den Verkehr gesperrt werden. Weder Stadtbahnen noch Busse können diese Straßen dann befahren. Eine einzelne Ersatzbuslinie für den gesperrten Abschnitt ist nicht geplant. Die Region kombiniert stattdessen verkürzte Stadtbahnverbindungen mit vorhandenen, zum Teil verstärkten Busangeboten und einer neuen Buslinie.

Für die Stadtbahnlinien 10 und 12 entsteht ein temporärer Endpunkt in der Fössestraße. Beide Linien bleiben bis Am Küchengarten in Betrieb. Die Linie 10 fährt zwischen Hauptbahnhof/ZOB und diesem Endpunkt in der Hauptverkehrszeit alle zehn Minuten. Die Linie 12 verkehrt im Nachtsternverkehr zwischen Hauptbahnhof und Am Küchengarten stündlich.

Unverändert bleibt die Strecke der Linie 17. Sie fährt weiterhin zwischen Hauptbahnhof/ZOB, Goetheplatz und Wallensteinstraße. Die Bauarbeiten verändern somit die Verbindungen der Linien 10 und 12, nicht aber den gewohnten Abschnitt der Linie 17.

DREI BUSLINIEN TEILEN SICH DEN ERSATZVERKEHR

Die für die Bauzeit neu eingerichtete Linie 110 fährt im Zehn-Minuten-Takt zwischen Glocksee und Ahlem. Sie übernimmt außerdem mit zusätzlichen Sonderfahrten vor Schulbeginn und nach Schulschluss die Beförderung von Schülerinnen und Schülern aus Ahlem zum Gymnasium Limmer.

Der Bau beginnt frühestens Ende 2028 und betrifft die Haltestellen Am Küchengarten, Leinaustraße und Harenberger Straße. Foto (Archiv): Christian Behrens

Die Linie 170 verbindet Hauptbahnhof/ZOB und Wasserstadt Limmer über den Kötnerholzweg. Ihr Angebot wird auf einen Zehn-Minuten-Takt verdichtet. Gemeinsam bieten die Linien 110 und 170 entlang des Korridors Linden-Limmer nach dem Konzept etwa alle fünf Minuten eine Fahrtmöglichkeit.

Zusätzlich steht die bestehende Verbindung der Linie 700 zur Verfügung. Auch diese Busse fahren vom Hauptbahnhof/ZOB über den Kötnerholzweg; ihre Endpunkte sind Seelze, Lohnde und Dedensen. Die Linie verkehrt alle zehn Minuten, in der Hauptverkehrszeit sogar achtmal pro Stunde. Mit der Verteilung auf mehrere Linien will die Region den Ersatzverkehr organisieren und zugleich möglichst viel vom Stadtbahnangebot erhalten.

Die Bushaltestellen liegen während der Baustelle nicht überall unmittelbar an den bisherigen Stadtbahnhaltestellen. Weil die Limmerstraße und die Harenberger Straße als Fahrwege ausfallen, sind Ersatzhaltestellen an anderen, nahegelegenen Standorten vorgesehen. Am Küchengarten halten die Linien 110, 170 und 700 nach der Planung in der Fössestraße.

Dort lässt sich zwischen Bus und Stadtbahn wechseln, aber nicht barrierefrei. Für die Linie 110 liegt die nächstgelegene barrierefreie Umsteigemöglichkeit an der Glocksee. Diese Haltestelle ist zugleich der Endpunkt der neuen Busverbindung.

Weitere Ersatzhaltestellen sind unter anderem am Kötnerholzweg, an der Fröbelstraße, am Freizeitheim Linden, an der Harenberger Straße und an der Gedenkstätte Ahlem geplant. Am Stadtbahnendpunkt Ahlem sollen die Ersatzbusse in der Heisterbergallee halten.

BARRIEREFREIHEIT ALS ZIEL DES UMBAUS

Die Region begründet den Bau der Hochbahnsteige mit einer langfristigen Verbesserung des Nahverkehrs. Verkehrsdezernent Ulf-Birger Franz erklärt: „Wir bauen nicht für heute, sondern für die nächsten 30 Jahre. Davon profitieren Rollstuhlfahrer*innen, Eltern mit Kinderwagen oder Menschen mit Gehhilfen. Das ist Teilhabe am ÖPNV, für den wir in der Region Hannover stehen und der uns wichtig ist."

Für Fahrgäste bleibt während der vorübergehenden Neuorganisation der reguläre ÜSTRA-Tarif maßgeblich. Ein zusätzliches Ticket für die Fahrten während der Bauzeit ist nicht erforderlich. **R/HR**

PR-Anzeige

Ist Ihr Teppich sauber?

Wir bieten Ihnen einen einmaligen Service für Ihre Teppiche. Angefangen beim An- und Verkauf über die Wäsche und Reparatur bis hin zur Inzahlungnahme. Sie meinen Ihr Teppich ist noch sauber? Oberflächen schon, aber was versteckt sich alles im Flor? Milben, Motteneier, Pflanzensporen, Spuren von Tierkot und Urin, aber vor allem feiner Sand. Diese Dinge bringen Sie nämlich - ohne es zu wollen und zu spüren - immer wieder mit nach Hause. Die Lösung: eine professionelle Teppichwäsche.
Sogar der feien Sand, der tief im Flor fest sitzt und im Inneren wie Schleifpapier den Teppich aufarbeitet, wird restlos entfernt. In einem Zeitraum von 3-5 Jahren können übrigens bis zu 250 Gramm Feinsand pro Quadratmeter zusammenkommen. Wir waschen den Teppich per Hand mit Reinigungsmitteln auf biologischer Basis. Das schont nicht nur den Teppich, sondern auch die Umwelt. Danach wird der Teppich gespannt und getrocknet. Durch „Rückfettung" erhält das Schmuckstück ein Schutzschild gegen Schmutz und Feuchtigkeit. Also tun sie etwas für Ihren Teppich und lassen Sie ihn im alten Glanz erstrahlen. Zögern Sie nicht lange und rufen Sie uns an. Wir kommen kostenlos vorbei.

Sonderaktion
30% Rabatt
Alle Teppiche sind innerhalb einer Woche fertig.
kostenloser Abhol- und Bringedienst bis 100 km!
Bio-Handwäsche
Wir waschen nach traditioneller Art.
50 €* GUTSCHEIN
*ab heute 5Tage gültig
Restaurieren von Teppichen aller Art
(Löcher, abgetrennte Stellen, Kanten, Fransen erneuern).
Beseitigung von Wasserschäden
Teppich Klinik
Lange-Feld-Straße 58
30926 Seelze/Letter
Tel.: 0511 - 10 59 28 81
www.dieteppichklinik.de
info@dieteppichklinik.de

31245001_002626

45 Wohnungen statt Notquartier

Platz für obdachlose und geflüchtete Menschen: Sanierte Anlage gehört zu Hannovers neuer Strategie

HANNOVER. Zwölf Zwei-Zimmer-Wohnungen, zwölf mit drei Zimmern, sechs mit vier Zimmern und 15 Ein-Zimmer-Wohnungen: Die sanierte Anlage am Wülferoder Weg 1–9 bietet unterschiedliche Wohnungsgrößen für Einzelpersonen und Familien. Am 2. November nahm die Stadt Hannover die Unterkunft für Geflüchtete und obdachlose Menschen wieder in Betrieb. Insgesamt stehen dort 45 Wohnungen zur Verfügung.

Das hannoversche Wohnungsbauunternehmen hanova hat Fassaden, Wohnungen, Treppenhäuser und Grundleitungen erneuert sowie die Außenanlagen neu gestaltet. Die Stadt hat die Gebäude angemietet. Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter der Stadt sowie das Rote Kreuz in der Region Hannover betreuen den Standort.

„Der Zugang zu Wohnraum ist der Schlüssel für gesellschaftliche Teilhabe. Mit der Modernisierung der Gebäude im Wülferoder Weg schaffen wir zeitgemäßen Wohnraum und verbessern die Wohnqualität deutlich. Die Unterbringung in Wohnungen ermöglicht sowohl geflüchteten als auch wohnungslosen Menschen ein möglichst selbstständiges Leben in einem beständigen Wohnumfeld. Gleichzeitig senken wir die Kosten für die Unterbringung", sagte Oberbürgermeister Belit Onay aus diesem Anlass.

Die Wohnungen verteilen sich auf fünf Häuser: Die zwölf Zwei-Zimmer-Wohnungen liegen im Haus Wülferoder Weg 1, jeweils sechs Drei-Zimmer-Wohnungen in den Häusern 3 und 5. Haus 7 umfasst die sechs Vier-Zimmer-Wohnungen, Haus 9 die 15 Ein-Zimmer-Wohnungen. In unmittelbarer Nähe liegt die Bushaltestelle „Wülferoder Platz"; die Stadtbahnhaltestelle „Messe/Ost" ist gut erreichbar. Schulen, Kindertagesstätten und weitere Einrichtungen des täglichen Bedarfs befinden sich im Umfeld.

GEMEINSAME PLANUNG GEGEN ENGPÄSSE

Mit dem Standort setzt die Stadt ihre 2025 vorgestellte Unterbringungsstrategie um. Die Kapazitäten für Geflüchtete und obdachlose Menschen werden gemeinsam geplant, damit Engpässe aufgefangen werden können. Das Drei-Säulen-Modell aus Wohnungen, Wohnprojekten und Gemeinschaftsunterkünften bleibt bestehen. Die Gewichtung verschiebt sich jedoch zu Unterbringungsformen, die mehr Eigenständigkeit ermöglichen und zugleich Kosten senken sollen.

Für obdachlose Menschen sieht die Stadt langfristig vor allem Objekte mit wohnungsähnlichem Charakter vor. Ergänzend sind Notschlafstellen, Tagesaufenthalte und niedrigschwellige Aufenthaltsangebote vorgesehen.

Die Neuausrichtung reagiert auch darauf, dass bisherige Kapazitäten wegfallen. Viele Unterkünfte entstanden in Krisensituationen und sind nur befristet verfügbar. Zudem will die Stadt kostenintensive Objekte zeitnah abmieten. Erst der Ankauf oder die Entwicklung neuer Liegenschaften ermöglicht es, schwierige Bestandsobjekte zu sanieren oder abzugeben. Neue Standorte sollen möglichst innenstadtnah liegen.

