SCHENKE LEBEN, SPENDE BLUT.
SPENDE BLUT BEIM ROTEN KREUZ
Mo 16.11.2026 16.00 – 19.30 Uhr Hannover 30161 - Vahrenwald Gemeindesaal der Lukaskirche Dessauerstraße 2
Mo 16.11.2026 14.00 – 18.30 Uhr Hannover 30625 - Groß-Buchholz Blutspende-Spot in der MHH - Gebäude K3 Carl-Neuberg-Straße 1
So 22.11.2026 11.00 – 15.00 Uhr Hannover 30175 Hilton Hannover Schweizerhof Hinueberstraße 6
Mo 23.11.2026 14.00 – 18.30 Uhr Hannover 30625 - Groß-Buchholz Blutspende-Spot in der MHH - Gebäude K3 Carl-Neuberg-Straße 1

Bitte Personalausweis mitbringen!
Service-Hotline 0800 / 11 949 11
(kostenlos aus dem dt. Festnetz)
Deutsches Rotes Kreuz | Blutspendedienste
TERMINE IM UMKREIS
30735401_002626

Geschenke gibt's bei Staude.
Möbel & Wohnideen zum Verschenken
möbel staude
Die Besten im Norden
37899901_002625

hallo HANNOVER OST wochenende

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

Offener Technik-Talk

HANNOVER. Das PIKSL Labor Hannover lädt am Mittwoch, 18. November, ab 18.30 Uhr zu einer Ausgabe seiner Gesprächsreihe „PIKSL Talk" ein. Treffpunkt ist das Labor am Engelbosteler Damm 11. Der Eintritt ist frei. Diesmal bestimmen die Besucher die Themen selbst: Sie können eigene Fragen zu digitalen Angelegenheiten mitbringen, etwa zum Umstieg auf ein neues Handy, zum Onlinebanking, zu empfehlenswerten Virenscannern, zur Notwendigkeit von VPNs oder zum Schutz vor Spionage in Windows. Antworten gibt Bernd Schittenhelm, der als Informatiker ehrenamtlich im Labor mitarbeitet. Er erklärt die Themen praxisnah und allgemeinverständlich. Willkommen sind Technik-Neulinge ebenso wie erfahrene Nutzer. Da die Teilnehmerzahl auf 20 Personen begrenzt ist, wird um Anmeldung per E-Mail an team@hannover.piksl.net gebeten. **RED**

Konzert zum Gedenken

HANNOVER. Die zentrale Landesfeier zum Volkstrauertag findet am Sonntag, 15. November, um 15.30 Uhr als Gedenkkonzert in der Marktkirche Hannover statt. Das Blechbläserquintett der Hochschule für Musik, Theater und Medien spielt unter Leitung von Viktoria Krumme Werke von Händel, Jørgensen, Scheidt und Mahler. Redebeiträge halten Landtagspräsidentin Hanna Naber und Minister Grant Hendrik Tonne. Schüler der St. Ursula-Schule aus Hannover stellen ein Projekt vor. Der Eintritt ist frei. Zuvor werden Kränze niedergelegt: um 14.15 Uhr am jüdischen Mahnmal an der Staatsoper, um 14.45 Uhr an der Aegidienkirche. **HR**

Bahnfahrt mit Fury

Seite 2



Foto: ÜSTRA / Arp

Calenberger Backstube
MIT TOLLEN SparCoupons IN DIESER AUSGABE ALS Beilage
calenberger-backstube.de
29852901_002626

Südschnellweg wird gesperrt

Betonarbeiten und Arbeiten an der Bahnunterführung ab Montag

HANNOVER. Für den Neubau der Brücke über die Leineflutmulde am Ricklinger Kiesteich wird der Südschnellweg zwischen Landwehrkreisel und Kreuz Seelhorst gesperrt. Die Sperrung beginnt am Montag, 16. November, um 22 Uhr und dauert voraussichtlich bis Dienstag, 17. November, um 20 Uhr. Auch die Auf- und Abfahrt an der Hildesheimer Straße kann während dieser Zeit nicht genutzt werden.

Am Dienstag lässt die Niedersächsische Landesbehörde für Straßenbau und Verkehr den ersten Abschnitt der neuen Brücke betonieren. Dafür müssen schwere Betonmischer und die Betonpumpe auf der bestehenden Leineflutmuldenbrücke stehen und rangieren. Das beschädigte Bauwerk könnte die Belastung durch die Baufahrzeuge und den regulären Verkehr nicht gleichzeitig tragen.

Während der Sperrung wird außerdem im Osten der Baustelle gearbeitet. Dort stehen Arbeiten an den neu aufgestellten Betonelementen im Bereich der Unterführung unter den Bahnstrecken an. Auch diese Arbeiten sind nur möglich, wenn kein Verkehr fließt. Sobald die Arbeiten beendet sind, gibt die Landesbehörde den Südschnellweg wieder frei.

Die weiträumig eingerichtete Umleitung führt vom Landwehrkreisel über die B3 nach Pattensen und anschließend über die B443 nach Laatzen. Von dort geht es über die B6, den Messeschnellweg, bis zum Seelhorster Kreuz. Für die Gegenrichtung gilt dieselbe Strecke.

Die neue Brücke wird 240 Meter lang und damit 50 Meter länger als das bestehende Bauwerk. Der Verkehr soll voraussichtlich Mitte 2027 auf den Neubau wechseln können. Dazu müssen zunächst die erste Längshälfte fertiggestellt und die Straßenführung angepasst sein. Anschließend wird die alte Brücke abgebrochen, bevor die zweite Längshälfte entsteht.

Bis zum Wechsel bleibt die bestehende Brücke nur eingeschränkt nutzbar. Fahrzeuge dürfen dort höchstens 50 Stundenkilometer fahren, Lastwagen müssen mindestens 80 Meter Abstand zueinander halten. **RED**

EPHESUS
Wir kaufen Ihr GOLD. sofort BARGELD!
Wir garantieren Ihnen 95% des Zahngoldpreises!
Zahngold
Mit 100%-iger Sicherheit durch exzellente und transparente Goldanalyse mit unserem neuen „x-rate" Goldanalyse-Gerät.
Georgsplatz 3a, 30159 Hannover
0511 / 3631177
www.ephesus.de
GOLD & SILBER · SCHMUCK · SILBER & TAFELSILBER · ZAHNGOLD
INDUSTRIESCHEIDGUT · GOLDBARREN · GOLDMÜNZEN · PALLADIUM · PLATIN
36844001_002625

GoldAnkauf GoldSchmidt
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	116,58 €/g
999er Silber	1,23 €/g
750er Gold	85,94 €/g
925er Silber	1,14 €/g
585er Gold	67,03 €/g
333er Gold	38,16 €/g
versilbertes Besteck	45,00 €/kg
Zinn	20,00 €/kg
Zahngold	73,70 €/g

Stand 11.11.2026
Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269
4680701_002626


-15% RABATT*
*auf Ihren nächsten Einkauf und bei Vorlage des Coupons, ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel. Zuzahlungen, Rezepturen, Bücher, Gutscheine, Dienstleistungen, Botendienste und unsere Sonderangebote. Code in einer der PINC Apotheken vorzeigen.
Gültigkeit: November/Dezember 2026 WWW.PINC-APOTHEKEN.DE
ROSEN APOTHEKE · EUROPA-APOTHEKE · SONNEN APOTHEKE · Die Ernst-August-Apotheke
6990001_002626

Nächste Versteigerung: 02.12.2026

Feingold	116,00 €/g	Zahngold	72,26 €/g
750 Gold	85,88 €/g	Silber	1,33 €/g
585 Gold	66,98 €/g	Versilbert	45,00 €/kg
333 Gold	38,13 €/g	Zinn	20,00 €/kg

Stand: 11.11.26
Goldankauf Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069
31528401_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

Die Nr. 1 am Wochenende!
hallo wochenende

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

BLACK WEEK
BEI MÖBEL HEINRICH
Mo. 16.11.2026 – Sa. 21.11.2026
MÖBEL HEINRICH BAD NENNDORF
clevva VON MÖBEL HEINRICH
Mo. 16 NOVEMBER bis 19 Uhr
Di. 17 NOVEMBER bis 19 Uhr
Mi. 18 NOVEMBER bis 19 Uhr
Do. 19 NOVEMBER bis 19 Uhr
Fr. 20 NOVEMBER bis 20 Uhr
Sa. 21 NOVEMBER bis 18 Uhr
100% KAUFEN 55% ZAHLEN 1) MÖBEL + KÜCHEN
MOONLIGHT SHOPPING Fr. 20.11.2026 bis 20 Uhr
BLACKDEAL 20% EXTRA EINKAUFSGUTSCHEIN
MÖBEL + KÜCHEN BLACKDEAL 1000€ EINKAUFSGUTSCHEIN
MÖBEL + KÜCHEN BLACKDEAL 10% EXTRA AUF SALE-ARTIKEL
Alle Warenangebote gültig vom 16.11. bis 21.11.2026. Gilt nur für Neuaufträge.
1) 100% kaufen & nur 55% zahlen: Nachlass ist bereits im Verkaufspreis berücksichtigt.
20344101_002626

Bitte ausschneiden und mitbringen
Tierische HERBST AKTION
20% auf vier Artikel
Gültig vom 14. bis 28.11.2026
Ein Artikel entspricht einer Verkaufseinheit (z.B. einer Dose). Nur ein Coupon je Einkauf und Person auf vorrätige Ware. Ausgenommen sind Geschenkkarten, reduzierte Ware, Tiere, Aquarien/-Kombinationen, Pferdefutter und Reitsportzubehör, Hobbyfarming-Futter/-Zubehör sowie Druckerzeugnisse. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten, Gutscheinen und Aktionen. Einmalig gültig bei Vorlage von Coupon und FUTTERKARTE vom 14. bis 28.11.2026 in den unten aufgeführten DAS FUTTERHAUS-Märkten. Nicht online einlösbar.
DAS FUTTERHAUS Hannover-Linden Davenstedter Straße 109
DAS FUTTERHAUS Isernhagen Opelstraße 10
DAS FUTTERHAUS
16473701_002626

Dr. Mohi deine Apotheke
20%
*Gilt nicht bei bereits reduzierten Artikeln. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten. Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen und Rezeptanteile.
Gültig bis 27.11.2026
Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie 20% Rabatt auf Ihren gesamten Einkauf!
Bitte Coupon ausschneiden und mitbringen.
Apotheke im Marktkauf
Vahrenwalder Straße 140 · 30165 Hannover
Apotheke am Ring
Isernhagener Straße 109 · 30163 Hannover
3136003_002626

Die Nr. 1 am Wochenende!
hallo wochenende

DAS FLEISCHEREI-FACHGESCHÄFT IN OESSELSE
MIT EIGENER SCHLACHTUNG!
Heimann
FLEISCHEREI • PARTYSERVICE
QUALITÄTSFLEISCH, WURST- UND SCHINKENSPEZIALITÄTEN
aus eigener Herstellung
FÜR LAATZEN UND DIE REGION HANNOVER.
Ab November ist die B6 gesperrt. Wir sind weiter zu erreichen! Aus Hannover über die B443 und Müllingen, Richtung Ingeln-Oesselse. Aus Hildesheim ab Sarstedt über die L410, über Gödringen und Hotteln.
AUSGEWÄHLTE LANDWIRTE aus der Region Hannover – mit Herkunftsnachweis.
EIGENE SCHLACHTUNG Für beste Qualität, Frische und Transparenz.
Seit Generationen HANDWERK MIT LEIDENSCHAFT.
KI generiert
Oesselse • Weidenstraße 6
Tel. 05102 / 3224
Di.–Fr. 8:00–12:30 Uhr & 15:00–18:00 Uhr
Sa. 7:00–12:00 Uhr
36438801_002625

Elektromobile: Bis zu 30% Rabatt auf alle 15 km/h schnellen Modelle
Nur solange der Vorrat reicht
Wir sind Vertragspartner vieler Krankenkassen
Weitere Produkte und Dienstleistungen:
▪ 6, 10 oder 15 km/h schnell
▪ Ausstellung/Probefahrt
▪ E-Mobilereichweite 20 – 60 km
▪ Elektromobile neu und gebraucht
▪ Reiserollstühle, elektrisch und faltbar
▪ Schiebehilfen elektrisch
▪ leichte Qualitätsrollatoren
▪ Treppenlifter nach Maß
▪ Eigene Service-Werkstatt
▪ Feine Kompressionsstrümpfe
▪ Sport-Bandagen / Fuß, Knie, Rücken, Arm

Parkplätze vorhanden
SANITÄTSHÄUSER
Stephan Stöppel
Hauptsitz: Völgerstraße 6, 30519 Hannover, Tel. 0511-959056-0
Filiale Ricklingen: Wallensteinstraße 15
30459 Hannover, Tel.: 0511-300 5672
36754701_002625

NEUES THEATER HANNOVER
Ihr Unterhaltungstheater
MEHR SCHEIN ALS SEIN
oder Ein Sechser mit Nebenwirkungen
29.10.2026 bis 23.01.2027

Feiern Sie mit uns Weihnachten und Silvester!
Komödie von Angela Burmeister
mit Monika Disse, Marie Zielcke, René Oltmanns und Sebastian Teichner
Inszenierung Florian Battermann
Georgstraße 54 · Tel. 36 30 01 · www.neuestheater-hannover.de
27868401_002626



26557901_002626



Fury in the Slaughterhouse rocken beim Werkstatt-Konzert auf dem ÜSTRA Betriebshof Leinhausen. Foto: ÜSTRA / Arp

Fury gibt der ÜSTRA den Ton

NEUE KLANGWELT UND KI-PLATTFORM sollen die Fahrgastinformation verbessern

HANNOVER. Fast 800 Fahrzeuge, mehr als 200 Haltestellen und Stationen: Das Motiv aus „Won't forget these days" bekommt in der Region Hannover viele Lautsprecher. Seit dem 5. November verwendet die ÜSTRA die Tonfolge aus dem bekannten Song von Fury in the Slaughterhouse für ihre Durchsagen und Hinweise. Hinter dem musikalischen Wechsel steckt zugleich eine technische Umstellung, mit der das Verkehrsunternehmen Informationen schneller und gezielter bereitstellen will.

Der neue Klang ist nicht nur in Stadtbahnen, Bussen und an Stationen vorgesehen. Er begleitet auch die Hotline und wird in der Markenkommunikation eingesetzt. Die ÜSTRA führt damit ein gemeinsames akustisches Erkennungszeichen für unterschiedliche Bereiche ein – vom Hinweis während der Fahrt bis zum telefonischen Kontakt. Fahrgäste sollen die Tonfolge künftig an verschiedenen Stellen wiedererkennen können.

Für die Auswahl des Musikmotivs nennt das Unternehmen vor allem zwei Gründe: den Bekanntheitsgrad und die Wiedererkennbarkeit der Melodie sowie die Verbindung der Band zur Region Hannover. Fury in the Slaughterhouse identifiziert sich stark mit ihren regionalen Wurzeln. Die Idee einer Zusammenarbeit stieß nach Angaben der ÜSTRA auch bei den Musikern auf Zustimmung. Mit der neuen Klangwelt soll die Melodie nun dauerhaft zum akustischen Erscheinungsbild des Nahverkehrsunternehmens gehören.

ANSAGEN OHNE LANGE STUDIOVORLAUFZEIT

Der musikalische Teil ist allerdings nur eine Seite der Umstellung. Wesentlich für die Fahrgastinformation ist eine neue KI-basierte Plattform, die auf der Stimme einer realen, professionellen Sprecherin beruht. Sie soll die bisherigen Abläufe bei der Erstellung von Ansagen verändern. Bislang mussten sämtliche Sonderansagen in einem Tonstudio produziert werden. Das bedeutete nicht nur zusätzliche Kosten, sondern auch entsprechende Vorlaufzeiten.

Gerade bei kurzfristig benötigten Informationen setzte dieses Verfahren enge Grenzen. Mit der neuen Plattform schafft die ÜSTRA nach eigenen Angaben die Grundlage, um situationsbezogene Hinweise schneller und gezielter an Haltestellen und in Fahrzeuge zu bringen. Künftig soll dies auch automatisiert möglich sein. Eine bereits vollständig automatisierte Fahrgastinformation ist damit allerdings noch nicht verbunden.

Der Bedarf für solche Veränderungen ergibt sich nach Darstellung des Unternehmens auch aus seinen regelmäßigen Fahrgastbefragungen. Demnach steigen die Erwartungen an aktuelle und präzise Informationen, insbesondere wenn es im Betrieb zu Störungen kommt. Für Fahrgäste ist dann entscheidend, möglichst zeitnah zu erfahren, was auf ihrer Strecke passiert. Die neue Technik soll dazu beitragen, Informationen in solchen Situationen schneller verfügbar zu machen und die bisherigen Produktionswege für Sonderansagen zu vereinfachen.

ORIENTIERUNG DURCH VERTRAUTE TÖNE

Neben der Geschwindigkeit spielt auch die Verständlichkeit der akustischen Hinweise eine Rolle. Die neue Klangwelt soll unterschiedliche Signale vereinheitlichen und durch eine leicht wiedererkennbare Tonfolge für mehr Klarheit sorgen. Das betrifft nicht nur die musikalische Gestaltung, sondern auch die Orientierung innerhalb des Nahverkehrs.

Besonders wichtig ist dieser Aspekt für Menschen mit Seheinschränkungen, die stärker auf akustische Informationen angewiesen sein können. Sie wurden deshalb nach Angaben der ÜSTRA eng in den Entwicklungsprozess eingebunden. Einheitliche Hinweistöne sollen ihnen die Zuordnung von Ansagen und Informationen erleichtern.

