

**Engel, die
Haare schneiden**

HANNOVER. Mit Kamm und Schere Gutes tun: Die Barber Angels in Hannover helfen Obdachlosen und Bedürftigen und suchen dringend Friseur-Engel als Verstärkung. „Buddy“ Klose wirbt für ein himmlisches Projekt und sagt: „Das Lächeln ist der beste Lohn“.

Seite 6

hallo **HANNOVER**
SÜD
wochenende

**Musik zum
Weihnachtsfest**

HANNOVER. Klassische Chorklänge in der Kirche, eine rockig-blödelnde Weihnachtstradition oder lieber ein paar fette Beats, um sich nach Heiligabend die Besinnlichkeit abzutanzen? Rund um die Feiertage bietet der Veranstaltungskalender etwas für jeden Geschmack.

Seite 12

51 ♦ 30. Jahrgang · 21. Dezember 2024

www.wochenblaetter.de

DAS BESTE ZUM SCHLUSS!

**SILVESTER
SALE**

Laminat, Vinyl & Parkett

BIS ZU

30%

RABATT

Gültig bis 10.01.25

Angebote nur gültig für vorrätige Ware und in den Filialen bei sofortiger Mitnahme und nur solange der Vorrat reicht. Gilt nicht für Sonderbestellungen. Eine Rabattierung bereits getätigter Aufträge ist nicht möglich. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.

**Dämmung
+ Fußleisten**

KOSTENLOS

**bei jedem Hartbodenkauf
dazu!**

**Laminat
DEPOT**

Mehr als nur Böden

DAS BESTE ZUM SCHLUSS!

SILVESTER SALE

Laminat, Vinyl & Parkett

BIS ZU

30%

RABATT

Gültig bis 10.01.25

Angebote nur gültig für vorrätige Ware und in den Filialen bei sofortiger Mitnahme und nur solange der Vorrat reicht. Gilt nicht für Sonderbestellungen. Eine Rabattierung bereits getätigter Aufträge ist nicht möglich. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.



Dämmung + Fußleisten
KOSTENLOS
bei jedem Hartbodenkauf dazu!

bodomoLAMINAT (100029284)
Dekor Kalambo Oak grey

- 7 mm Stärke | NK 31 | AC3
- Perfekt für alle Wohnräume
- Natürlicher Eichenlook für klassische Eleganz
- Blauer Engel / Made in Germany
- Schnelle und einfache Verlegung

Unser Verkaufspreis, €/m² **12,99**
PE-Dämmung 2 mm stark, unser Preis €/m² **0,99**
Fußleisten passend, unser Preis €/lfm. **3,75**
Alles zusammen: ~~17,73~~

Sie zahlen nur €/m² 9,99

Pune Oak Vintage (100029273)

Republic Rigid-Vinyl
Dekor Kaschmireiche (30032020)

- 4,5 mm Stärke | Nuttschicht: 0,3 mm
- NK 31
- Integrierte Dämmung
- Einfach zu verlegen
- Strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Unser Preis: €/m² ~~35,40~~

Sie zahlen nur €/m² 17,99

Natureiche (30032021)

Parkett
Dekor Cordoba (100029733)

- 14 mm Stärke | ca. 3 mm Nuttschicht
- Wohnfertig geölt Oberfläche
- Natürlich schön & wohngesund
- Gebürstete Oberfläche
- Rundum gefast für edle Konturen

Unser Preis: €/m² ~~47,69~~

Sie zahlen nur €/m² 34,99



Gateway Oak nature (8610)

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

bodomoLAMINAT (8610)
Dekor Gateway Oak nature

- 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
- Ideal für stark beanspruchte Räume
- Zeitloses Design für rustikale Atmosphäre
- Schnelle und einfache Verlegung
- Blauer Engel / Made in Germany

Sie zahlen nur €/m² 13,99



Summit Eiche honig (100031515)

Unser Verkaufspreis, €/m² **36,99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **5,41**
Alles zusammen: ~~42,40~~

RIGID-VINYL (100031514)
Dekor Summit Eiche grau

- 5,5 mm Stärke | Nuttschicht: 0,4 mm | NK 32
- Integrierte Korkdämmung
- Graue und natürliche Eichentöne
- Äußerst strapazierfähig und robust
- 100 % Wasserfest und pflegeleicht

Sie zahlen nur €/m² 29,99

Laminat DEPOT

www.laminatdepot.de

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

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



Hannover
am A2 Center · Varrelheide 204

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

Sonntag ist Schautag!
12-16 Uhr
keine Beratung u. kein Verkauf außerhalb der gesetzlichen Ladenöffnungszeiten!

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



f i y

Engel, die
Haare schneiden

HANNOVER. Mit Kamm und Schere Gutes tun: Die Barber Angels in Hannover helfen Obdachlosen und Bedürftigen und suchen dringend Friseur-Engel als Verstärkung. „Buddy“ Klose wirbt für ein himmlisches Projekt und sagt: „Das Lächeln ist der beste Lohn“.

Seite 6

HANNOVER
SÜD

hallo

wochenende

TRANSPARENT • SERIÖS • SICHER

EPHESUS

est. 1995

Seit über 29 Jahren Ihr Spezialist

Wir kaufen Ihr **GOLD**
Sofort **BARGELD**

Georgsplatz 3A | 30519 Hannover
0511-3631177 | www.ephesus.de

18634401_002623

Inklusiver
Familientreff

HANNOVER. Das Rote Kreuz in der Region Hannover startet mit einem neuen Angebot, dass sich an Kinder und Jugendliche ab acht Jahren mit und ohne Behinderung sowie deren Eltern richtet. Sämtliche Aktivitäten – ob Spiele, kreatives Gestalten, Erlebnisse in der Natur oder Musik – sind inklusiv gestaltet. Während der Nachwuchs eine ereignisreiche und aufregende Zeit miteinander verbringt, Freundschaften schließen kann und eine Menge Spaß hat, wird den Erwachsenen ein Zeitraum der Entlastung ermöglicht. Der Treff findet an jedem zweiten Samstag im Monat von 10 bis 16 Uhr im Familienzentrum Pappelteich, Anecampstraße 22, statt. Die Kosten betragen 10 Euro pro Kind und Tag, für Kinder mit Behinderung kommen sechs Betreuungsstunden pro Tag hinzu.

■ Anmeldungen und nähere Informationen unter Telefon (0511) 3 67 12 77 oder 0175/8 22 91 78 oder per E-Mail an dahlke@drk-hannover.de oder an dirks@drk-hannover.de



Wir wünschen
ein
frohes
Weihnachtsfest

Foto: Myriam Zilles / Unsplash

Geänderte
Öffnungszeiten

HANNOVER. Aufgrund der Feiertage kommt es bei städtischen Einrichtungen und Dienststellen zu geänderten Öffnungszeiten.

► Das Neue Rathaus ist am 24., 25., 26. und 31. Dezember sowie am 1. Januar geschlossen.

► Die Bürgerämter der Landeshauptstadt Hannover bleiben vom 23. Dezember bis 1. Januar geschlossen. Hilfe in dringenden Fällen bietet das Bürgeramt Schützenplatz im HannoverServiceCenter, Am Schützenplatz 1, das am 23., 27. und 30. Dezember zu den regulären Zeiten geöffnet ist. Weitere Informationen gibt es online unter www.buergeramt-hannover.de.

► Die Stadtbibliothek Hannover am Aegi und die Stadtbibliotheken haben am 24., 25., 26. Dezember sowie 31. Dezember und 1. Januar geschlossen. Die Stadtbibliotheken Ricklingen und Am Kronsberg sowie die Fahrbibliothek bleiben bis zum 30. Dezember geschlossen, die Stadtbibliotheken Vahrenwald und Vahrenheide bis zum 9. Januar. Die Zentralbibliothek und alle anderen Stadteibibliotheken haben zwischen den Jahren zu den regulären Zeiten geöffnet.

MUSEEN

► Museum August Kestner: 24., 25. und 31. Dezember sowie 1. Januar geschlossen, am 26. Dezember geöffnet

► Hannover Kiosk: 24., 25. und 31. Dezember sowie 1. Januar geschlossen, am 26. Dezember geöffnet

► Sprengel Museum Hannover : 24., 25. und 31. Dezember sowie 1. Januar geschlossen, am 26. Dezember geöffnet

► Zeitzentrum ZivilCourage: 22. Dezember bis 2. Januar geschlossen

► Kino im Künstlerhaus: 23. bis 25. Dezember sowie 1. Januar geschlossen

■ Nähere Informationen auf: hannover.de

ABC
Wäschediens

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 Wäschediens GmbH

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 6 – 14 Uhr
(Am Listhölz 87 / direkt neben CleanCar)

30177 Hannover

Tel. 0511-71 74 67

32402601_002623

2,8 Millionen Euro Zuschuss für den Zoo

Finanzierungshilfe der Region – Zoo Hannover ist touristisch ein Aushängeschild

HANNOVER. Der Zoo bleibt für die Region Hannover ein Zuschussgeschäft in Millionenhöhe. 2,8 Millionen Euro bekommt der Zoo für das Jahr 2025, und damit eine Million Euro mehr als dieses Jahr. Dennoch wird das Unternehmen laut dem jetzt vorgestellten Wirtschaftsplan für 2025 ein Minus in Höhe von knapp einer Million Euro erwirtschaften. Grund sind nach Angaben von Zoo-Prokuristin Jeannine Fröhlich-Waschkau vor allem gestiegene Personalkosten für die 217 Beschäftigten infolge von Tarifierhöhungen. Und sie ergänzte: „Wir brauchen mehr Zuschüsse, wenn wir unsere

Baupläne wie das Giraffenhäus realisieren wollen.“ Grundsätzlich wirtschaftet der Zoo durchaus ansehnlich, mit 90 Prozent Kostendeckung habe man im Vergleich zu anderen Zoos in Deutschland einen Spitzenwert. „Die Liquidität ist sehr gut, wir sind ohne Kredite und ohne weitere Rückgriffe auf Mittel der Region Hannover durch das Jahr 2024 gekommen“, erklärte die Prokuristin im Ausschuss für Naherholung der Region, wo der Wirtschaftsplan für 2025 vorgestellt wurde. Gut 540.000 Tageskarten hat der Zoo in diesem Jahr abgesetzt und da-

mit knapp 16,4 Millionen Euro eingenommen. Seit 2021 gibt es ein dynamisches Preismodell, das abhängig vom Buchungszeitraum, etwa Wochenenden oder Ferienzeit, und der erwarteten Auslastung unterschiedliche Preise für Tageskarten anbietet. Diese Frühbucherangebote haben den Durchschnittserlös insgesamt gesteigert. Aufgezehrt wird die positive Entwicklung aber durch die Personalkosten. Zudem musste der Zoo eine für 2025 geplante Sanierung des Parkdecks vorziehen – mit Kosten in Höhe von 320.000 Euro.

Im Jahr 2025 plant der Zoo über den laufenden Betrieb hinaus Investitionen in die Anlage im Umfang von rund 20 Millionen Euro – ein Zuschuss finanziert durch die Region Hannover. Dabei geht es vor allem um die Erweiterung des Dschungelpalastes mit neuem Elefantenlaufhaus und Primatenanlage, um den Neubau des Schildkrötenhauses sowie um den Ausbau der Sambesilandschaft auf der Fläche des ehemaligen Eingangsbereichs. Vor dem Hintergrund des allgemeinen Kostendrucks wird der Zoo bis auf Weiteres nicht in der Lage sein, nach dem Vorbild der

hannoverschen Museen an einem Tag in der Woche auf den Eintritt zu verzichten. Das möchten Linke und Piraten in der Region, doch dafür wird sich in der Regionsversammlung im Dezember aller Voraussicht nach keine Mehrheit finden lassen. Nach Zoo-Angaben würde man auf den Verkauf von 30.000 Tickets im Jahr verzichten – und damit auf Einnahmen von rund 500.000 Euro. Um diesen Verlust gegenzufinanzieren, müsste jeder Besucher Speisen und Getränke im Wert von 30 Euro verzehren, rechnete die Zoo-Prokuristin vor.

MIX
Markt

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

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

Mix Markt 122 OHG
Vahrenheide Markt 65
30880 Laatzen

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

Mix Markt 18 OHG
Vahrenheide Markt 6
30179 Hannover-Vahrenheide

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

Mix Markt Hannover
Schierholzstr. 128
30655 Hannover

Angebote gültig ab Montag 23.12. bis Samstag 28.12.2024*

Schweineschulter ohne Knochen
1 kg
5.49

Schweinenaiken mit Knochen
1 kg
5.49

Schweinebauch wie gewachsen
1 kg
4.79

Hackfleisch vom Schwein
1 kg
3.99

Zwiebeln/Kartoffeln je 5 kg Sack,
Herkunf. Kl.: laut Auszeichnung,
1 kg = 0,70
3.49
JE 5 KG SACK

Kaki 1 Stk., Herkunft, Kl.:
laut Auszeichnung
0.65

Granatapfel 1 kg, Herkunft, Kl.:
laut Auszeichnung
2.29

Äpfel versch. Sorten je 1 kg,
Herkunf. Kl.: laut Auszeichnung
1.29

Teigtaschen „Pelmeni“
Stoloyev“ mit
Hühner- und
Schweine-
fleischfüllung
2 kg Btl.,
1 kg = 2,50
4.99

Gesalzene Heringsflets
„K kartoshke“
240 g Pack., 1 kg = 8,30
1.99

Geflügel-Fleischwurst
„Doktorskaja s mjasom
ptizi“ 400 g St.,
1 kg = 8,73
3.49

Brühwurst „XXL Delowaja
Kolbasa“ 900 g Pack.,
1 kg = 10,56
9.50
XXL

Kochsalami „Servelat
Kremlinoff“, heißgeräuchert 300 g St.,
1 kg = 11,00
3.30

32793901_002623

ADVENTS-COUPON

20%

Rabatt auf Ihren gesamten
nächsten Einkauf.
Gültig bis 31.12.2024

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

LEINE
APOTHEKE

vor Ort:
Leine-Center Laatzen
Hauptbahnhof Hannover
Ernst-August-Galerie Hannover
Neu: Misburg · Waldstraße 1

online:
www.LeineApotheke.de
Code: „ADVENT“

LOKAL
SHOPPEN

1 ZAHLT
SICH AUS!

Gültigkeit: Dez. 24. Jan. 25

WWW.PINC-APOTHEKEN.DE

-15 %
RABATT*

*auf Ihren nächsten Einkauf
und bei Vorlage des Cou-
pons. Ausgenommen sind
rezeptpflichtige Arzneimittel,
Zuzahlungen, Rezepturen,
Bücher, Gutscheine, Dienst-
leistungen, Botendienste
und unsere Sonderangebote.
Code in einer der PINC-
Apotheken vorzeigen.