In den kommenden Jahren entfallen knapp 1500 Unterbringungsplätze durch die Abmietung von Hotels, die als Notunterkünfte dienen, oder durch die Aufgabe befristeter Standorte. Dem stehen der Neubau und die Sanierung von Unterkünften gegenüber. Für mögliche Akutlagen plant die Stadt zusätzlich Notkapazitäten für etwa 1000 Personen, um eine Unterbringung in Turnhallen oder Messehallen zu vermeiden. **RED**

Spenden Sie Wärme!

Unsere Helferinnen und Helfer der Kältehilfe Hannover versorgen Menschen in Not mit:
• warmem Essen • Getränken
• Winterkleidung • Zeit und Anteilnahme

Helfen auch Sie und unterstützen Sie unsere Ehrenamtlichen mit Ihrer Spende:
Spendenkonto:
IBAN DE78 3702 0500 0004 3123 18
der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.,
Verwendungszweck: „Kältehilfe Hannover"

einsatz.hannover@johanniter.de
johanniter.de/kaeltehilfe-hannover

JOHANNITER

Foto: Sylke Heun

3134701_002626

Hält über Generationen...

3.999,00 € inkl. Montage und MwSt.

Holz-Haustür des Monats November
Wärmegedämmte Holz-Haustür inkl. Montagearbeiten
in 18 verschiedenen Farben lieferbar
Achtung: Haustür förderungsfähig!

Maik Othmer
Haustür- und Terrassendachstudio

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter
Fon 0 50 66 / 90 26-0
www.tischlerei-othmer.de
Bäckerstraße 3A
31157 Sarstedt-Hotteln

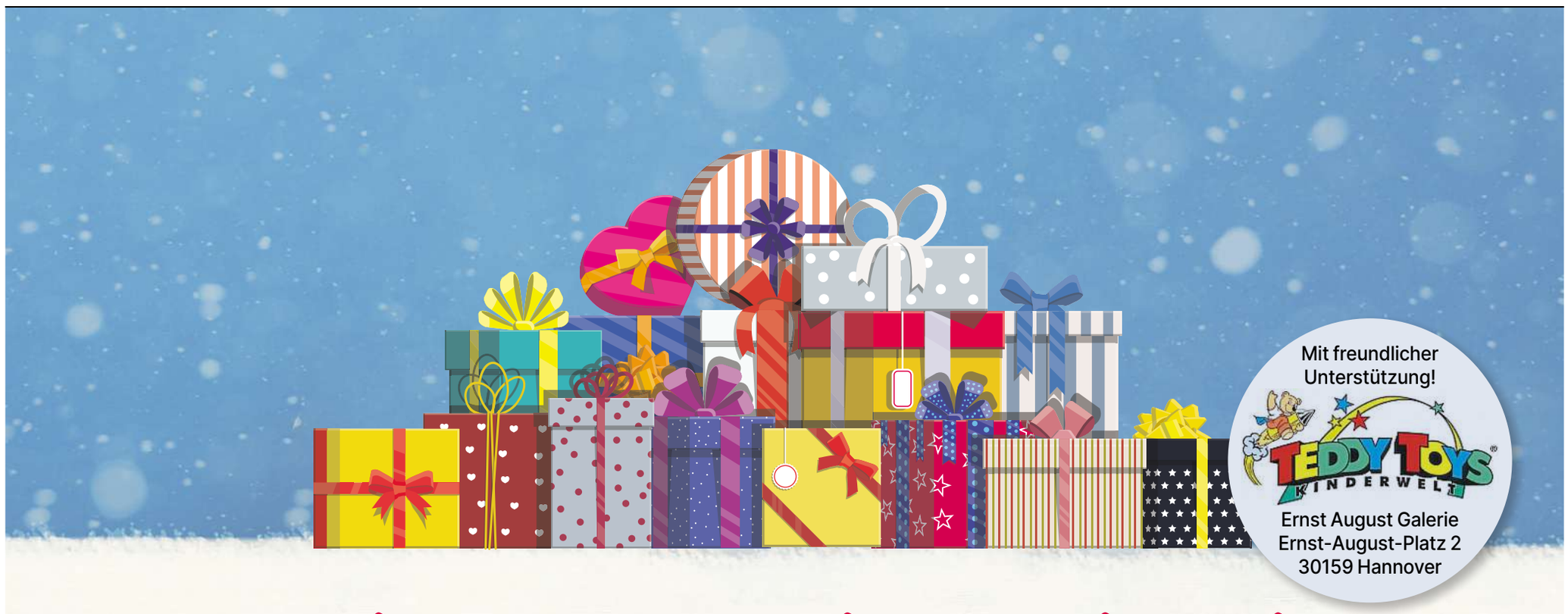
Sonntags Schautag von 13.00 – 17.00 Uhr

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

Folgen Sie uns auf

Sommergarten
Besuchen Sie unsere exklusive Sommergartenausstellung!

29844701_002626



Mit freundlicher Unterstützung!
TEDDY TOYS KINDERWELT
Ernst August Galerie
Ernst-August-Platz 2
30159 Hannover

Kinder-Wunschzettel-Aktion

Teddy Toys bietet eine große Vielfalt an Spielwaren für jedes Alter – und das bereits seit mehr als 30 Jahren.
Foto: Teddy Toys

Liebe Kinder,

zusammen mit dem Weihnachtsmann und unseren Geschäftspartnern möchten wir Euch in diesem Jahr möglichst viele Weihnachtswünsche erfüllen. Mitmachen könnt Ihr, wenn Ihr zwölf Jahre oder jünger seid.

Was müsst Ihr tun, um an der Wunschzettel-Aktion teilzunehmen?
Schreibt, bastelt oder malt Euren Wunschzettel für den Weihnachtsmann und sendet uns diesen spätestens bis Mittwoch, 18. November, an folgende Adresse:

Kinder-Wunschzettel-Aktion
c/o Madsack Medien Hannover
August-Madsack-Str. 1, 30559 Hannover
Stichwort: Wunschzettel

Alternativ teilt uns Eure Wünsche mit und nutzt dafür den Wunschzettel-Flyer in dieser Ausgabe. Damit wir Euch erreichen können, nennt uns bitte Eure Telefonnummer.

Wir wünschen Euch allen viel Glück!
Bei zu vielen Einsendungen entscheidet das Los.

Eines ist aber sicher: Der Weihnachtsmann wird sich in jedem Fall alle Einsendungen ganz genau ansehen.

Das passiert, wenn der Wunsch erfüllt wird: Alle Gewinner erhalten rechtzeitig vor Weihnachten ihr Geschenk mit der Weihnachtspost.

Und jetzt ran an die Stifte und los geht's. Wir freuen uns auf Eure gestalteten Wunschzettel!

Euer Team vom Madsack-Verlag

Teilnahmebedingungen: Mitmachen können alle Kinder, die zwölf Jahre oder jünger sind. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Mitarbeiter und Familienmitglieder des Verlages sind nicht teilnahmeberechtigt. Im Falle eines Gewinns erklären Sie sich mit der Veröffentlichung Ihres Namens und Fotos einverstanden. Weitere Informationen gibt es auf www.madsack.de/dsgvo-info.

float
schwerelos entspannen
www.float-hannover.de

zeiin YOGA
KERSTIN HILDEBRAND
www.zeiinyoga.de

Gebr. Lautenbach
Bestattungshaus

FAHRRAD KONTOR
https://fahrradkontor.de/

ETL | Im Königshof
Steuerberatung in Hannover

Train & Play
Modell-Eisenbahnen · Modell-Autos
Modell-Flugzeuge · Neuware
An- und Verkauf · Inzahlungnahme
Hildesheimer Straße 428 b · 30519 Hannover
Tel. (05 11) 271 270 1
E-Mail: info@trainplay.de · www.trainplay.de

Trettin-Apotheken.de
by Dr.Trettin®
4x in Hannover und online
Ernst-August-Apotheken
Tresckow-Apotheke | Alpha-Apotheke

HOLZAPFEL
Direktkontakt: 0511/4371442
Mobil: 01775613563
www.holzapfel-umzug.de

ELEKTRO-FUNDGRUBE
Hausgeräte I. und II. Wahl
2x in Hannover
Königstr. 32
Badenstedter Str. 60
☎ 0511-31 99 12
☎ 0511-41 48 37
elekro-fundgrube-hannover.de
Miele GRUNDIG BOSCH smeg AEG LIEBHERR

JÖCKS BESTATTUNGEN
Inh. Anja Lentze-Jöcks

Wir tun was – Ich gehe schonmal Bücklingen

PODOLOGIE UND KOSMETIK
Dr. Stedler
www.drstedler.de
0511 / 666 498
2x in Hannover
List und Südstadt

Bothfeld-und-mehr.de
Sutelstr. 53, 30659 Hannover
E-Mail: gbk@bothfeld-und-mehr.de

Fußpflegepraxis
Detlef Kloß
Ziegelstraße 7
30519 Hannover
Telefon: 0511 / 83 41 38
Abrechnung mit allen Krankenkassen

Schlüsseldienst Südstadt
Inh. Wolfgang Rößler
Marienstr. 71 | 30171 Hannover
0511/285980 | w.roessler.hannover@gmail.com

HARRIS & CLAY
Quality Apparel

VGH
Volker Müller e.K.
bueroamstadion@vgh.de

Werzner Transport
Europaweit immer einen Schritt voraus
» Europaweite Transporte
» Logistik & Lagerei
» On Board Courier
Tel. 0511 / 6 40 64 64
Fax 0511 / 6 40 63 63
service@werzner express.de

Globke
Dachdeckerei
Zimmerei
Tischlerei
Fachwerkbau
Solar
Photovoltaik

GRABMALE
ARBEITSPLATTEN
WOITYCZKA
Grabmale Baum
info@ew-stein.de

SKETCHIES_BY_ANJA
www.sketchiesbyanja.de

HomeCompany
www.hannover.homecompany.de

Die Perücke
Das Toupet
Lister Meile 28, 30161 Hannover
Telefon: 0511 34 80 809
E-Mail: info@ihreperuecke.de

Kaminöfen & Schornsteine
KAMINZENTRUM HANNOVER

Verleihen Sie Ihrem Zuhause das gewisse Etwas
Lageröfen zum Sonderpreis sofort verfügbar
Kaminzentrum Hannover GmbH
Eupener Str. 35
30519 Hannover
Tel. 0511- 83 90 10
info@kaminzentrum.de
www.kaminzentrum.de

Gutachterzentrale Hannover
Telefon: +49 511 10539180 • Notfallnummer: +49 178 5512845

DENTALPRAXIS KIRCHRODE
ZA DAVID RÜSTER & DR. CATHRIN UECKER
www.dentalpraxis-kirchrode.de

GESUNDHEIT im Mittelpunkt
LÖWEN APOTHEKE • EUROPA APOTHEKE

burckhardt
Das Rad & Pedelec-Haus

BlumenZeit

eLEKTRO GROVE SEIT 1932
Fritz Grove Elektro GmbH
Sallstr. 15
30171 Hannover
info@grove-elektro.de
• Kundendienst
• Elektroinstallation
• Beleuchtungstechnik
• Brandmeldeanlagen

opticcor
Brillen und Sehhilfen
Ihr Sehen – unsere Kompetenz
www.opticcor.de
Tel. 0511 34057000
NEUERÖFFNUNG IN DER OSTERSTRASSE 22

LAATZEN myDent
Implantologie | Zahnheilkunde | Kieferorthopädie

Von der Bühne in den Feed

Kampagne „SHALOM DIGGA“ verbindet Jugendgeschichte und jüdisches Leben

HANNOVER. Margarita ist 15, lebt in Berlin und verbringt ihre Sommer bei den Großeltern in Chicago. Als sie von dort zu ihrer Mutter nach Israel geschickt werden soll, hat sie darauf keine Lust. Die Geschichte der jüdischen Jugendlichen bildet den Anknüpfungspunkt für „Shalom, Digga.“: Mit der Social-Media-Kampagne will das Netzwerk Niedersachsen gegen Antisemitismus junge Menschen für Antisemitismus sensibilisieren und die Vielfalt jüdischen Lebens sichtbar machen.