Dass die ÜSTRA ihre Akustik gerade jetzt überarbeitet, hängt mit mehreren organisatorischen Veränderungen zusammen. Durch den Gemeinschaftsbetrieb von ÜSTRA und regiobus sowie die Zusammenführung der Marken mit dem Verkehrsverbund GVH (Großraum-Verkehr Hannover) mussten ohnehin zahlreiche Ansagen angepasst werden. Zugleich galt es, unterschiedliche Hinweistöne zu vereinheitlichen, die bislang in den verschiedenen Bereichen verwendet wurden.

Ein Teil der bisherigen Töne stammt noch aus den 1980er-Jahren. Das Unternehmen nutzte die anstehenden Änderungen deshalb für eine Modernisierung der gesamten Akustik, statt nur einzelne Ansagen zu überarbeiten. **RED**

Engelhardt bleibt Ratschefin und wird Bürgermeisterin

Grünen-Politikerin will den Austausch zwischen Politik und Stadtgesellschaft weiter stärken

HANNOVER. Uta Engelhardt (Bündnis 90/Die Grünen) übernimmt in Hannover neben dem Ratsvorsitz erstmals auch das Amt der Bürgermeisterin. In seiner konstituierenden Sitzung bestätigte der Rat sie als Vorsitzende und wählte sie zugleich zur ehrenamtlichen Stellvertreterin des Oberbürgermeisters. In der Ratsperiode 2026 bis 2031 leitet sie damit weiterhin die monatlichen Ratssitzungen und repräsentiert Hannover künftig auch bei Veranstaltungen und Begegnungen in der Stadtgesellschaft.

2021 war Engelhardt als erste Frau zur Ratsvorsitzenden Hannovers gewählt worden. Der Austausch zwischen Politik, Verwaltung und Stadtgesellschaft gehört zu ihren zentralen politischen Anliegen. Zu ihrer Wahl erklärt sie: „Ich freue mich über das Vertrauen, dass ich meine Arbeit der vergangenen fünf Jahre als Ratsvorsitzende fortsetzen darf. Respektvolles Miteinander in Rat ist die notwendige Basis, damit wir gemeinsam und gut die Zukunft unserer schönen Stadt gestalten können. Als Bürgermeisterin ist mir wichtig, den vielen gesellschaftlichen Akteur*innen, den Vereinen, Verbänden, Institutionen und allen Menschen mit Wertschätzung zu begegnen. Demokratie wird gelebt gerade im Alltag vor Ort von Menschen, die sich engagieren. Ich will zeigen, die Stadt steht hinter euch. Ich freue mich auf viele persönliche Gespräche und Kontakte. Ich möchte dies verstärkt zum Anlass nehmen, unterschiedliche Perspektiven zusammenzubringen und gemeinsam tragfähige Lösungen für die Herausforderungen der Stadt zu entwickeln."

> „Ich freue mich über das Vertrauen, dass ich meine Arbeit der vergangenen fünf Jahre als Ratsvorsitzende fortsetzen darf."
>
> **Uta Engelhardt**
> (Bündnis 90/Die Grünen)


Uta Engelhardt von den Grünen übernimmt erstmals auch das Amt der Bürgermeisterin. Foto: Sven Brauers

Zu Engelhardts weiteren politischen Schwerpunkten zählen ein kinder- und familienfreundliches, nachhaltiges und lebenswertes Hannover, Klimaschutz und soziale Gerechtigkeit. Sie setzt sich außerdem für die Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern, die Stärkung demokratischer Bildung sowie die Mitbestimmungsrechte von Kindern und Jugendlichen ein.

Die 1961 geborene Engelhardt engagiert sich seit 1994 politisch und gehört für Bothfeld/Vahrenheide dem Rat der Landeshauptstadt an. Beruflich ist sie Landesgeschäftsführerin von pro familia Niedersachsen. **RED**

Romantik in der Kirche

HANNOVER. Das Kammerorchester Lehrte gibt unter Leitung von Woon Seok Lee sein Herbstkonzert „Virtuose Romantik". Es beginnt am Sonnabend, 14. November, um 18 Uhr in der Matthiaskirche, Groß-Buchholzer Straße 8. Auf dem Programm stehen Robert Schumanns Ouvertüre zu „Hermann und Dorothea", Peter Tschaikowskys Klavierkonzert Nr. 1 in b-Moll, op. 23, mit dem Solisten David Jun Chen sowie der Totentanz „Danse Macabre" von Saint-Saëns. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten. **RED**

Silent Book Club trifft sich

HANNOVER. In der Stadtbibliothek Kronsberg, Thie 6, trifft sich am Montag, 16. November, von 17 bis 19 Uhr der Silent Book Club „Kronsberg Edition". Nach einer halbstündigen Ankommens- und Begrüßungsphase beginnt um 17.30 Uhr eine Stunde, in der jeder für sich in einem selbst gewählten Buch liest. Anschließend können sich die Teilnehmer über ihre Lektüre oder andere Themen austauschen. Die Teilnahme ist kostenlos. Der Club trifft sich jeden dritten Montag im Monat. **RED**

Ein Haus für Kurse und Kontakte

Die **FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE (FABI)** verbindet ihren Umzug mit neuen Ideen für Begegnung

HANNOVER. Ein Kursort, an dem auch kurze Gespräche über Alltagssorgen möglich sind: So möchte Christiane Kiesé die Evangelische Familienbildungsstätte (FaBi) weiterentwickeln. Die Leiterin hält ein niedrigschwelliges Beratungsangebot für dringlich. Noch reichen die personellen Möglichkeiten dafür nicht aus. Mit dem Umzug ins Gemeindehaus der Bugenhagenkirche hat die Einrichtung aber bereits einen anderen Schritt vollzogen: Sie ist aus der Innenstadt in die Südstadt gezogen und nutzt ihre Räume nun gemeinsam mit einer Kirchengemeinde.

Die letzten Kisten sind ausgepackt, der Kursbetrieb hat mit gut ausgebuchten Angeboten begonnen. Für rund 40 Angebote pro Woche mit insgesamt 30 Leitenden müssen auf den beiden Stockwerken des Gemeindehauses passende Räume eingeplant werden. Die meisten Gruppenräume werden von der FaBi und der Gemeinde gemeinsam genutzt.

GEMEINSAME RÄUME, ANDERE ZEITEN

Das Haus stammt aus den 1930er-Jahren. Die Kirchengemeinde plant, es intensiver zu nutzen und ihre Familienarbeit auszubauen. Für die FaBi bedeutet der neue Standort neben der räumlichen Kooperation auch die Verankerung in einem familienreichen Stadtteil. „Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit der Kirchengemeinde, die uns mit offenen Armen empfangen hat“, sagt Kiesé.

Die Abstimmung der Raumbelegung gelang schnell, auch wenn sie einige Puzzlearbeit erforderte. Gemeinde und Familienbildungsstätte haben dafür einen gemeinsamen Plan erstellt. „Da wir unsere Kurse überwiegend vormittags, die Gemeinde ihre Gruppen jedoch oft abends anbieten, gibt es kaum Probleme“, sagt FaBi-Pädagogin Larissa Thams.

Außerhalb des Gemeindehauses hat das Team ebenfalls erste Kontakte geknüpft. Mitarbeiterinnen verteilten Handzettel auf dem Wochenmarkt am Stephansplatz und stellten die Einrichtung in Südstädter Kindertagesstätten, der Stadtbezirksrunde und dem Familienzentrum vor.

Die Umgebung unterscheidet sich nach Kiesés Beobachtung vom früheren Standort. „Hier gibt es mit dem nahen Kinderspielplatz und der Grundschule auch mehr Laufpublikum als in der Innenstadt“, sagt sie. „Viele Vorbeikommende haben schon mal neugierig hereingeschaut.“

Ein gedrucktes Kursprogramm können die Mitarbeitenden dabei nicht mehr weitergeben. Die Angebote sind nur noch im Internet sowie auf Instagram und Facebook verzeichnet. Das ist nicht allein eine Änderung der Veröffentlichung, sondern wirkt sich auch auf die Planung aus. „Das ermöglicht uns, flexibler zu reagieren, beispielsweise kurzfristig neue Kurse zu starten“, erläutert Thams.

Bei Laufzeiten und Einstiegsmöglichkeiten reagiert die Einrichtung ebenfalls auf Veränderungen. „Viele Menschen legen sich nicht mehr so gerne fest, deshalb bieten wir auch kürzere Kurslaufzeiten an oder die Möglichkeit später einzusteigen.“

BEGEGNUNG UND ALLTAGSSORGEN

Besonders häufig werden die Angebote von Familien mit Kindern bis zu drei Jahren sowie von Menschen über 55 Jahren genutzt. Nach Angaben von Thams hat die Zahl Alleinerziehender in Hannover deutlich zugenommen, während familiäre und nachbarschaftliche Unterstützungsnetzwerke seltener geworden seien. Ein monatliches Alleinerziehenden-Café schafft Gelegenheit zum Austausch und Kennenlernen.

Kiesé beobachtet auch den Wunsch nach Räumen, in denen gesellschaftlicher Leistungs- und Optimierungsdruck weniger zu spüren ist. „Eine Teilnehmerin sagte mir, zu euch kann ich auch ungeschminkt kommen.“ Nach ihrer Erfahrung wird gerade der Kirche noch zugetraut, solche Räume anzubieten.

Die kirchliche Orientierung ist der Leiterin und ihrem Team wichtig. „Wir sind zwar ein Verein, aber wir werden von der Landeskirche und vom Kirchenkreis Hannover unterstützt“, berichtet Kiesé.

Für die Zukunft wünscht sie sich weitere offene Angebote neben den Kursen. „Ein offenes Café für alle Generationen als Gegenpol zu Bezahlangeboten, vielleicht kombiniert mit einem Repair-Angebot wäre schön“, sagt sie. Es handelt sich bislang um eine Idee, nicht um ein bereits eingerichtetes Angebot.

Ähnlich steht es um die Beratung für Alltagsthemen. „Durch unsere Kurse sind wir nah dran an den Lebensthemen und Alltagssorgen sehr unterschiedlicher Menschen“, sagt Kiesé. Kurze Gespräche zwischen Tür und Angel könnten nach ihrer Vorstellung eine Chance sein, Menschen bei Bedarf unkompliziert und präventiv zu erreichen. Mit derzeit knapp zwei festen pädagogischen Stellen ist ein solches Beratungsangebot jedoch noch Zukunftsmusik.

Ein erstes gemeinsames Angebot für die Nachbarschaft ist bereits geplant: Im November und Dezember veranstalten die FaBi und die Bugenhagen-Gemeinde vier kostenlose offene Nachbarschafts-Mittagstische. Eingeladen sind alle, die gemeinsam essen und mit anderen Menschen ins Gespräch kommen möchten. **R/HR**

Das neue Programm der Familienbildungsstätte für 2027 steht unter fabi-hannover.de.



In neuen Räumen: Das FaBi-Team, hier die Pädagoginnen Larissa Thams (oben li.) und Melina Jäkel (oben re.), Christiane Kiesé (von links, unten), FaBi-Leiterin, Heike Vargas Martinez und Gisela Reiche, beide Verwaltung.
Foto: Sabine Dörfel

„MITTEN IN DER NORDSTADT. MITTEN IM LEBEN.“
Das Pflegeheim Bodestraße
Gute Pflege und Wohnen in vertrauter Umgebung – mit Einkaufsmöglichkeiten, Apotheke und Ärzten direkt im Haus.
Kontaktieren Sie uns!
Tel.: 0511 131 88 11
www.medizinmobil.com
heimleitung.bodestrasse@medizinmobil.com
Medizin Mobil
28814101_002626


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

JUWELIER COHRS
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
28182301_002626

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

ZIMMERMANN
SEIT 1955
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
16.11.2026 bis 21.11.2026
MONTAG BIS SAMSTAG
Vom Becklinger Strohschwein
Schnitzel oder Braten vom Schweinerücken .... statt 1,79 € 1,19 €
Ab Dienstag aus der Feinkostküche:
NEU!
Schafskäse-Creme statt 2,19 € 2,09 €*
Poree-Mais-Salat .... statt 1,55 € 1,09 €*
Aufschnittklassiker:
Jagdwurst ..... statt 2,09 € 1,49 €*
Bierschinken ..... statt 2,19 € 1,49 €*
Mortadella ..... statt 1,89 € 1,49 €*
Top Regional und wieder da:
Heidschnucken-Stracke ... 3,99 €*
Stück oder in Scheiben
* Die angegebenen Preise gelten pro 100 g und ausschließlich am Bedientresen – nicht im SB-Markt. Für Fehler übernehmen wir keine Gewähr.
MONTAG BIS MITTWOCH
Gyros-Schweinegeschnetzeltes 1,19 €*
dazu passen Zaziki und Krautsalat
Schlesische Weißbratwurst ..... statt 1,89 € 1,39 €*
DONNERSTAG BIS SAMSTAG
Fertig gekocht für Sie
Rinderschmorbraten statt 19,90 € 17,90 € Stk.
in aromatischer Soße, 700-g-Schale
Wohlfühl-Paket ..... 23,90 €
Mit 500 g Rotkohl und neu dazu: 400 g Kartoffelpüree im Frische-Schlauch. Aufwärmen & genießen!
NEU! Dieses Jahr mit dabei:
Zwei Entenkeulen ..... 20,90 €
Sous-vide vorgegart, mit feiner Soße. Im Ofen oder in der Heißluftfritteuse erwärmen.
DIE LETZTE WOCHE UNSERER COUPON-AKTION IST ANGEBROCHEN:
Fleischwurst für 4,00 € (400 g) oder Fleischsalat für 2,99 € (250 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
15130701_002626

KLEIN GmbH
Sanitär Fliesen
BAD-KONZEPTE
Badausstellung
Ausstellung und Verkauf auf 150 m²
• Badsanierungen – Sanitär – Fliesen – 3D-Badplanung
• Duschwand nach Maß – Lackspanndecke
• Wandplatten für fugenlosen Badumbau oder Teilsanierung
Förder- und zuschussfähig:
• Magic-Wannentüren / nachgerüstete Wannentür
• Höhenverstellbare WC – Anlagen für körperlich eingeschränkte Menschen
Walsroder Straße 260 ▪ 30855 Langenhagen
Fon 0511-77 63 73
info@klein-badkonzepte.de
www.klein-badkonzepte.de
3361401_002626

Jutta und Heinz Held feiern Eiserne Hochzeit

HANNOVER. Seit 65 Jahren sind sie verheiratet – doch bevor sie sich am 3. November 1961 das Ja-Wort geben konnten, mussten Jutta und Heinz Held zunächst viele juristische Hürden überwinden. Bereits als sich 1960 Nachwuchs ankündigte, beschlossen sie zu heiraten. Doch dafür brauchte es viel Papier und Geduld. „Mit 18 Jahren konnte man für volljährig erklärt werden, aber nicht für ehemündig, ungeahnte Probleme“, erinnert sich Heinz Held.

Kennengelernt hatten sich die beiden beim Turnerbund Stöcken e. V. Heinz Held war 1957 eingetreten und wurde als Vorturner der jüngsten Mädchenriege auf Jutta aufmerksam. Aus der Freundschaft wurde eine Beziehung.

Jutta Held arbeitete als Bürokauffrau in einem Aufzugsbetrieb, zunächst in Vollzeit, später halbtags. Sie kümmerte sich um die gemeinsame Tochter und half ihrem Mann später beim Aufbau seines Sanitärbetriebs. Als das gemeinsame Haus im Jahr 2000 fertig war, nahm das Paar Juttas an Demenz erkrankte Mutter auf. Jutta Held pflegte sie zu Hause, bis sie in ein Pflegeheim kam.

Heinz Helds Weg im Handball führte vom Spieler über die Jugendbetreuung und das Amt des Spielwarts zur Abteilungsleitung. Die damals nach seiner Schilderung angeschlagene Abteilung schaffte mit Spielern aus der ersten Bundesliga, einem neuen Trainer und Nachwuchs aus den eigenen Reihen die Wende. Unter seiner Führung gewann sie innerhalb von sieben Jahren die Niedersachsenmeisterschaft und stieg bis in die Regionalliga auf. Als Rechtswart im Handballkreis und Handballbezirk Hannover sowie als Vorsitzender der Satzungskommission des HVN überarbeitete Held Regeln und Ordnungen. Er wurde Ehrenvorsitzender des Handballkreises Hannover und erhielt die goldenen Ehrennadeln von HVN, NTB und DHB. Nach 58 Jahren im Handball und Ehrenamt hat er sich zurückgezogen. Heute gehört seine Zeit Jutta. **HR**



Eine sportbegeisterte Ehe: Jutta und Heinz Held haben die Eiserne Hochzeit gefeiert.
Foto: Privat

Geschenke für Vereinskinder

„Weihnachten für alle“ – Beschenkungsaktion der Sportjugend startet wieder

HANNOVER. Sportbekleidung, ein Sportgerät oder Spielzeug: Mit der Aktion „Weihnachten für alle“ möchte die Sportjugend im Regionssportbund Hannover Kindern und Jugendlichen einen Weihnachtswunsch erfüllen. Gedacht ist die Unterstützung für junge Mitglieder der angeschlossenen Sportvereine, die sich in einer schwierigen Lage befinden und bei denen Weihnachten aus unterschiedlichen Gründen nicht wie gewünscht stattfinden kann.

Dank der Unterstützung der Wilhelm-Hirte-Stiftung kann die Beschenkungsaktion auch in diesem Jahr weitergehen. Vorgesehen sind Geschenke im Wert von bis zu 50 Euro. Die Sportjugend möchte möglichst viele Wünsche erfüllen; eine Zusage, dass jeder Wunsch berücksichtigt werden kann, ist damit nicht verbunden.