ROSEN
APOTHEKE

EUROPA-APOTHEKE

Sonnen
APOTHEKE

Die Ernst-August-Apotheke
by Dr. Thoma

Im Internet finden Sie uns unter:

www.wochenblaetter.de

hallo
wochenende

34197601_002623

JUWELIER COHRS

Gold-Ankauf Bargeld sofort
Tagesaktuelle Höchstpreise

Gold | Silber | Platin | Zinn
Schmuck | Juwelen | Armbänder |
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

20351801_002624

Ehrlich und einfach...

Feingold 77,80^g Zahngold 48,20^g
750 Gold 57,23^g Silber 0,84^g
585 Gold 44,64^g Versilbert 30,00^g
333 Gold 25,41^g Zinn 15,00^g

Goldankauf Bott

Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069

33561001_002624

Dr. Mohi

deine Apotheke

20%

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie
20% Rabatt auf Ihren gesamten Einkauf!

Gültig bis 03.01.2025
Bitte Coupon ausschneiden und mitbringen.

Apotheke im Marktkauf

Vahrenwalder Straße 140 · 30165 Hannover

Apotheke am Ring

Isenrahener Straße 109 · 30163 Hannover

4146701_002624

„Körperwelten“ erstmals in Hannover

ALTE DRUCKEREI:

Plastinate ab 23. Dezember zu sehen

HANNOVER. Der menschliche Körper verändert sich ein Leben lang. Vom Säugling bis zum Greis lassen sich am Körper Lebensumstände und Lebensstile ablesen. Genau diese Veränderungsprozesse interessieren seit Jahrzehnten Gunther von Hagens (79). Der Mediziner und sogenannte Plastinator spürt mit „Körperwelten“ dem Zyklus des Lebens nach. Von Hagens’ Arbeit sorgte immer wieder für ethische Diskussionen, aber auch für pragmatische Einblicke in die menschliche Anatomie. Jetzt kommt die Ausstellung erstmals nach Hannover. Die „Körperwelten“ sind ab Montag, 23. Dezember, in der Alten Druckerei auf dem Gelände des HAZ/NP-Pressenhauses, August-Madsack-Straße 1, zu sehen.

Die erste „Körperwelten“-Ausstellung lief 1995 in Japan. Es folgten Ausstellungen in 42 Ländern. Weltweit sollen 56 Millionen Menschen die Exponate gesehen haben. Grundlage ist ein Körperspendeprogramm des Instituts für Plastination in Heidelberg mit mehr als 21.000 Spendern und Spenderinnen. Sie sollen verfügt haben, dass ihr Körper nach dem Tod in der Ausstellung gezeigt werden darf. „Mit dieser Ausstellung möchte ich verdeutlichen, dass unser Körper der Spiegel unserer eigenen Lebensführung ist“, sagt Dr. Angelina Whalley. Die Ärztin und Kuratorin ist seit den Neunzigerjahren für die Kon-

zeption der Ausstellungen verantwortlich. Die sogenannten Ganzkörper-Plastinate sollen Organfunktionen und häufige Erkrankungen illustrieren. Es wird erklärt, was jeder Einzelne tun kann, um seine Gesundheit möglichst lange zu bewahren. Ziel der Ausstellung sei gesundheitliche Aufklärung. Wer die Schau besuchen will, bucht ein Zeitfenster. Die Verweildauer ist zeitlich unbegrenzt. Öffnungszeiten sind montags bis freitags, 9 bis 18 Uhr, am Wochenende und an Feiertagen von 10 bis 18 Uhr. Karten gibt es in den HAZ/NP-Ticketshops, online unter tickets.haz.de. Gruppen und Schulklassen können sich per Mail an gruppen@eventim.de wenden. Abonnenten und Abonnentinnen erhalten Vorteilsrabatte: 30 Prozent bei Buchung eines Zeitfensters zwischen dem 23. Dezember und 26. Januar. Verwenden Sie im Buchungsvorgang den Gutscheincodes AboVorteil30 (bitte Groß- und Kleinschreibung beachten). Während der gesamten Ausstellungsdauer haben Abonnenten und Abonnentinnen einen 20-prozentigen Rabatt auf Flex- und Geschenktickets mit dem Gutscheincode AboVorteil20, solange der Vorrat reicht. Ab 27. Januar erhalten Abonnenten und Abonnentinnen 15 Prozent Rabatt auf alle Zeitfenstertickets mit dem Gutscheincode AboVorteil15.



Auf Augenhöhe: Die Ausstellung „Körperwelten“ zeigt detailliert die Anatomie des menschlichen Körpers. Foto: Gunther von Hagens’ Körperwelten, Institut für Plastination, Heidelberg, www.koerperwelten.de

VHS startet mit Musik ins Jahr 2025

HANNOVER. Die Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover (VHS) startet mit einem abwechslungsreichen Angebot in das Jahr 2025. Bereits am 24. Januar wird die VHS zum Konzertsaal: Im Rahmen des „PODIUM für Erik Drescher“ erklingt neue Musik in Kooperation mit der Hochschule für Musik, Theater und Medien. Ergänzend dazu findet ein begleitender Kurs statt, der die Entstehung moderner Musik beleuchtet. Am 2. März lädt die VHS in Zusammenarbeit mit dem Niedersächsischen Staatstheater und der Deutsch-Nachkriegs-Gesellschaft zu „Ballett bewegt: Ikarus trifft griechischen Volkstanz“ ein. Hier erhalten Teilnehmende spannende Einblicke in die Entstehung des Balletts „Ikarus“ und lernen traditionelle griechische Tänze.

Der März bietet zudem kulinarische und sprachliche Highlights: Der Kochkurs „Kochen für Verliebte (vegan)“ bringt Geschmack und Inspiration in die Küche, während der neue Kurs „Let’s practise yoga in English: Beginner’s Yoga & Ayurveda Class“ Yoga und Ayurveda mit Englischunterricht verbindet. Am 14. März steht die digitale Welt im Fokus: Der Vortrag „Wie wird man Software-Entwickler*in?“ mit Matthias Fritsche gibt praktische Einblicke in die IT-Branche und zeigt Wege für den Einstieg auf. Ein weiterer Höhepunkt ist der 1. April, an dem die VHS gemeinsam mit dem Fachbereich Jugend und Familie den Fachtag „Unmaskiert – Familie und Autismus“ veranstaltet. **RED**

■ vhs-hannover.de.

Heben Sie Ihre verborgenen Schätze!

Briefmarken und Münzen

Kunst und Antiquitäten

Experten-Schätzungen (auch vor Ort)

Online- und Saalauktionen

Tiergarten Auktionen Hannover GmbH
Telefon: 0511-35351102
www.tiergarten-auktionen-hannover.de

Frohe Weihnachten

wünscht Ihnen Ihre Landtagsabgeordnete für Hannover-Linden, Martina Machulla

ELEKTRO-FUNDGRUBE

Hausgeräte I. und II. Wahl

Perfekte Passform für Ihre Geräte, ohne Kompromisse!

Mit unserem Aufmaßservice* wird Maßarbeit zur Leichtigkeit.

*kostenpflichtig

**Königstr. 32
Badenstedter Str. 60**

**☎ 0511-31 99 12
☎ 0511-41 48 37**

elektro-fundgrube-hannover.de

BEKO Miele GRUNDIG BOSCH Siemens AEG LIEBHERR

XXX Lutz HESSE

80 JAHRE JUBILÄUM

Verkaufsoffene Sonntage, Sonderöffnungszeiten & weitere Aktionstage in Ihrer Nähe

QR-Code scannen, Filiale auswählen und exklusive Aktionstage anzeigen lassen

XXX Lutz

Gutschein

2500 €

bei Kauf ab **1.000 €**

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

XXX Lutz

Gutschein

5000 €

bei Kauf ab **2.000 €**

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

XXX Lutz

Gutschein

1.000 €

bei Kauf ab **4.000 €**

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

19%

XXXL Taschen-Aktion

MwSt. geschenkt

2) + S)

Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber

32265301_002624

„Das Lächeln ist der beste Lohn“

Für „eines der besten Ehrenämter“: Die **BARBER ANGELS** in Hannover suchen dringend Friseur-Engel, um Obdachlosen und Bedürftigen zu helfen.

HANNOVER. „Es gibt eine Bezahlung“, sagt Friseurmeister Dirk Klose, „die viel mehr wert ist als Geld: Das ist diese ganz besondere Dankbarkeit, die wir von unseren Gästen zurückbekommen.“ Seit 42 Jahren schneidet Klose, der unter seinem Spitznamen „Buddy“ bekannt ist, seinen Kunden die Haare – für Geld. Unter den Arkaden am Aegi hat der Mann sein ganz besonderes Geschäft im Stil der 1950er-Jahre: Wer sich hier stylen lassen will, muss Wochen im Voraus einen Termin buchen.

Ganz anders bei seinen „Gästen“: So nennt er diejenigen, denen er in seiner Freizeit auf den Events der Barber Angels die Haare schneiden darf. Die Gäste sind Menschen, die auf der Straße leben, kein Obdach haben, und Bedürftige, die am Rand der Gesellschaft stehen. Sein Engagement hier ist eine echte Herzensangelegenheit von „Buddy“ Klose: „Da passiert viel mehr als nur der Haarschnitt: Ich unterhalte mich, versuche mir von jedem Gast den Namen zu merken. So kann ich sie beim nächsten Mal wieder direkt ansprechen. Es geht mir darum, ihnen ein wenig Würde zurückzugeben.“

Wie Bernd zum Beispiel, das war sein allererster Gast. Bis heute kommt Bernd immer wieder zu den Friseur-Terminen der Barber Angels. Oder der ehemalige Gymnasiallehrer, der auf der Straße lebt. Die ältere Dame, die anfangs unsicher war, ob ihr

überhaupt die Haare geschnitten werden dürfen, weil sie nicht auf der Straße lebt. „Sie erzählte mir, dass sie sich von ihrer kleinen Rente keinen Haarschnitt mehr erlauben könne. Das sind so unterschiedliche Menschen mit ihren ganz eigenen Geschichten“, sagt Klose und fügt an: „Gerade in letzter Zeit kommen immer mehr Gäste, die unter Altersarmut leiden.“ Die Arbeit bei den Barber Angels würde lehren, demütig zu sein, dankbar für das Leben, das man selbst so gut und abgesichert führt: „Das Ehrenamt bei den Angels erdet“, sagt „Buddy“ Klose.

Von daher verzichtet er immer wieder auf sein freies Wochenende, legt sich seine schwarze Barber-Angels-Kutten an und fährt zu Einsätzen der „Brotherhood“. Seit sechs Jahren ist „Buddy“ Klose dabei, über Facebook ist er auf die Bruderschaft der Friseure aufmerksam geworden. Auch Kloses Frau Ulrike ist bei den Barber Angels – obwohl sie keine Haare schneiden kann. Sie ist ein Orga-Angel, ein „Apostel“, und hilft mit, Spenden einzusammeln, Geschenke zu verteilen und mehr.

Es gibt noch mehr Aufgaben bei den Angels: Mirko Brinkmann, beispielsweise ist ein „Optio“, das heißt, er ist die rechte Hand vom „Centurio“, der die Einsätze plant und koordiniert. Auch Brinkmann ist kein Friseur, sondern arbeitet bei einer Versicherung. Er hat soziale Arbeit studiert und war in jun-



Die Barber Angels Mirko Brinkmann (von links), Ulrike und Dirk „Buddy“ Klose, suchen helfende Hände für die ganz besonderen Haarschnitte für Bedürftige und Obdachlose. Foto: Nancy Heusel

gen Jahren bei den Johannitern. Für die Barber Angels setzt er seine Fähigkeiten auf andere Weise als Haarschneiden ein: „Ich spreche vor allem die Sprache der Behörden und Einrichtungen, organisiere und unterstütze.“ Auf diese besondere Ver-

einsarbeit gekommen, ist er – beim Haarschneiden. „Ich war Kunde bei Buddy, er hat mich angesprochen.“

Und damit ist Brinkmann auch bei dem Problem, warum die Barber Angels in Hannover Alarm schlagen: Es fehlen nicht

nur Sachspenden, besonders die Firmen halten sich zurück, sondern auch das ehrenamtliche Engagement ist zurückgegangen, so fehlen dringend weitere Friseur-Engel.

„Zurzeit sind es in Hannover und Region nur vier Friseure. Wir

laden daher herzlich ein, bei uns mitzumachen. Man kann auch erstmal Probe-Engel sein. Nach drei bis fünf Einsätzen kann man sich dann entscheiden, der Brotherhood fest beizutreten“, sagt Brinkmann. Übrigens: Auch Azubis im zweiten und dritten

Lehrjahr können mitmachen. Natürlich ist der Job nicht immer leicht – sei es der besondere Geruch oder mangelnde Sauberkeit. Die Haare werden mit speziellen Waschhauben aus dem Pflegebereich gewaschen. Man muss sehr hygienisch arbeiten, damit sich eventuelle Läuse und Infektionskrankheiten nicht von Kunde zu Kunde übertragen. Manchmal ist die Ungeduld der Gäste beim Warten zu groß und die Impulskontrolle eher niedrig – doch auch für Ruhe und Ordnung gibt es Engel.