Vorgestellt wurde die Kampagne am Donnerstag, 29. Oktober, im Schauspiel Hannover, anlässlich der Wiederaufnahme von „Gewässer im Ziplock“. Lena Brasch hat Dana Vowinckels Roman für die Bühne inszeniert; das Stück feierte im Februar 2026 Premiere. Seine Coming-of-Age-Geschichte führt über drei Länder und erzählt zugleich von Margaritas persönlicher Suche nach Zugehörigkeit.

Das Netzwerk setzt mit seiner Kampagne beim Teenagerleben der Protagonistin an. Jüdische und nichtjüdische Jugendliche können darin Anknüpfungspunkte finden. „Shalom, Digga.“ überträgt Margaritas Erfahrungen aus der Romanvorlage in den digitalen Raum. Damit richtet sich die Kampagne an eine Altersgruppe, die nach Angaben des Netzwerks in Niedersachsen vielfach kaum persönliche Berührungspunkte mit Jüdinnen und Juden hat. Was junge Menschen über jüdisches Leben wissen, stammt demnach aus dem Geschichtsunterricht, den Nachrichten oder sozialen Medien.

Im Anschluss an die Aufführung wurden die Eindrücke aus dem Stück und aktueller Antisemitismus in Deutschland zum Thema eines Gesprächs. Daran beteiligten sich Ensemblemitglied Stella Hilb, Rabbiner Alexander Kovtun von der Liberalen Jüdischen Gemeinde Hannover und Michal Smorodinski, Referentin für Bildung an der Villa Seligmann. Sie sprachen mit der NDR-Journalistin Christina von Saß.

Vorstellung der Kampagne „Shalom Digga“: Moderatorin Christina von Saß, Michal Smorodinski, Gerhard Wegner, Rabbiner Alexander Kovtun und Stella Hilb. Foto: Helge Krückeberg

EINE REISE ZUR FREMDEN MUTTER

Margaritas Geschichte beginnt mit einer familiären Konstellation über mehrere Kontinente hinweg. Ihr Alltag ist in Berlin, die Großeltern leben in Chicago, die Mutter in Israel. Diese hatte Margarita und ihren Vater verlassen, als Margarita noch ein Baby war. Damals lebte die Familie in Hannover. Nun soll die Tochter zu einer Mutter reisen, die ihr fremd geblieben ist.

Der Aufenthalt in Israel bringt unerwartete Herausforderungen: Margarita verliebt sich, erlebt Demonstrationen und unternimmt mit ihrer Mutter einen merkwürdigen Roadtrip. Dabei geht es für sie nicht allein um die Begegnung mit der Mutter. In einem Durcheinander von Sprachen, Herkünften, Zugehörigkeit und Traditionen muss sie herausfinden, welchen Weg sie gehen und wer sie sein möchte.

Zur Besetzung der Inszenierung gehören Leyb Elias, Philippe Goos, Stella Hilb und Jonathan Stolze. Die Bühne stammt von studio dietrich&winter, die Kostüme von Luisa Wandschneider. Für die Musik zeichnen Wenzel Krah und Felix Kuhnt verantwortlich, für die Dramaturgie Cathrin Rose. **RED**

„Gewässer im Ziplock“ ist im Ballhof 1 des Schauspiel Hannover am Montag, 23. November, ab 19.30 Uhr, am Dienstag, 24. November, ab 11 Uhr sowie am Dienstag, 22. Dezember, ab 18 Uhr zu sehen. Am 23. November wird die Aufführung simultan in Deutsche Gebärdensprache übersetzt. An diesem Tag sowie am 22. Dezember gibt es jeweils 45 Minuten vor Vorstellungsbeginn eine Einführung. Weitere Termine sind in Planung. Eintrittskarten gibt es im Vorverkauf auf staatstheater-hannover.de.

Herbst-Special
Frische Haut statt Herbstgrau
Mikrodermabrasion
Sanft. Effektiv. Sichtbar frisch.
Die Mikrodermabrasion entfernt sanft abgestorbene Hautschüpfchen, fördert die Zellerneuerung und lässt Ihr Hautbild frischer, glatter und ebenmäßiger wirken.
dazu Wirkstoff-Ampulle gratis!

Feineres und glatteres Hautbild
Bessere Aufnahme von Wirkstoffen
Mehr Frische und Ausstrahlung
Ideal jetzt nach dem Sommer
Statt 86,00 EUR
Jetzt nur 69,00 EUR
Sie sparen 17,00 EUR!
Angebot gültig vom 01. bis 30. November 2026
Podologie und Kosmetik Dr. Stedler
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
Tel. 0511 - 666 498 (List)
Ihre Haut in guten Händen.
www.drstedler.de | Bödekerstraße 69 (List) | list@drstedler.de
27802401_002626

Maik Othmer
Haustür- und Terrassendachstudio

4.999,00 € inklusive Montage
Alu-Terrassendach
Maße: 4000 x 3000 mm
inkl. 10 mm Verbundsicherheitsglas in 3 verschiedenen Farben
Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter
Bäckerstraße 3A
Sarstedt-Hotteln
Fon 0 50 66 / 90 26-0
Mo bis Fr 9 - 18 Uhr
Samstags 10 - 13 Uhr
www.tischlerei-othmer.de
Folgen Sie uns auf
Sonntags Schautag von 13.00-17.00 Uhr!
29843201_002626

30 JAHRE KLINIK AM STEIGERWALD
Gesundheit mit Weitblick
Patienten-Informationstag
Polyneuropathie und Restless Legs
Samstag 21. November 2026
11.00 – 14.30 Uhr
Kosten 30,- €
inkl. Getränk, Obst und Infomappe
Anmeldung ist erforderlich:
c.hoh@tcmklinik.de,
09382-949-207 oder
unter: www.tcmklinik.de
30524901_002626

Benefizkonzert: Polizeiorchester Niedersachsen gastiert in der Galerie Luise

HANNOVER. Zu einem Abend voller Musik für den guten Zweck laden der Lions Club Kurfürstin Sophie Hannover und das Polizeiorchester Niedersachsen am 20. November 2026 in die Galerie Luise, Luisenstraße 5, ein. Der Reinerlös des Benefizkonzerts unterstützt „Bett by Night“ und damit Unterkünfte für Minderjährige aus der Region Hannover. Einlass ist ab 18.30 Uhr, das Konzert beginnt um 19 Uhr. Im Anschluss findet ein Get-together in der POSH BAR mit DJ Domenico statt.

Das Polizeiorchester Niedersachsen ist ein sinfonisches Blasorchester mit Sitz in Hannover und eine Organisationseinheit der Polizei Niedersachsen. Mit außergewöhnlicher musikalischer Flexibilität und höchstem künstlerischem Anspruch begeistert es sein Publikum. Seit über 100 Jahren ist das Orchester die musikalische Visitenkarte der niedersächsischen Polizei. Seine Wurzeln reichen bis ins Jahr 1909 zurück, als die „Kapelle der königlich-preußischen Schutzmannschaft Hannover“ gegründet wurde. Nach vielen Jahrzehnten unter dem Namen „Polizeimusikkorps Niedersachsen“ trägt das Ensemble heute den Namen Polizeiorchester Niedersachsen. Karten gibt es für 18 Euro unter www.universe.com, Spenden sind herzlich willkommen.

Das Repertoire des Polizeiorchesters Niedersachsen ist breit gefächert und reicht von klassischer Musik über traditionelle Blasmusik bis hin zu modernen Pop- und Rockarrangements. Foto: Polizeidirektion Niedersachsen

Lönsparklauf feiert 50. Auflage am Annabad

HANNOVER. Der Hermann-Löns-Park-Lauf feiert am Sonntag, 8. November, seine 50. Auflage. Zum Jubiläum gibt es einen neuen Start- und Zielort: Wegen des Baus des neuen Familien-Sportzentrums auf dem Gelände des Turn-Klubbs zu Hannover (TKH) in Kirchrode zieht die Veranstaltung diesmal an das Kleefelder Annabad, Haubergstraße 17. Die Laufstrecken durch den Park bleiben nahezu unverändert.

Mit dem Annabad kehrt der Lauf zugleich ein Stück weit zu seinen Wurzeln zurück. Betreiber des Bades ist der Polizei-Sportverein Hannover (PSV), der die Veranstaltung in früheren Jahren selbst organisiert hat.

Ab 10 Uhr werden bis zu 1000 Teilnehmende erwartet. Den Startschuss zum Fünf-Kilometer-Lauf um 11 Uhr geben Regionspräsidentin Eva Bender, Sparkassen-Vorstand Markus Lehnemann und die TKH Luchse. Der Zehn-Kilometer-Lauf beginnt um 12 Uhr. Außerdem stehen Walking, ein 1,5-Kilometer-Schülerlauf und ein kostenloser Bambinilauf auf dem Programm.

Zum Jubiläum dankt der TKH auch den zahlreichen Ehrenamtlichen, die den Lauf über Jahrzehnte möglich gemacht haben. Besonders würdigt der Verein Klaus Lembrecht, der die Organisation viele Jahre maßgeblich geprägt hat.

Anmeldungen und weitere Informationen gibt es unter loensparklauf.de.