Bis Montag, 30. November, sind die Aktiven in den Mitgliedsvereinen aufgerufen, zu überlegen, welche Kinder und Jugendlichen in ihren Reihen für die Aktion infrage kommen. Die Vereine übernehmen auch einen Schritt bei der Einreichung: Sie müssen den ausgefüllten Wunschzettel mit ihrem Stempel bestätigen.

Auf dem Formular werden Vor- und Nachname sowie das Alter angegeben. Außerdem sollen die Kinder und Jugendlichen mehrere Wünsche nennen, damit die Sportjugend daraus auswählen kann. Gewünscht werden dürfen Sportbekleidung und Sportausrüstung, Sportgeräte sowie Spielzeug. Videospiele, Alkohol, Lebensmittel, Haustiere, Gutscheine und Geld werden nicht berücksichtigt.

„Ich finde es total wichtig, dass jedes Kind die Möglichkeit bekommt, das Weihnachtsfest wie gewünscht zu verbringen. Selbst wenn wir nur einen sehr kleinen Teil dazu beitragen können, dann werden wir das mit vollem Einsatz tun!“, sagt Felix Decker, Sportreferent der Sportjugend.

Die abgestempelten Wunschzettel müssen bis zum genannten Termin beim Regionssportbund Hannover eingehen. Sie können an Maschstraße 20, 30169 Hannover, oder per E-Mail an decker@rsbhannover.de eingereicht werden. **RED**

Das Wunschzettelformular, weitere Informationen zur Aktion und die dazugehörige Podcastfolge 25 stehen unter rsbhannover.de/weihnachten-fuer-alle.



Der RSB-Weihnachtsmann wird gemeinsam mit seinen RSB-Christkindern versuchen, so viele sportliche Wünsche wie möglich zu erfüllen Foto: RSB

Angebote gültig: Montag 16.11. - Samstag 21.11.2026*
MIX Markt
Schweinenacken ohne Knochen 1 kg 5.00
Schälrippen vom Schwein 1 kg 3.70
Frischer Lachs 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 10.-
Frische Spiegel-/Schuppenkarpfen je 1 kg, Fanggebiet: laut Auszeichnung 5.99
Suppenfleisch vom Rind, mit Knochen 1 kg 7.90
Rindernacken ohne Knochen 1 kg 13.-
Clementinen 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.49
Weintrauben hell 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 2.99
Kaki 1 Stk., Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 0.69
Frisches Hähnchen-Kleinfleisch ohne Flügel 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1.30
Frisches Hähnchen-Filet 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 8.00
Frische Putenhälse 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 2.29
Frische Putenoberkeule mit Haut, ohne Knochen 1 kg, Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 7.80
Teigtaschen „Avangardnije“ mit Truthahnfleischfüllung, tiefgefroren 750 g Btl., 1 kg = 3,72 2.79
Teigtaschen mit Kartoffeln „Wareniki“, tiefgefroren 450 g Pack., 1 kg = 4,43 1.99
Pangasius-Steaks glasiert, t/g 800 g Pack., 1 kg = 4,37 3.49
„Becon Slawjanskij“ Schweinebauch gepökelt 200 g Pack., 1 kg = 11,45 2.29
Brühwurst aus Schweinefleisch „Werschkova“ ukrainischer Art mit Käse, leicht geräuchert 100 g, 1 kg = 8,90 0.89
Kochwurst „Krowjana“ mit Buchweizen ukrainischer Art, mittelgrob, schnittfest, leicht geräuchert 100 g, 1 kg = 7,50 0.75
*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
15812201_002626

Flohmarkt in Stöcken

HANNOVER. Im Saal des Stadtteilzentrums Stöcken, Eichsfelderstraße 101, findet am Sonntag, 15. November, von 10 bis 14 Uhr ein Flohmarkt statt. Der Eintritt ist frei. Verkäufer können ihre Stände ab 9.30 Uhr aufbauen. Ein Standplatz kostet 5 Euro, Tische werden gestellt. Die Verkaufsfläche ist auf drei mal einen Meter begrenzt. Anmeldungen sind unter stz-stoecken@hannover-stadt.de möglich. Auch eine spontane Teilnahme ist möglich. Es gilt die Flohmarktordnung, abrufbar auf stz-stoecken.de. **RED**

Einblicke in die Bestattungskultur

Friedhofsmuseum öffnet an zwei Tagen

HANNOVER. Friedhöfe erzählen Geschichten – nicht nur von den Menschen, die dort begraben liegen, sondern auch davon, wie eine Gesellschaft mit dem Tod umgeht. Im ehemaligen Krematorium auf dem Stadtfriedhof Seelhorst lässt sich ein Stück dieser Geschichte entdecken. Das dort eingerichtete Friedhofsmuseum öffnet am Volkstrauertag, 15. November, und am Totensonntag, 22. November, seine Türen. Die Ausstellung ist jeweils von 10 bis 16 Uhr zugänglich. Der Eintritt ist frei.

Untergebracht ist das Museum im ehemaligen Krematorium auf dem Stadtfriedhof Seelhorst. Dort wurde es 2006 eingerichtet. Auf mehr als 300 Quadratmetern versammelt die Ausstellung „Hannoversche Friedhofs- und Bestattungskultur“ Zeugnisse eines Arbeitsalltags, mit dem die meisten Menschen nur selten in Berührung kommen. Historische Gegenstände aus Friedhofsverwaltung und Bestattungswesen geben Einblicke in vergangene Jahrhunderte. Dazu gehören auch wertvolle und kuriose Ausstellungsstücke.

Der Rundgang führt durch verschiedene Bereiche der Friedhofs- und Bestattungskultur. Friedhofsplanung und Grabgestaltung gehören ebenso dazu wie Einäscherungen, Sargbeisetzungen und Trauerfeiern. Auch die praktische Arbeit auf den Friedhöfen wird vorgestellt. Neben den Ausstellungsstücken geben Videopräsentationen, Filme und Hörproben Einblicke in die Themen. Besichtigungen der Friedhofskapellen beginnen jeweils um 11 und um 14 Uhr.

Betreut wird das Museum von Beschäftigten der Städtischen Friedhöfe, die während der Öffnungszeiten für Fragen und persönliche Gespräche zur Verfügung stehen. Wer auf der Suche nach einer bestimmten Grabstätte ist, kann sich ebenfalls an die Beschäftigten wenden. Sie helfen dabei, die Grabstättennummern Verstorbener auf den städtischen Friedhöfen ausfindig zu machen.

Das Museum befindet sich auf dem Stadtfriedhof Seelhorst, Garkenburgstraße 43, 30519 Hannover. Für die Anreise mit dem Auto steht der Friedhofsparkplatz zur Verfügung. Mit der Stadtbahn ist das Museum über die Linie 8 bis zur Haltestelle „Stadtfriedhof Seelhorst“ erreichbar. **RED**

Wie Hannover mitreden will

Podium und Thementische zur **ZUKUNFT DER BETEILIGUNG** – Veranstaltung am 23. November

HANNOVER. Eigene Erfahrungen einbringen, Ideen diskutieren und die nächsten Schritte für Hannovers Beteiligungskultur besprechen: Dazu bietet eine Veranstaltung am Montag, 23. November, in der Stadtbibliothek Hannover Gelegenheit. Die Koordinierungsstelle Beteiligung der Landeshauptstadt lädt von 18 bis 20 Uhr in die Hildesheimer Straße 12 ein. Die Frage für den Abend lautet: Wie soll gute Beteiligung in fünf Jahren aussehen?

Eingeladen sind alle Interessierten sowie Initiativen, Vereine, Politik und Verwaltung. Neben einem Podiumsgespräch sind Thementische vorgesehen, an denen die Teilnehmenden ihre Ideen, Erfahrungen und Anregungen einbringen können. Diskutiert wird, wie sich Beteiligung in Hannover weiterentwickeln lässt und welche Rolle digitale Angebote dabei spielen. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die Diskussion knüpft an Empfehlungen an, die der städtische Beteiligungsbeirat im Sommer verabschiedet hat. Auf dieser Grundlage soll die Koordinierungsstelle ein Konzept erarbeiten, um die Beteiligungskultur dauerhaft weiterzuentwickeln. Bei der Veranstaltung stehen dessen Grundzüge zur Diskussion. Die Ergebnisse des Abends sollen in das Konzept einfließen, das anschließend dem Rat der Stadt zum Beschluss vorgelegt werden soll.



Was brauchen wir in Hannover für gute Beteiligung? Der Beteiligungsbeirat lädt ein zu einer Gesprächsrunde am 23. November. Foto: LHH

ERFAHRUNGEN AUS DER PILOTPHASE

Die Koordinierungsstelle stellt an diesem Abend die Ergebnisse von zwei Jahren Pilotphase zur Verstetigung der Beteiligungskultur vor. Wichtige Projekte waren dabei der Beteiligungsbeirat und die Einführung von Onlinebeteiligung über die Plattform mitreden-hannover.de. Die Erfahrungen aus diesen Projekten und die Empfehlungen des Beirats bilden damit konkrete Anknüpfungspunkte für die weitere Diskussion.

„Die Erfahrungen aus der Beiratsarbeit bieten wertvolle Impulse. Gemeinsam wollen wir daraus Ziele und Maßnahmen entwickeln, die eine gute Beteiligungskultur stärken und weiter voranbringen“, sagt Rebekka Jakob, Sachgebietsleitung der Koordinierungsstelle für die Beteiligung von Einwohnerinnen und Einwohnern.

Jakob nimmt auch am Podiumsgespräch teil. Mit ihr diskutieren Professor Dr. Ing. Lars Baumann, Dezernent für Personal, Digitalisierung und Recht der Landeshauptstadt Hannover, und Nina Lohse, Sprecherin des Beteiligungsbeirats. Simone Neddermann von PLANKOM moderiert das Gespräch.

Die Empfehlungen des Beteiligungsbeirats sind bereits im digitalen Sitzungsmanagement veröffentlicht. Sie finden sich in der Informationsdrucksache 1467/2026 mit dem Titel „Sachstand zur Ausweitung und Verstetigung von Einwohner*innenbeteiligung in der Landeshauptstadt Hannover“. **R/HR**

➲ **Weitere Informationen zur Veranstaltung gibt es unter mitreden-hannover.de.**

Weihnachtsmelodien im Swing-Gewand

Walt Kracht & His Orchestra mit „A Happy Christmas“

HANNOVER. Klassische Weihnachtsthemen bekommen bei „A Happy Christmas“ einen Swing-Klang: Walt Kracht & His Orchestra gestaltet am Sonnabend, 5. Dezember, das traditionelle Weihnachtskonzert in der Heilig Geist Kirche in Bothfeld, Niggemannweg 18. Beginn ist um 18 Uhr. Das Programm verbindet bekannte Weihnachtskompositionen im Swing-Stil mit schwungvollen Arrangements aus Musical, Oper und Operette. Der Big-Band-Sound prägt den musikalischen Rahmen des Konzerts. Zum Orchester kommen die Gesangssolistin Inna Vysotska und der Gesangssolist Viktor Vysotski hinzu.

Der Eintritt kostet 25 Euro, ermäßigte Karten sind für 22 Euro erhältlich. Im Kirchenraum besteht freie Platzwahl. Im Vorverkauf sind Karten direkt in der Heilig Geist Kirche erhältlich, Telefon (0511) 652101. Weitere Vorverkaufsstellen sind die Weinhandlung Ludwig von Kapff, Sutelstraße 6, das geschäft „Die Perücke“, Lister Meile 28, sowie die Buchhandlung Sternschnuppe, Silberstraße 7. **R/HR**



Big-Band-Klänge zum Fest: Walt Kracht & His Orchestra wünschen „A Happy Christmas“. Foto: privat

Zehn Orte für Liebeslieder gesucht

Der dänische Sänger Heartmood sucht Räume für seine Tour durch die Region Hannover

HANNOVER. Internationale Liebeslieder und Geschichten über Nähe, Sehnsucht und Abschied sollen im Frühjahr in Hannover und Umgebung zu hören sein – auch in kleinen, persönlichen Runden. Der dänische Sänger und Gitarrist Hartmut Holtz-Söderberg alias Heartmood sucht für sein Programm „Love Stories“ Gastgebende mit passenden Räumen. Zwischen Sonnabend, 27. März, und Mittwoch, 14. April 2027, plant er zehn Konzerte.

Für den Musiker ist die Tour zugleich eine Reise in sein Geburtsland. Holtz-Söderberg wurde 1960 in Deutschland geboren und lebt seit 1991 in Dänemark. Seit mehr als 20 Jahren besitzt er die dänische Staatsbürgerschaft. Seine Frau begleitet ihn auf der Tour und hält Begegnungen und Erlebnisse in Bildern und Videos fest.

Musik gehört seit mehr als 40 Jahren zu seinem Leben. Er ist solo und mit seiner Band in Theatern, Konzertsälen, Hotels und anderen Veranstaltungsstätten aufgetreten. Zu seinem Repertoire zählen unter anderem Songs, die durch Frank Sinatra, Tony Bennett und Nat King Cole bekannt wurden. Bei „Love Stories“ verbindet er internationale Liebeslieder mit kurzen Geschichten über Begegnung, Nähe, Sehnsucht, Abschied, Erinnerung und neue Hoffnung. Er präsentiert sie mit warmer Crooner-Stimme und Gitarre. Ein Konzert umfasst zweimal 45 Minuten Musik und eine Pause.



Heartmood geht mit „Love Stories“ auf Tour. Foto: Bo Lorentzen

Die Suche richtet sich an Privatpersonen ebenso wie an Kulturhäuser, Vereine, Hotels, rauchfreie Cafés und Restaurants. Auch Seniorenresidenzen, Einrichtungen des betreuten Wohnens, Pflegeeinrichtungen und andere passende Veranstaltungsorte können sich melden. Alle Konzerte der ersten Etappe finden in Innenräumen statt. Kleine Runden sind ausdrücklich willkommen; die mitgebrachte kompakte Tonanlage eignet sich für Veranstaltungen mit bis zu etwa 60 Gästen.

Der Eintritt ist frei. Nach dem Konzert kann das Publikum freiwillig einen Beitrag geben. Die Gastgebenden übernehmen die lokale Bekanntmachung und organisieren Reservierungen. Dafür erhalten sie eine anpassbare Pressemitteilung und ein Pressefoto. Grundsätzlich stellen sie außerdem zwei Übernachtungen samt Verpflegung für den Musiker und seine Frau bereit. Die Unterkunft kann außerhalb des Veranstaltungsortes liegen und gemeinsam mit einem Hotel, einer Pension, privaten Unterstützenden oder anderen örtlichen Partnern organisiert werden.

Vorgesehen sind Sonnabend, 27. März, Montag, 29. März, Mittwoch, 31. März, Freitag, 2. April, Sonntag, 4. April, Dienstag, 6. April, Donnerstag, 8. April, Sonnabend, 10. April, Montag, 12. April, und Mittwoch, 14. April.

Für eine unverbindliche erste Anfrage genügen kurze Informationen zum möglichen Ort und zu infrage kommenden Terminen. Weitere Einzelheiten werden persönlich besprochen. Kontakt ist unter contact@heartmood.dk möglich. **R/HR**

➲ **Informationen, einen musikalischen Eindruck und das Kontaktformular bietet heartmood.dk/lovestories.**



31918001_002626

Worte und Musik für Weihnachten

WETTBEWERB „Deine Sprache – dein Song“: Acht Finalbeiträge, drei Preise und ein Auftritt beim Großen Hannoverschen Stadionsingen

HANNOVER. Ein Lied, das Hoffnung bewusst offen formuliert, hat den Wettbewerb „Deine Sprache – dein Song“ gewonnen: „Erzähl uns von morgen“ von Jan Keßler und Matthias Lemme erhielt beim Preisträgerkonzert in der Gospelkirche Hannover den ersten Preis. Die Musik stammt von Keßler, den Text schrieb Lemme. Ihre gemeinsame Arbeit wurde mit 1000 Euro ausgezeichnet.

Die Jury würdigte das Lied als „poetischen, originellen und bewusst offenen Hoffnungstext mit starker Bildsprache“. Auch die zeitgemäße Sprache, der eigenständige Zugang zur Adventsbotschaft und die musikalische Komposition überzeugten das Gremium. Der Wettbewerb galt neuen Advents- und Weihnachtsliedern – und damit der Frage, welche Worte und Melodien sich heute für diese Botschaft finden lassen.

Wer die drei Preise erhalten würde, blieb bis zum Konzertabend geheim. Zuvor hatte eine Fachjury aus Kirchenmusik, Popularmusik und Lieddichtung aus knapp 50 Einsendungen acht Finalbeiträge ausgewählt. Eine Band um den Hannoveraner Popkantor Til von Dombois präsentierte diese am Sonnabend, 31. Oktober, in der Gospelkirche. Erst während der Preisverleihung wurde die Reihenfolge der bestplatzierten Lieder bekanntgegeben.

Den zweiten Platz erreichten Seraphia Pfohl und Tobias Jentsch mit ihrem Song „Große Freude“. Gunther Schendel erhielt für „Worte kannst du viele sagen“ den dritten Preis. Die Einsendungen für den bundesweiten Wettbewerb kamen aus ganz Deutschland.

EIGENE GEDANKEN, NEUE MELODIEN

Das Popularmusik-Zentrum im Evangelisch-lutherischen Kirchenkreis Hannover hatte den Wettbewerb erstmals ausgeschrieben. Es wollte zeitgemäße Advents- und Weihnachtslieder fördern und neue musikalische Perspektiven auf die Weihnachtsbotschaft eröffnen.