Doch bei all dem Zeitaufwand, Schwierigkeiten und Kosten – Mirko Brinkmann, Buddy und Ulrike Klose wollen ihre Arbeit bei den coolsten Friseuren nicht missen: „Es ist eines der besten Ehrenämter. Es gibt uns so viel an Erfahrung und Freude. Wir müssen nicht immer nur alles, was in diesem Land nicht funktioniert, auf die Regierung schieben. Wir können jeder unseren Teil beitragen, die Welt zu verbessern“, sagt Brinkmann. Und sie bekämen so viel zurück: „Das Lächeln unserer Gäste ist doch der beste Lohn.“

Und „Buddy“ Klose ergänzt: „Einmal ist mir ein Gast beim Haarschneiden einfach auf dem Stuhl eingeschlafen“, erzählt er: „Das hat mich unglaublich berührt: Der Mann hat sich endlich mal sicher gefühlt – und konnte derart entspannen.“

Wer mitmachen möchte: Infos gibts online unter

<https://b-a-b.club>

Für den „Weihnachtscircus“ steht sie Kopf

Joana Lokaichuk hat schon als Kind in Hannover geturnt – jetzt kommt sie als Handstandartistin auf den Schützenplatz

HANNOVER. Pragmatischer kann man kaum unterwegs sein. Und ehrgeiziger auch nicht. Als sich Joana Lokaichuk eine fiese Knieverletzung zugezogen hatte, das vordere Kreuzband war gerissen, dachte sie: „Jetzt ist alles vorbei. Ich konnte nur noch auf Krücken laufen.“ Doch der Wille der 21-Jährigen war stärker als Schmerzen und Zweifel: „Auf Händen stehen, das konnte ich.“ Was aber weniger mit ihrer Verletzung zu tun hat, Lokaichuk ist Handstandartistin und Teil des diesjährigen Ensembles des „Weihnachtscircus“.

„Ich habe auch vor meinem Unfall viel mit den Händen gemacht, aber diese Liebe zum Handstand hatte ich bis dahin nicht verspürt.“ Schon als Kind hat die junge Frau aus Salzgitter geturnt. „Ich war ein sehr aktives Kind“, erzählt sie, „für meine Eltern gab es gar keinen anderen Weg, als mich in den Sport zu stecken.“ Als Mädchen holte sie mit ihrer Mannschaft bei den Deutschen Meisterschaften in Halle Bronze, hat als Zwölfjährige allerdings mit dem Turnen aufgehört. „Der Leistungsdruck war einfach zu groß.“ Die dop-

pelte Belastung auf dem Gymnasium und dann noch das Training im Turnzentrum Hannover, eine gute Stunde Fahrtzeit von zu Hause entfernt, war zu viel.

Dann machte sie eine Entdeckung, die noch viel weiter von zu Hause entfernt war. Sie stieß auf die Staatliche Ballett- und Artistenschule in Berlin, die einzige im Land. Nach wenigen Probetagen war sie sicher: „Es ist meine Welt, in der ich aufblühen kann.“ Also packte das zwölf Jahre alte Mädchen ihre Sachen und zog aufs Internat. Und wie war das so ohne Familie? Mutter Natalie (46), Papa Pavel (49) und ihre jüngere Schwester Jana (18) hatte sie ja nicht die ganze Zeit um sich herum.

„Anfangs war es schon schwer. Was auch daran gelegen hat, dass ich den ersten Monat allein auf dem Zimmer war“, erinnert sie sich. Danach zog ein Ballettmädchen mit ein, „dann wurde es leicht. Die anderen und ich wurden eine Community, haben uns im gleichen Szenario befunden, uns unterstützt.“ Das sollte für die folgenden sieben-einhalb Jahre so bleiben, in der Zeit absolvierte Lokaichuk ihr Abitur und ihre Ausbildung.

Viele wissen oft nichts damit anzufangen, wenn sie erzählt, dass sie staatlich geprüfte Artistin ist, Verwandte nicht ausgeschlossen. Auf Anmerkungen wie „Das kannst du ja eh nur ein paar Jahre machen, danach kannst du ja etwas Richtiges kümmern“ ist ihrerseits Diplomatie wie Aufklärungsarbeit gefragt. „Mein Beruf unterscheidet sich vom Leistungssport, es ist Kunst.“ Während ein Hochleistungssportler quasi nur einmal für den Wettkampf Hochleistungstricks zeigt, fokussiert sich Lokaichuk auf etwas, was sie öfter machen kann, „etwas Einzigartiges“.

Gefunden hat sie es bereits: In ihren Nummern kombiniert die 21-Jährige den statischen Handstand auf Handstandstützen mit Drehungen. „Das habe ich bislang noch nie gesehen“, erzählt sie. Gelegenheit zu schauen, hatte sie. Sogar weltweit. Sie ist in der Schweiz, Wien und Leipzig aufgetreten. Beim internationalen Zirkusfestival „Circuba“ in Kuba holte sie die Silbermedaille auf einem Podest, das ihr Großvater für sie gebaut hat. „Er hat den Drehmechanismus eines alten Autorades mit den Standbei-



Joana Lokaichuk ist Handstandartistin und Teil des diesjährigen Ensembles des „Weihnachtscircus“. Foto: Tobias Woelki

nen in einer Scheune zusammengeschweißt.“ Als das Requisit in die Jahre gekommen war, entwarf sie selbst eins und ließ es vom besten Landmaschinenmechaniker der Welt zusammenbauen: Cedric Lang ist 2024 bei den Berufsmeisterschaften „WorldSkills“ in Frankreich tat-

sächlich Erster geworden. 135 Arbeitsstunden später hatte sie ihr individualisiertes Podest, die gedrehten Metallstangen ähneln witzigerweise den Wurzeln eines Baumes. „Ich habe mich von der Natur inspirieren lassen, die schafft von null aus vieles. In meiner Kunst ist das auch so.“ Es

ist erstaunlich, wie erwachsen die Handstand-Äquilibristin – so der Fachjargon – im Gespräch mit uns wirkt. Darauf angesprochen, hat sie eine Erklärung: „Ich bin sehr jung von zu Hause weg, habe mit zwölf allein geputzt und Wäsche gemacht. Trotzdem habe ich nicht das Gefühl, er-

wachsen zu sein“, gesteht Joana Lokaichuk lachend. „Früher dachte ich immer, dass ich mit 21 ein Haus und Familie habe.“ Ihr Freund Vincenz Lang, ebenfalls ein Artist, ist dafür ja schon mal ein guter Anfang.

„WEIHNACHTSCIRCUS“ BIETET 25 PROZENT NEUJAHRSRABATT

Er wird sich sicher die Darbietung seiner Freunde in Hannover angucken. Bis zum 5. Januar gastiert der Weihnachtscircus auf dem Schützenplatz, je nach Sitz (Rang oder Loge) kosten Tickets zwischen 23,90 und 64,90 Euro.

Mehr Informationen gibt es online auf der Website www.weihnachtscircus-hannover.com. Für Vorstellungen zwischen dem 1. und 3. Januar gibt es 25 Prozent Neujahrssrabbat.

Nicht nur Joana Lokaichuks Freund ist dabei: „Mein alter Turnverein MTV Jahn-Schlade kam zur Premiere, die Familie ist an Heiligabend dabei“, freut sie sich. „Ich habe noch nie in der Nähe meines Heimatortes gespielt. Endlich haben meine Angehörigen keine weite Anreise.“

Wilde Expedition Truck zu Hammerpreisen sofort verfügbar!

Allrad, Untersezung, Diff-Sperren, 560 Ah LiFePo4 Batterie, 820 W Solar, ab 1,2 t Zuladung, alte FSK3, 4/5 Gurtplätze, reisefertig

Fuso ab 165.000,- € inkl. UST

Daily ab 210.000,- € inkl. UST



Auto Wilde GmbH
Vienenburger Str. 12
38640 Goslar

Tel.: +49 (0) 53 21 / 6 85 39-0
E-Mail: verkauf@auto-wilde.de
www.auto-wilde.de



Höchststand bei CO₂-Emissionen

Noch nie hat der Mensch so **VIEL ÖL, GAS UND KOHLE VERBRANNT** wie 2024

VON RND

BERLIN. Anstatt weniger Öl, Gas und Kohle zu nutzen, verbrennt die Menschheit zunehmend mehr davon. In diesem Jahr dürfte die weltweiten fossilen Kohlendioxid-Emissionen auf ein neues Rekordhoch klettern, wie die internationale Forschungsinitiative Global Carbon Project erklärte.

Es gebe kein klares Anzeichen dafür, dass die Welt den Höhepunkt der fossilen Emissionen bereits erreicht habe, sagte Judith Hauck vom Alfred-Wegener-Institut in Bremerhaven, eine der etwa 120 Autorinnen und Autoren des Berichts Global Carbon Budget 2024. Dem Report zufolge dürften die fossilen CO₂-Emissionen in diesem Jahr 0,8 Prozent über denen des Vorjahres liegen und 37,4 Milliarden Tonnen erreichen.

VIELE LÄNDER HABEN DAS MAXIMUM SCHON ERREICHT

Hauck betonte, dass es nun immerhin 22 Länder gebe, in denen der Ausstoß klimaschädlicher Gase in den vergangenen Jahren reduziert wurde, während die Wirtschaft wuchs. Dazu gehörten auch die USA, Deutschland und viele andere europäische Länder. „Wir sehen da einen Trend, der uns natürlich viel zu langsam geht, der aber eben in die richtige Richtung geht und der durchaus Hoffnung macht.“

Für China, das für fast ein Drittel der weltweiten CO₂-Emissionen verantwortlich ist, kommen die Forschenden in diesem Jahr nur noch auf einen sehr leichten Anstieg von etwa 0,2 Prozent. Dort könnte der Wendepunkt erreicht sein, denn 0,2 Prozent sei innerhalb der Fehlerbandbreite, kommentierte der Klimawissenschaftler Niklas Höhne vom NewClimate Institute. China setze massiv auf Elektromobilität, wodurch der Ölverbrauch gesunken sei.

Doch der Energiehunger sei in China und überall sonst auf der Welt groß, etwa durch den vermehrten Einsatz von Klimaanlagen und Künstlicher Intelligenz. Um den Bedarf zu decken, werde die Infrastruktur für fossile Energie häufig weiter ausgebaut, fuhr Höhne fort. Auf der anderen Seite seien auch erneuerbare Energien im Wachstum, auch weil etwa Solaranlagen unglaublich günstig geworden seien. Irgendwann würden diese günstigen erneuerbaren Energien die fossilen aus dem Markt drängen. „Das ist die Hoffnung, dass das in den nächsten Jahren passiert.“



LAND UND OZEAN NEHMEN CO₂ AUF

Für den Bericht schauten sich die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler auch an, wie viel CO₂ wieder aus der Luft verschwindet. Etwas mehr als die Hälfte des von Menschen ausgestoßenen CO₂ wird von den Ozeanen, Pflanzen und Böden aufgenommen. „Beide Senken werden auch getroffen oder beeinflusst durch die Klimaveränderungen“, sagte Hauck.

Land-Ökosysteme konnten im Jahr 2023 dem Bericht zufolge



durch den Klimawandel etwa 27 Prozent weniger CO₂ aufnehmen als noch 2014. Das liege unter anderem an einem geringeren Niederschlag und höheren Temperaturen in bestimmten Regionen. Die Meere könnten demnach in dieser Zeit knapp 6 Prozent weniger CO₂ aufnehmen, was wahrscheinlich vor allem auf veränderte Winde zurückzuführen sei, welche die Ozeanzirkulation stören.

„Wir sehen da einen Trend, der uns natürlich viel zu langsam geht, der aber eben in die richtige Richtung geht und der durchaus Hoffnung macht.“

Judith Hauck,
Alfred-Wegener-Institut in Bremerhaven

Die Konzentration von CO₂ in der Atmosphäre wird dem Bericht zufolge in diesem Jahr voraussichtlich 422,5 ppm (parts per million - Teilchen pro Million Teilchen) erreichen. Das sind mehr als 50 Prozent mehr als vor Beginn der Industrialisierung. Damit müsse die Welt nicht nur weniger ausstoßen als bisher, sondern gar nichts mehr, betonte Co-Autorin Julia Pongratz von der Ludwig-Maximilians-Universität München. „Alles, was wir heute emittieren, hat sehr langfristige Folgen.“

„UNS LÄUFT DIE ZEIT DAVON.“

Es seien nur noch wenige Jahre, bis das weltweite Ziel, die Erwärmung möglichst auf 1,5 Grad zu begrenzen, um die schlimmsten Klimawandelfolgen abzuhalten, verfehlt werde, ergänzte Pongratz. „Unsere besten Abschätzungen ergeben, dass wir in sechs Jahren eine 50-prozentige Chance haben, dass wir die 1,5-Marke knacken.“ Das heiße andersherum: Für das 1,5-Grad-Ziel müsste die Welt in sechs Jahren netto auf null Emissionen kommen. „Uns läuft die Zeit davon“, sagte sie. Das aktuelle Jahr wird dem EU-Klimawandel-

dienst Copernicus zufolge zwar so gut wie sicher im Durchschnitt mehr als 1,5 Grad wärmer als die Jahre im vorindustriellen Mittel. Das Pariser Klimaziel gilt damit aber noch nicht als verfehlt, da dafür auf längerfristige Durchschnittswerte geschaut wird. Solange die Welt noch nicht bei null CO₂-Ausstoß angekommen sei, stiegen die Temperaturen weiter, erklärte Pongratz. „Mit all den fatalen Folgen, die wir mit Feuer und Überflutungen gerade in den letzten zwölf Monaten massiv gesehen haben.“

„Mit all den fatalen Folgen, die wir mit Feuer und Überflutungen gerade in den letzten zwölf Monaten massiv gesehen haben.“

Julia Pongratz
über den zu erwartenden Temperaturanstieg

Die weltweiten fossilen Kohlendioxid-Emissionen haben ein neues Rekordhoch erreicht - mit all den fatalen Folgen für den Klimawandel und damit letztlich den Menschen.
Symbolfoto: Chris LeBoutillier / Unsplash

Fleischerei B. Zimmermann GmbH
- gleich 2x in Ihrer Nähe

Raabestr. 1/ Podbielskistraße
Hannover/List
Tel.: 0511-52 55 60
(ehemals Fleischerei Reich)

Marktstraße 17
Burgdorf
Tel.: 05136-22 28

von 23.12.2024 bis 28.12.2024

Weitere tolle Angebote finden Sie auf unserer Webseite unter **www.fleischerei-zimmermann.de** oder direkt auf unseren Weihnachtsprospekt, einfach den QR-Code einscannen.

Wir danken für Ihr Vertrauen in 2024 und wünschen Ihnen alles Gute in 2025.

Familie Zimmermann und Team Zimmermann



33569201_002624

porta

Guten Rutsch Rabatt

25%

AUF ALLES

ohne Wenn und Aber*

EXKLUSIV FÜR SIE

Besser gleich zu porta.