Jubiläum mit prominenten Gästen und besonderer Rückkehr: Der Lönsparklauf feiert seine 50. Auflage. Foto: TKH / Bardi

Kältehilfe in Hannover. Foto: Johanniter

ANZEIGE

Johanniter sind in die Kältehilfe-Saison gestartet

Mit einem engagierten Team und viel Erfahrung geht es wieder los

HANNOVER. Die Johanniter in Hannover sind im November mit ihrer Kältehilfe in die Wintersaison gestartet. Das Team aus ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern wird wieder mit frisch gekochtem Essen, Heißgetränken, Hygieneartikeln sowie Isomatten und Schlafsäcken verlässlich dreimal pro Woche ausrücken und zwei Standorte in der hannoverschen Innenstadt ansteuern. Jeweils montags, mittwochs und freitags hält der Kältehilfebus um kurz nach 18 Uhr erst an der Nikolaikapelle am Steintor und eine Stunde später am Kröpcke. Rund 7500 Essensportionen und 1500 Liter Tee oder Kakao werden den Winter über ausgegeben.

Seit fast zwanzig Jahren beginnt jeder Einsatz für das Team aus der Verpflegungsgruppe schon nachmittags in der großen Küche des Johanniter-Ortsverbandes Hannover-Wasserturm am Kabelkamp im Norden der Stadt. Gehaltvolle und herzhafte Gerichte wie Wursttopf, Gyrospfanne oder Nudelgerichte stehen auf dem Speiseplan. Das bei den Nutzenden den Kältehilfebusses gut bekanntes Highlight ist kurz vor Weihnachten der Tag, an dem es Grünkohl gibt. Manche der rund 50 Ehrenamtlichen bevorzugen die Arbeit in der Küche, andere fahren lieber zu den sozial Bedürftigen raus auf die Straße. Für ihre Einsätze werden die Johanniter im Vorfeld speziell geschult. Alle haben eine Ausbildung zu Sanitätshelfenden absolviert und eine Hygieneschulung durchlaufen.

Manchmal kann das Team die Not in den kalten Nächten lindern, weil Isomatten oder Schlafsäcke zum Verschenken mit an Bord sind. Noch viel wichtiger ist aber die geschenkte Anteilnahme und die Bereitschaft für einen kurzen Schnack. Viele Menschen nutzen ihren Besuch am Kältehilfebus für ein Gespräch mit dem Team oder mit den anderen Kund*innen. Die Ehrenamtlichen kennen einige von ihnen und freuen sich sehr, wenn sie in diesen Tagen den ein oder anderen Stammbesucher wiedersehen. Es gibt auch Leute, die vorbeikommen, obwohl sie eine feste Unterkunft haben – entweder weil sie nicht genug Geld besitzen oder weil sie den sozialen Kontakt suchen.

Die Ehrenamtlichen engagieren sich in ihrer Freizeit. Ihre Zeit und Kraft geben sie umsonst, den Einkauf der notwendigen Lebensmittel finanziert die Stadt Hannover. Für zusätzlich anfallende Kosten wie den Betrieb des Busses und der Küche, Besteck, Teller und Becher, die Ausstattung der Helferinnen und Helfer sowie Verbandsmaterial freuen die Johanniter sich über finanzielle Unterstützung.

Das Spendenkonto für den Kältehilfebus der Johanniter in Hannover: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Bank für Sozialwirtschaft, Verwendungszweck: Kältehilfebus Hannover, IBAN DE78 3702 0500 0004 3123 18, BIC BFSWDE33XXX. Sachspenden wie Kleidung oder Bettdecken können von den Johannitern nicht angenommen werden. Aber wer sich beim Kältehilfebus oder in der Versorgungsgruppe engagieren möchte, kann sich per Mail unter einsatz.hannover@johanniter.de melden.

JOHANNITER

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

Abenteuer auf der Leinwand

Klettern, Kajak, Expeditionen: Die **EUROPEAN OUTDOOR FILM TOUR** (EOFT) ist zu Gast im Theater am Aegi

HANNOVER. Ein Kajak vor einem mächtigen Wasserfall, eine schmale Highline in schwindelerregender Höhe und Kletterer an einer nahezu unberührten Felswand: Die European Outdoor Film Tour (EOFT) führt an Orte, die selbst für erfahrene Abenteurer eine Herausforderung darstellen. Seit 2001 bringt das nach eigenen Angaben größte Outdoor-Filmfestival Europas außergewöhnliche sportliche Unternehmungen ins Kino. Dabei geht es längst nicht nur um spektakuläre Bilder und körperliche Höchstleistungen. Die Dokumentarfilme erzählen auch von persönlichen Lebensträumen, Rückschlägen, Freundschaften und der Frage, weshalb Menschen bereit sind, für ihre Ziele erhebliche Risiken einzugehen.

Mit ihrer Ausgabe 2026/27 ist die EOFT seit Oktober wieder unterwegs. Mehrere Hundert Veranstaltungen in 15 Ländern stehen auf dem Tourplan, darunter Auftritte in mehr als 50 deutschen Städten. In Hannover macht das Festival am Sonntag, 15. November, im Theater am Aegi Station. Vorstellungen beginnen um 15 und 19 Uhr. Das Programm umfasst fünf Filme mit insgesamt rund 120 Minuten Laufzeit. Einschließlich Moderation und Pause dauert eine Vorstellung etwa zweieinhalb bis drei Stunden. Sämtliche Produktionen laufen in der Originalfassung mit deutschen Untertiteln und sind ohne Altersbeschränkung freigegeben.

Die fünf Beiträge führen von griechischen Felsklippen über die Wasserfälle Islands und Venezuelas bis zu den Granitwänden Madagaskars und den verschneiten Gipfeln der Schweizer Alpen. So unterschiedlich die Schauplätze und Sportarten sind, verbindet die Protagonisten die Bereitschaft, jahrelang an einem Vorhaben festzuhalten.

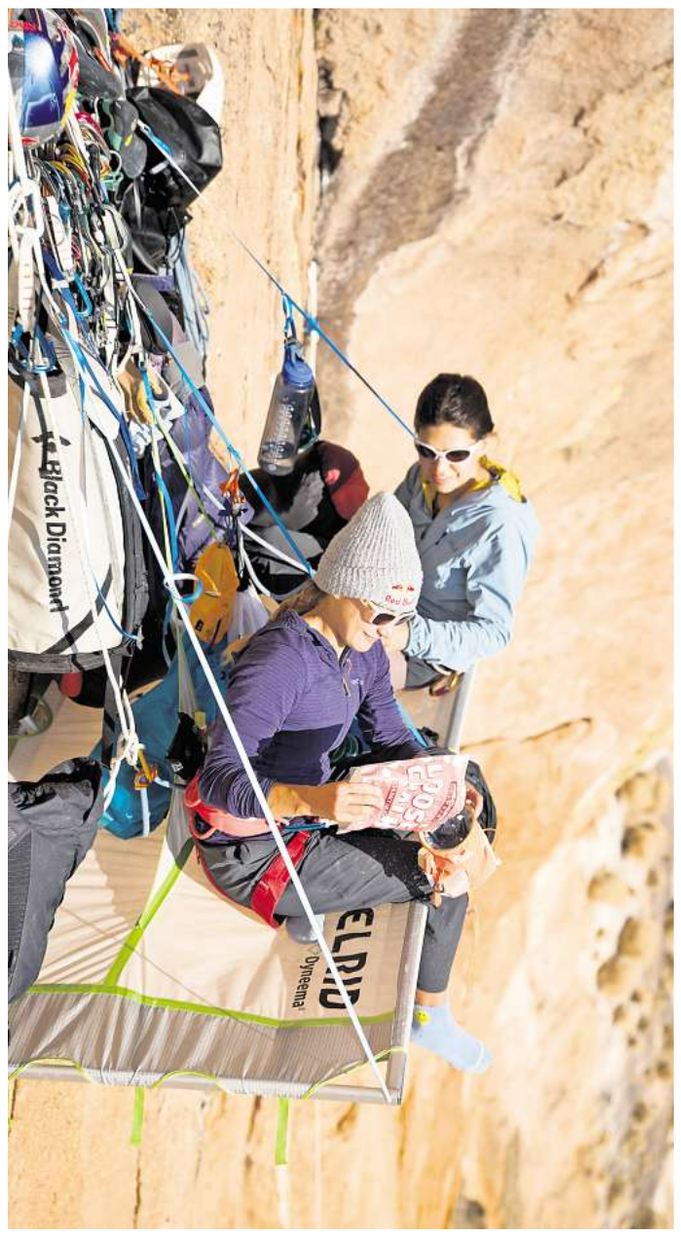
▸ **Wand in Sicht**: Eine Felswand, die unmittelbar aus dem Meer aufragt, ist für Philipp Hans mehr als eine eindrucksvolle Landschaft. Der Kletterer aus Stuttgart möchte auf der griechischen Insel Amorgos eine eigene Route erschließen. Dafür reist er mit einem Segelboot in die Ägäis, begleitet von seinem Kindheitsfreund Falk Oberbach. Das Ziel ist eine 250 Meter hohe, bislang unerschlossene Felswand. Schon die Vorbereitung verlangt einiges an Geschick, denn die ersten Sicherungshaken müssen unmittelbar über dem Wasser angebracht werden. Unterstützung erhält Hans von seinem Bruder Moritz, der als Gewinner der Fernsehsendung „Ninja Warrior" bekannt wurde und ebenfalls ein erfahrener Kletterer ist. Doch nicht nur die sportlichen Schwierigkeiten machen dem Team zu schaffen. Auch das Wetter und die Bedingungen an der abgelegenen Felswand beeinflussen den Versuch einer Erstbegehung. Der 27-minütige deutsche Film von Philipp Hans und Simone Miller begleitet ein Unternehmen, bei dem Planung, Improvisation und die Zusammenarbeit der Beteiligten entscheidend sind.

▸ **Six Days to the Edge**: Seit 17 Jahren beschäftigt den deutschen Slackliner Lukas Irmler ein außergewöhnliches Vorhaben: Er will eine Highline über den Angel Falls in Venezuela spannen und in rund 1000 Metern Höhe über das schmale Band balancieren. Bevor daran überhaupt zu denken ist, muss er gemeinsam mit fünf Begleitern den Weg durch eine schwer zugängliche Landschaft bewältigen. Sechs Tage lang führt die Expedition durch Savanne, Flüsse und dichtes Unterholz. Schlamm und starke Wasserströmungen erschweren das Vorankommen. Schließlich erreicht die Gruppe den 2450 Meter hohen Tafelberg Auyan-Tepui, von dem die berühmten Wasserfälle in die Tiefe stürzen. Die gewaltigen Dimensionen der Landschaft bilden den Rahmen für ein Projekt, dessen Vorbereitung bereits eine erhebliche körperliche Belastung darstellt. Regisseur Valentin Rapp dokumentiert in seinem Film aus dem Jahr 2026 nicht nur die Suche nach einem geeigneten Platz für die Highline, sondern auch den langen Weg zu einem Ziel, das Irmler seit fast zwei Jahrzehnten verfolgt.