Hartmut Naumann, der Leiter des Popularmusik-Zentrums Hannover, sagte über die Idee: „Wir wollten Menschen ermutigen, ihre eigenen Gedanken zu Advent und Weihnachten in Liedern auszudrücken. Genau das ist gelungen. Die eingereichten Songs zeigen eine große stilistische und inhaltliche Vielfalt und machen deutlich, dass die Weihnachtsbotschaft auch heute Menschen inspiriert, neue Worte und neue Melodien zu finden.“

> „Die eingereichten Songs zeigen eine große stilistische und inhaltliche Vielfalt und machen deutlich, dass die Weihnachtsbotschaft auch heute Menschen inspiriert, neue Worte und neue Melodien zu finden.“
>
> **Hartmut Naumann,** Leiter des Popularmusik-Zentrums Hannover

Superintendent Dr. Christian Brouwer, Mitglied der Wettbewerbsjury, erklärte: „Mit dem Wettbewerb setzt das Popularmusik-Zentrum Hannover einen weiteren Impuls für die Entwicklung neuer geistlicher Musik. Viele der eingereichten Titel haben das Potenzial, künftig in Kirchengemeinden, Chören und Gottesdiensten gesungen zu werden.“

Für den erstplatzierten Beitrag ist eine weitere Präsentation bereits vorgesehen. „Erzähl uns von morgen“ wird am Dienstag, 15. Dezember, im Vorprogramm des Großen Hannoverschen Stadionsingens in der Heinz von Heiden Arena vorgestellt. **R/HR**



Gewinnen den Songwettbewerb (v.l.n.r.): Gunther Schendel (3. Preis für seinen Beitrag „Worte kannst du viele sagen“), Jan Keßler (1. Preis gemeinsam mit Matthias Lemme (nicht im Bild) für „Erzähl uns von morgen“) sowie Seraphia Pfohl und Tobias Jentsch (2. Preis mit ihrem Song „Große Freude“). Fotos: Lothar Veit



Gewinner Jan Keßler im Gespräch mit Hartmut Naumann, Leiter des Popularmusik-Zentrums Hannover.



HEEL

Neurexan*
50 Tabletten

Sie sparen 26%

11,95
statt ~~16,30~~**



POHL BOSKAMP

Gelomyrtol forte*
20 magensaftresistente Weichkapseln

Sie sparen 31%

10,45
statt ~~15,20~~**



BAYER VITAL

Aspirin Complex*
20 Beutel
Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage angegeben

Sie sparen 27%

13,95
statt ~~19,29~~**



HEXAL

Omep Hexal 20mg*
14 magensaftresistente Weichkapseln

Sie sparen 36%

9,95
statt ~~15,57~~**



RECKITT BENCKISER

Dobendan Direkt Flurbiprofen/ zuckerfrei*
24 Lutschtabletten

Sie sparen 33%

9,95
statt ~~14,99~~**



ENGELHARD

Prospan*
100 ml Hustensaft

Sie sparen 29%

7,25
statt ~~10,26~~**
(Preis pro 1000 ml 72,50)



WICK PHARMA

Vigantol 1000 I.E. Vitamin D3*
100 Tabletten

Sie sparen 28%

6,45
statt ~~8,98~~**



RATIOPHARM

Ginkobil- ratiopharm 120mg*
120 Filmtabletten

Sie sparen 29%

65,95
statt ~~92,99~~**



VERLA PHARMA

Magnesium Verla N*
200 Dragees

Sie sparen 26%

13,95
statt ~~18,99~~**



HALEON

Voltaren forte 23,2mg/g*
100 g Gel
Bei Schmerzen ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage angegeben

Sie sparen 27%

16,95
statt ~~23,40~~**
(Preis pro 1000 g 169,50)



URSAPHARM

Hylo- Comod*
10 ml Augentropfen

Sie sparen 25%

11,95
statt ~~15,95~~**
(Preis pro 1000 ml 1195,00)



A. NATTERMANN

Dulcolax Dragees 5mg*
100 magensaftresistente Tabletten

Sie sparen 28%

17,95
statt ~~24,97~~**



ORTHOMOL

Orthomol Immun*
30 Trinkfläschchen/ Tabletten

Sie sparen 20%

57,95
statt ~~72,99~~**



HEXAL

ACC akut 600mg*
10 Brausetabletten

Sie sparen 36%

8,45
statt ~~13,32~~**



HEXAL

Lopedium akut*
10 Hartkapseln

Sie sparen 37%

3,75
statt ~~6,03~~**



RATIOPHARM

Vitamin- B- Komplex- ratiopharm*
60 Kapseln

Sie sparen 34%

16,95
statt ~~25,79~~**



RATIOPHARM

Ibu-Lysin- ratiopharm 400mg*
20 Filmtabletten
Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage angegeben

Sie sparen 36%

6,95
statt ~~10,98~~**



RATIOPHARM

Nasenspray- ratiopharm Erwachsene kons. frei*
10 ml

Sie sparen 33%

3,95
statt ~~5,97~~**
(Preis pro 1000 ml 395,00)



RATIOPHARM

Paracetamol- ratiopharm 500mg*
20 Tabletten
Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage angegeben

Sie sparen 35%

2,85
statt ~~4,39~~**



DR. PFLEGER

Ipalat classic/ honigmild/ zuckerfrei*
40 Halspastillen

Sie sparen 29%

5,25
statt ~~7,40~~**



BAYER VITAL

Bepanthen*
10 g Augen- und Nasensalbe

Sie sparen 28%

6,25
statt ~~8,78~~**
(Preis pro 1000 g 625,00)



RECKITT BENCKISER

Gaviscon Dual 500mg/ 213mg/ 325mg*
Suspension, 12×10 ml

Sie sparen 36%

8,95
statt ~~13,99~~**
(Preis pro 1000 ml 74,58)



WICK PHARMA

Wick MediNait Nacht*
90 ml Sirup
Enthält 18 Vol.-% Alkohol; Packungsbeilage beachten; Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage angegeben

Sie sparen 29%

11,95
statt ~~16,99~~**
(Preis pro 1000 ml 132,78)



PIERRE FABRE

AVÈNE Promopack Cold Cream*
54 ml Handcreme/ Lippenpflegestift

Aktion

9,90
**
(Preis pro 1000 ml 183,33)



City Apotheke
pharmacie internationale
COUPON
20% RABATT
auf den gesamten Einkauf
ausgenommen sind verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen, Zuzahlungen, Gutscheine, Dienstleistungen sowie andere Rabattaktionen und unsere Angebote. Gültig für alle vorrätigen Artikel und nur solange der Vorrat reicht. Coupon gilt nicht im Notdienst. Gültig bis zum 31.12.2026

* Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten. Angebote gültig vom 01.11.2026 bis zum 31.12.2026. Abbildung ähnlich. Preise in Euro. **Unser bisheriger Verkaufspreis.

City Apotheke
pharmacie internationale

Angebote November/ Dezember 2026*

City Apotheke
Saskia Keßler e.K.
Vera Hohlweg- Majert e.K.
Karmarschstraße 33/35
30159 Hannover
Tel. (0511) 30 77 66
www.dieapotheke.com

3144901_002626

Sechs Sterne und ein Dank

CARSTEN LAUE von den Hannover Runners hat sechs der berühmtesten Marathons der Welt absolviert

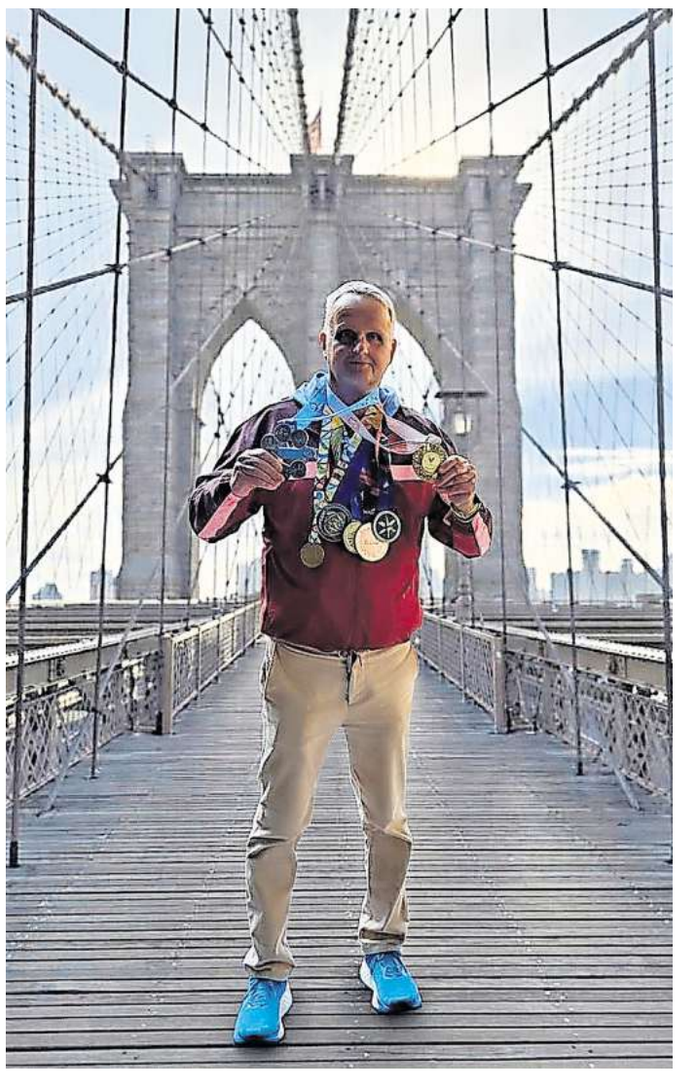
HANNOVER. Als Carsten Laue nach 3:59 Stunden im Central Park die Ziellinie des New-York-Marathons überquert, liegen 160 Wochen zwischen seinem ersten und seinem sechsten Rennen der legendären Marathonserie. Tokio, Boston, London, Berlin, Chicago und New York: sechs Städte auf drei Kontinenten, sechs Mal 42,195 Kilometer. Der 56-Jährige von den Hannover Runners hat sich damit die Six-Star-Finisher-Medaille verdient. Noch vor wenigen Jahren hätte er sich eine solche Leistung selbst kaum zugetraut.

Damals war Laue ein Gelegenheitsläufer. Ein- bis zweimal pro Woche ging er joggen, ohne größere sportliche Ambitionen. Zudem lag eine schwierige Zeit hinter ihm. Er hatte seinen an einem Gehirntumor erkrankten Vater gepflegt und litt nach dessen Tod an einem Burnout. Seine damalige Freundin half ihm, wieder Halt zu finden, und ermutigte ihn, das Laufen ernsthafter zu betreiben. Aus den gelegentlichen Runden entwickelte sich allmählich ein ambitioniertes Training.

Fünfmal pro Woche zog Laue schließlich die Laufschuhe an. Zwölf bis 15 Kilometer am Mittwochabend, weitere 15 am Donnerstagmorgen, dazu lange Läufe über 20 bis 30 Kilometer am Wochenende: Der Sport bekam einen festen Platz in seinem Alltag. Entscheidend war aber nicht allein die Zahl der Trainingskilometer. Mit seiner Leistungsfähigkeit wuchsen auch seine Ziele.

Eine besondere Hürde stellen bei den großen internationalen Marathons die Startplätze dar. Während für einige Rennen Losglück nötig ist, können schnelle Läufer bei bestimmten Veranstaltungen über ihre Bestzeiten einen garantierten oder bevorzugten Zugang erhalten. Laue wollte sich insbesondere die Teilnahme in Boston und New York durch seine Leistungen sichern, statt auf ein Angebot einer kostenpflichtigen Reiseagentur zurückzugreifen. Er erreichte die erforderlichen Qualifikationszeiten für beide Rennen. Doch damit war seine Entwicklung längst nicht abgeschlossen. Mit seinen Laufleistungen aus dem Jahr 2025 qualifizierte sich Laue auch für die Altersklassen-Weltmeisterschaft im Marathon. Im Mai 2026 trat er im südafrikanischen Kapstadt an. Aus dem Mann, der einst nur gelegentlich joggte, war ein ambitionierter Langstreckenläufer geworden, der sich mit internationaler Konkurrenz seiner Altersklasse messen konnte.

Für den Abschluss seiner Six-Star-Serie hatte Laue New York vorgesehen. Doch ausgerechnet vor diesem Rennen machten ihm gesundheitliche Probleme zu schaffen. Seit April kämpfte er mit auffälligen Werten bei der Transferrinsättigung, einem Maß für den Eisenstoffwechsel. Erst im Oktober stabilisierten sich die Werte. Nach einem Berglauf Anfang Oktober kamen erhebliche Kniebeschwerden hinzu. Die anspruchsvolle Strecke durch New York wurde damit zur besonderen Herausforderung. Sie führt von Staten Island über Brooklyn, Queens und die Bronx nach Manhattan, über mehrere große Brücken und durch Straßen mit wechselndem Höhenprofil. Bereits ab Kilometer 17 machten sich Laues Knieprobleme deutlich bemerkbar. Mit Bandage und reduziertem Tempo setzte er den Lauf fort. Eine neue Bestzeit war unter diesen Umständen kein realistisches Ziel mehr. Entscheidend war, die sechste Ziellinie zu erreichen. Unter den 61.146 Menschen, die den New-York-Marathon beendeten, belegte Laue schließlich Rang 18.312. Seine Zeit von 3:59 Stunden reichte für den Abschluss einer Serie, für die er nur drei Jahre, zwei Monate und 15 Tage benötigt hatte.



Stolz zeigt Carsten Laue seine sechs Medaillen der „Major Six"-Serie mit der Six-Star-Finisher-Medaille. Foto: Privat

Zu den besonderen Momenten der Reise gehörte für ihn auch die Eröffnungsfeier im Central Park. Der Veranstalter hatte Laue eingeladen, gemeinsam mit anderen angehenden Six-Star-Finishern an der internationalen Parade der Nationen teilzunehmen. Als ihn die Kamera während der weltweit übertragenen Feier erfasste, winkte er seinen Freunden und Bekannten zu Hause zu – wie zuvor versprochen.

Dass seine Entwicklung nicht allein auf eigener Disziplin beruht, ist Laue wichtig. Seiner ehemaligen Freundin, die ihn während einer schweren Lebensphase unterstützte und an seine sportlichen Möglichkeiten glaubte, schreibt er einen entscheidenden Anteil daran zu. Sowohl die Six-Star-Medaille als auch die Finisher-Medaille der Altersklassen-WM gehören für ihn deshalb symbolisch auch ihr. „Sie hat mich aus diesem Loch herausgeholt und mich zu einem der besten Läufer meiner Altersklasse in der Region geformt", so Laue.

Seine bisherige Bilanz steht jedenfalls fest: Innerhalb von 160 Wochen hat er nicht nur sechs große Marathons bewältigt, sondern seine eigenen sportlichen Möglichkeiten erheblich erweitert. Nach New York steht zunächst die Erholung seines angeschlagenen Knies an. Die Marathonwelt wächst unterdessen weiter: Mit Sydney und Kapstadt sind inzwischen zwei weitere Rennen in die Serie der World Marathon Majors aufgenommen worden. R/HR

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

Kunst und Krempel Podbi 206
Podbielskistr. 206
30177 Hannover
Inh. Lorenz Richter

großer Silberbesteck und Zinn-Ankauf!

Tel. 0511 67 43 47 37 | Tel. 0176 14 11 88 37

Wir kaufen Zinn aller Art:
• Geschirr • Becher
• Besteck • Krüge
• Figuren • Vasen
• Spielzeug • Medaillen



Außerdem Ankauf von:



Pelzen



Orientteppichen



und vieles mehr!



Militaria



Besteck (versilbert)



sowie: Modeschmuck, Uhren, Münzen, Silber, Gold uvm.

HAUSBESUCHE MÖGLICH! ANFAHRT KOSTENLOS

Wir kaufen Ihre Ware auch ohne Gold

31296801_002626

STANZE SEIT 1872 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. – 20.00 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 20.11.2026. 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.

36776702_002625

Die Schaltsekunde wird abgeschafft

Gefahr für IT-Systeme weltweit: Unser Planet drehte sich zuletzt etwas schneller – es wäre jedoch riskant, die **OFFIZIELLE WELTZEIT** daran anzupassen

VON IRENE HABICH / RND

Die Erde hat leicht Fahrt aufgenommen: In den vergangenen Jahren drehte sich unser Planet ein wenig schneller als zuvor. Dadurch weicht die echte Tageslänge geringfügig von der offiziell definierten Weltzeit ab. Doch anstatt diese wie bisher anzupassen, will man die Abweichung künftig in Kauf nehmen. Das wurde auf der Generalkonferenz des Internationalen Büros für Maß und Gewicht (BIPM) in Versailles entschieden.

Für eine Umdrehung benötigt die Erde knapp 24 Stunden – das ist die Grundlage unserer Zeitrechnung. Moderne Atomuhren zählen beharrlich jeden Tag diese 24 Stunden und damit 86.400 Sekunden herunter. Mit ihrer Hilfe wird die koordinierte Weltzeit ermittelt, die UTC. Sie gilt am Längengrad 0, und an ihr richten sich exakte Zeitangaben weltweit aus.

Was die Uhren nicht erfassen, sind natürliche Schwankungen der Tageslänge. So brauchte die Erde in den vergangenen Jahrzehnten meist minimal länger, um eine Umdrehung zu vollenden. Damit die koordinierte Weltzeit mit dieser realen Dauer – also der astronomischen Zeit – übereinstimmt, wurden der UTC zusätzliche Sekunden hinzugefügt, sogenannte Schaltsekunden. Seit dem Jahr 1972 ist das bereits 27 Mal geschehen, zuletzt zu Silvester 2016.