SONDER-ÖFFNUNGSZEITEN

NUR AN DIESEN TAGEN:

FREITAG 27. DEZEMBER 10-20 UHR	SAMSTAG 28. DEZEMBER 10-20 UHR	MONTAG 30. DEZEMBER 10-20 UHR	DIENSTAG 31. DEZEMBER 10-14 UHR
---	---	--	--

Rabatt bis 31.12.2024 gültig!

30916 Hannover/Altarmbüchen • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Hannover BAB-Abfahrt Lahe/Altarmbüchen • Opelstraße 9 Tel.: 0511 47566-0
30880 Hannover/Laatzten • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Laatzten • Lüneburger Straße 3 Telefon: 05102 7361-0

* Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen und Rabatten. Aktionsbedingungen beim Onlinekauf siehe porta.de. Gültig nur für Neukäufe und gegen Vorlage des Coupons bis 31.12.2024. Alle in Anzeigen, Prospekten, postalischen Schreiben und Newslettern angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Aktion kann bei Erfolg verlängert werden.

33285001_002624

Großer Garten hat Geburtstag

VOR 350 JAHREN wurde der Barockgarten angelegt – viele Veranstaltungen sind zum Jubiläum geplant

HANNOVER. Der Große Garten, er zählt zu den bedeutendsten Barockgärten Europas, gibt allen Grund zum Feiern: 2025 wird er 350 Jahre alt, Johann Friedrich, Herzog von Braunschweig-Calenberg, legte ihn an. Unter Kurfürstin Sophie wurde er im Stil der niederländischen Barockanlagen gestaltet, ausgebaut und bis zu ihrem Tod 1714 in seiner Größe vervierfacht. „Ihr hat der Große Garten unter anderem die Wasserspiele, Skulpturen und geometrischen Formen zu verdanken“, sagt Kulturdezernentin Eva Bender. Zusammen mit Anke Seegert, Direktorin der Herrenhäuser Gärten, gab sie jetzt einen ersten Ausblick auf das Jubiläumsjahr. Dabei steht eine Pflanze im Mittelpunkt – sie hatte es der Kurfürstin besonders angetan: die Zitrone. Sie war zu der damaligen Zeit sehr exotisch und „galt als Königin unter den Pflanzen“, sagt Anke Seegert. Und so ist klar,

dass die Zitrone auch das neue Logo vom Großen Garten ziert.

SELTENE ZITRUSPFLANZEN KÖNNEN GEKAUFT WERDEN

Doch nicht nur im Logo ist die Zitrone vertreten, schon in der ersten Ausstellung „Gärten aus Meisterhand – 350 Jahre Großer Garten Herrenhausen“, die ab dem 14. Februar 2025 die Feierlichkeiten eröffnen wird, dreht sich alles um Zitruspflanzen. Die Ausstellung, die bis zum 6. April geht, wird Einblicke in die Kübelpflanzenkultur früher und heute geben. Das Besondere: Die Ausstellung ist in der Orangerie, die sich damit erstmals seit mehr als 50 Jahren wieder in ihrer ursprünglichen Funktion als Überwinterungshaus zeigt. Da kann man auch besondere Zitrusarten und -produkte kaufen. Ein Tipp: Die Pflanzen, die ja noch überwintern, stehen bei maximal zwölf Grad, von daher

Citrus Aurantius allein kommen.
Foto: Großer Garten

warm anziehen. Das gilt auch für die Konzertbesucher, die am 25. Februar mit „Blütezeiten: Natur und Poesie“ in der Reihe Herrenhausen Barock in die Orangerie kommen. Denn das Konzert findet in der Ausstellung statt. Musik und Auszüge aus den Briefwechseln der Komponisten und begeisterten Gärtner Telemann und Händel werden zu hören sein. Am 15. und 16. März steigt das „Citrus-Fest“ in der Orangerie: mit besonderem Essen, Mitmachaktionen, Pflegetipps und Vorträgen. Und noch eine Party kann man vormerken: Das große Sommerfest ist am 23. August mit zahlreichen Partnern, darunter die Volkswagenstiftung, Sea Life, das Wilhelm-Busch-Museum, das Hardenbergsche Haus und „Grauwinkels Schlossküche“.

Auch der Feuerwerkswettbewerb und das Kleine Fest im Großen Garten werden das 350-jährige Jubiläum aufgreifen – wie genau, das ist noch in Planung.

TEILE DES GARTENS NACH HISTORISCHEN BILDERN UMGESTALTET

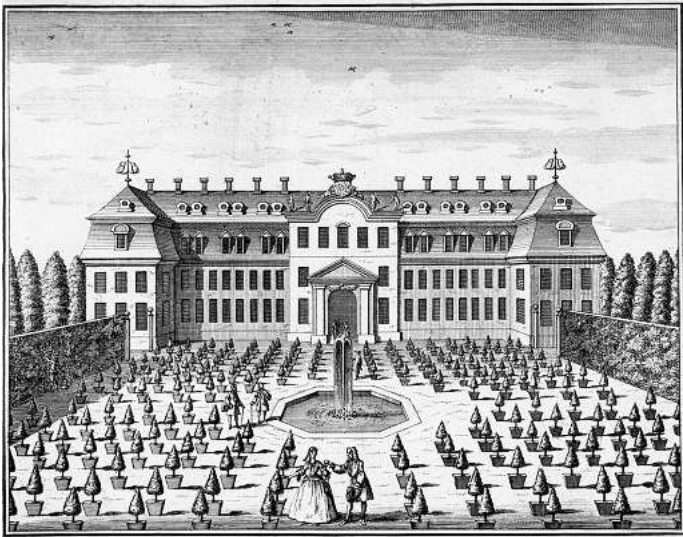
Was aber schon konkret ist: Teile vom Garten werden teilweise verändert – nach historischen Vorbildern. So ist der Orangen-

platz zwischen Galerie und Goldenem Tor zwar als sommerlicher Stellplatz für die kostbare Citrus-Sammlung der Herrenhäuser Gärten erhalten geblieben, aber nicht in der ursprünglichen Form: „Wir werden die Citrus-Hochstämme dort wieder wie früher in Szene setzen“, sagt

Seegert. Ein Kupferstich von 1735 zeigt: Auf dem Platz gab es keine Beete, sondern nur Zitruspflanzen und Lorbeer. Auch der Feigengarten hinter der Grotte – früher als Küchengarten für die Anzucht von Obst und Gemüse genutzt – bekommt einen neuen Fokus. Das

Besondere hier: Es gibt tatsächlich noch zwei alte Erdgewächshäuser. Die Fenster werden derzeit restauriert. Das ausgeklügelte Heizsystem der Gewächshäuser soll funktionsfähig gemacht und für die Kultur von Aprikosen genutzt werden.

Und in einem der sogenannten Triangelgärten im hinteren Bereich des Großen Gartens sind für kommendes Jahr wie früher historische Apfelsorten angepflanzt: „Hoffen wir, dass durch den Regen die Pegelstände im Frühjahr nicht so hoch kommen und die Bäume überleben“, sagt Seegert.



Kupferstich v. Sasse: Herrenhausen, Galeriegebäude
Reproduktion: Großer Garten



350 Jahre Großer Garten: Professor Dr. Anke Seegert und Kulturdezernentin Eva Bender stellen das Jubiläumsprogramm vor.
Foto: Ilona Hottmann



Skandinavisches Wohndesign – einfach zum Wohlfühlen

Die Skandinavier sind die glücklichsten Menschen der Welt. Woran das liegt? Zum einen an einer ausgewogenen Work-Life-Balance und der Verbundenheit mit der Natur. Zum anderen an der „Hygge“, der skandinavischen Gemütlichkeit, die vor allem in Dänemark besonders beliebt und ausgeprägt ist.

„Hyggelig“ wohnen
„Hygge“ ist eine Philosophie, die sich auf Gemütlichkeit, Geborgenheit und die Schaffung einer warmen, behaglichen Atmosphäre konzentriert. Dazu gehört natürlich auch das passende Umfeld.

Dabei ist den Skandinaviern gutes Möbeldesign sehr wichtig: Schlichtheit, Stil und zurückhaltende Eleganz, gepaart mit hoher Qualität und Funktionalismus.

Kein Wunder, dass sich skandinavisches Wohnen weltweit immer größerer Beliebtheit erfreut. Viele zeitlose Designikonen kommen dabei vor allem aus Dänemark.

JYSK: „Scandinavian Sleeping & Living“ – 940-mal in Deutschland
Wir bei JYSK lieben und leben den skandinavischen Style und in unseren über **940 Stores** und in unserem **Onlineshop** findest du eine große Auswahl attraktiver skandinavischer Möbel für dein Zuhause, deinen Garten oder deine Terrasse.

Von der Natur inspiriert, mit klaren Formen und freundlichen Farben. Ob eine elegante Sofalandschaft oder „hyggelige“ Sessel, schlichte und stilvolle Regale, Vitrinen oder Kommoden – lass auch du dich bei einem Besuch bei **JYSK** skandinavisch inspirieren!

Unsere Möbel verleihen deinen Räumen sowohl funktionale als auch stilvolle Akzente und schaffen eine einladende Atmosphäre. Wir sehen uns bei JYSK – oder wie man in Dänemark sagt: „**Vi ses!**“



Die schönsten Pflanzen für die Vorweihnachtszeit

Wer **DEN ADVENT MIT BLUMEN VERSCHÖNERN** will, kommt an diesen Schönheiten nicht vorbei

HANNOVER. Rottöne, Schnee-weiß, Tannengrün: Farbenfrohe Blütenpflanzen sind eine stimmungsvolle Deko während der Adventswochen – sowohl in der Wohnung als auch im Freien. Welche Pflanzen sich dafür eignen und wie man sie pflegt – ein Überblick.

AMARYLLIS: DAS HIGHLIGHT

Sie ist einer der beliebtesten Winterblüher für die Wohnung: die Amaryllis. „Aus den dicken Zwiebeln wächst in der warmen Wohnung der kräftige Stiel mit den großen trichterförmigen Blüten“, sagt Ingrid Franzen, Gärtnerin aus Herten. Sie rät zu einem hellen, nicht vollsonnigen Standort.



Die Christrose öffnet dank Züchtung ihre Blüten zu Weihnachten.
Foto: Andrea Warnecke

Der Bundesverband Einzelhandelsgärtner (BVE) empfiehlt, die Pflanzen regelmäßig zu gießen und zu düngen, sodass die Amaryllis genug Energie für einen weiteren Austrieb im nächsten Jahr speichert. Die Zwiebeln haben reichlich Nährstoffe gespeichert. Man kann sie also auch in ein Glasgefäß mit etwas Moos legen – ohne Erde. Wichtig: Die Zwiebel sollte keinen Kontakt mit stehendem Wasser haben. Die Wurzeln wachsen von allein in das Wasser und versorgen die Pflanze. Die Farben der Blüten reichen von Weiß über Rosa bis hin zu hellen und dunklen Rottönen, sodass sie mit klassischen Weihnachtsfarben gut harmonisieren.

WEIHNACHTSSTERN: DER KLASSIKER

Der Klassiker fürs Haus in den Wochen vor dem Weihnachtsfest sind Weihnachtssterne. Die Farben reichen von Rottönen über Rosa bis hin zu Creme. Es werden Minipflanzen, Büsche in verschiedenen Größen und Hochstämmchen angeboten. Gleichmäßige Wärme ist das A und O, damit Weihnachtssterne in der Wohnung gut gedeihen. Das ist ein wichtiger Faktor für den sicheren Transport vom Blumenladen nach Hause. Am besten lässt man sich die Pflanzen mit Papier einwickeln, damit sie bei winterlichen Außentemperaturen keinen Schaden nehmen. „Werfen die Weihnachtssterne vermehrt trockene Blätter ab, ist meist geringe Luftfeuchtigkeit der Grund“, sagt Gärtnerin Ingrid Franzen. Daher sollte man die Wolfsmilchgewächse nicht zu dicht an der Heizung platzieren und mit Dekorationen aus Moos eine Quelle für Luftfeuchtigkeit schaffen, sodass die Wurzeln der Weihnachtssterne nicht durch Staunässe geschädigt werden. Für eine gleichmäßige Wasserversorgung ist es am besten, die Pflanzen einmal in der Woche in zimmerwarmes Wasser zu tauchen. Anschließend lässt man



Weihnachtssterne setzen Akzente – gerade dann, wenn sie nicht allein kommen.

Foto: Christin Klose/dpa

das überschüssige Wasser ablaufen.

WEIHNACHTSKAKTUS: DER PFLEGELEICHTE

Der Weihnachtskaktus ist nicht so stachelig, wie sein Name vermuten lässt. Die fleischigen Blätter reihen sich in Segmenten aneinander und an den Enden erscheinen die länglichen, farbenfrohen Blüten. Der BVE rühmt die Pflanze, weil sie besonders pflegeleicht ist. Gleichzeitig zählt der Weihnachtskaktus nicht zu den Wegwerfpflanzen. Wenn die Blüten alle abgeworfen sind, wird die Pflanze bis zum Frühsommer in

der Wohnung gegossen. Staunässe sollte man vermeiden, rät Ingrid Franzen. Über den Sommer kann der Topf ins Freie, wo er hell und mäßig feucht steht. Regelmäßige Versorgung mit Flüssigdünger fördert das Wachstum. Im September wird die Pflanze wieder ins Haus geholt und bis die ersten Knospen an den Blattspitzen erscheinen, stellt man das Gießen ein. Das regt die Bildung der Blüten an. **CHRISTROSE: DIE SCHÖNHEIT** Ein Trend sind Christrosen in der Weihnachtszeit. Man kann sie als Stauden im Garten pflanzen,

sie werden aber vermehrt auch als Topfware für die Kübelbepflanzung angeboten. Die großen Blüten stehen auf kräftigen, etwa zehn Zentimeter hohen Stielen zwischen den dunkelgrünen Blättern. In der Wohnung ist es meist zu warm für die Winterblüher, daher sollte man sie vor dem Fenster auf Balkon oder Terrasse platzieren. Damit sie lange halten, muss regelmäßig kontrolliert werden, ob die Erde ausreichend feucht ist. Temperaturen unter null Grad Celsius ertragen Christrosen problemlos, auch wenn sie die Köpfe bei Frost hängen lassen. Dahinter verbirgt sich ein Schutzmechanismus. Wenn die Temperaturen steigen, richten sich die Blüten wieder auf.

sich ein Schutzmechanismus. Wenn die Temperaturen steigen, richten sich die Blüten wieder auf. In der Wohnung ist es meist zu warm für die Winterblüher, daher sollte man sie vor dem Fenster auf Balkon oder Terrasse platzieren. Damit sie lange halten, muss regelmäßig kontrolliert werden, ob die Erde ausreichend feucht ist. Temperaturen unter null Grad Celsius ertragen Christrosen problemlos, auch wenn sie die Köpfe bei Frost hängen lassen. Dahinter verbirgt sich ein Schutzmechanismus. Wenn die Temperaturen steigen, richten sich die Blüten wieder auf.