▸ **I Follow Rivers**: Für die norwegische Kajakerin Mariann Sæther ist der Aldeyjarfoss auf Island ein besonderer Ort. Seit 20 Jahren möchte sie den mächtigen Wasserfall mit ihrem Kajak befahren. Ihr Wunsch hat sie durch eine erfolgreiche Sportkarriere begleitet, in der sie zweimal Weltmeisterin wurde. Auch die Geburt ihrer beiden Kinder und persönliche Veränderungen haben daran nichts geändert. Allerdings kennt Sæther die Gefahren des Wildwassersports aus eigener Erfahrung. In reißenden Strömungen können kleinste Fehler schwerwiegende Folgen haben. Mit zunehmender Lebenserfahrung verändert sich deshalb auch der Blick auf das Risiko. Wie viel Freiheit ist möglich, wenn zugleich Verantwortung für andere Menschen besteht? Dieser Konflikt steht im Mittelpunkt der 38-minütigen norwegischen Dokumentation von Barbora Hollan aus dem Jahr 2025. Der Film zeichnet das Porträt einer Athletin, die ihren sportlichen Ehrgeiz nicht aufgeben möchte, zugleich aber die möglichen Konsequenzen ihres Handelns abwägen muss.

▸ **Bravo Les Filles**: Im Tsaranoro-Tal auf Madagaskar ragen Granitwände bis zu 800 Meter in die Höhe. Dort wollen die Kletterinnen Sasha DiGiulian und Mariana „Mango" Ordoñez ein Vorhaben vollenden, das seinen Ursprung im Jahr 1999 hat. Damals erschlossen Lynn Hill, Nancy Feagin, Beth Rodden und Kath Pike eine anspruchsvolle Route mit dem Namen „Bravo Les Filles". Eine besonders schwierige Passage im Schwierigkeitsgrad 8b konnten sie jedoch nicht frei klettern. Nun wollen DiGiulian und Ordoñez die gesamte Strecke erstmals als reine Frauenseilschaft im freien Kletterstil bewältigen. Der 18-minütige Film von Chelsea Jackson verbindet die aktuelle Expedition mit der Geschichte ihrer Vorgängerinnen. Dabei wird deutlich, wie sehr sportliche Leistungen über Generationen hinweg wirken können. Die Pionierarbeit der vier Kletterinnen aus dem Jahr 1999 wird zum Ausgangspunkt eines neuen Versuchs. Zugleich erzählt die amerikanische Produktion von Ehrgeiz, gegenseitiger Inspiration und der Bedeutung weiblicher Vorbilder in einer anspruchsvollen Sportart.

▸ **La Source du Freeride**: Den Abschluss der filmischen Reise bildet die Schweizer Bergwelt. Am 3223 Meter hohen Bec des Rosses bei Verbier treffen drei Generationen des Freeridens aufeinander: der frühere Sieger der Freeride World Tour Emilien Badoux, seine Weggefährtin Géraldine Fasnacht und Nachwuchsfahrer Liam Rivera. Gemeinsam unternehmen sie eine Splitboard-Tour auf einen Berg, der eng mit der Geschichte des internationalen Freeride-Wettkampfs verbunden ist. Alle drei kennen die anspruchsvolle Nordflanke bereits aus Situationen, in denen ihre Abfahrten von einer Jury bewertet wurden. Diesmal steht jedoch nicht die Platzierung im Mittelpunkt. Vielmehr beschäftigt sich die Dokumentation mit der Frage, was die Faszination des freien Fahrens abseits präparierter Pisten ausmacht. Regisseur Thibaut Louvrier richtet in dem rund acht- bis zehnminütigen Film den Blick auf Erfahrungen, persönliche Überzeugungen und die Freude an einer Sportart, deren Bedeutung für die Beteiligten weit über Medaillen und Wettbewerbsergebnisse hinausgeht. **R/HR**



Die Kletterinnen Sasha DiGiulian und Mariana „Mango" Ordoñez im Film „Bravo Les Filles": Der Film ist Teil der EOFT. Foto: Jan Novak

Karten gibt es unter de.eoft.eu/tickets.

Laternen bei Hannover 96

HANNOVER. Hannover 96 veranstaltet am Mittwoch, 11. November, ab 17 Uhr zum 14. Mal einen Laternenumzug rund um die Heinz-von-Heiden-Arena. Treffpunkt ist der Nordeingang des Stadions an der Robert-Enke-Straße. Nach einer gemeinsamen Runde um die Arena endet der Umzug mit einem gemeinsamen Singen im Stadion.Für jedes teilnehmende Kind spenden Hannover 96 und die Partner des Netzwerks „Hannover zuliebe" einen Euro an den Verein „FRÜHerLEBEN", der frühgeborene Kinder und deren Familien unterstützt. Die Teilnahme ist kostenlos. **HR**

Pianistin Élisabeth Pion

HANNOVER. Die Pianistin Élisabeth Pion gastiert am Dienstag, 10. November, ab 19.30 Uhr im Kleinen Sendesaal des NDR, Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 22. Die Gewinnerin der Honens International Piano Competition 2025 spielt Werke von Grazyna Bacewicz, Frédéric Chopin und Hélène de Montgeroult. Außerdem stehen Schuberts „Gretchen am Spinnrade" und „Erlkönig" sowie Schubert-Bearbeitungen von Franz Liszt auf dem Programm. Karten kosten 18 bis 25 Euro und sind im Vorverkauf unter promusica-hannover.de erhältlich. **HR**

Indie-Klänge: Andreas Liebert

HANNOVER. Für Fans von Blumfeld und Gisbert zu Knyphausen: Andreas Liebert tritt am Mittwoch, 11. November, ab 20 Uhr im Kulturpalast Linden, Deisterstraße 24, auf. Mit Gitarre und Gesang präsentiert er deutschsprachige Indie-Lieder über zwischenmenschliche Beziehungen und alltägliche Begebenheiten mit Selbstironie. Karten kosten im Vorverkauf 12 Euro, an der Abendkasse 14 Euro. **R/HR**

Die Stadt der Zukunft

HANNOVER. Die Zukunft der Innenstädte und der Schutz der Artenvielfalt in Wohngebieten stehen im Fokus der Vortragsreihe „Städte weiter gedacht" der Leibniz Universität Hannover. Im November geben Wissenschaftler in der LEIBNIZ.MITTE, Niki-de-Saint-Phalle-Promenade 44c, Einblicke in ihre Forschung zur Stadtentwicklung. Dabei geht es um neue Konzepte für ein nachhaltiges und lebenswertes städtisches Umfeld.

Am Mittwoch, 11. November, ab 16.30 Uhr erläutert Professorin Ann-Kathrin Kößler vom Institut für Umweltplanung, wie sich die Artenvielfalt in Wohnquartieren stärken lässt. Im Mittelpunkt steht das Forschungsprojekt „BioWoQ". Es untersucht unter anderem, welche Möglichkeiten Höfe, Vorgärten, Dächer, Fassaden und Grünstreifen bieten. Dabei geht es nicht allein um ökologische Wirkungen: Gemeinsam mit Bewohnern und Wohnungsunternehmen wird erforscht, wie sich entsprechende Maßnahmen umsetzen lassen, ohne die Wohnqualität oder den Betrieb der Anlagen zu beeinträchtigen.

Eine Woche später, am Mittwoch, 18. November, ab 16.30 Uhr, richtet Professor Tim Rieniets vom Institut für Entwerfen und Städtebau den Blick auf die Zukunft der Innenstädte. Unter dem Titel „Innenstadt: Comeback oder Abgesang?" stellt er ein Projekt zur Umnutzung von Warenhäusern vor. Untersucht wird, wie die Weiterentwicklung bestehender Gebäude Ressourcen schonen und zugleich neue wirtschaftliche, soziale und kulturelle Impulse setzen kann.

Beide Vorträge dauern etwa 30 Minuten. Anschließend können Besucher Fragen stellen. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung über go.lu-h.de/staedte-weiter-gedacht ist erforderlich. Weitere Veranstaltungen sind für Dezember geplant.

Begleitend zeigt die Universität am Innenstadtstandort ein sechs Meter langes Modell mit Ausschnitten aus Hannover und der Region. Es veranschaulicht, auf welchen räumlichen Ebenen die Forschung ansetzt: vom einzelnen Haus über das Quartier bis zu Wäldern und Flusslandschaften im Umland. Informationen zu Projekten sind ebenfalls ausgestellt. Das Modell lässt sich jederzeit durch das Schaufenster betrachten. In der LEIBNIZ.MITTE betreibt die Universität zudem einen Shop, der im November mittwochnachmittags geöffnet ist. **R/HR**

Das Modell „Städte weiter gedacht" zeigt Ausschnitte der Stadt und Region Hannover. Foto: Sören Pinsdorf / LUH

Die dünne Schicht der Zivilisation

HANNOVER. Wie dünn ist die Schicht der Zivilisation? Was bleibt, wenn Angst und Gewalt gesellschaftliche Regeln überlagern? Acht Kunstschaffende gehen diesen Fragen in der Ausstellung „Zivilisation versus Archaikum" in der Produzentengalerie 4h-art, Loebensteinstraße 7, nach. Ihre Arbeiten handeln von einer Ordnung, die immer neu behauptet werden muss.

Das Archaische erscheint nicht als Relikt ferner Zeiten. Es zeigt sich in Körperbildern und Erinnerungen der Gegenwart. Anil Demir aus Georgien erkundet den weiblichen Körper zwischen gesellschaftlicher Ordnung und ursprünglicher Prägung.

Jürgen Friede aus der Wedemark nähert sich dem Thema über das Material, Eva Friedrich aus Burgwedel über das Spannungsverhältnis von Identität und Norm. Anna Lila May aus Berlin beschäftigt sich mit der Zerbrechlichkeit zwischenmenschlicher Beziehungen. Stanislaus Müller-Härlin aus Schwäbisch Gmünd untersucht zeichnerisch die Risse im zivilisatorischen Gefüge. Ralf Nolting aus Hamburg thematisiert Flucht, Entwurzelung und Gewalt. Dieter Rammlmair aus Hannover betrachtet gesellschaftspolitische Fragen, Denis Stuart Rose aus Braunschweig verbindet das Archaische mit persönlichen Erinnerungen.