Teilweise gab es dabei schon Probleme. So führte das Einfügen einer Schaltsekunde am 30. Juni 2012 zum Zusammenbruch mehrerer großer Internetdienste – darunter Mozilla, Reddit, LinkedIn und Yelp. Technische Schwierigkeiten im Buchungssystem lösten außerdem Verspätungen von mehr als 400 Flügen bei der australischen Airline Qantas aus. Einige IT-Unternehmen konnten Störungen offenbar nur dadurch vermeiden, dass sie die Zusatz-Schaltsekunde stückweise – aufgeteilt in Sekundenbruchteile – in die Systeme einspeisten.

Auf längere Sicht tendiert unser Planet eigentlich dazu, langsamer zu rotieren. Das liegt einerseits daran, dass der von der Gravitation zwischen Mond und Erde ausgelöste Wechsel der Gezeiten eine ständige Reibung erzeugt, welche die Drehgeschwindigkeit der Erde leicht abbremst. Dieser Effekt überlagert sich unter anderem noch mit den Auswirkungen von Bewegungen flüssigen Gesteins im Erdinneren. Diese führen dazu, dass sich die Masseverteilung innerhalb der Erdkugel verändert – auch das hat Einfluss auf die Rotation.



Seit einigen Jahren rotiert die Erde nun vorübergehend allerdings schneller, wodurch einige Tage minimal kürzer als 24 Stunden ausfallen. Teils beträgt diese Differenz bis zu einer Millisekunde.

Um Erdumdrehung und Atom-Weltzeit weiter synchron zu halten, müsste man daher künftig negative Schaltsekunden einrechnen. Das heißt, es müsste bei der UTC eine Sekunde übersprungen werden. Das wäre noch riskanter: Man nimmt an, dass technische Systeme dies deutlich schlechter bewältigen könnten als die positiven, also zugefügten Schaltsekunden.

„Eine negative Schaltsekunde wurde bisher noch nie angewendet, und es wird davon ausgegangen, dass sie ein hohes Risiko birgt, Anomalien und Störungen in kritischen Infrastrukturen zu verursachen, die größtenteils nicht darauf vorbereitet sind", heißt es in der Erklärung des BIPM. „Zudem würden die Vorbereitungsmaßnahmen für die Branchen, die auf Zeitsynchronisation angewiesen sind, finanzielle Investitionen erfordern, deren Höhe schätzungsweise mit den Aufwendungen für die Vorbereitungen auf den Millennium-Bug vergleichbar wäre." Zum Jahreswechsel 1999/2000 hatte es Befürchtungen gegeben, dass Computer das Jahr 2000 als Jahr 1900 interpretieren könnten, weil in der Programmierung ursprünglich nur zwei Stellen für Jahresangaben vorgesehen waren.

Das BIPM, das sich um die weltweite Koordination der Messstandards zu den physikalischen Basiseinheiten kümmert, betonte auch die immer größere Bedeutung virtueller Dienste, intelligenter Stromnetze und vieler wichtiger Anwendungen, die mit dem Internet verbunden sind. Außerdem sei zu befürchten, dass globale Dienstleister verschiedene Schritte ergreifen, um negativen Auswirkungen vorzubeugen – was zur Abweichung zwischen den Systemen und weiteren Problemen führen könne. Würden zum Beispiel verschiedene große Server die Sekunden in aufgestückelter Form, aber nicht synchronisiert entfernen, könnte auch das Stress auslösen.

EINE STUNDE ABWEICHUNG ERLAUBT

Internationale Organisationen sowie einzelne Vertreter der Industrie hatten das BIPM zuvor um die Abkehr von der Schaltsekunde gebeten. Unter anderem hatten die Tech-Konzerne Google, Microsoft, Meta und Amazon vor den Folgen negativer Schaltsekunden gewarnt.

Das Ende der Schaltsekunde tritt zum 20. Mai 2027 in Kraft und wird damit vorgezogen. Ursprünglich war die Abschaffung für das Jahr 2035 geplant. Sie bedeutet, dass die Weltzeit, die sich an den Atomuhren orientiert, unverändert weiterläuft – und zwar bis mindestens zu dem Zeitpunkt, an dem die astronomische Zeit eine Stunde, also 3600 Sekunden, von der UTC abweicht. Dann erst könnte eine positive oder negative Stunde eingefügt oder übersprungen werden.

Bis dahin bleibt Zeit, an der besten technischen Lösung zu arbeiten. Ehe sich eine Abweichung von einer Stunde ergibt, könnten 1000 Jahre vergehen. Und der aktuelle Abstand könnte sich wegen der langfristigen Tendenz zur Verlangsamung der Erdrotation auch wieder ausgleichen.



Schaltsekunden gleichen Abweichungen zwischen der Zeitmessung laut Erdrotation und der Weltzeit aus. Symbolbild: Mikhail Nilov / Pexels

Für die Astronomie, die Raumfahrt und zum Beispiel auch bestimmte Satellitentechnologien bleibt die Bestimmung der exakten Erdumdrehungszeit relevant. Diese wird auch weiter ermittelt. Auf der Erde orientiert sich die Zeitmessung ansonsten vorerst an der unbeirrt weiterlaufenden UTC. Auch hierbei soll es aber noch eine Veränderung geben.

NEUE UHREN HUNDERTMAL GENAUER

So bemessen Atomuhren die Länge einer Sekunde bisher überwiegend mithilfe des Alkalimetalls Cäsium. Eine Sekunde entspricht dabei 9.192.631.770 Schwingungsperioden des Cäsium-133-Isotops – ermittelt wird über eine Bestrahlung mit Mikrowellen von außen indirekt die Zeit, in der diese spezielle Atomsorte zwischen zwei Energiezuständen hin und her wechselt.

Dieses Verfahren ist schon sehr genau, in Zukunft will man die fortlaufende Weltzeit aber mit neuen Geräten noch genauer erfassen. Sogenannte optische Atomuhren können mithilfe von Laserlicht Sekunden noch etwa hundertmal exakter messen. Sie bestimmen dabei nicht mehr die Schwingungen von Cäsiumatomen, sondern diejenigen anderer Elemente wie Strontium, Ytterbium oder Lutetium.

Bis zur Umstellung auf eine neue Art der Weltzeitbestimmung und damit zur Neudefinition der Sekunde wird noch eine Übergangszeit eingeräumt: Erst bis zum Jahr 2030 soll die UTC genauer sein.

Im Alltag der allermeisten Menschen ändert sich durch die Neuerungen nichts, auch nicht für Smartphones oder Computer. Umgestellt werden müssen Uhren nach wie vor nur zum Wechsel zwischen Sommer- und Winterzeit – das nächste Mal wieder im März 2027.

Anzeige

Gold im Depot: Was bleibt, wenn Märkte schwanken

Viele Anlegerinnen und Anleger fragen sich derzeit, was ihr Erspartes auf Dauer schützt.
Physisches Gold erfüllt diese Aufgabe seit Langem – und ist heute leichter zu kaufen, zu verwahren und anzusparen als je zuvor.

Ein Wert ohne Gegenpartei

Was abends in den Nachrichten läuft, schlägt manchem aufs Gemüt und mitunter auch aufs Depot. Umso größer kann der Wunsch nach etwas sein, das finanzielle Sicherheit gibt. Gold erfüllt diese Rolle seit Langem. In Zeiten wirtschaftlicher Umbrüche und anhaltender Goldkäufe der Notenbanken gewinnt das Edelmetall neues Gewicht – nicht als Relikt vergangener Zeiten, sondern als zeitgemäße Vorsorge.

Dabei ist Gold seit jeher ein Fundament des Geldwesens. Sein Wert hängt nicht davon ab, dass eine Bank, ein Unternehmen oder ein Staat eine Zusage einhält, und seine Substanz überdauert Generationen. Viele Anlegerinnen und Anleger sehen darin einen Schutz vor dem Kaufkraftverlust von Währungen und vor Risiken, die das gesamte Finanzsystem erfassen können. Wer das Metall physisch besitzt, muss nicht fürchten, dass eine Bank oder ein verschachteltes Finanzprodukt ausfällt.

Wie viel Gold gehört ins Vermögen?

Welchen Anteil Edelmetalle im Vermögen haben sollten, haben Forschende der Universität Zürich in einer Anfang 2025 veröffentlichten Studie untersucht. Ihr Ergebnis: Edelmetalle wirken wie eine Versicherung für Krisenzeiten. Wer sein Vermögen regelmäßig auf feste Zielgewichte zurückführt, ob als Stiftung, Family Office oder Privatperson, sollte demnach 15 bis 20 Prozent in Edelmetallen halten.

Steuerfrei nach einem Jahr

Auch steuerlich hat physisches Gold in Deutschland Vorteile. Anlagebarren und anerkannte Anlagemünzen sind beim Kauf von der Mehrwertsteuer befreit, für Silber, Platin und Palladium gilt das nicht. Gewinne aus dem Verkauf sind nach einer Haltedauer von zwölf Monaten grundsätzlich steuerfrei. Wer Gold als langfristige Reserve hält, profitiert also gleich zweifach.



Physisches Gold hängt an keinem Zahlungsversprechen und bleibt auch in unruhigen Marktphasen ein verlässlicher Anker.

Sicher verwahrt

Ebenso wichtig ist die Frage, wo das Gold liegt. Zu Hause drohen Einbrüche, und die Hausratversicherung muss oft teuer erweitert werden. Professionelle Edelmetallhändler und spezialisierte Wertlager verwahren Gold dagegen einzeln, voll versichert und eigentumsrechtlich getrennt. In der Niederlassung Hannover bietet Degussa sowohl Wertlagerung als auch Schließfächer an.

Online informieren, vor Ort entscheiden

Der Weg zum Gold hat sich verändert. Kauf und Verwaltung laufen bei Degussa durchgängig digital, das Metall selbst bleibt analog: Ein Barren braucht weder Passwort noch Software-Update, und kein Cyberangriff kann ihm etwas anhaben. Viele Kundinnen und Kunden informieren sich deshalb zuerst online und entscheiden dann dort, wo sie das Gold in die Hand nehmen können. In den Degussa Niederlassungen beraten Fachleute beim ersten Sparplan ebenso wie bei einer einzelnen Anlagemünze oder einer umfangreichen Sammlung.

„Wer zu uns kommt, ist meist gut vorbereitet. Was dann noch fehlt, ist ein Gegenüber, das das Gold auf den Tisch legt und ehrlich sagt, was zur eigenen Situation passt", sagt Thorsten Straller-von Kersten, Head of Branch Hannover. „Gold kauft man nicht für die nächste Woche, sondern oft für die nächste Generation."

Schritt für Schritt zum eigenen Goldbestand

Wer seinen Goldbestand nach und nach und mit Disziplin aufbauen möchte, kann den Degussa Goldsparplan nutzen. Schon ab 25 Euro fließt jeder eingezahlte Betrag vollständig in physisches Gold. Weil regelmäßig gekauft wird, können sich Preisschwankungen über die Laufzeit ausgleichen: In teuren Phasen gibt es etwas weniger Gold, in günstigen etwas mehr. Das gebuchte Metall wird sicher verwahrt und ist jederzeit abrufbar.

Altes Gold, neuer Wert

Auch Schmuck, Erbstücke oder alte Medaillen aus Familienbesitz kauft Degussa an und macht sie schnell und unkompliziert zu Geld oder zu neuen Goldbarren. Die Experten der Degussa prüfen das Material zunächst auf Echtheit und Feingehalt, maßgeblich für das Angebot ist der Feingoldpreis am Tag der Bewertung.



Thorsten Straller-von Kersten leitet die Degussa Niederlassung Hannover.

Degussa Niederlassung Hannover
Theaterstraße 7
30159 Hannover
Tel. 0511 - 897338-11
E-Mail: hannover@degussa.com
degussa.com

31182401_002626

Deine Welt der Räder.

stadler

ABVERKAUF AUSSTELLUNGS RÄDER

MI 18. - SA 21. NOV.

SCOTT · BULLS · KTM · cannondale · GAZELLE · HERCULES · FLYER · i:SY · KALKHOFF · cervélo · COLNAGO · PEGASUS

20 % EXTRARABATT

BIS 65 % GESAMTERSPARNIS

- ✔ Auf alle Räder auf der Ausstellungsfläche
- ✔ Auch auf bereits reduzierte Ware

0 % FINANZIERUNG IN 24 RATEN OHNE ZINSEN [1)]

BLACK FRIDAY DEALS BEKLEIDUNG | HELME | SCHUHE

VAUDE · GIRO · SCOTT · DYNAMICS · DARE 2B · GOREWEAR · castelli · assos · Q36.5 · northwave · FOX · CRAFT · GAERNE · CRATONI · GONSO

16. - 30. NOV.

VOR ORT & ONLINE

20 % EXTRARABATT

BIS 70 % GESAMTERSPARNIS

HANNOVER Hanomag Gelände, Göttinger Straße 16 **Mo - Fr 10:00 - 19:30 Uhr | Sa 10:00 - 19:00 Uhr**

22x in deiner Nähe.

Zweirad-Center Stadler Hannover GmbH, Göttinger Straße 16, 30449 Hannover. Irrtümer, Druckfehler, Preisänderungen und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Teilweise keine Originalabbildungen.
1) Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. Solange der Vorrat reicht. Bitte beachten: Kredite kosten Geld und müssen zurückbezahlt werden. Aktion bis 24.12.2026

31867901_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

31877601_002626

Kronsberg neu gelesen

HANNOVER. Das Crown Contemporary der Hochschule Hannover eröffnet am Dienstag, 17. November, von 17 bis 20 Uhr die Ausstellung „TURN TO THE LEFT / TURN TO THE RIGHT" des Londoner Künstlers Jaspar Joseph-Lester. Grundlage sind zwei Spaziergänge, die am Kunstraum starten. Unterwegs sammelte der Professor Schriftzüge, Bilder und Textfragmente und kartierte sie neu. Zu sehen ist die Schau vom 18. November bis 10. Januar in der Wülferoder Straße 61. Am Mittwoch, 18. November, ab 17 Uhr folgt im Stadtteilzentrum KroKuS, Thie 6, ein Künstlergespräch mit der Kuratorin Susanne Prinz. **R/HR**

Basteln: Sterne aus Papier

HANNOVER. Die Stadtbibliothek, Hildesheimer Straße 12, bietet Weihnachtsbastelnachmittage für Kinder und Erwachsene an. Sie finden jeweils mittwochs statt, am 18. November sowie am 2. und 9. Dezember, jeweils von 15 bis 16.30 Uhr. Aus einfachem Papier entstehen Sterne, Grußkarten und weihnachtlicher Schmuck. Der Eintritt ist frei. **HR**

Der Zoo als Lichtermeer

ANZEIGE

Verlosung: Karten für ZooLights zu gewinnen – Der Erlebnis-Zoo Hannover wird zum Winterwunderland

HANNOVER. Ein begehbarer Lichterzug, eine riesige Löwenkonstruktion und tausende Lichtpunkte: Ab dem 17. November verwandelt sich der Erlebnis-Zoo Hannover wieder in ein funkelndes Winterwunderland. Auf einem rund zwei Kilometer langen Lichterpfad erwarten die Besucherinnen und Besucher über 750 illuminierte Objekte sowie interaktive Lichtstationen. Gemeinsam mit dem Lichtfestival-Spezialisten Lumagica entstehen beeindruckende Lichtinszenierungen, die die Themenwelten des Zoos in eine verzaubernde Atmosphäre hüllen.

Wir verlosen 30×2 Eintrittskarten für die Zoolights im Erlebnis-Zoo Hannover. Teilnahmeschluss ist der 18. November 2026, 1 Uhr. Wer am Gewinnspiel teilnehmen möchte, scannt einfach den hier stehenden QR-Code mit dem Smartphone oder Tablet, um sich anschließend online für die Teilnahme zu registrieren. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Festliche Beleuchtung: Die ZooLights 2026 setzen auf Spielerisches und Stimmungsvolles. Foto: Erlebnis-Zoo Hannover



14046001_002626

Noch einmal ins alte Ägypten

Verlängerung: Tutanchamun-Ausstellung in der Alten Druckerei bleibt bis Ende Januar 2027

HANNOVER. Mehr als 800 Rekonstruktionen von Grabschätzen und eine virtuelle Reise ins Tal der Könige: „TUTANCHAMUN: Ein Immersives Abenteuer" bleibt länger in Hannover. Die Ausstellung in der Alten Druckerei wird erneut verlängert. Bis Sonntag, 31. Januar 2027, ist sie noch zu sehen.

Über die nachgebildeten Fundstücke hinaus führt die Ausstellung mit 360-Grad-Technologie an verschiedene Schauplätze: ins Tal der Könige, an die Orte der Grabentdeckung sowie in die Straßen Kairos und auf die Basare des alten Ägypten. Ein weiterer Teil widmet sich der Mythologie und Glaubenswelt. Dargestellt werden Tutanchamuns Reise ins Jenseits und seine Verwandlung vom sterblichen König zum ewigen Sonnengott. Zum Abschluss folgt eine rund zwölfminütige Virtual-Reality-Erfahrung. Mit einer entsprechenden Brille lässt sich die virtuell dargestellte Welt des Pharaos erkunden.