Adventskalender von **HAZ** und **NP**

EINKAUFSGUTSCHEIN ÜBER 5.000 EURO!
MÖBEL HEINRICH

Mitmachen und gewinnen

burckhardt
Das Rad & Pedelec-Haus

Autohaus Günther
Hannover

Tagesgewinne und die Chance auf einen E-Corsa, E-Bike oder einen Einkaufsgutschein!

Verbrauchswerte: Corsa Electric, 50 kW Batterie, 100 kW (136 PS), Stromverbrauch nach WLTP*, kombiniert: 16,1-15,8 kWh/100km; CO₂-Emission, kombiniert: 0 g/km; elektrische Reichweite: bis zu 354 km; Effizienzklasse: A+++; Ladezeit ca. 5,25h (ca. 11kW, 3-phasig) *Bei den Angaben handelt es sich um Herstellerangaben. Die Werte wurden nach dem realitätsnäheren Prüfverfahren WLTP (Worldwide harmonized Light vehicles Test Procedure) ermittelt, dass das Prüfverfahren unter Bezugnahme auf den NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) ersetzt.

31583701_002624

Mehr als Hardrock und Metal

magaScene: 40 JAHRE SPV UND STEAMHAMMER sind ein Stück Musikgeschichte made in Hannover

HANNOVER. Die Jahre 1983 und 1984 waren wichtige Jahre für die Metal-Szene. Das Rock Hard und der Metal Hammer erschienen zum ersten Mal. Eine Vielzahl wichtiger Alben wurden veröffentlicht und Genres wie Thrash- und Speed-Metal nahmen ordentlich Fahrt auf. Auch in Hannover passierte etwas, was sicherlich auch zum Wachstum und der Entwicklung der Szene beitrug. Ein gewisser Manfred Schütz gründete im Januar 1984 mit der Firma SPV und seinem Steamhammer-Label zwei wichtige Unternehmungen, die später unzählige Alben veröffentlichten oder gar erst über ihren Vertrieb in Deutschland und Europa erhältlich machten. Mittlerweile ist SPV seit 40 Jahren am Markt aktiv und hat auch schwierige Zeiten gut überstanden. Heute präsentiert sich das modern aufgestellte Unternehmen als geschätzter und weltweit gut vernetzter Partner in praktisch allen Bereichen des Musikgeschäftes und das nicht nur im Metal. Wir haben uns am 2. Dezember mit Frank Uhle (Geschäftsführer SPV), Manuel Schönfeld (Geschäftsführer SPV, Labelmanager Long Branch Records & SPV Recordings) und Olly Hahn (Labelmanager Steamhammer) im Peppermint Pavillon auf dem Expo-Gelände unterhalten und über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft geplaudert.

magaScene: Olly. Ich glaube, Du bist der richtige Ansprechpartner, wenn es um die Firmengeschichte geht. SPV und auch das Steamhammer-Label werden beide 40 Jahre alt. Wie fing das alles an?
Olly: Der Gründer von SPV und Steamhammer, Manfred Schütz, hatte damals einige Plattenläden in Hannover und später auch in anderen Städten. Der bekannteste bei uns war wohl Musicland am Steintor. Aber er hatte auch noch einen Laden am Weißekreutzplatz aufgemacht, der hieß Boots. Unter Boots gab es als Label und Vertrieb erste



eigene Veröffentlichungen, wie zum Beispiel das Album „Much funny“ der hannoverschen Band Rotzkotz, das 1979 erschienen ist. Später befasste sich Boots auch mit dem Vertrieb von Labels wie Roadrunner Records und vielen anderen. Da hat Manfred gemerkt, dass hier ein großer Bedarf besteht. Es gab viele Labels, die nach einem gut organisierten Vertrieb suchten, um ihre Veröffentlichungen in den Tonträgerhandel zu bringen. Also hat Manfred am 1. Januar 1984 die Schallplatten, Produktion und Vertrieb GmbH, kurz SPV, gegründet. Zu der Zeit war der Hardrock- und Metal-Bereich sehr stark vertreten, er hat es geschafft, viele große Labels aus diesem Bereich für einen Vertrieb über SPV zu gewinnen. Das waren Labels wie Noise, Roadrunner, Metal Blade oder Music for Nations. Sag ein Metal-Label aus dieser Zeit und ich bin sicher, die waren auch bei SPV im Vertrieb. Neben

Rock und Metal gab es natürlich noch viele weitere Genres, um die sich SPV gekümmert hat: Gothic, New Wave, Alternative, Punk und vieles mehr. Es war wirklich fast alles bei SPV vertreten. Manfred hatte einen guten Kumpel, Karl Walterbach aus Berlin, der bereits mit seinem Aggressive Rockproduktionen ein eigenes Label hatte, welches im Punk Bereich sehr gut aufgestellt war. Karl hat dann gemerkt, dass auch der Metalbereich ziemlich interessant und erfolgreich ist. Er hat dann das Label Noise Records für dieses Genre gegründet. Den Vertrieb dieses neuen Labels übernahm natürlich SPV. Auch Manfred Schütz gründete dann bereits 1984 sein eigenes Rock- und Metal-Label mit dem Namen Steamhammer. Mehr Einblicke ins Musikgeschäft und das volle Interview findet Ihr in der Januar Ausgabe der magaScene.

Frank Uhle (von links), Manuel Schönfeld, Olly Hahn stoßen auf 40 Jahre SPV und Steamhammer an. Foto: Clemens Niehaus



Stadtmagazin für Hannover **magaScene**

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

Sein Talent ist die Pädagogik

Bei ihm trifft sich die Welt: Alexander Miede ist der neue Leiter des **JOHANNITER**-Familienzentrums

HANNOVER. Alexander Miede sitzt gerne dort, wo viel los ist. Zum Beispiel im Foyer des Johanniter-Familienzentrums Hainholzer Hafen. Eltern bringen ihre Kinder, Pädagogen kommen zur Arbeit, Mädchen und Jungen spielen Fangen, draußen im Garten wird ein totes Tier gefunden (was sofort als Thema besprochen wird), aus der Küche kommt Kaffeeduft. Vor vier Monaten übernahm der 35-Jährige die Leitung der Einrichtung. Hier werden 74 Kinder aus 36 Nationen in zwei Kindergarten- und zwei Krippengruppen betreut. Durch das zusätzliche Angebot einer Familienberatung in der Einrichtung können Eltern auch außerhalb des Kitaalltags Unterstützung und Beratung erhalten. Immer ist es trübelig, jeden Tag gibt es neue Herausforderungen und viel zu tun, trotzdem lehnt sich Alexander Miede im Gespräch in aller Ruhe zurück: „Mein Team hat Erfahrung, Haltung und eine unfassbare innere Kraft. Für die Aufgaben im Alltag brauchen die Mitarbeitenden mich gar nicht.“

Keine Frage, wenn es beispielsweise durch Krankheit eng wird, ist der Vater von zwei kleinen Töchtern sofort mit in der Gruppe. Toben, spielen, Streit schlichten, Geschichten vorlesen, basteln, klettern und vor allem Fußball spielen beherrscht er aus dem Effeff. Seine Aufgabe ist aber eine andere: „Ich will gute Rahmenbedingungen schaffen, damit alle im Team ihre pädagogischen Fähigkeiten aufs Parkett bringen können“, sagt Alexander Miede. Denn das Parkett, die tägliche Arbeit mit Kindern ab einem Jahr und bis zum Schuleintritt, sei das Fundament, die unverzichtbare Grundlage für ein

selbstbestimmtes und glückliches Leben. Toleranz, Teilhabe und das Recht auf Mitgestaltung sind im Hainholzer Hafen keine leeren Worthülsen, dem Begriff „Kinderrechte“ begegnen die Mädchen und Jungen hier schon früh. In einem Umfeld, geprägt von kultureller Vielfalt und häufig schwachen Familieneinkommen, ist das besonders wichtig. „Wie können wir die Kinder, die Familien und die Systeme, die sie umgeben, stärken? Wie schaffen wir es, ihnen in unserer gemeinsamen Zeit das bestmögliche Paket für den weiteren Weg mitzugeben? Darum geht es in unserer täglichen Arbeit“, sagt Alexander Miede.

Er selbst ist in Gehrden geboren und in Wennigsen aufgewachsen. Von der tiefen Verbundenheit zu seiner Familie zeugen Tattoos auf dem linken Arm. Sternkreiszeichen sind genauso darauf zu finden wie Uno-Karten („Das hat meine Oma immer mit mir gespielt.“). Klingt harmonisch. War es auch, allerdings nicht durchweg. Die Trennung der Eltern hat bei ihm genauso Spuren hinterlassen wie eine ungewöhnliche Erfahrung: „Im Gegensatz zu anderen fiel mir in meiner Kindheit und Jugend in der Schule nichts leicht. Ich musste mir immer alles hart erarbeiten, für alles lernen. Ich habe lange nach meinem Talent gesucht und es schließlich in der Pädagogik gefunden.“

Der Schlüssel war ein Schulpraktikum in einer Kita. Mit dieser Erfahrung entschloss Alexander Miede sich für die Ausbildung zum Erzieher, arbeitete danach in einem Hort, einer Jugend-Wohngemeinschaft und einer WG für Kinder. Er sattelte drauf mit der Ausbildung zum



Alexander Miede, Einrichtungleiter des Johanniter-Familienzentrums mit Kita. Foto: JUH/Sylke Heun

Heilpädagogen („Da habe ich verstanden, was Haltung ist.“) und studierte Kindheitspädagogik. Es folgten acht Jahre in zwei Kindertagesstätten, in einer war er als Einrichtungleiter tätig. Dann war wieder Zeit für einen Wechsel. „Ich muss kommunizieren können. Ich brauche das Gefühl, dass ich gehört werde und dass meine Meinung von Wert ist“, sagt er. Genau in diesem Moment wurde die Stelle im

Johanniter-Familienzentrum frei. Das passte.



www.johanniter.de/hannover

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

AM 27.DEZEMBER AB 9 UHR: große NEUERÖFFNUNG von TRÖSSER in Hannover Garbsen

Sofas und Sessel, Boxspringbetten und Esszimmer – Deutschlands größter Polsterspezialist eröffnet Weltstadthaus in Hannover-Garbsen mit fantastischen Neueröffnungsangeboten



In wenigen Tagen ist es soweit! TRÖSSER eröffnet die insgesamt 17. Filiale an der Bremer Straße / Bauboulevard in Garbsen. Fantastische Eröffnungsaktionen und Angebote warten auf alle Besucher! Nach monatelanger Planung und kompletter Renovierung ist ein echtes Lieblingsmöbelhaus mit viel Liebe zum Detail für die ganze Region Hannover entstanden. „Es ist wunderschön geworden, und das in so kurzer Zeit“, freut sich Wolfgang Bröhl, Geschäftsführer von TRÖSSER. In nur wenigen Wochen sind 25 Markenwelten entstanden – mit dem Fokus auf Sofas, Sessel, Boxspringbetten, sowie Ess-Stühlen und Tischen, von klassisch über modern bis hin zu

italienischen Designerstücken, in allen Formen und Farben. Dabei bezieht TRÖSSER seine Waren von großen, bekannten Marken wie Interliving oder Himolla, arbeitet aber auch mit vielen kleinen Manufakturen aus dem In- und Ausland zusammen, die zum Beispiel individuell auf Maß gestaltete Sofas oder Designerstühle produzieren. „Wir können alle Wünsche unserer Kunden, was Farbe, Bezug und zentimetergenaue Größe betrifft, zeitnah erfüllen und ausliefern“, sagt Bröhl und ergänzt: „Der komplette Bestellvorgang läuft digital ab, der Kunde kann sein Sofa vom Berater konfigurieren lassen wie einen Neuwagen – und erhält dann eine Visualisierung.“ Damit sich

der Kunde genau vorstellen kann, wie das Sofa in einer wohnlichen Atmosphäre aussehen kann, sind die Sitzmöbel in Wohnwelten eingebettet, mit vielen Accessoires, Tischen, Teppichen und den passenden Lampen. Internationale Architekten und Stylisten waren an der Planung beteiligt, so dass wirklich ein „anderes Möbelhaus“ entstanden ist! Die Auswahl ist eindrucksvoll und bietet für jeden ein passendes Sitzmöbel. Alle modernen Sofas und Relaxsessel verfügen mittlerweile über innovative, elektrische Bedienelemente für die individuelle Einstellung – und auf Bedienung und das Möbelstück selbst erhält der Kunde auf Wunsch eine Fünf-Jahres Zu-

satzgarantie. Wer ab dem 27. Dezember 9 Uhr zu TRÖSSER nach Garbsen kommt, wird viele fantastische Eröffnungsangebote und Aktionen finden. Und dass in allen Bereichen: Ob Sofa, Sessel oder Boxspringbett oder doch lieber den Stuhl oder Tisch für das perfekte Dinner: Überall gibt es zur Neueröffnung unschlagbare Angebote. Zudem ist jeder Besucher auf ein Gläschen Sekt eingeladen.

Das ist TRÖSSER

Die Ursprünge von Deutschlands größtem Polstermöbel- und Boxspringbetten Spezialisten gehen bis ins Jahr 1922 zurück. Seit jeher ist das Familienunternehmen in Oberhausen beheimatet und beschäftigt über 300 Mitarbeiter.

- 17x in Deutschland, neu in der Region Hannover
- Über 70.000 qm Ausstellungsfläche insg.
- Über 370.000 verkaufte Sitzplätze pro Jahr
- Über 500.000 zufriedene Kunden
- 24/7 online auf troesser.de

30827 Hannover-Garbsen, Bauboulevard 4, direkt an der B6



Tim K. Kitleiter

Arbeiten mit

KLEINEN MENSCHEN & GROSSEN GEFÜHLEN

Miteinander füreinander da sein. Das macht uns Johanniter aus. Sie ebenso?