Zeichnungen, Malereien, Fotografien, Digitalcollagen und Skulpturen eröffnen Perspektiven auf die Frage, was eine Gesellschaft zusammenhält. Vertrauen, Recht und Empathie erscheinen als Voraussetzungen, die stets neu geschaffen werden müssen.

Die Ausstellung ist am Sonnabend und Sonntag, 7. und 8. November, sowie am 14. und 15. November jeweils von 14 bis 18 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei. **R/HR**

Anil Demir: „Entanglement", 2024, Staged Digital Photograph. Courtesy of the artist / 4h-art

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

London Philharmonic Orchestra
01. Dezember 2026: Kuppelsaal

ABBA „Dancing Queen" Show
02. Dezember 2026: Kuppelsaal

Auftaktvorlesung mit Sasha Salzmann
03. Dezember 2026: Cumberlandsche Bühne

Hänsel und Gretel
Diverse Termine: Staatsoper

Tarzan - das Musical
05. Dezember 2026: Theater am Aegi

Adventssingen für alle
06. Dezember 2026: Staatsoper

Hannover-Burgdorf - HSG Wetzlar
06. Dezember 2026: ZAG-Arena

DESiMOs spezial Club Mix-Show
08. Dezember 2026: Apollokino

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

27406701_002626

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Durch Zufall ergibt sich die Chance, den beruflichen Alltagstrott zu verlassen und etwas ganz Neues auszuprobieren. Darauf haben Sie gewartet.

STIER 21.4.–20.5.
Sie haben zwar die Dinge fest im Griff, neigen aber trotzdem dazu, jetzt alles etwas treiben zu lassen. Aufpassen, dass sich nichts festfährt!

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Nehmen Sie sich einiger längst überfälliger Arbeiten an. Vielleicht sollte auch liegengebliebene Post endlich bearbeitet und abgehakt werden.

KREBS 22.6.–22.7.
Es ist an der Zeit, sich mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin wieder öfter ein paar schöne Stunden zu gönnen. Das wird der Beziehung guttun.

LÖWE 23.7.–23.8.
Irgendwie schweben Sie derzeit wirklichkeitsfremd in höheren Sphären umher. Das trübt den Blick für einiges, das jetzt um Sie herum geschieht.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Es ist durchaus keine Schande, sich helfen zu lassen. Stoßen Sie jemanden nicht vor den Kopf, der Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen will.

WAAGE 24.9.–23.10.
Verschenken Sie Ihre Zeit nicht. Laden Sie jemanden zum Essen ein und treiben Sie Sport. Letzteres bringt den Kreislauf auf Trab und hält fit.

SKORPION 24.10.–22.11.
Träumen erlaubt! Malen Sie sich ruhig einmal aus, was Sie in Zukunft erreichen wollen. Je realistischer Ihre Vorstellungen sind, desto besser.

SCHÜTZE 23.11.–21.12.
Wo immer es möglich ist, sollten Sie jetzt der Teamarbeit den Vorrang geben. Es wäre vor allem beruflich wichtig, Chancen gemeinsam zu nutzen.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Sie verstehen es hervorragend, andere mit guten Argumenten zu überzeugen. Es liegt eben an den richtigen Worten, die Ihnen jetzt leichtfallen.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Das Gedankenkarussell scheint endlich zum Stillstand gekommen zu sein. Nun dürfte die Lösung eines größeren Problems in greifbare Nähe rücken.

FISCHE 20.2.–20.3.
Welche Prioritäten Sie setzen, liegt ganz an Ihnen. Aber Sie können nicht alles gleichzeitig erledigen. Halten Sie immer Ihre Reihenfolge ein.

APOTHEKEN

SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Apotheke Vahrenheide,
Tel. 632826, Vahrenheider Markt 13
Buchner-Apotheke,
Tel. 571059, Roderbruchmarkt 20
Gertrauden-Apotheke,
Tel. 883024, Hildesheimer Str. 72
Pettenkofer-Apotheke,
Tel. 492211, Wegsfeld 42

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

Andrea Apotheke,
Tel. 4581011, Limmerstr. 17
Kleefelder Apotheke,
Tel. 557976, Kirchröder Str. 105
Merkur-Apotheke Leinhausen,
Tel. 792771, Stöckener Str. 54
LAATZEN: Fontane-Apotheke,
Tel. (05102) 2583, Osterstr. 23

Rätselspaß am Wochenende

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

hallo wochenende LESERREISEN
Herbst Spezial 2026

© jd-photodesign/AdobeStock

© Benno Hoff/AdobeStock

Ihr Reisepreis ab € 1.149 pro Person im DZ

Ihr Reisepreis ab € 399 pro Person im DZ

Aktivurlaub an der Ostsee

Ihr Reisepreis ab € 699 p. P. im DZ Classic

im Maritim Seehotel Timmendorfer Strand****

Reisetermin 6-Tage-Sonderreise/HP: SO. 22.11. - FR. 27.11.2026

Leistungen:
✓ Transferfahrt im Komfortreisebus H/R Hannover
✓ Taxigutschein (Taxizone 1)
✓ 5 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Maritim Seehotel Timmendorfer Strand****
✓ 5 x Abendessen mit Auswahl an Vorspeisen, Suppe, Salatbuffet, verschiedenen warmen Gerichten mit Beilagen, Dessertbuffet und internationale Käsespezialitäten
✓ freier Zugang zum maritim spa & beauty care Bereich sowie Meerwasserschwimmbad

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag Classic ..... € 120
Aufpreis Superior DZ ..... € 160
EZ-Zuschlag Superior ..... € 400
Kurtaxe vor Ort zahlbar!

Herbstzauber auf der Insel Sylt

Urlaubsparadies Nordsee genießen

Reisetermin 7-Tage-Reise/HP: Mo. 23.11. - So. 29.11.2026

Die Perle der Nordsee erwartet Sie - auch im Herbst zeigt sich die beliebte Nordseeinsel von ihrer besten Seite: Genießen Sie das UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer mit seiner einzigartigen Tier- und Pflanzenwelt sowie die Dünenlandschaften entlang der Küste.
Besuchen Sie die charmanten Orte Hörnum und Westerland, die das lebendige Inselleben mit traditionellem Flair verbinden. Genießen Sie die frische Meeresbrise bei ausgedehnten Strandspaziergängen, lassen Sie sich von der friesischen Gastfreundschaft verwöhnen und erleben Sie, warum Sylt nicht nur eine Insel, sondern ein Lebensgefühl ist! Bei den Inselrundfahrten lernen Sie diese Region näher kennen.

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ Fahrt über den Hindenburgdamm mit dem DB-Autozug (H/R) ✓ 6 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Hotel Roth**** in Westerland/Sylt ✓ 6 x 3-Gang-Abendessen im Hotel ✓ 2 Inselrundfahrten Nord & Süd lt. Programm

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag ..... € 168
Doppelzimmer zur Alleinbenutzung EZ ..... € 288
Kurtaxe vor Ort zahlbar!

Advent Lübeck & Timmendorf

3 Weihnachtsmärkte & Ostseezauber

Reisetermine 3-Tage-Reise/HP:
So. 29.11. - Di. 01.12.2026 | So. 13.12. - Di. 15.12.2026

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ 2 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Maritim Seehotel Timmendorfer Strand**** im Classic Zimmer
✓ Aufenthalt in Lübeck beim Adventsmarkt
✓ 1 x Abendessen-Buffet nach Auswahl Küchenchef
✓ 1 x 3-Gang-Abendessen „Gans-Genuss mit Meerblick“ auf die Ostsee“ inklusive 1 Glas Rotwein
✓ freie Nutzung Schwimmbad
✓ 1 Flasche Mineralwasser auf dem Zimmer
✓ Besuch Weihnachtsmarkt Lübeck
✓ Besuch Timmendorfer Weihnachtsmarkt
✓ Besuch Hamburger Weihnachtsmarkt Tag 3

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag Classic ..... € 50
Aufpreis DZ Superior ..... € 40
Aufpreis EZ-Superior ..... € 100
Kurtaxe vor Ort zahlbar!

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

3758401_002626

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

HANDWERK / GEWERBLICHE BERUFE

Fußwegreinigungsbetrieb sucht zuverlässige Mitarbeiter (m/w/d) mit FS, Firma Beckold + Renziehausen GmbH ☎ 05138 - 609 70 ✉ info@beckold.de

STELLENGESUCHE

STELLENGESUCHE

Erfahrener Fensterputzer Suche Arbeit in privaten Haushalten. TEL .0177-1477987

Maler Handwerker Bodenleger Sucht Arbeit 01784480398

Maler sucht Arbeit. ☎0157-33254341

WEITERE BERUFSFELDER

30082601_002626

30773601_002626

Arbeitslos?