Mittwochs, sonntags und an Feiertagen ist die Ausstellung in der Alten Druckerei, August-Madsack-Straße 1, von 10 bis 18 Uhr geöffnet, donnerstags, freitags und sonnabends von 10 bis 20 Uhr. In den Ferien gelten abweichende Öffnungszeiten. Für den regulären Besuch ist ein Zeitfenster zu buchen. Das Ticket ermöglicht den Zugang innerhalb des ausgewählten Zeitraums; die anschließende Verweildauer ist nicht begrenzt. Alternativ werden in begrenzter Zahl Flex- und Geschenktickets angeboten. Karten sind an den bekannten Vorverkaufsstellen, an der Tageskasse und online erhältlich.

Informationen und Tickets gibt es unter tut-ausstellung.com.



Die Ausstellung „TUTANCHAMUN: Ein Immersives Abenteuer" wird verlängert. Foto: Linus Harwig



31398004_002626



31579901_002626

Advent im Lichthof

HANNOVER. Die Leibniz Universität Hannover (LUH) veranstaltet erstmals ein gemeinsames Adventssingen. Es findet am Sonnabend, 28. November, von 16 bis 18 Uhr im Lichthof des Welfenschlosses statt.

Auf dem Programm stehen Weihnachtsklassiker wie „Oh, Tannenbaum" und „Stille Nacht". Der Chor der LUH und das Collegium Musicum, das Sinfonieorchester der Universität, begleiten die Teilnehmenden musikalisch. Textsicherheit oder Gesangserfahrung sind nicht nötig. Die Teilnahme ist kostenlos.

Weil der Lichthof nur begrenzt Platz bietet, ist eine Anmeldung unter uni-hannover.de/adventssingen erforderlich. Der Zugang ist ausschließlich mit Anmeldecode möglich. **R/HR**



27476201_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

Damit wir Euch erreichen können, nennt uns bitte unbedingt Eure Adresse und 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 werden rechtzeitig vor Weihnachten telefonisch oder schriftlich benachrichtigt und erhalten ihr Geschenk bei einer persönlichen Übergabe. Den genauen Termin teilen wir hierfür noch mit.

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
elektro-fundgrube-hannover.de
Miele GRUNDIG BOSCH smeg AEG LIEBHERR

JÖCKS BESTATTUNGEN
Inh. Anja Lentze-Jöcks

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

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

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

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

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

Hommage an David Bowie

HANNOVER. Zum zehnten Todestag von David Bowie gastiert die Show „David Bowie Symphony: The Celebration Concert“ im Theater am Aegi. Das Konzert beginnt am Freitag, 20. November, um 20 Uhr. Auf der Bühne stehen ein großes Orchester und ein internationales Ensemble. Sie verbinden symphonische Klänge mit Rockenergie und lassen Bowies Auftreten in einer Live-Show wieder aufleben. Auf dem Programm stehen die bekanntesten Stücke des Musikers, darunter „Let's Dance“, „Space Oddity“, „Rebel Rebel“, „Heroes“ und „Modern Love“. Bowie hatte sich in fast fünf Jahrzehnten als Musiker immer wieder neu erfunden und mit verschiedenen Genres experimentiert. Sein letztes Album „Blackstar“, das von düsterer Atmosphäre geprägt ist, erschien nur zwei Tage vor seinem Tod. Karten gibt es in den HAZ/NP-Ticketshops. **RED**

Jeremias live mit Orchester

HANNOVER. Die Hannoveraner Indie-Pop-Band Jeremias tritt gemeinsam mit der NDR Radiophilharmonie auf. Die drei Freistil-Konzerte unter der Leitung von Aurel Dawidiuk finden am 19., 20. und 21. November jeweils ab 20 Uhr im Großen Sendesaal des NDR Konzerthauses, Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 22, statt. Karten gibt es im Vorverkauf über das NDR Konzerthaus für 12 bis 50 Euro. Die Band wurde 2018 von vier jungen Männern in Hannover gegründet und nach ihrem Sänger Jeremias Heimbach benannt. Ihre Musik verbindet moderne Poesie mit emotionalem Songwriting. Der ebenfalls aus Hannover stammende Dirigent, der mit 26 Jahren bereits Associate Conductor des Royal Concertgebouw Orchestra war, kennt Heimbach seit der Kindheit, beide sangen gemeinsam im Knabenchor Hannover. **RED**

Alle reden, keiner hört zu

Bitter und humorvoll: Die **OPER „ICH, ICH, ICH!“** im Ballhof führt durch eine Welt der Eitelkeiten



Die Staatsoper präsentiert mit „Ich, ich, ich!“ eine Oper von Raquel García-Tomás. Foto: Bettina Stoess

HANNOVER. Narzissten sind immer die anderen. Der Ex-Partner, der selbstverliebte Künstler oder der Guru, der seine Weisheiten gegen Bezahlung verbreitet. Nur wer anderen ständig Narzissmus bescheinigt, hält sich gewöhnlich für bemerkenswert selbstreflektiert. Genau an diesem Widerspruch setzt die Komische Oper „Ich, ich, ich!“ von Raquel García-Tomás an. In der Psychiatriepraxis von Dr. Giovanni Tempesta möchte eine Frau von ihren Problemen erzählen. Doch der Arzt hat längst beschlossen, woran die Welt krankt – und hört deshalb gar nicht erst zu. Im November zeigt die Staatsoper Hannover das Stück im Ballhof 1.

Klothildes Kater ist gestorben: ein Tier mit einem einzigen Auftritt, das miaut und unmittelbar danach tot ist. Doch die verzweifelte Kulturmanagerin hat noch mehr zu berichten. Tempesta hört nicht zu, sondern diagnostiziert allem und jedem Narzissmus. Dass er selbst dabei kaum einen Gedanken seiner Patientin gelten lässt, scheint ihm nicht aufzufallen. Stattdessen erklärt er ihr die Narzissmus-Epidemie der Gegenwart und führt Künstler, Bloggerinnen und Poser als Anschauungsmaterial vor. An Selbstbewusstsein mangelt es dem Doktor jedenfalls nicht.

Erst allmählich erfährt das Publikum, was Klothilde überhaupt in Tempestas Praxis geführt hat. Und tatsächlich hätte sie einiges zu erzählen – wenn man sie denn ließe. In szenischen Rückblenden folgt die Oper ihr durch einen Tag, an dem so ziemlich alles schiefgeht, was schiefgehen kann. Von der Straße führt der Weg ins Hotel, zur Vernissage, zur Beerdigung und in eine Meditationsgruppe. Dabei begegnet sie immer neuen Formen von Selbstverliebtheit und Selbstdarstellung.

Eine lange Fahrstuhlfahrt hält die erste schmerzhafte Nachricht bereit. Ein Liftboy erzählt Klothilde, dass ihr Freund Guido nicht nur eine schöne Stimme besitzt, sondern auch einen ausgefeilten Wochenplan für seine Beziehungen zu Frauen. Schweren Herzens eilt sie weiter zu einer Vernissage, die sie mitorganisiert hat.

Auf der Vernissage wird derweil viel über Kunst geredet – und offenbar wenig gesagt. Als ausgerechnet Klothildes Handy eine Galerie-Performance stört, ist nicht nur die künstlerische Andacht dahin: Klothilde verliert ihren Job. Auf der Trauerfeier ihres verstorbenen Freundes geht die Reihe der Enttäuschungen weiter. Zwischen Bestattungswerbung und Liebesreden entdeckt sie, dass sie offenbar nur eine von vielen großen Lieben war.

Nach all diesen Katastrophen sucht Klothilde ihr Heil in einem spirituellen Detox-Retreat. Doch auch dort wartet die Erleuchtung vergeblich. Statt innerem Frieden begegnet sie einem Zen-Guru, bei dem gesunde Distanz vermutlich die beste Achtsamkeitsübung wäre. Wieder zurück in Tempestas Praxis, kommen andere, bislang versteckte Wahrheiten ans Licht. Eine Krankenschwester weist die Anwesenden zurecht.

Das Libretto von Helena Tornero führt durch die Eitelkeiten vermeintlich besonders authentischer Kunstschaffender, aufmerksamkeitsheischender Erfolgsbloggerinnen und verschwurbelter Esoterik-Gurus. Raquel García-Tomás begleitet diese Begegnungen mit einer Musik, die stellenweise comicartig, dann wieder zitatverliebt ist. Bitter und lustig nimmt die Oper pathologische Selbstverliebtheit, den Drang zur Online-Selbstdarstellung, Materialismus, das Missverhältnis von Herrschaft und Knechtschaft sowie Pseudo-Authentizität auseinander.

Vier Sängerinnen und Sänger reichen aus, um Klothildes ziemlich bevölkerte Welt der Eitelkeiten auf die Bühne zu bringen. Dabei müssen einige von ihnen ausgesprochen wandlungsfähig sein.

Hanna Larissa Naujoks übernimmt die Rolle der Klothilde. Max Dollinger singt Dr. Giovanni Tempesta und den Zen-Guru. Julia Sturzlbaum verkörpert die Katze, eine Erfolgsbloggerin, eine Performancekünstlerin, Silvia, eine lachende Frau und die Krankenschwester. Michał Prószynski tritt als Promi-Künstler, ungebildeter Poser, Liftboy, Bestatter, Mimì, pathologischer Patient und Doktor auf. Die wechselnden Rollen begleiten Klothildes Weg durch die unterschiedlichen Schauplätze ihrer Geschichte.

Die musikalische Leitung übernimmt Masaru Kumakura, es spielt das Niedersächsische Staatsorchester Hannover. Ruben Michael inszeniert; Bühne und Kostüme gestaltet Lydia Peters. Arno Lücker hat das Werk mit dem Originaltitel „Je suis narcissiste“ ins Deutsche übertragen und betreut die Dramaturgie.

Die Staatsoper zeigt „Ich, ich, ich!“ am Mittwoch, 18. November, sowie am Sonnabend, 21. November, im Ballhof 1. Die Vorstellung am Mittwoch, 25. November, ist die letzte dieser Spielzeit. Alle Termine laufen von 19.30 bis 21 Uhr. Eine Einführung beginnt jeweils 45 Minuten vor der Vorstellung. Die Oper wird in deutscher Sprache mit deutschen Übertiteln aufgeführt und dauert etwa anderthalb Stunden ohne Pause. **R/HR**

Prinzessin im Smoking

HANNOVER. Die Hannoveraner Autorin Charlotte Roos liest aus ihrem Kinderbuch „Prinzessin von Schrei“. Die Lesung für Kinder ab fünf Jahren findet am Freitag, 20. November, ab 15 Uhr in der Hugendubel-Buchhandlung, Bahnhofstraße 14, statt. Der Eintritt ist frei. Um eine kostenlose Voranmeldung unter hugendubel.reservix.de wird gebeten. Die Geschichte handelt von Prinzessin Margareta, die in einem großen Palast lebt und später Königin werden soll. Darauf hat sie ebenso wenig Lust wie auf die alten Regeln des höfischen Zeremoniells. Also krempelt sie den Alltag um: Sie trägt eine Smokingweste statt eines feinen Kleides und veranstaltet mit dem Palastbesitz einen Flohmarkt. Sich selbst, ihren Bodygerd und ihre Eltern beklebt sie mit Tattoos, und der königliche Sommerurlaub führt auf einen Campingplatz. Zunächst tun sich die Erwachsenen mit den Neuerungen schwer, doch nach und nach erkennen sie, dass frischer Wind guttun kann. **R/HR**

Rock für die Familie

HANNOVER. Die Band Randale spielt am Sonntag, 15. November, ab 16 Uhr im Béi Chéz Heinz, Liepmannstraße 7B, ein Konzert für Kinder und ihre Familien. Einlass ist ab 15 Uhr. Die Gruppe macht geradlinige Rockmusik, die auch Erwachsenen zuzumuten ist. Dazu kommen augenzwinkernde Texte über Pommes, das ABC oder den Hardrockhasen Harald. Stilistisch erinnert das Ganze an eine Mischung aus Die Ärzte und Ramones, nur eben als Kindermusik. Punkpanda Peter erklärt dazu alles, was man über Crowdsurfing wissen muss. Kinder müssen von mindestens einer Aufsichtsperson begleitet werden. Im Vorverkauf kosten die Karten 16,40 Euro, gegebenenfalls zuzüglich Gebühren; an der Abendkasse 17 Euro. **RED**

So klingt Lummerland

HANNOVER. Regen, Meeresrauschen und Hintergrundgesang kommen bei diesem Abenteuer auch aus dem Zuschauerraum. „Jim Knopf und die Wilde 13“ bezieht das Publikum in die Klangwelt der Geschichte ein: Gemeinsam entstehen im Saal die Geräusche, die Jim Knopfs neue Reise begleiten. Das Kindermusical ist bis Sonntag, 3. Januar 2027, im GOP Varieté-Theater Hannover, Georgstraße 36, zu sehen und wird für Kinder ab vier Jahren empfohlen.

Nach „Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer“ kehrt damit die Geschichte aus Lummerland auf die Bühne zurück. Die Produktion von C2 Concerts setzt Michael Endes Kinderbuchklassiker fort. Sie erzählt nicht nur ein weiteres Abenteuer mit Jim, Lukas und der Dampflok Emma, sondern auch den Abschluss ihrer großen Reise.

Jim ist inzwischen älter geworden. Die Frage nach seiner Herkunft lässt ihn jedoch nicht los: Woher kommt er eigentlich? Zusammen mit Lukas und Emma bricht er über die Meere auf, um diesem Geheimnis näherzukommen. Unterwegs begegnen sie der Meerjungfrau Sursulapitschi, treffen den Meerkönig und müssen die gefährliche Passage am Magnetfelsen bestehen. Schließlich führt ihr Weg zur berüchtigten Piratenbande „Die Wilde 13“.



Das Kindermusical mit Jim Knopf nimmt Fahrt auf. Foto: Hassan Mahramzadeh

Die Suche nach Jims Herkunft verbindet das Musical mit einer Geschichte über Freundschaft und Mut. Wie in den Büchern von Michael Ende geht es auch darum, über sich hinauszuwachsen. Musik begleitet die humorvollen und berührenden Momente; das gemeinsame Gestalten von Geräuschen und Hintergrundgesang gibt dem Publikum eine aktive Rolle im Geschehen.

Die regulären Termine bis 20. Dezember verteilen sich auf drei Wochentage: Donnerstags beginnt das Musical um 15 Uhr, sonnabends gibt es Vorstellungen um 10 und 13 Uhr, sonntags um 11 Uhr. Vor Weihnachten stehen zwei weitere Tage im Spielplan. Alle Termine und der Vorverkauf finden sich online auf variete.de. Schulen und Kindergärten können die Geschichte auch am Vormittag erleben. Die Sondervorstellungen finden noch bis Dienstag, 22. Dezember, an ausgewählten Wochentagen statt. **RED**

Ungebetene Gäste im Museum

HANNOVER. Angeknabberte Museumsobjekte und eine Puppe im Stickstoffzelt: Die Ausstellung „Hier nagt nicht nur der Zahn der Zeit – Schädlinge und Klimawandel“ beschäftigt sich mit Tieren, die in Sammlungen unerwünscht sind. Noch bis Sonntag, 7. März 2027, ist sie im Wilhelm Busch – Deutsches Museum für Karikatur und Zeichenkunst, Georgengarten 1, zu sehen. Das Museum übernimmt sie vom Naturhistorischen Museum Wien.

Museumsschädlinge gelangen unbemerkt nicht nur in Ausstellungsräume und Depots, sondern auch in historische Gebäude, Archive und Bibliotheken. Was sie an Museumsobjekten anrichten können, macht die Ausstellung anhand der Schäden sichtbar. Außerdem zeigt sie, wie es der Puppe Meister Zille im Stickstoffzelt ergeht. Der Blick auf die ungebetenen Gäste in den Sammlungen bietet damit auch einen Anlass, auf Entdeckungen in den eigenen Wohnungen und Schränken zu achten. Die Ausstellung verbindet das Thema mit dem Klimawandel. Steigende Temperaturen in Städten und ein wärmeres Innenraumklima in Museen führen dazu, dass Schädlinge häufiger vorkommen und sich schneller verbreiten. Auch fremde, wärmeliebende Insektenarten werden in Deutschland heimisch.

Das Wilhelm-Busch-Museum hat 2023 eine Schädlingsüberwachung eingerichtet. Es beteiligte sich außerdem als eine von mehr als 140 Institutionen am Projekt „Klimawandel und sein Einfluss auf Schädlinge in Museen in Deutschland“, das von der Deutschen Bundesstiftung Umwelt gefördert wurde. Dr. Pascal Querner und sein Team untersuchten dafür von 2024 bis 2025 das Schädlingsaufkommen in Museen deutschlandweit. Zur Arbeit gehörten eine Risikoanalyse und die Entwicklung vorbeugender Maßnahmen zur Bekämpfung.

Das Museum öffnet dienstags bis sonntags sowie an Feiertagen jeweils von 11 bis 17 Uhr. An den beiden Donnerstagen, 24. und 31. Dezember, bleibt es geschlossen. Der reguläre Eintritt kostet 9 Euro, ermäßigt 5 Euro, mit AktivPass 3,50 Euro, mit Hannover-Card 7 Euro. Zudem gibt es diverse Gruppen-Ermäßigungen. **R/HR**

Weitere Informationen gibt es unter karikatur-museum.de.



Tierische Eindringlinge im Museum Foto: Chloé Potter



Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Heute zwischen Gestern und Morgen
08. Dezember 2026: Pavillon

La Boheme
Diverse Termine: Staatsoper

In Extremo - Tranquilo II
10. Dezember 2026: Theater am Aegi

Julia Hamos - Klavierabend
11. Dezember 2026: Swiss-Life-Platz 1

Hannover Indians - Herne Miners
11. Dezember 2026: Eissporthalle

Hänsel und Gretel
Diverse Termine: Staatsoperr

Tatsächlich... Liebe in Concert
13. Dezember 2026: Swiss Life Hall |

Wokey Wokey
Diverse Termine: Ballhof zwei

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

30700801_002626

- ANZEIGE -

Förder-Schock bei PV Anlagen? Was Eigenheimbesitzer wissen müssen und warum das Warten bei PV-Anlagen und Wärmepumpen immer teurer wird.