Wir suchen Erzieher*innen und Sozialassistent*innen für unsere Kindertagesstätten, Krippen und die Ganztagsschulbetreuung in Stadt und Region Hannover.

Jetzt bewerben auf johanniter.de/paedagogikteam-hannover

HELFER IN SCHWEREN STUNDEN

DAS GIBT ANGEHÖRIGEN HALT



Nach einem Schicksalsschlag: Weihnachten gut überstehen

Wer sich in einem Trauerprozess befindet, sollte die Feiertage nicht irgendwie über sich ergehen lassen, sondern sinnvoll planen. Als Erstes steht die Frage: Was tut mir überhaupt gut?

Das „Fest der Liebe“ naht und manch einem graut davor. Wer einen geliebten Menschen durch Trennung oder Tod verloren hat, spürt den Verlust an diesen Tagen oft besonders heftig. Erinnerungen an frühere Weihnachtsfeste schmerzen, die übliche Ablenkung etwa durch Arbeit entfällt.

„Schon in der Adventszeit werden Wunden wieder aufgerissen, weil Weihnachten überall präsent ist“, erklärt die Psychologin Sandra Jankowski aus Eichwalde nahe Berlin. Bereits die eigentlich harmlose Frage „Wo feierst du?“ tut weh. Doch was tun, um Weihnachten und die folgenden Tage bis zum neuen Jahr möglichst gut zu überstehen und sich nicht in Isolation sowie Grübeleien zu ergeben?

Dagegen hilft eine gründliche Vorbereitung. „Wichtig ist es, dass wir in dieser Zeit nicht nur leiden, sondern uns vorab Gedanken darüber machen, wie wir Weihnachten für uns trotzdem positiv gestalten können“, rät die Hamburger Psychologin Eva Wlodarek. Sie räumt jedoch ein: „Eine Lösung für alle gibt es dabei nicht.“

Am besten beginnt die Planung schon Wochen vorher. Manchen Menschen tut es gut, in der äußeren Form so wie immer zu feiern. Andere können in dem Schicksalsschlag vielleicht sogar eine Chance sehen, endlich mal Weihnachten zu feiern, wie sie es sich selber wünschen – ohne die früher vielleicht obligatorische Langeweile und Streiterei.

Pläne schmieden

Auf jeden Fall sollten jedoch Situationen vermieden werden, die einem den erlittenen Verlust besonders deutlich vor Augen führen. „Nach einer Trennung sollten Sie vielleicht nicht unbedingt mit einem frisch verliebten Paar feiern oder nach einem Todesfall auf Ihrer Reise einen Ort besuchen, an dem Sie häufig gemeinsam waren“, gibt Wlodarek zu bedenken. „Eine fröhliche Party ist in sensiblen Zustand gewiss ebenso wenig das Richtige.“

Schritt eins auf dem Weg zu einem möglichst guten Weihnachtsfest ist die Antwort auf die Frage: Was tut mir gut? Danach kommt das Schmieden von Plä-



Weihnachten so feiern, wie es einem guttut – den eigenen Raum gestalten und dabei Frieden finden.

Foto: Christin Klose/dpa-tmn

„Wichtig ist es, dass wir in dieser Zeit nicht nur leiden, sondern uns vorab Gedanken darüber machen, wie wir Weihnachten für uns trotzdem positiv gestalten können.“

Eva Wlodarek,
Psychologin

nen, denn es ist wichtig, aktiv zu sein. Mag ich die Gesellschaft von bestimmten Menschen? Wenn ja, können diese gefragt werden, ob man Weihnachten zusammen feiert oder sich zum Beispiel am 2. Weihnachtsfeiertag trifft.

An Heiligabend haben zudem viele Geschäfte bis mittags auf, sodass nichts gegen einen Bummel durch die Fußgängerzone spricht. So ist man unter Leuten und die Hälfte des Tages ist schon abwechslungsreich vergangen. Auch eine Reise, ein Spaziergang oder der Besuch eines Konzerts können sich positiv auf das Seelenheil auswirken.

„Man kann sich auch bewusst dazu entscheiden, es sich alleine schönzumachen“, empfiehlt Jankowski. So kann man etwa an Weihnachten die Wohnung schön herrichten, sich etwas Leckeres kochen, dabei gute Musik hören und dann den Lieblingsfilm anschauen. Oder wie wäre es mit dem Sortieren von Fotos und dem Anlegen eines Fotoalbums?

Ablenkung vom Kummer

Häufig hilft es auch, für andere Menschen tätig zu werden und diesen etwas Gutes zu tun. „Das lenkt nicht nur vom Kummer ab, sondern schenkt auch das gute

Gefühl, etwas Positives zu bewirken“, so Wlodarek. Vielleicht gibt es in der Nachbarschaft einen einsamen Menschen, den man besuchen kann. Oder man unterstützt an Weihnachten karitative Einrichtungen.

Bei aller Ablenkung und Planung sollte die Trauer um vergangene Zeiten jedoch nicht unterdrückt werden, empfehlen die Fachfrauen. Emotionale Tiefs sind in einer solchen Situation normal, man sollte dabei mit sich selbst fürsorglich und liebevoll umgehen. „Die Akzeptanz von Gefühlen hilft, man muss sich nicht selbst bestrafen, indem man etwa meint, man müsse im Trauerprozess schon weiter sein“, rät die Berliner Psychologin.

Sandra Jankowskis Tipp: Negative Gefühle aufschreiben, zum Beispiel: „Ich bin traurig, das ist völlig in Ordnung. Dies habe ich erlebt: ...“. In einem Trauerprozess um einen Verstorbenen kann etwa ein Bild von diesem aufgestellt und dazu eine Kerze angezündet werden, so kann man ihn an Weihnachten gefühlt teilhaben lassen.

Wichtig ist es beim Blick in die Vergangenheit aber, sich nicht vom Schmerz überwältigen zu lassen und vor allem nicht in die komplette Isolation zu gehen. Damit steigt die Wahrscheinlichkeit, dass die Grübelschleife nicht mehr endet und es einem immer schlechter geht. Für einen solchen Fall sollte ein SOS-Plan vorbereitet werden. So kann man sich zum Beispiel für den Fall eines seelischen Tiefs vornehmen, einen bestimmten Freund, eine Freundin, ein Familienmitglied oder die Telefonseelsorge anzurufen.

Hilfreich ist es auch, an eine schöne Situation zu denken und vor allem in die Zukunft zu blicken. Pläne schmieden hilft dabei, sich als selbstwirksam zu erleben. „Jetzt ist die Gelegenheit, einmal in Ruhe zu überlegen, wie es im Leben weitergehen soll“, motiviert Wlodarek. Vielleicht möchte man im nächsten Jahr einem Sportverein beitreten, sich ehrenamtlich engagieren oder ein Instrument lernen? In einem Tagebuch können beispielsweise auch diese Pläne und Gedanken freien Lauf gelassen werden. dpa



Wege aus der Grübelschleife: Stopp!

Nicht enden wollenden Grübeleien nutzen nichts, sondern verursachen nur miese Gefühle. Doch wo ist der Ausgang aus dem Gedankenkarussell?

Nach einem Schicksalsschlag versinken viele Menschen vor allem an Weihnachten in Grübel-

Wege finden, die Seele zu beruhigen – die Natur erleben, bewusst atmen und Schritt für Schritt ins neue Jahr gehen.

Foto: Jens Büttner/dpa/dpa-tmn

schleifen. Um diesen zu entfliehen, empfiehlt die Psychologin Sandra Jankowski aus der Nähe von Berlin etwa den Gedankenstopp.

„Man gibt sich einen Ruck durch den ganzen Körper, tritt mit den Füßen auf und schreit 'Stopp!', beschreibt sie diese Maßnahme. Eine andere Möglichkeit: Das Pro-

blem wird erst aufgeschrieben. Dann legt man für sich fest, dass heute nicht darüber gegrübelt, sondern es an einem anderen Tag gelöst wird.

Auch spazieren gehen und Sport helfen. „Es ist bekannt, dass durch Bewegung Glückshormone ausgeschüttet werden“, so Jankowski. Ebenfalls sinnvoll sind

Achtsamkeitsübungen, eine hiervon: Man benennt fünf Dinge, die man gerade sieht, hört, schmeckt, tastet, riecht. Denn wer seine Sinesseindrücke wahrnimmt, kann sich nicht im Gedankenkarussell verlieren. dpa

Unterstützung mit Herz und Verständnis.

BESTATTUNGEN Warnecke

Tag & Nacht Tel. 0511-53 03 60
Breithauptstr. 3 • Hannover
www.warnecke-bestattungen.de

19254601_000124

BESTATTUNGSDIENST LUTZ BIERWISCH

Tag und Nacht für Sie erreichbar
Telefon 0511 / 590 31 33

**Erd-, Feuer-, Seebestattungen
eigene anonyme Grabanlage • Friedwald • Ruheforst**
Wunstorfer Str. 49 • 30453 Hannover
Tel.: 0511 / 590 31 33 • Mobil: 0171 / 841 87 49
Ronneberg • Hannover • Lehrte
www.bierwisch-bestattungen.de

19251301_000124

Kolumbarium Hl. Herz Jesu

**Würdevolle Urnenbeisetzungen
in der Kirche Hl. Herz Jesu**
Max-Kuhlemann-Str. 13 • 30559 Hannover
Info-Telefon: 0511 9 59 26-0
www.kolumbarium-hannover.de

31111901_000124

FROMM
Familienbetrieb seit 1908

Pieperstraße 14 • 30519 Hannover
Telefon 0511 - 86 26 91
info@fromm-bestattungen.de
www.fromm-bestattungen.de

**Erd-, Feuer- und Seebestattungen
Bestattungsvorsorge**

30402001_000124

Raum und Zeit für den Abschied

BÖKER
Bestattungen Tischlerei

- Bestattungen auf allen Friedhöfen
- Erledigung sämtlicher Formalitäten
- Persönliche und kompetente Beratung
- Hausbesuche auf Wunsch
- Gestaltung von Trauerdruck
- Eigene Trauerfeierhalle
- Trauerbegleitung
- Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten

Beekestraße 66/68, 30459 Hannover-Ricklingen
0511 / 42 17 17
bestattungen@boeker-hannover.de
www.boeker-hannover.de

3790901_000124

JÖCKS BESTATTUNGEN

Mars-la-Tour-Straße 3
30175 Hannover
Telefon (0511) 47 53 22 0

Inh. Anja Lentze-Jöcks

4268601_000124

Bestattungen Werner Georg

Tag und Nacht dienstbereit
Wir helfen Ihnen persönlich.
Erledigen alle Formalitäten
und Ihren Schriftverkehr.

Schneider Str. 5, 30559 Hannover-Anderten
Victor-Schulte-Straße 2, 30539 Hannover-Bemerode
Tel.: 0511 / 51 28 28
info@bestattungen-georg.de
www.bestattungen-georg.de

3780701_000124

Wiese 175 Jahre
Bestattungen

Seit sechs Generationen
sind wir vertrauensvoller Partner im Trauerfall.
Tag und Nacht in allen Stadtteilen Hannovers erreichbar.

Altenbekener Damm 21
Baumschulentallee 32
Berkhusenstraße 29
Garkenburgstraße 38
Lister Meile 49
Podbielskistraße 105

**0511 957857
wiese-bestattungen.de**

Fachunternehmen für
Bestattungsdienstleistungen
nach DIN EN 15017

aeternitas Qualifizierter
Bestatter

Abschied Leben

25224501_000124

Gebr. Lautenbach
Bestattungshaus

Tag & Nacht
0511 - 92 99 10

Seit 1896 und 5 Generationen
Ihr vertrauensvoller Partner!

www.lautenbach-bestattungen.de

Linden • Ricklingen • Mühlberg • Hemmingen

3899001_000124

DVD-TIPP

EIN KAMPF UM
DIE SEELE DER
MEGALOPOLIS

Einst war New Rome der Nabel der Welt, das Zentrum der Macht, unangreifbar, unverletzlich. Doch Korruption und Gier haben die Metropole ausgehöhlt, der Zahn der Zeit nagt an den kolossalen Bauten, die sich gen Himmel recken. Einer hat nicht aufgehört, große Träume für New Rome zu haben: Cäsar Catilina, Nobelpreisträger und genialer Erfinder des Zauberstoffs Megalo, hat eine Vision, wie es wieder bergauf gehen, eine bessere Zukunft für alle Menschen entstehen kann. Damit macht er sich Bürgermeister Franklyn Cicero zum Gegenspieler, der um Machterhalt und Fortbestand der alten Eliten kämpft, auch wenn er damit das Schicksal seiner Stadt besiegen würde. Zwischen den beiden Männern steht die schöne Julia, Tochter des Bürgermeisters, Geliebte des Erfinders. Ein Kampf beginnt. Um Julias Seele. Und um die Seele der Megalopolis... Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).



Vorpremiere:
„Queer“

HANNOVER. Vorpremiere am ersten Weihnachtsfeiertag: Das Kino am Raschplatz zeigt am Mittwoch, 25. Dezember, ab 20.45 Uhr das Filmdrama „Queer“ im englischsprachigen Original mit Untertiteln. Regisseur Luca Guadagnino („Call me by your name“) erzählt eine mystische Liebesgeschichte nach dem halb-autobiographischen Roman von William S. Burroughs. Hauptdarsteller Daniel Craig erhielt für seine Rolle des Lee eine Golden-Globe-Nominierung. Dieser erzählt von seinem Leben in Mexiko-Stadt, zwischen Drogentrips und unter amerikanischen College-Studenten und Barbesitzern im Ausland, die von Teilzeitjobs und GI-Bill-Zahlungen leben. Als er eines Tages dem jungen Allerton (Drew Starkey) begegnet, ist er sofort von ihm fasziniert. Um mehr über ihn herauszufinden, beginnt er, ihn zu verfolgen. Großartiges Kino zwischen Roadtrip-Komik und luziden Träumen! Karten können vorab telefonisch unter (0511) 317802 (ab 14 Uhr) oder online reserviert werden. **RED**

kinoamraschplatz.de

So klingt das Fest

Von Bach bis Beats: **WEIHNACHTSKONZERTE** und festliche Stimmung auf Hannovers Bühnen

HANNOVER. Vier Typen und vier Mikrofone, das fünfte Weihnachtsalbum im Gepäck, und nach über 20 Band-Jahren noch immer voller frischer Ideen: **Maybeop** bringen ihr Weihnachtskonzert zum Album „Schöner Schein“ auf die Bühne im Theater am Aegi. Das A-cappella-Quartett entstaubt dabei Klassiker wie „Heidschi Bumbeidschi“ oder „Carol of the Bells“ und kleidet die festlichen Melodien in ein neues Gewand. Und auch Eigenkompositionen fehlen nicht, wie immer mit Augenzwinkern, vom tragikomische Tango „Der Tod des Weihnachtsmanes“ bis zur Deutsch-Rap-Parodie „KNG of LightZ“, in der klargestellt wird, wer die Hütte mit dem höchsten Bling-Bling-Faktor hat. Drei Termine für die Konzerte stehen noch an: Sonnabend, 21. Dezember, ab 19 Uhr, und Sonntag, 22. Dezember, ab 14 Uhr und ab 19 Uhr.