Führerscheinförderung zum LKW- oder Busfahrer durch die Agentur für Arbeit oderdas JobCentermöglich.Wir vermitteln Ihnen kostenlos einen Arbeitsplatz. **www.bzvjanik.de ☎(01 70) 3 12 89 93 oder ☎(0 50 41) 77 66 46**

Kraftfahrer/in CE für Koffersattelzug, nat./int. gesucht. ☎(0178) 2183121

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Nette Haushaltshilfe gesucht! Wir (64/68 Jahre) suchen eine zuverlässige Haushaltshilfe für unsere 4-Zimmer Wohnung in Hannover Zooviertel. ☎ 0151/15239565

Erfahrene liebevoll Altenpflegerin sucht privat Betreuungsstelle als 24h Kraft in der Region Hannover u. Umgebung, Haushalt, Einkaufen etc. ☎0177/3298067

MINI– UND NEBENJOBS

Reinigungskraft m/w/d MINIJOB: Siemes Schuhcenter, Hildesheimer Str. 420, 30519 H., AZ: Mo-Sa 8:30- 9:30 Uhr. Bewerbung telef.: 02452 1571494

Putzfrau m. Erf. su. Stelle im Privathaushalt. ☎01521/0140767

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

HÄUSER

27977301_000126

IMMOBILIENKAUF–GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Wir suchen eine Eigentumswohnung 1-3 Zimmer in Hannover und Umgebung von Privat ☎ 0511-51 53 53 65

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

HÄUSER

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

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

hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen-Annahme:

Tel.: 0800 / 1 544 233*
*kostenlose Servicenummer

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

Carsten Winkler

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

29189601_002626

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

!!Seriöser Ankauf!!
Pelze, Krüge Römergläser, Handtasch., Porzellan, Damenbekleidung, Näh-Schreibma., Schmuck, Zinn, Münzen, Möbel, Bleikristall, Schallpl., Bücher **☎01636248911 Frau Kahl auch Sa/So**
30772201_002626

Antikes-Bilder-Porzellan-Uhren-Münzen-Briefmarken 0511/20200593 0157/55673437

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

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert ☎ (0177) 8884144

ALLES FÜRS KIND

GARAGEN-FLOHMARKT

14.+15. November 10:00 - 16:00 h unter anderem: Paymobil + Legos, Hochstuhl, Hörbücher, Crosstrainer, Rudergerät und viele andere gut erhaltene Schätze

Graudenzer Weg im Wendekreis
31132701_000126

SCHMUCK & UHREN

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

MUSIK

Yamaha Keyboard, 80cm, mit Zubehör zu verk., VB ☎0162/7847149

GARTEN

Fleißige Biologin sucht zuverlässigen Gartenhelfer für Astschnitt, Grabarbeiten uam. in Isernhagen Süd (hinter der Kirche) zum nachstmöglichen Zeitpunkt. Stundenlohn 25,-€ auf Rechnung. Kontakt: ☎ 0171 4335623

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

Gartenpfl./Heckenschn.0172 1790101

KUNST– UND SAMMLERMARKT

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

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

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Fliesenleger + Badsanierung ☎ 0160/97739654
30695701_002626

HOBBY UND FREIZEIT

Winora Damenrad Domingo, 21 Gänge + 2 Bügelschlösser, 1 davon Cryptonite, 1 Fahrradhelm, gekauft Dez/24, Kaufvertrag vorh., 150€ ☎ 0511 21 37 507

Flohmarkt am Küchen-Museum e.V. So 08.11. zu Gunsten der Schul-Küche, 30161Hannover, Spichernstr 22, 10 Uhr

Ankauf Modelleisenbahn alle Spuren☎ 0151 1795 7706

Sammler kauft Lego. ☎ 0511/482851

DIENSTLEISTUNGEN

Dachtechnik Nord
Dach- und Fassadenarbeiten aller Art
Dachdecker Meisterbetrieb
Wir haben noch Termine frei!
- Dacharbeiten
- Fassadenarbeiten
- Bau- & Sanierung
- Marder- und Waschbärschäden
- Reparaturen aller Art

0511 875 92 446
Hildesheimer Straße 265
30519 Hannover
29407201_002626

Dachdeckerarbeiten aller Art Flachdach/ Steildach, Dachreparaturen, Dachsanierungen, Neueindeckungen, Dachrinnen und Abdichtungen. Zuverlässig, sauber und zu fairen Preisen. Wir beraten Sie gerne, rufen Sie uns an. Kostenlose Beratung vor Ort. R & G Balke ☎ 0173/3427547

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

Dachdeckerarbeiten aller Art
30% Herbstrabatt, Dachrinnenarbeiten, Flachdacharbeiten, Kellerabdichtung ☎ 0176/47570462
30089001_002626

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

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

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

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

Baumfällung, -schnitt, Gartenpflege Firma J. Schröter ☎ 0177 / 249 26 40

Hecken/Baumschnitt,Gartenpflege zum FP.-10% Rabatt ☎0176 23608987
30695901_002626

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369 Haushaltsauflösung mit Wertanrechng

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

Dachreparaturen ☎ 44497279

Gartenpflege zum FP 0163/7709224

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

Entrümp. & Kleintrans. 0163 9134970
30063501_002626

Gartenpflege inkl Ents.017641467766

MOBILER FRISÖRDIENST ☎6063333

TIERMARKT

Liebe Austr.-Sheph.-Welpen zu verk. ☎ 0171/1492276

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

VW

Golf Sports Van, grau metallic, Alu, Allwetter, Bj. 2018, 25 Tkm, unfallfrei gepflegt, 13.990€. ☎0511/5415201 ab 18 Uhr

ED 3, elt. KFZ, Bj. 2021, Türkis metallic, 58 Tkm, 92% Akku, Alu, Allwetter, 18.500€. ☎0511/5415201 ab 18 Uhr

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe Motorräder ☎ (05121) 514583

WOHNMOBILE / –WAGEN

Wohnmobil (Kastenwagen), 145PS, 90Tkm, TÜV 02/28, mit Vorzelt u. SAT-Anlage, 18.800€ VB ☎ 01575/6539754

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Heidemarie, 77 J., kinderlose Witwe, mit schöner fraul. Figur. Lieben Sie auch die Einfachheit, die kleinen Freuden des Lebens u. schätzen Sie auch eher die ruhigen Momente? Dann werden wir uns bestens verstehen. Bin trotz eigenem Haus nicht ortsgebunden. Sie erreichen mich über PV, alles Weitere dann persönlich. Tel. 0176-43632696

Hiltrud, 72 J., sorgsame Witwe, nach vielen Ehejahren fällt es mir nicht leicht, alleine zu sein. Ich liebe alles Schöne, wie Garten, Natur u. Auto fahren. Die einsamen Tage u. Abende sollen bald Vergangenheit sein. Rufen Sie üb. PV an, schöne bunte Herbsttage u. hoffentlich noch viele gemeins. Jahre warten auf uns. Tel. 0176-34498648

Nette Sie,64 J.,Bin eine sehr gute Hausfrau und Köchin, ich liebe es, mich für meinen Mann schick zu machen ob in High Heels oder Wanderschuhen.Habe das Alleinsein satt u. wünsche mir einen lieben Partner für eine harmonische Zukunft. melissamy1961@gmail.com

ER SUCHT SIE

Magst Du Sex am Telefon und hast spaß daran dann melde dich bei mir Er/50/1,89/schl su. Sie auch älter☎015772069261

Er, 58, Single, Tagesfreizeit sucht Sie für diskrete Treffs, gern Dauer Freundschaft+ SMS 0160 65 47 573

Netter Mann 52/1,88/schl. sucht schl. Sie füe feste Beziehung☎01783137138

ER SUCHT IHN

Er sucht Ihn: Rentner, 73, sucht netten Rentner aus der Nordstadt für Freizeit. ☎ 0174/5186778

DISKRETE TREFFS

erotische Dates ohne Verpflichtungen, welche Frau hat Lust? Laß dich richtig schön verwöhnen (Diskretion) auch gerne etwas älter ☎ 01556/57 89 969

Er sucht Ihn für ein erotisches Miteinander, bitte nur Anrufe ☎01525 7870539 keine finanziellen Interessen

Er/50/1,89/schl. su. aufgeschlossene Sie für Telefonsex☎015772069261

PARTNERVERMITTLUNG GEWERBLICH

Gerda (67) privat! ☎01525 197 78 73

TRAUERANZEIGEN

Nicole

4 Jahre ohne Dich...

Man sagt, die Zeit heilt alle Wunden.
Wir haben diese Zeit noch nicht gefunden.
Wir vermissen Dich.

In Liebe
Mama, Peter, Janine, Nico und Püppi

30058501_002626

Ein Mensch geht, doch die Erinnerung an ihn bleibt.

In stillem Gedenken an

Andreas Faust

Mit großer Trauer und tiefem Bedauern nehmen wir Abschied von unserem lieben und geschätzten Mitarbeiter und Kollegen.

Mit Andreas Faust verlieren wir nicht nur einen wertvollen Mitarbeiter, sondern auch einen Menschen, der Teil unserer Gemeinschaft war und diese auf seine Weise bereichert hat.

Wir sind dankbar für die gemeinsame Zeit, seine Treue, seinen Einsatz und all die Erinnerungen, die uns bleiben.

Sein Platz in unserer Mitte bleibt leer, doch die Erinnerung an ihn wird bleiben.

Unsere Gedanken und unser aufrichtiges Mitgefühl gelten in dieser schweren Zeit seiner Familie und allen Angehörigen.

In stillem Gedenken und aufrichtiger Dankbarkeit
Geschäftsführung und gesamtes Team
FBT ENTSORGUNGSFACHBETRIEB

31287101_002626

SOS HUMANITY
Deine Spende rettet Leben!
Damit niemand im Mittelmeer ertrinken muss.
sos-humanity.org/jetzt-spenden

VERANSTALTUNGEN

Tag der offenen Tür
14. November / 10 – 14 Uhr
Wilhelmstraße 2, 30171 Hannover

ROSS SCHULE
BERND BLINDOW GRUPPE

Berufliches Gymnasium
- Sozialpädagogik
- Gestaltungs- und Medientechnik
- Informationstechnik
(in Hannover nur bei uns)

Fachoberschule
(Einstieg in Klasse 11 oder 12, kein BBS dual)
- Sozialpädagogik
- Gesundheit und Pflege
- Gestaltung
- Wirtschaft

Ausbildung I Studium
- Technische Assistenz in: Biologie (BTA) / Pharmazie (PTA)*
- Physiotherapie* • Logopädie*

* schulgeldfrei, ausbildungsbegleitendes Bachelorstudium möglich

DIPLOMA Hochschule: Duales Studium Soziale Arbeit, Kindheits- oder Heilpädagogik
Studienberatung vor Ort

mehr Infos auf ROSS-SCHULE.DE
35268801_002625

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.

VERSCHIEDENES

Eisenbahn- und Automodelbörse am 08.11.26 von 11-15 Uhr, Wunstorf, Otto-Hahn Schule / Schulzentrum Barne, Barnestr. 80

Tischler gesucht für kleine Arbeiten im Haus. ☎ 01789389726

Alles, was zählt.
In Ihrer Nähe.

epaper.wochenblaetter.de

Im Eichhörnchen-Modus

VORRÄTE FÜR DIE KALTE JAHRESZEIT anlegen: Wie man beim Einkauf den Überblick behält, Lebensmittel richtig lagert und Schädlinge fernhält

Schutz vor Schädlingen: Nüsse, Nudeln, Mehl und Reis sollten in dicht schließende Vorratsbehälter umgefüllt werden. Symbolfoto: Greta Hoffmann / Pexels

HANNOVER. Da stehen sie wieder, die bunten Aufsteller in den Supermärkten. Zwischen Lebkuchen, Backmischungen und Schokoladenglasuren locken außergewöhnliche Gewürze, gefriergetrocknete Früchte, essbarer Glitzer und allerlei Dekorationen für die Weihnachtsbäckerei. Da kommen einem schnell die schönsten Ideen. Und ehe man sich versieht, landen neben den üblichen Einkäufen noch zwei Packungen Mandeln, eine besondere Kuchenglasur und ein Lebkuchenhaus-Bausatz im Wagen. Letzterer wartet dann womöglich im Januar immer noch auf seinen großen Auftritt.