Nachdem über Nacht die Förderung für Wärmepumpen geändert wurde, ist nun eine neue EEG Novelle beschlossen, durch die sich auch die Förderung von PV Anlagen zukünftig ändert.

Doch was genau hat sich verändert? Neugebaute PV Anlagen bekommen künftig drei Jahre eine feste Einspeisevergütung und gehen anschließend in die Direktvermarktung, was für die Eigentümer deutlich lukrativer sein kann, als die bisherige auf 20 Jahre feste Vergütung.

Die Förderung für Wärmepumpen hängt jetzt stärker vom Eigentümer ab. Das heißt, je nach Einkommen bzw. Kinderreichtum der Eigentümer kann die neue Förderung sogar höher ausfallen. In den meisten Fällen ist es allerdings zu einer Reduktion um ca. 5 Prozentpunkte im Vgl. zur alten Förderung gekommen.

Ganz genau und pauschal lässt sich das leider nicht sagen, da es immer auf den Fall ankommt und andere Förderungen von der EU und der lokalen Förderung die individuelle Gesamtförderung zusätzlich beeinflussen können.

Eines ist aber sicher: **ab jetzt werden die Zuschüsse alle sechs Monate um 11% gesenkt. Das ist gesetzlich vorgegeben und die nächste Reduktion findet am 01.01.2027 statt**. Bei PV Anlagen sinkt die Einspeisevergütung bereits seit Jahren alle 6 Monate automatisch. Wer seine Entscheidung immer wieder verschiebt, muss damit rechnen, Jahr für Jahr weniger Unterstützung zu erhalten und gleichzeitig steigende Material- und Handwerker Preise zu bezahlen.



Matari Geschäftsführer Hinz mit PV Modul und Wärmepumpe: Laut Regierungs Experten lohnen sich PV und Wärmepumpe auch ohne Förderungen sehr, sodass die Grundlage für Förderungen immer kleiner wird.

Die Änderung von einem auf den anderen Tag hat gezeigt, wie schnell sich die Förderlandschaft ohne vorherige Ankündigung ändern kann, auch bei PV-Anlagen. Wir haben hier bereits länger davor gewarnt und können nur weiter darauf hinweisen: Aktuell gibt es noch die **MwSt. Befreiung von bis zu 7.000 € für Photovoltaikanlagen <30kWp . Diese Förderung hat keine definierte Laufzeit und kann jederzeit wegfallen.**

Dabei war der Einstieg in die eigene Energieversorgung selten so einfach. Eine moderne Photovoltaikanlage inklusive Speicher und Wärmepumpe ist – je nach Objekt und Förderung

– bereits **ab ca. 195 € monatlich und häufig sogar ohne Anzahlung finanzierbar**. Da die Ersparnis bei den Strom-/ und Heizkosten die Rate aber i.d.R. weit übersteigt, sind PV und Wärmepumpe praktisch ab dem ersten Tag kostenlos.

Die Zukunft unserer Energieversorgung steht fest. Noch wird nur etwa **ein Achtel** der deutschen Energie aus erneuerbaren Quellen gewonnen. In 10 Jahren wird es ein Vielfaches sein. Wer jetzt investiert, profitiert von dieser Entwicklung. Wer wartet, verpasst die Chance und zahlt später mehr für Anlagen und Energie.

Die Sonne liefert jeden Tag kostenlosen Strom – die günstigste und zuverlässigste Energiequelle. Mit PV und Wärmepumpe können Sie Ihre Energieversorgung selbst in die Hand nehmen. Für Millionen Eigenheimbesitzer ist das längst Alltag.

Und das Beste: Sie **steigern den Wert Ihrer Immobilie** messbar um 5-10%. Das bestätigen alle aktuellen Marktstudien.

Die Matari Lehrte GmbH bietet **kostenfreie Beratungsgespräche** mit individueller Wirtschaftlichkeits-Berechnung und **Fördermittel-Beantragung**.

Als Bosch & Vaillant Premium Partner garantieren wir Ihnen modernste Technik, höchste Qualität und nachhaltige Energielösungen – **alles aus einer Hand.**

Qualität und nachhaltige Energielösungen – alles aus einer Hand.

Sichern Sie sich einen kostenlosen und unverbindlichen Beratungstermin unter www.matari.de oder unter 05132 87805.

Matari Lehrte –
Ihre regionale Energiewende beginnt direkt um die Ecke.

Matari Lehrte GmbH
Am Pfingstanger 6
31275 Lehrte
Tel. 05132 87805
E-Mail: info@matari.de
www.matari.de

Matari Lehrte GmbH

Ihr regionaler Meisterbetrieb aus Lehrte



Solaranlagen & Wärmepumpen

zu Werkspreisen



www.matari.de • 05132 87805

Matari Lehrte GmbH • Am Pfingstanger 6 • 31275 Lehrte • info@matari.de

31912001_002626

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Ihre Verhandlungsführung ist jetzt derart geschickt, dass Sie ohne Weiteres imstande sind, aus jeder Situation den maximalen Nutzen zu ziehen.

STIER 21.4.–20.5.
Gegenüber Konkurrenten dürften Sie sich im Vorteil befinden. Nun nicht leichtsinnig werden! Ein klarer Kopf ist die Voraussetzung für Erfolge.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Hervorragende Sternenkonstellation für Ihre Erwartungen. Sie brauchen gar nicht mehr so viel selbst zu tun, es fällt Ihnen alles in den Schoß.

KREBS 22.6.–22.7.
Eine Angelegenheit dreht sich im Kreis. Fassen Sie einen anderen Zeitpunkt ins Auge, dann wird sich eher ein gemeinsamer Nenner finden lassen.

LÖWE 23.7.–23.8.
Denken Sie ernsthaft daran, etwas für Ihre Gesundheit zu tun. Sie sollten zurückhaltender mit Genussmitteln sein und sportlich aktiver werden.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Bei einem Vertragsabschluss sollte das Kleingedruckte besonders beachtet werden. Lassen Sie sich auf keine Nebenabsprachen mündlicher Art ein.

WAAGE 24.9.–23.10.
Wenn Sie bei einem Projekt weiter gut im Rennen bleiben wollen, gibt es jetzt keinen Augenblick der Muße für Sie. Aber der Einsatz lohnt sich.

SKORPION 24.10.–22.11.
Eine Diskussion bringt Klarheit in eine etwas festgefahrene Situation. Es ist gut, dass Sie Ihre Argumente noch einmal gründlich hinterfragen.

SCHÜTZE 23.11.–21.12.
Heimliches Seufzen hilft nun nichts, Sie haben Ihre Finanzkraft überschätzt. Die gute Laune kann Ihnen trotzdem niemand nehmen. Nur weiter so!

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Ihr Ehrgeiz ist allgemein bekannt und verleitet andere schnell, Ihnen mehr aufzutragen, als Sie gut bewältigen können. Setzen Sie die Grenzen.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Sie müssen sich jetzt ganz intensiv mit einer Aufgabenstellung vertraut machen und sich gewissenhaft in eine für Sie neue Materie einarbeiten.

FISCHE 20.2.–20.3.
In einer bestimmten Angelegenheit ist das letzte Wort noch nicht gesprochen. Man schätzt Ihre Hilfe sehr und möchte ungern auf Sie verzichten.

APOTHEKEN

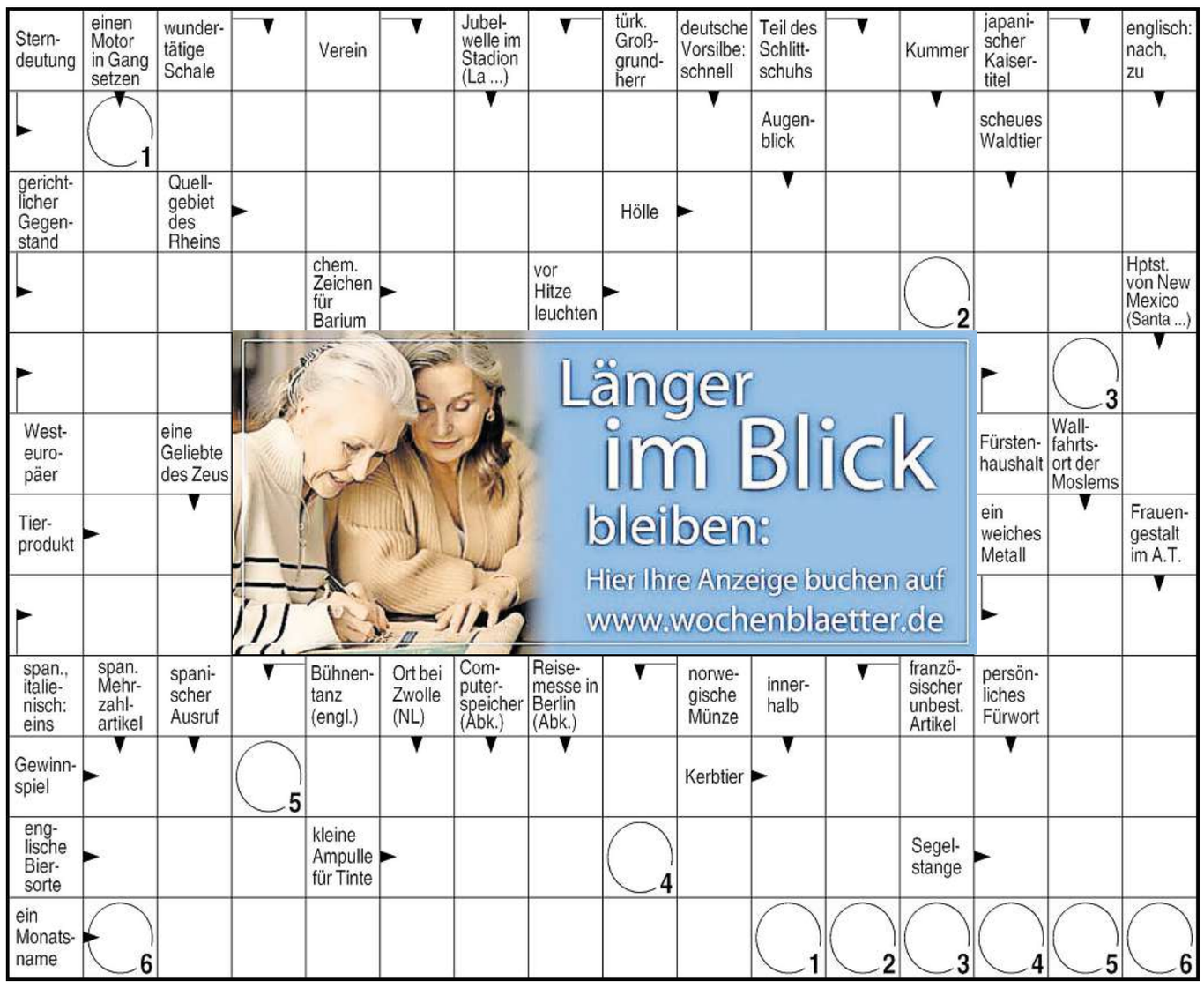
SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Leine-Apotheke Friedenstal, Tel. 9562035, Hannoversche Str. 102
Stadtweg-Apotheke, Tel. 420148, Ricklinger Stadtweg 41
Torhaus Apotheke, Tel. 76086115, Aegidientorplatz 2b

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR

Alpha-Apotheke, Tel. 435588, Mühlenbergzentrum 3d
City Apotheke OHG, Tel. 307766, Karmarschstr. 33-35
Leine-Apotheke Kronsrode, Tel. 22017984, Kattenbrookstrift 163

Rätselspaß am Wochenende



LEBENSHILFE

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

NOTDIENSTE

Stadt Hannover:

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

*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

Medizin ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

40 Minuten länger! Wer schläft wie lang und **was hilft, wenn man kaum zur Ruhe kommt?**

Der Baldriparan Schlaf-Atlas deckt große Unterschiede zwischen den Bundesländern auf. Doch bei Schlafproblemen hilft überall das Gleiche.

Deutschland schläft nicht in allen Bundesländern gleich. Unser Schlaf-Atlas enthüllt große regionale Unterschiede bei der Schlafdauer. Doch unabhängig vom Wohnort gilt: Wenn nervös bedingte Schlafstörungen die nächtliche Erholung stören, kann ein pflanzlich wirkendes Präparat beim Ein- und Durchschlafen helfen.

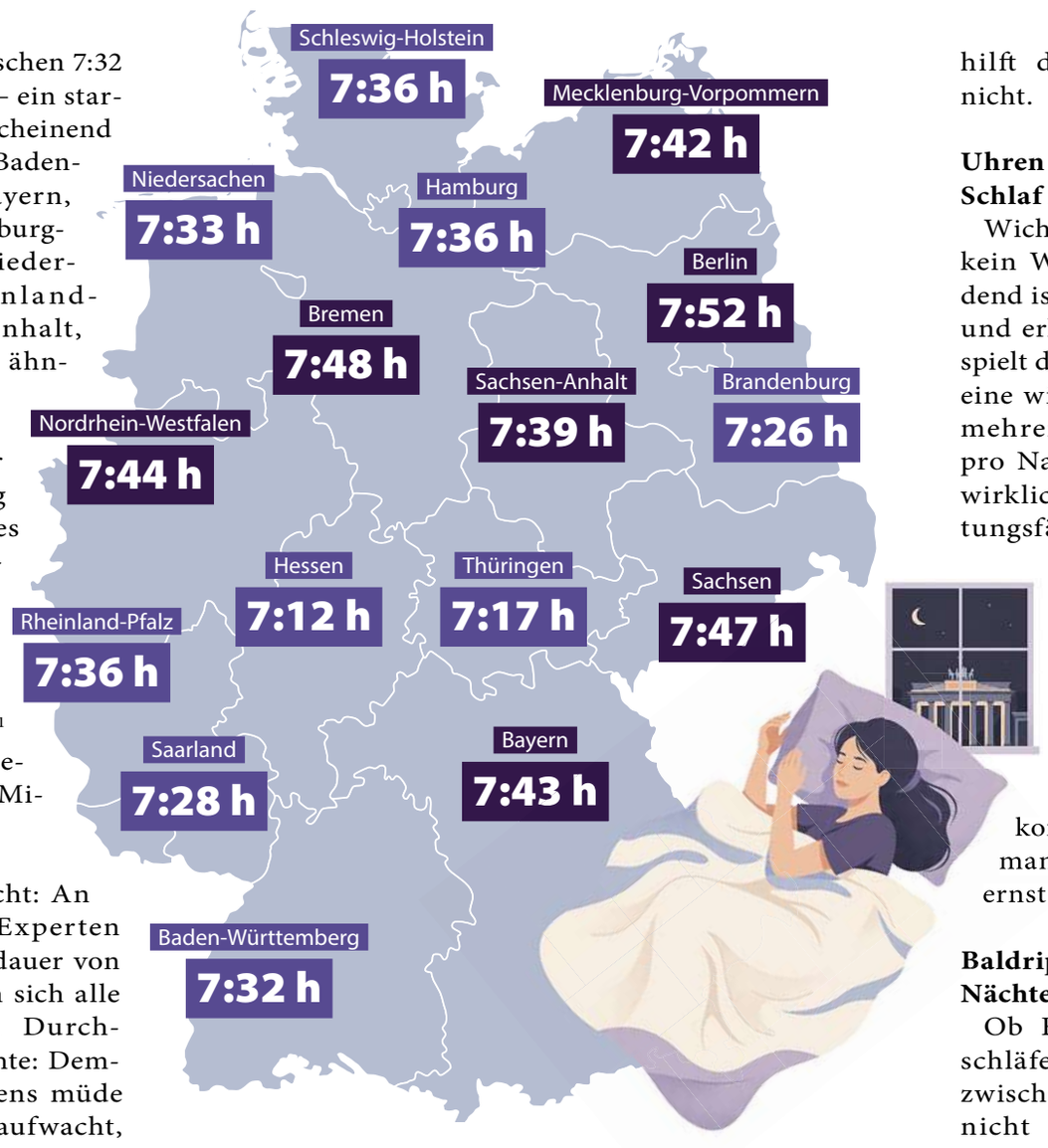
Sind Hessen Frühaufsteher oder Langschäfer? Und bedeutet eine lange Nacht in Berlin auch mehr Erholung? Das und viele weitere überraschende Fakten aus der Welt des Schlafens deckt der große Schlaf-Atlas für Deutschland auf. Wir haben die spannendsten Einblicke zusammengefasst.

Solides Mittelfeld, Streuung an den Rändern

Werktags schlafen die Menschen in Deutschland im Durchschnitt 7 Stunden und 36 Minuten. Besonders auffällig: Acht Bundesländer liegen dicht beieinander und kommen auf Werte zwischen 7:32 und 7:43 Stunden[1] – ein starkes Mittelfeld. Anscheinend sind die Betten in Baden-Württemberg, Bayern, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Sachsen-Anhalt, Schleswig-Holstein ähnlich bequem.

Deutlich größer ist die Streuung an den Rändern des Rankings. Berlin führt mit 7:52 Stunden Schlafdauer, Hessen bildet mit 7:12 Stunden das Schlusslicht.[1] Zwischen beiden liegen beachtliche 40 Minuten pro Werktag.

Die gute Nachricht: An die von Schlaf-Experten empfohlene Schlafdauer von 7-9 Stunden halten sich alle Bundesländer im Durchschnitt. Die schlechte: Demjenigen, der morgens müde und unausgeruht aufwacht, hilft diese Statistik leider nicht.