Der Bachchor Hannover singt weihnachtliche Musik in der Marktkirche. Foto: Veranstaltungsmanagement der Marktkirche Hannover

Der **Propsteichor St. Clemens** singt gemeinsam mit Solisten und begleitet von einem Instrumentalensemble die Weihnachtshistorie von Heinrich Schütz am Sonnabend, 21. Dezember, ab 18.30 Uhr in der Basilika St. Clemens, Goethestraße 33. Der Eintritt ist frei.

Die Westernhagen-Coverband **„Mit 18“** spielt am Sonnabend, 21. Dezember, ab 20 Uhr in der Marlene, Prinzenstraße 10, ihr traditionelles Weihnachtskonzert. Einlass ist ab 19 Uhr. Eintritt an der Abendkasse: 30 Euro.

Der **Bachchor Hannover** singt gemeinsam mit Solisten und begleitet vom Bachorchester weihnachtliche Musik am Sonnabend, 21. Dezember, ab 20 Uhr und am Sonntag, 22. Dezember, ab 17 Uhr in der Marktkirche, Hanns-Lilje-Platz 2, erstmals unter der neuen Leitung von Christian Rohrbach. Neben der ersten Kantate des Weihnachtsoratoriums („Jauchzet, frohlocket!“) steht das Gloria aus der h-Moll-Messe von Johann Sebastian Bach auf dem Programm – sowie mit dem Magnificat auch ein Werk seines Sohnes Carl Philipp Emanuel. Karten gibt es über die Buchhandlung an der Marktkirche.

Axel LaDeur spielt Orgelmusik zum Advent am Sonntag, 22. Dezember, ab 15 Uhr in der Kreuzkirche, Kreuzkirchhof 1. Es erklingen Werke von Johann Sebastian Bach und Josef Gabriel Rheinberger (4. Sonate „Tonus peregrinus“). „Tidings of Joy“ heißt das Konzert mit dem **Voktett Hannover** am Sonntag, 22. Dezember in der Apostelkirche, An der Apostelkirche 1. In adventlicher A-cappella-Manier geht die Reise von barocken Meisterwerken über geistliche und weltliche Musik von Mendelssohn, Cornelius und Regger, bis hin zu Eigenkompositionen und jazzig anmutenden Arrangements moderner Weihnachtsklassiker. Karten kosten an der Abendkasse 15 Euro, ermäßigt 10 Euro.

„Wir warten aufs Christkind“ ist das eierlikörlastige Programm der **Bösen Schwestern**, die am 23.



Die Vocal-Band Maybeop präsentiert mit „Schöner Schein“ ihr fünftes Weihnachtsalbum im Theater am Aegi. Foto: Sven Sindt Werner

Dezember ab 20 Uhr in der Marlene Festtagsdramen mit Happy End präsentieren. Natürlich mit Gitarre und fröhlichem Singen unterm Weihnachtsbaum. Eintritt an der Abendkasse: 25 Euro.

Nach Heiligabend abhotten kann man am Dienstag, 24. Dezember, ab 24 Uhr im Mephisto, Zur Bettfedernfabrik 3, beim

Basic X-mas Rave. An den Turntables stehen Erasmus, New Influencer, Yam Yam und Visu The Kid. Eine Tradition der anderen Art ist die „Beinharte Bagaluten-Wiehnacht“ der Torfmoorholmer Gebrauchsrocker: **Torfrock** geben sich am Mittwoch, 25. Dezember, ab 20 Uhr (Einlass: 19 Uhr) im Capitol, Schwarzer Bär 2, die Ehre.

Ihr (fiktiver) Mikrokosmos, der durch die aberwitzigen Geschichten aus dem Leben der Bewohner Torfmoorholms, der liebenswert trinkfreudig-chaotischen Wikingertruppe aus Haithabu und deren Nachkommenschaft entsteht, hat auch heute noch eine große Anziehungskraft auf das Publikum jeden Alters. **RED**

VGH-Fotopreis

HANNOVER. Berührende fotografische Porträtarbeit: „Ohnmächtige Stille“ von Anton Vester gewinnt den diesjährigen VGH Fotopreis. Das Projekt, das sich mit dem Warten auf eine Organspende beschäftigt, ist neben Finalisten-Arbeiten noch bis zum 12. Januar in der Galerie für Fotografie (GAF) zu sehen. Der 28-jährige Fotograf beleuchtet intensiv und persönlich die Situation von Menschen, deren Leben durch Warten bestimmt ist. Sie hoffen und warten auf eine neue Niere, ein neues Herz, auf ein neues Leben – manchmal warten sie jahrelang und manchmal müssen die Menschen sterben, bevor ihre Hoffnung erfüllt wird. Seit 2021 studiert Anton Vester im Studiengang „Visual Journalism and Documentary Photography“ an der Hochschule Hannover. Der Schwerpunkt seiner Arbeit liegt auf den sozialen und psychischen Herausforderungen unserer Gesellschaft. Neben der Preisträgerarbeit von Anton

Vester erhielten als Finalistinnen und Finalisten des Juryprozesses Jonathan Funk, Lisa-Maria Gruber und Ludwig Nikulski eine lobende Erwähnung.

Die GAF, Seilerstraße 15d, ist geöffnet von Donnerstag bis Sonntag von 12 bis 18 Uhr bei freiem Eintritt, an den Feiertagen sowie zu Heiligabend und Silvester geschlossen. **RED**

gafeisfabrik.de



Auf der Warteliste für Spenderorgane: Anton Vester hat für sein Projekt „Ohnmächtige Stille“ den VGH-Fotopreis erhalten. Seine Bilder sind in der GAF zu sehen. Foto: Anton Vester

Ein bisschen Glück zu Weihnachten

HANNOVER. Weihnachten in Paris. Vier lebenslustige junge Männer, die am Rande der Gesellschaft leben und sich dieser weder anpassen können noch wollen. Die Suche nach ein bisschen Glück in einem Leben, das nicht fair spielt. Eine tragisch endende Liebesgeschichte. Traditionell zur Weihnachtszeit kehrt „La Bohème“ von Giacomo Puccini auf den Spielplan und die Bühne der Staatsoper Hannover zurück. In der bunten Inszenierung von Chris Alexander, die in diesem Jahr ihren 25. Geburtstag feiert, geht es auf den Weihnachtsmarkt im Pariser Quartier Latin.

Der Schriftsteller Rodolfo, der Maler Marcello, der Philosoph Colline und der Musiker Schauvard teilen sich eine Mansarde – und fristen ein Leben zwischen bitterer Armut und romantischem Künstlerkloschee. Zunächst bekommen sie auf dem kalten Dachboden Besuch: von ihrem Vermieter, für den sie im wahrsten Sinne des Wortes

nichts übrig haben, und von ihrer schönen Nachbarin Mimi, in die Rodolfo sich umgehend verliebt.

„Großer Schmerz in kleinen Seelen“, nannte Puccini die Formel selbst, die das Publikum immer wieder zu Tränen rührt. Die noch wichtigere Zutat und Grundlage für die beispiellose Beliebtheit seiner Oper sind aber fraglos die unsterblich schönen Melodien. Die Musik charakteri-

siert detailliert und unsentimental die aufgeladene Atmosphäre des Bohème-Milieus.

Die nächsten Aufführungen sind am Sonntag, 22. Dezember, ab 18.30 Uhr, sowie am Sonnabend, 28. Dezember, ab 19.30 Uhr im Opernhaus. Karten sind ab 25,50 Euro, ermäßigt ab 6 Euro, im Vorverkauf erhältlich. **RED**

staatstheater-hannover.de



La Bohème - Oper von Giacomo Puccini. Foto: Clemens Heidrich

Oberuferer
Christgeburtspiel

HANNOVER. Das Merz-Theater, Brehmstraße 10, präsentiert am Sonntag, 22. Dezember, ab 17 Uhr und am Dienstag, 24. Dezember, ab 11 Uhr „Das Oberuferer Christgeburtspiel“. Mit humorvollen, lauten und andächtigen, ruhigen Szenen wird nicht nur von Maria, Josef und dem Jesus-Kindlein erzählt, sondern auch, was die drei Hirten Witok, Stchl und Gallus zu dieser Zeit umtreibt. Das Stück ist geeignet für Kinder ab vier Jahren. Eintrittskarten können zum Preis von 12 Euro, ermäßigt 8 Euro, online reserviert werden. **RED**

merz-theater.de

Mehr Bass:
X-Mas-Rave

HANNOVER. Mehr Lust auf Trance und Techno statt auf Besinnlichkeit? Dann hat das Café Glocksee, Glockseestraße 35, am Mittwoch, 25. Dezember, ab 23 Uhr den richtigen Groove beim X-Mas-Rave parat. Kæte Töne kommt aus Berlin, um ein feines Techno-Set mit kurzen Soundeinflüssen aus allen möglichen Musikrichtungen zu servieren. Von Paradox aus Hamburg kommt Basti Vernunft ins Café Glocksee, und Larensch vereint das Beste aus (Deep) House, Italo Disco und ein bisschen Trance. Frank Freiheit wechselte nach Ausflügen in Indien und Psytrance zum Techno und legt alles auf zwischen Downtempo und 130 Bpm. Eintritt: 12 Euro. **RED**

Junger
Poetry-Slam

HANNOVER. Aufstrebende Dichterinnen und Nachwuchs-Poeten geben sich beim „SPAM“, dem U20-Poetry-Slam von „Macht Worte!“ das Mikrofon in die Hand und präsentieren dem Publikum ihre selbstverfassten Texte. Los geht's am Sonnabend, 21. Dezember, um 19 Uhr in der Warenannahme auf dem Faust-Gelände, Zur Bettfedernfabrik 3. Es moderieren Antonia Josefa und Matti Linke. Einlass ist ab 18 Uhr. Der Eintritt kostet an der Abendkasse 9 Euro, ermäßigt 7 Euro. **R/HR**

Weihnachts-
Karaoke-Show

HANNOVER. Mit einer riesigen Auswahl an Pop-, Punk- und Metal-Bomben und den größten Hits des letzten Jahrhunderts lädt Bei Chéz Heinz, Liepmannstraße 7b, zur „11. großen Weihnachtskaraoke Show“ ein. Gemeinsam oder allein darf sich jede und jeder auf die Bühne schwingen und eskalieren. Festliche Stimmung trifft auf die ultimative Gelegenheit, die eigenen Gesangskünste unter Beweis zu stellen. Der Karaoke-Abend am 2. Weihnachtstag, Donnerstag, 26. Dezember, beginnt um 21.30 Uhr, Einlass ist ab 21 Uhr. Der Eintritt ist frei. **RED**

Ab sofort
& direkt am
Kröpcke

**Tickets
von HAZ & NP
im Musik Kiosk**

Dienstag - Samstag: 12 - 18 Uhr

Informationen und Programm: hannover.de/cityofmusic

HAZ Tickets NP

10 JAHRE
City of Music
HANNOVER

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Sie werden auf eine Person nachhaltigen Eindruck machen. Im privaten Bereich können Sie mit Unterstützung von Verwandten oder Freunden rechnen.

STIER 21.4.–20.5.
Wer feste partnerschaftliche Ziele anstrebt, sollte jetzt die Augen offen halten. Eine Verbindung rückt ins Blickfeld, die Ihr Interesse weckt.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Viellversprechende Aussichten! Ein günstiger Mars-Aspekt stärkt das Selbstvertrauen. Sie haben einen sicheren Blick für mögliche Schwachstellen.

KREBS 22.6.–22.7.
Um allzu komplizierte Beziehungen sollten Sie lieber einen großen Bogen machen. Sie bringen nur Unruhe in Ihren ohnehin recht lebhaften Alltag.

LOWE 23.7.–23.8.
Ständig gestresst? Heilkräuter sind mehr als grüne Halme und Blätter auf der Wiese. Entdecken Sie die Kräfte der Natur! Das bringt Sie ins Lot.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Hören Sie auf die Ratschläge von guten Freunden und halten Sie die Hand auf das Portemonnaie. Äußerste Vorsicht bei beruflichen Entscheidungen!

WAAGE 24.9.–23.10.
Was Sie als vermeintliche Chance ansehen, könnte sich glatt als Reinfall erweisen. Lieber den „Spatz in der Hand“ als die „Taufe auf dem Dach“.

SKORPION 24.10.–22.11.
Nun können wieder Pluspunkte gesammelt werden. Überlassen Sie nichts dem Zufall, sondern setzen Sie Ihre geistigen Kräfte im Beruf gezielt ein.

SCHUTZE 23.11.–21.12.
Projekte, die Sie auf privater sowie beruflicher Ebene in Angriff genommen haben, zahlen sich allmählich aus. Stets konsequent am Ball bleiben!

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Versuchen Sie gerade dann, wenn Ihr Umfeld besonders hektisch und nervös ist, entspannt zu bleiben. Das wirkt sich positiv auf andere aus.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Vorsicht! Bei manchem sitzt der Geldbeutel derzeit ziemlich locker und das Budget kann durch leichtfertige Ausgaben gehörig ins Wanken geraten.

FISCHE 20.2.–20.3.
Wenn Sie sich in einer Angelegenheit nicht sicher sind, sollten Sie sich nicht scheuen, andere um Rat zu fragen. Das spart Ihnen wertvolle Zeit.