Mit der kälteren Jahreszeit wächst bei vielen Menschen ohnehin die Lust, Vorräte anzulegen. Wer es sich abends lieber zu Hause gemütlich macht, weiß es zu schätzen, nicht wegen jeder Kleinigkeit noch einmal zum Supermarkt laufen zu müssen. Ein paar zusätzliche Lebensmittel im Schrank sind schließlich praktisch, wenn überraschend Besuch kommt, spontan gebacken werden soll oder man nach einem langen Arbeitstag einfach nur schnell etwas Warmes auf den Tisch bringen möchte.

Gegen diesen menschlichen Eichhörnchen-Modus ist überhaupt nichts einzuwenden. Im Gegenteil: Ein gut sortierter Vorrat kann den Alltag erleichtern und sogar Geld sparen. Ärgerlich wird es erst, wenn man den Überblick verliert, Lebensmittel ungenutzt verderben oder sich Motten und Käfer darüber hermachen.

WAS LIEGT EIGENTLICH NOCH IM SCHRANK?

Bevor der nächste Großeinkauf ansteht, lohnt sich deshalb ein Blick hinter die Schranktüren. Stehen dort vielleicht noch zwei angebrochene Packungen Reis? Gibt es genügend Haferflocken für die nächsten Wochen? Und was ist eigentlich aus den getrockneten Linsen geworden, die man irgendwann einmal für ein neues Rezept gekauft hat?

Das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) empfiehlt, die vorhandenen Bestände regelmäßig zu kontrollieren und eine Liste der Lebensmittel anzulegen, die im eigenen Haushalt nicht fehlen dürfen. Dabei geht es nicht darum, jede Packung akribisch zu erfassen. Vielmehr hilft eine solche Übersicht dabei, Doppelkäufe zu vermeiden und beim Einkaufen gezielter zuzugreifen.

Welche Lebensmittel sinnvoll sind und in welcher Menge sie gebraucht werden, hängt dabei von den Gewohnheiten ab. Wer mehrmals in der Woche backt, hat einen anderen Mehlverbrauch als jemand, der nur zu Weihnachten Plätzchen macht. Und eine Großpackung Nudeln kann in manchen Haushalten wochenlang reichen, während sie in anderen schon nach einem einzigen Abendessen verschwunden ist.

Auch Sonderangebote sind nicht automatisch ein guter Grund, mehr einzukaufen. Wer regelmäßig Kaffee trinkt oder Haferflocken frühstückt, kann durchaus davon profitieren, bei einem günstigen Angebot zuzugreifen. Schwieriger wird es bei Produkten, die man noch nie verwendet hat und für die es keinen konkreten Plan gibt.

SCHÖNE IDEEN DÜRFEN SEIN – ABER WAS WIRD DARAUS?

Gerade die üppigen Saisonaufsteller machen es einem nicht leicht. Schließlich sind die bunten Zuckerstreusel, besonderen Gewürzmischungen und ausgefallenen Backzutaten nicht nur Lebensmittel, sondern auch kleine Versprechen auf gemütliche Nachmittage und kulinarische Experimente. Und manchmal macht es einfach Spaß, etwas Neues auszuprobieren.

Bevor die nächste Spezialzutat im Einkaufswagen landet, helfen allerdings ein paar Fragen: Was möchte ich damit eigentlich machen? Wann komme ich voraussichtlich dazu? Wie viel davon brauche ich? Und falls nach dem geplanten Rezept etwas übrig bleibt: Wofür könnte ich den Rest noch verwenden?

Besonders dankbar sind Zutaten, die sich vielseitig einsetzen lassen. Nüsse beispielsweise schmecken nicht nur in Weihnachtsplätzchen, sondern auch im Müsli, auf Salaten oder in herzhaften Gerichten. Haferflocken eignen sich fürs Frühstück ebenso wie für Kekse oder selbst gemachte Müsliriegel. Mit angebrochenen Packungen verschiedener Nüsse und Trockenfrüchte lässt sich eine eigene Müslimischung zusammenstellen.

Bei sehr speziellen Dekorationen oder Backmischungen ist das schwieriger. Wer allerdings genau weiß, dass er am kommenden Wochenende einen Matcha-Kuchen mit Himbeerglasur backen möchte, darf sich natürlich auch die passende Zutat gönnen. Nicht jeder Einkauf muss auf größtmögliche Vielseitigkeit ausgerichtet sein. Es wäre nur schade, wenn die schöne Idee später vergessen in der hintersten Schrankecke landet.

Was einmal eingekauft wurde, soll möglichst lange frisch und genießbar bleiben. Bei trockenen Lebensmitteln kommt es dafür vor allem auf die Aufbewahrung an. Mehl, Reis, Nudeln und getrocknete Hülsenfrüchte mögen es trocken, eher kühl und vor direktem Licht geschützt. Ein Vorratsschrank abseits von Herd und Heizung ist deshalb meist besser geeignet als ein warmer Platz direkt neben dem Backofen.

Dabei lohnt es sich, angebrochene Packungen genauer anzusehen. Eine Mehltüte aus Papier, deren oberer Rand nur ein paarmal umgeschlagen wurde, bietet wenig Schutz vor Feuchtigkeit und Vorratsschädlingen. Auch die Pappkartons von Nudeln sind nicht unbedingt für eine monatelange Lagerung angebrochener Ware gedacht. Besser sind geeignete Vorratsbehälter, die zuverlässig dicht schließen.

Ein weiterer kleiner Kniff spart das spätere Rätselraten: Wer Mehl, Haferflocken oder Reis umfüllt, kann das Mindesthaltbarkeitsdatum von der Verpackung auf einem kleinen Etikett notieren. Dann weiß man auch Monate später noch, welche Packung zuerst aufgebraucht werden sollte.

Das BZfE empfiehlt außerdem, neue Einkäufe im Regal hinter die bereits vorhandenen Vorräte zu stellen. So werden ältere Lebensmittel zuerst verwendet. Das klingt unspektakulär, kann aber verhindern, dass ganz hinten im Schrank vergessene Packungen erst bei der nächsten großen Aufräumaktion wieder auftauchen.

Besonders unangenehm wird es, wenn sich in Mehl, Nüssen oder anderen Vorräten plötzlich kleine Tierchen zeigen. Lebensmittelmotten und verschiedene Käferarten können sich unter anderem in Reis, Nudeln, Schokolade, Gewürzen und trockenen Backzutaten ausbreiten. Dabei muss man nicht einmal etwas falsch gemacht haben. „Die Schädlinge werden oft mit eingekauften Lebensmitteln eingeschleppt, etwa über Mehl, Reis, Nüsse oder Gewürze. Sie gelangen aber auch von draußen über Fenster und Türen in die Wohnung“, erklärt Constanze Rubach, Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale Niedersachsen.

Gerade wer größere Mengen einkauft und länger aufbewahrt, sollte deshalb gelegentlich einen prüfenden Blick auf seine Bestände werfen. Auch frisch gekaufte Produkte können bereits betroffen sein. Und in beheizten Wohnungen erledigt sich ein Schädlingsproblem nicht einfach dadurch, dass es draußen Winter wird.

„Um einen Befall zu vermeiden, sollten trockene Lebensmittel möglichst in gut verschließbaren Behältern mit Gummidichtung kühl und trocken aufbewahrt werden“, empfiehlt Rubach. Besonders bei geöffneten Packungen sei das wichtig. Die Verbraucherzentrale rät außerdem, auch neu gekaufte Ware auf einen möglichen Befall zu kontrollieren.

Wer jetzt einen Vorrat an Mehl, Mandeln oder Nüssen für die kommenden Wochen anlegt, sollte die Lebensmittel also lieber gleich ordentlich verstauen, statt sie über Monate in ihren halb geöffneten Tüten zu lassen.

GESPINSTE, KRÜMEL UND KLEINE KÄFER

Ein Befall fällt nicht immer sofort auf. Zu den typischen Warnzeichen gehören kleine Gespinste in Lebensmittelpackungen, ungewöhnliche krümelige Rückstände sowie sichtbare Larven oder Käfer. Manchmal bemerkt man zunächst nur einzelne Motten, die durch die Küche flattern. Dann sollte man nicht lange abwarten. Befallene Lebensmittel müssen entsorgt werden. Anschließend gilt es, den Vorratsschrank gründlich auszuräumen und zu reinigen. Nach Angaben der Verbraucherzentrale eignen sich dafür Allzweck- oder Essigreiniger. Auch die übrigen Vorräte sollten sorgfältig kontrolliert werden, damit sich übersehene Schädlinge nicht weiter ausbreiten können.

Bei Lebensmittelmotten können zusätzlich Pheromonfallen helfen, einen Befall zu erkennen und einzudämmen. Die Fallen locken männliche Tiere an, die auf einer Klebefläche hängen bleiben. Eine vollständige Bekämpfung garantieren sie allerdings nicht. Eier und Larven werden davon nicht erfasst, und auch nicht jedes männliche Tier geht in die Falle.

Wer die Schädlinge dauerhaft loswerden möchte, kommt deshalb um die Kontrolle der Lebensmittel und eine gründliche Reinigung nicht herum. Vorbeugen ist hier deutlich angenehmer, als später den gesamten Vorratsschrank ausräumen zu müssen.

Damit der eigene Vorrat übersichtlich bleibt, muss niemand zum Perfektionisten werden. Es genügt oft schon, beim nächsten Einkauf kurz zu überlegen, was tatsächlich fehlt, und gelegentlich die angebrochenen Packungen nach vorn zu räumen. Wer die eigenen Gewohnheiten kennt und seine Lebensmittel vernünftig lagert, hat gute Chancen, weniger wegwerfen zu müssen. Der Reiz eines gut gefüllten Vorratsschranks besteht schließlich nicht nur darin, Geld zu sparen. Es ist auch ein schönes Gefühl, an einem verregneten Novemberabend spontan eine Suppe kochen, für überraschenden Besuch Kekse backen oder sich ein besonders gutes Frühstück zusammenstellen zu können, ohne dafür erst einkaufen zu gehen.

Wenn dabei hin und wieder eine Packung essbarer Glitzer mit nach Hause kommt, ist das auch kein Drama. Hauptsache, sie findet irgendwann ihren Weg aus dem Schrank und auf den Kuchen. **R/HR**