Uhren ticken anders – guter Schlaf kennt keine Grenzen

Wichtig ist: Schlafdauer ist kein Wettbewerb. Entscheidend ist, ob man ausreichend und erholsam schläft. Dabei spielt die Qualität des Schlafs eine wichtige Rolle. Nur wer mehrere Tiefschlafphasen pro Nacht durchläuft, kann wirklich ausgeruht und leistungsfähig in den Tag starten. Zwar ist nicht jede schlechte Nacht ein Grund zur Sorge. Wenn Ein- oder Durchschlafprobleme jedoch anhalten und man sich dauerhaft müde und unkonzentriert fühlt, sollte man seine Schlafprobleme ernst nehmen.

Baldriparan: für erholsame Nächte – überall

Ob Frühaufsteher, Langschläfer oder irgendwo dazwischen: Guter Schlaf muss nicht überall gleich aussehen. Fehlt er aber, kann Baldriparan – Stark für die Nacht helfen. Seit über 70 Jahren empfehlen Experten das Arzneimittel bei nervös bedingten Schlafstörungen. Heute ist es die Nr. 1* der pflanzlichen Schlafmittel. Baldriparan hat keinen Gewöhnungseffekt. Es wirkt ganz natürlich mit Baldrianwurzeltrockenextrakt, dessen Wirksamkeit in Studien belegt ist.[2] Baldriparan fördert sowohl das Einschlafen als auch das Durchschlafen[3] und bewahrt die Tiefschlafphase. So ermöglicht Baldriparan einen erholten Start in den Tag – von Bayern bis Schleswig-Holstein.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



www.baldriparan.de

*OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2026 • [1]https://www.belama.de/schlafstudie/ • [2]Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • [3]bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

30388701_002626

STELLENMARKT

HANDWERK / GEWERBLICHE BERUFE

Helfer/Kommissionierer,Staplerfahrer m,w,d für Hannover und Wedemark Anzulernende Tätigkeiten. www.teamatwork-hannover.de Tel. 0511-22066360

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

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

REINIGUNGS-KRÄFTE M/W/D

in Hannover-Mittelfelde (Paderborner Str.) gesucht.
Montag – Freitag
3–4 Std./Tag

FR Gebäudeservice
Telefon
0177 / 6 06 41 77
GEBÄUDESERVICE GmbH

31388801_002626

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

MINI– UND NEBENJOBS

Fahrer/in als Aushilfe, zum Ausliefern unserer Frischemenüs gesucht. Urlaubs- und Krankheitsvertretung. FS Kl. B. Mo-Fr 7-15:30 Uhr ✉ stephan.kulz@vitesca.de ☎ 0800 8483722

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.

WEITERE BERUFSFELDER



Werden Sie Teil unseres starken Teams!

Komatsu Germany ist ein Tochterunternehmen des global tätigen Komatsu-Konzerns, welcher zu den bedeutendsten Unternehmen der Baumaschinenbranche weltweit zählt. In Hannover-Linden entwickeln und produzieren wir mit rund 750 Mitarbeitern Radlader und Mobilbagger. Mit einer internationalen und vielfältigen Belegschaft blicken wir auf eine lange Tradition und Erfahrung im zukunftsweisenden Maschinenbau zurück.

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

Mechaniker (m/w/d)
Mechatroniker (m/w/d)
Meister Stahlbau (m/w/d
Mitarbeiter Lager (m/w/d)

Profitieren Sie von unseren Komatsu-Vorteilen:
Attraktive Vergütung (Metall-Tarif), 35h/Woche, 30 Tage Urlaub + Extras wie Jobticket, Hansefit, Mitarbeiterrabatte u.v.m.

Direkt online bewerben: https://komatsu.hcm4all.de/list#job-ads

Komatsu Germany GmbH · Hanomagstraße 15 · 30449 Hannover · www.komatsu.eu

31433801_002626

BundesImmobilien

Die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben – Anstalt des öffentlichen Rechts – Direktion Magdeburg sucht im Geschäftsbereich Facility Management für die Betreuung der im Eigentum der Bundesanstalt stehenden Liegenschaften am **Arbeitsort Hannover zum nächstmöglichen Zeitpunkt unbefristet** eine/einen:

Anlagenmechanikerin / Anlagenmechaniker für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik (w/m/d)

(bis EG 5 TVöD Bund /A 5m BBesG – Tarifgebiet West, Kennung MDFM259912)

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann bewerben Sie sich online bis zum **3. Dezember 2026** auf **www.interamt.de** unter der **Stellen-ID 1509678**.

www.bundesimmobilien.de

31551101_002626

STELLENGESUCHE

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

Maurer sucht Arbeit. Maurer und Fliesenleger ☎ 05032/ 9011037

Maler Handwerker Bodenleger Sucht Arbeit 01784480398

Suche Arbeit als Haushaltshilfe oder Reinigungskraft☎ 017677070528

31405101_002626

Maler sucht Arbeit. ☎0157-33254341

Achtung Stellensuchende

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

Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

Dein Job in Hannover & Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in
- Hemmingen
- Laatzen
- Pattensen
- Ronnenberg
- Lahe
- List
- Engelbostel
- Isernhagen Süd

Heute eingestellt, morgen zugestellt

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

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

30773601_002626

Schülerjob gesucht!

Zeitung austragen & Geld verdienen

Komm zu uns! Echt?

bewerben und arbeiten bei der WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH

freie Gebiete:
Nordstadt
Linden-Nord
Badenstedt
Davenstedt
Seelhorst
Bothfeld
Groß-Buchholz

einfach bewerben:
online, telefonisch
(0800 1234 399)
oder über **WhatsApp**

hallo wochenende

31555301_002626

IMMOBILIENMARKT

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

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

BEKLEIDUNG

Kleidertauschparty 22.11.26, Adventgemeinde Hannover-Süd, Schlägerstr 5, 11-13 Uhr. 7 gut erhaltene Frauen-/ Kinderkl. mitbringen und unbegrenzt tauschen. Gegen Spende nur shoppen. Wir freuen uns auf euch!

SCHMUCK & UHREN

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

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

hallo wochenende
erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

MADSACK Medien Hannover GmbH & Co. KG

August-Madsack-Straße 1
30559 Hannover

www.wochenblaetter.de
E-Mail: info@wochenblaetter.de

Redaktionsleitung:

Thorsten Schirmer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

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

29198601_002626

GARTEN

Schöner Garten in Langefelder Str. Kleingartenverein , sucht einen neuen Pächter . Ca. 550 qm groß, Laube aus Stein, Rasen, Apfelbäume und Mirabelle, WC, Brunnen mit Pumpe, hochwertiges Werkzeug. Garten kann sofort übernommen werden. ☎ 015221616568

Gartenpfl./Heckenschn.0172 1790101

KUNST– UND SAMMLERMARKT

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

Ankauf von Briefmarken und Münzen. Alles anbieten. ☎ 0151 2970 6817

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Fliesenleger + Badsanierung
☎ 0160/97739654

31514501_002626

HOBBY UND FREIZEIT



Modelleisenbahn Vereinsausstellung
Barsingh/Langreder Halbe Str. 4a 14-15
Nov. von 11-17Uhr
H0, N, H0m werden gezeigt. Börse u. Cafeteria Erw 4€, bis 1,20m frei.
Für Fragen modellbahn-mefhl.de

31565301_000126

Modelleisenbahn zu verkaufen? Modellbahner kauft komplette Sammlungen und Zubehör. 0175 777 44 99

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

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

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

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

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

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369
Haushaltsauflösung mit Wertanrechng

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

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

31513501_002626

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

Entrümp. & Kleintrans. 0163 9134970

30063501_002626

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

Gartenpflege inkl Ents.017641467766

Gartenpflege zum FP 0163/7709224

Dachreparaturen ☎ 44497279

TIERMARKT

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

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

ALLGEMEINE PLATZIERUNG

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

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe Motorräder ☎ (05121) 514583

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

BEKANNTSCHAFTS– ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Lieselotte, 74 J., gepflegt, mit schöner weibl. Figur. Seit ich verwitwet bin, fühle ich mich sehr einsam. Die Zeit heilt längst nicht alle Wunden, aber dennoch bin ich jetzt wieder bereit, in die Zukunft zu blicken. Gerne können wir uns verabreden oder ich komme Sie mit meinem Auto besuchen. PV Tel. 0162-7928872

ER SUCHT SIE

Der Herbst kommt zu zweit schmeckt der Kaffee besser, Spaziergänge in der Natur sind schön, mit Humor wirds nie langweilig.vielleicht hast du ja lust das ganze zu erleben Er/53/1,89/schl. su nette schl Sie für feste Beziehung☎015774123304

Lebensfroher er, 72, 1,70m, 68kg, NR aus H., Öffi-Fahrer mit Spaß an Tanzen, Kultur, Spaziergang usw. sucht positive sie auf Dauer. ☎0177/3282871

Sportl. ER, 55J, 187cm, Glatze, sucht Sie zwecks Sex. Alter/Figur egal. Absol. Diskretion, eweiss@fn.de

ER SUCHT IHN

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

DISKRETE TREFFS

Er sucht Sie (68/1,74/80/16) für zärtliche Erotik ohne Verpflichtung gerne etwas älter ☎ 01556/57 89 969

VERSCHIEDENES

VERSCHIEDENES

HYPNOSE verstehen und erleben. Info- und Erlebnisabend am Mittwoch, 18.11.26, um 18:30 Uhr. Gewinnen Sie einen gut verständlichen Einblick in die Möglichkeiten der Hypnosetherapie! www.gesundheitsburg.de, Am Herrenhäuser Bahnhof 28,☎ 01778025101.

REISEMARKT

REISEMARKT DEUTSCHLAND

HARZ

HARZ Morada HOTEL ALEXISBAD
WELLNESS-KURZTRIP

- 2, 3 oder 5 × Übernachtung
- 2, 3 oder 5 × MORADA-Frühstücksbuffet
- 2, 3 oder 5 × Abendessen
- 1 × Welcomedrink „Hexentrunk“
- **1 × Rückenmassage mit Aromaölen**
- **Nutzung der hauseigenen Saunawelt**

Anreise täglich (Feiertage ausgenommen)

3, 4 oder 6 Tage p. P. im DZ ab € 195,– Zimmer mit Balkon gegen Aufpreis

Freecall 0800/123 15 15

Hoteladresse/Anbieter: Harzquell Bewirtsch.-GmbH Kreisstraße 10 · 06493 Alexisbad
www.alexisbad.morada.de · alexisbad@morada.de

31483201_002626

VERANSTALTUNGEN

COSMETIC COLLEGE HANNOVER

Du hast eine Leidenschaft für Beauty und Wellness?

Dann komm zu uns und werde Kosmetiker:in!

Tag der offenen Tür 20. November 15 – 18 Uhr

Alexanderstr. 3 • 30159 Hannover (Zentrum)
www.meincosmeticcollege.de

35199301_002625

Die aktuelle Wochenendzeitung

hallo wochenende

REISE / TOURISTIK

SKAN-CLUB 60plus **WELLNESS AN DER OSTSEE UND IM HARZ** 8-Tage-Seniorenreisen

Morada HOTEL ARENDSEE

- An- und Abreise im Fernreisebus mit WC und Getränke-Selfservice sowie 7 Übernachtungen inkl. Halbpension (Frühstück und Abendessen)
- **Galabuffet und Mecklenburgisches Spezialitätenbuffet** (im Rahmen der Halbpension)
- Maritimer Abend u.v.m.

Arendsee mit Wellness * (+ € 100,– pro Person):
- **Tägliche Nutzung des Wellnessbereiches mit drei Saunen und Panorama-Ruheraum**
- **Eine Anwendung im MORADA „Soleo SPA“**

* außer Weihnachten, Silvester und Ostern

06.12., 13.12., 20.12. (Weihnachten), 27.12.2026 (Silvester), 03.01., 10.01., 17.01., 24.01., 31.01., 07.02., 14.02., 21.02., 28.02., 07.03., 14.03., 21.03. (Ostern), 29.03. (7 Tage), 04.04., 11.04.27

ab € **555,–** pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension
Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,– p. P.!
Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: ab € 150,–

Morada HOTEL ALEXISBAD

- An- und Abreise im Fernreisebus mit WC und Getränke-Selfservice sowie 7 Übernachtungen inkl. Halbpension (Frühstück und Abendessen)
- **Galabuffet und Harzer Spezialitätenbuffet** (im Rahmen der Halbpension)
- **„All-inclusive-Angebot“ ***
- **Kostenlose Nutzung des Hallenbades** u.v.m.

BETT & BIKE

Alexisbad mit Wellness * (+ € 100,– pro Person):
- **Tägliche Nutzung des Wellnessbereiches mit drei Saunen und einem Panorama-Ruheraum**
- **2 Anwendungen im Spa MORADA „WaldOase“ (Fuß-Spa-Behandlung und Rückenmassage)**

* außer Ostern

10.01.–17.01. | 07.03.–14.03. | 21.03.–29.03. (Ostern) | 29.03.–04.04. (7 Tage) | 18.04.–25.04.

ab € **555,–** pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension
Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,– p. P.!
Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: ab € 120,–

6-Tage-SONDERREISEN Alexisbad			
Christmasparty 13.12.–18.12.2026	ab € 369,–	Vor-Walpurgis 25.04.–30.04.2027	ab € 379,–
Fasching entfliehen 07.02.–12.02.2027	ab € 349,–	Kirschblüte 11.04.–16.04.2027	ab € 379,–

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

Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH · Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel **www.seniorenreisen.de**

31449601_002626

ALLE STARS. ALLE TICKETS. EIN SHOP!

UNSER TIPP: Verschenken Sie Ticket-Gutscheine!

HAZ Tickets NP

haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

MÖBEL HEINRICH
BAD NENNDORF
clevva VON MÖBEL HEINRICH

BLACK WEEK

BEI MÖBEL HEINRICH

100% KAUFEN
MÖBEL + KÜCHEN
55% ZAHLEN[1)]

ZUSÄTZLICH

HAUSHALTSWAREN • DEKO-ARTIKEL
HEIMTEXTILIEN • LEUCHTEN
BLACKDEAL
EXTRA 20%[2)]
EINKAUFSGUTSCHEIN
0996 1045

MÖBEL + KÜCHEN
BLACKDEAL
BIS ZU **1000 €**[3)]
EINKAUFSGUTSCHEIN
0996 3000/3001

MÖBEL + KÜCHEN
BLACKDEAL
EXTRA 10%[4)]
AUF SALE-ARTIKEL
0996 1106



2 TEILE 1 PREIS

HIGHLIGHT

PFANNEN-SET,
Ø ca. 18 & 28 cm, Edelstahl mit keramischer Antihaftversiegelung.
0964 1135

SOFORT VERFÜGBAR
69.99 ~~119.99*~~
BLACKDEAL

KI-GENERIERT

NUR 6 TAGE SPAREN

Mo. 16.11.2026 – Sa. 21.11.2026

Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.
16 NOVEMBER	17 NOVEMBER	18 NOVEMBER	19 NOVEMBER	20 NOVEMBER	21 NOVEMBER
bis 19 Uhr	bis 19 Uhr	bis 19 Uhr	bis 19 Uhr	bis 20 Uhr	bis 18 Uhr

MOONLIGHT SHOPPING

Fr. 20.11.2026 bis 20 Uhr

TEMPUR
FR. 20.11. + **SA.** 21.11.

Stressless
FR. 20.11.

LIVE KOCHEN
FR. 20.11.







Alle Warenangebote gültig vom 16.11. bis 21.11.2026. Gilt nur für Neuaufträge | **1) 100% kaufen & nur 55% zahlen:** Nachlass ist bereits im Verkaufspreis berücksichtigt. | **2) 20% Faso:** Gilt auf alle Haushaltswaren, Deko-Artikel, Heimtextilien und Leuchten. Gilt auch auf Sale-Artikel, ausgenommen Werbeware. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. Nur ein Gutschein pro Einkauf einlösbar. 0996 1045 | **3) Einkaufsgutscheine:** Erhalten Sie einen Einkaufsgutschein im Wert von bis zu 1000 € für Ihren nächsten Einkauf in Ihrer Filiale. Gilt nicht auf Werbeware. Keine Auszahlung möglich. Die Ausstellung des Gutscheins setzt eine Anzahlung in Höhe des Gutscheinbetrags voraus. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. 0996 3000/3001 | **4) 10% Sale-Artikel:** Auf bereits reduzierte Ausstellungsstücke und Letzte-Chance Artikel, die in unserer Ausstellung gekennzeichnet sind. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. Nur ein Gutschein pro Einkauf einlösbar. 0996 1106 | Ohne Deko. | *) Listenpreis | Alle Preise in Euro.

BAD NENNDORF
Auf dem Wachtlande 2
31542 Bad Nenndorf
Tel.: 05723 947 - 0
nenndorf@moebel-heinrich.de

ÜBER 40.000 M² • 500 M VON DER A2

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag - Freitag: 10.00 – 19.00 Uhr
Samstag: 10.00 – 18.00 Uhr

MÖBEL HEINRICH BAD NENNDORF
wurde auf Google mit 4,5 ★ bewertet.
Stand: 06.11.2026, 2915 Rezensionen

CLEVVA BAD NENNDORF
wurde auf Google mit 4,5 ★ bewertet.
Stand: 06.11.2026, 415 Rezensionen

Weitere Infos unter **www.moebelheinrich.de**

Folgen Sie uns:

MÖBEL HEINRICH
clevva VON MÖBEL HEINRICH

20351501_002626