GEWINNRÄTSEL

Ackerbau	Eisregen-korn	süd-amerik. Waben-kröte	besitz-anzei-gendes Fürwort	Vorname der Dago-ver 1980	Naum-burger Dom-figur	subark-tischer Hirsch	Droh-wort	unbe-festigt	Fluss durch Frank-reich	engl. Fürwort: es
▶	▼			▼		▼	Luft-wider-stands-beiwert	▼	poln. Autor (Stanis-law) †	▼
altes Reich in Mittel-amerika		in Indien: Recht-loser			Wasser-tiefen-messer	▶				
▶	6		spani-scher Artikel		großes Wohn-gelände	▶	8		1	Fern-sehen (Abk.)
<div>Länger im Blick bleiben: Hier Ihre Anzeige buchen auf www.wochenblaetter.de</div>										
Horn-schuh vieler Tiere		kurz für: in dem						gego-rener Honig-saft	Wasser-tiefe messen	Vorname der Turner
Hühner-produkt				5				Senkblei		
▶								▶		
Stadt mit größtem Kirch-turm	bibli-sches Hohlaß	mongo-lisches Stein-mahl	höchste ägyp-tische Göttin	süd-deutsch: Haus-flur	Fluss durch Gerona (Span.)	Hafen-stadt im Süden Perus	▶	altes dt. Karten-spiel	chem. Zeichen für Lithium	2
Schön-heits-pflege	▶							borgen		3
japa-nischer Seiden-gürtel	▶		Gegen-teil von absolut			4			Feuer-land-indianer	
weib-liche Märchen-figur	▶			7				1	2	3
								4	5	6
								7	8	

Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Ein Kampf um die Seele der Megalopolis – „Megalopolis“. Auf eifrige Rätselfreunde wartet 3 mal 1 DVD als Gewinn.

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

Alle Lösungen, die bis Donnerstag, 26. Dezember, 17 Uhr, eingehen, nehmen teil.



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

APOTHEKEN

SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

- Apothek am Heidering,** Tel. 76835601, Am Heidering 2
- Luise-Apothek am Opern-haus,** Tel. 12370790, Theaterstr. 14
- Löwen-Apothek,** Tel. 485558, Richard-Lattorf-Str. 19

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

- Ginkgo-Apothek,** Tel. 14138, Kopernikusstr. 5
- Leine-Apothek im Hauptbahn-hof Hannover,** Tel. 5334825, Ernst-August-Platz 1
- Leonoren-Apothek,** Tel. 422422, Ricklinger Stadtweg 33
- Redeker'sche Apothek Großer Hillen,** Tel. 522080, Großer Hillen 6

hallo LESERREISEN

Musik & Kultur 2025

Begrenztes Kartenkontingent - nur bis 30.12.24 buchbar!

Ihr Reisepreis ab €289 p. P. im DZ inkl. PG 3

Puccinis Oper „Madame Butterfly“

in der Semperoper Dresden

Reisetermin 2-Tage-Reise/ÜF: Do. 27.02. - Fr. 28.02.2025

Giacomo Puccinis Madama Butterfly kann es nicht wahrhaben, dass ihre große Liebe zum Scheitern verurteilt ist. Im Zentrum von Giacomo Puccinis Tragedia giapponese, die in Nagasaki zu Beginn des 20. Jahrhunderts spielt, steht die junge Geisha Cio-Cio-San, genannt „Butterfly“. Der US-amerikanische Marineleutnant Pinkerton schließt mit Cio-Cio-San eine Kurzzeitehe - nach damals in Japan möglicher Praxis - und mietet für den Aufenthalt gleich das passende Häuschen mit dazu.

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Maritim Hotel Dresden****
✓ Eintritt Semperoper „Madame Butterfly“ PG 3 um 19.00 Uhr
✓ kostenlose Nutzung des Schwimmbades im Hotel

Extrakosten pro Person: Einzelzimmer-Zuschlag.....€ 30
Aufpreis Eintrittskarte Semperoper PG 2.....€ 25
Aufpreis Eintrittskarte Semperoper PG 1.....€ 35
City-Tax vor Ort zahlbar

Ihr Reisepreis ab €289 p. P. im DZ inkl. PG 3

Semperoper Ballett „Schwanensee“

in der Semperoper Dresden

Reisetermin 2-Tage-Reise/ÜF: Sa. 08.03. - So. 09.03.2025

Nach seinen bejubelten Literaturadaptionen Carmen und Peer Gynt widmet sich Johan Inger nun einem Stoff, der inzwischen einen Ballettklassiker des Aufführungskanons und eine weitere Facette des Choreografen darstellt: Schwanensee. Für das Semperoper Ballett nimmt der schwedische Tanzschaffende 2023 eine erneute Umdeutung vor, die tiefgründige Fragen behandelt: Welchen Einfluss haben Gewalt und Manipulation auf zwischenmenschliche Beziehungen? Welche Rolle spielen persönliche Freiheit, Respekt und Akzeptanz in einer Liebesbeziehung?

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Maritim Hotel Dresden****
✓ Eintritt Semperoper „Schwanensee“ PG 3 um 19.00 Uhr
✓ kostenlose Nutzung des Schwimmbades im Hotel

Extrakosten pro Person: Einzelzimmer-Zuschlag.....€ 35
Aufpreis Eintrittskarte Semperoper PG 2.....€ 25
Aufpreis Eintrittskarte Semperoper PG 1.....€ 35
City-Tax vor Ort zahlbar

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

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

9798301_002624

STELLENMARKT

Schülerjob gesucht?

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

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



Freie Gebiete:

- Seelhorst
- Limmer
- Hainholz
- Vahrenwald
- List
- Isernhagen-Süd



33710001_002624

Kommissionierer / Lagermitarbeiter gesucht! (m/w/d) Sie sind unzufrieden in Ihrem Job? Sie suchen eine neue Herausforderung? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Unbefristeter Arbeitsvertrag! Unterstützen Sie uns bei der Kommissionierung von Drogerieartikeln in der Region Hannover bei unserem Kunden! Egal ob Voll- oder Teilzeit, 2- oder 3 Schicht! Wir bieten eine attraktive Vergütung ab 14,31 Euro / Stunde, Staplerfahrer mehr! Melden Sie sich jetzt und starten Sie gemeinsam mit uns durch! Randstad Inhouse Services, Am Berkopsfeld 4, 30938 Burgwedel, Alexandra Gürtler, ☎ 05139-977990, ✉ alexandra.guertler@randstad.de

Kfz-/LKW-/Nutzfahrzeuge-Mechatroniker (m/w/d) gesucht! Unser Stapler-Service braucht Verstärkung: im mobilen Einsatz Großraum Hannover o. in unserer Werkstatt. Abgeschl. techn. Ausbildung ist erforderlich, zum Staplerprofi machen wir Sie! Mengel Gabelstapler GmbH Annabell Krauß ☎ 05131/446625 ✉ ak@mengel-gabelstapler.com

Für ein Objekt in Hannover-Mitte (Lange Laube) suchen wir eine **Reinigungskraft für die Küchenreinigung (m/w/d)** AZ: Mo-Fr, ab 16:00 - 20:00 Uhr. Teilzeit Belehrung nach § 43 Infektionsschutzgesetz (Gesundheitszeugnis) notwendig. Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Tel.: 0511 3581800

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

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Anerkannte Alltagshilfe, nett u. voll zuverlässig. Kostenübernahme durch alle Pflegekassen o. Privat. 0155/60191957

Frau mit Erfahrung sucht Stelle in 24 Stunden Pflege, auch bei sehr kranken Menschen. ☎ (01 59) 01 88 32 87

Maler sucht Arbeit, Fenster- u. Türen streichen. ☎ (01 76) 40705700

Maler sucht Arbeit, auch am Wochenende. ☎ (01 76) 40705700

STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL

Putzfee sucht Stelle Ich bin Katharina (46) mit Erfahrung und suche vormittags zuverlässige Stellen in Hannover Mitte, Linden und Region Hannover. Schlüsselstellen oder Privat auf Basis. ☎ 01 76 74 58 90 67

Haushaltshilfe für Privathaushalt in Hannover Kleefeld gesucht. 5 Tage/Woche, 25 Std., auf Steuerkarte. Sie sollten mit allen im Haushalt anfallenden Arbeiten vertraut sein. Einarbeitung ist gewährleistet. bewerbung-ha@gmx.de

STELLENANGEBOTE MINIJOB

Sekretariatsfachkraft in Dauerstellung für 2025 auf Minijob-Basis gesucht. Die Arbeitszeit beträgt nach Absprache 4 bis 8 Stunden wöchentlich, verteilt auf 2 / 3 Tage jeweils vormittags, Tätigkeitsort gut erreichbar mit ÖPNV Aufgaben: Ablage von Kontoauszügen, Rechnungen, Verträgen, gelegentlicher Emailverkehr. ☎ D 335 673

EIGENTUMSWOHNUNGEN GESUCHE

Direkter Ankauf Wir suchen eine Eigentumswohnung in jedem Zustand von privat. ☎ 05 13 96 02 09 36

Suche Eigentumswohnung o. kleines Haus zum Kauf von privat, gerne renovierungsbedürftig. Tel.: 0162-3484327 oder per Mail: Schacht-Lukas@web.de

BAUGRUNDSTÜCKE GESUCHE

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

HÄUSER GESUCHE

Nette Familie sucht Zuhause zum Kauf in Hannover oder nördlicher Region. Wir freuen uns über jedes Angebot, auch ein Baugrundstück kommt in Frage! familiebockhannover@gmail.com

Direkter Ankauf Wir suchen ein Reihenhäus in jedem Zustand von privat. ☎ 05 13 96 02 09 36

Junge Familie sucht Haus (EFH, MFH) zum Wohlfühlen in Hannover oder Umland gern mit Garagen. ☎ 01 70 -9 60 97 97

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

DACHDECKER

Kleinflick und Rinne 0511/44497279

ENTRÜMPELUNG

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

www.aktasderpacktdas.de Haus & Wohnungsaufösungen, seriös & besenrein, Umzüge/Transporte, uvm. schnell u. zuverl. ☎ 0511/5347369

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

Entrümp. & Kleintrans. (01 63) 91 34 970

FLIESENLEGER

Fliesenleger + Badsanierung ☎ 0160/97739654

GÄRTNER

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

Gartenpflege inkl Ents. 0176 41467766

Gartenpf. inkl. Ents. 05102/7370745

Gartenarb. inkl. Ents. 0511/96774765

HEIZUNG

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

MALER, TAPEZIERER

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

POLSTERMÖBEL- / TEPPICHREINIGUNG

Fa. Schmeißer ☎ (05 11) 60 44 499

SANITÄRINSTALLATEURE

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

UMZÜGE

Umzüge, Entr., Transp. 0511/71657401

Umzüge mit Tischler ☎ (05 11) 74 10 47

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

116 016

- anonym
- kostenfrei
- 24/7 erreichbar
- mehrsprachig
- Online-Beratung: www.hilfetelefon.de



Hilfetelefon 116 016 Gewalt gegen Frauen www.hilfetelefon.de

VERANSTALTUNGEN ALLGEMEIN

RAINHARD FENDRICH
45 JAHRE LIVE
TOURNEE 2025
Nur ein Wimpernschlag
14.10.25 HANNOVER
Theater am Aegi
TICKETS: WWW.COFO.DE

The BEST of Black Gospel
So.12.Januar - 17. Uhr
MARKTKIRCHE HANNOVER
www.bestofblackgospel.de

VERKAUF ALLGEMEIN

Drucker von Brother, DCP-J1050 DW, wie neu, 120€ ☎ (01 72) 9 25 64 95

ANKAUF ALLGEMEIN

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

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

AUTOMARKT

Verk. Toyota Celica, Bj. 99, 34 Tkm, noch nicht mal eingefahren, Scheckheft gepfl., Silber met., Heckspoiler, 30.000,-€ VB ☎ (01 76) 88 49 75 57

ANKAUF MOTORRÄDER

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

CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

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

BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

Er, 52 J., 1,75m, schlank, offen und empathisch sucht liebevolle und sympathische Frau für offene und ehrliche Gespräche, Unternehmungen und Zweisamkeit. Zuschriften bitte an ✉ chrib207@gmail.com

Weihnachtsmann sucht seine Frau. Ich 63,174,80 Suche Dich, weiblich nicht nur zu Weihnachten. Lust auf eine aufregende Partnerschaft? Dann meld dich doch per WhatsApp. ☎ 01 52 28 62 40 06

Weihnachten allein? Hannoveraner, 50, 1.80 sucht liebe Frau bis 50. ☎ (01 52) 29 66 90 72

Er, 55 sucht Sie für Weihnachten und mehr. ☎ (01 78) 9 45 11 56

Pummelchen. Ein unvergessliches Erlebnis, kein GV. ☎ 0152/1820 95 31

Er, 45 J., sucht Sie für Freundschaft, eventuell mehr ☎ (01 70) 6 05 86 22

Achtung Stellensuchende

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

Ihre Anzeigenabteilung

VERSCHIEDENES

Familie sucht einen Wohnmobil oder einen Wohnwagen. Freuen uns über jedes Angebot. ☎ (01 60) 7 58 92 01

Suche alten Sandstein Tröge usw Tel.01746831744

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.

WIR STILLEN HUNGER.
OHNE WENN UND ABER.
HELFE SIE DABEI!
Save the Children

Was wäre Ihr letztes Geschenk an die Welt?



Mein Erbe tut Gutes.

Das Prinzip Apfelbaum

www.mein-erbe-tut-gutes.de • (030) 29 77 24 36
Eine Initiative gemeinnütziger Organisationen in Deutschland.

Eine Initiative von							

Lyrik einer Landschaft

Der Niedersachsen-Kalender 2025



Jetzt limitiertes Exemplar sichern!

Hannoversche Allgemeine
Neue Presse

Scannen und bestellen!



Ab sofort nur erhältlich unter abo.haz.de/lyrikkalender

Lassen Sie sich von der Schönheit Niedersachsens verzaubern! Bizarr verschneite Harzwälder, kristallklar plätschernde Bäche bei Braunlage, herbstlich verfärbte Deisterhänge und eine vom Frost überhauchte Landschaft am Steinhuder Meer: Die Panoramen unseres Landes stecken voller Poesie. Durch die Linse der Fotografen Lutz Akemann und Joachim Hasche führt Sie der Lyrik-Kalender an wundersame Orte – begleitet von auserlesener Lyrik.

Sie haben die Wahl

– Es gibt kleinformatige Wochenblätter, aber auch großformatige Wochenblätter

– Es gibt billige Wochenblätter, aber auch preiswerte Wochenblätter

Wir haben Format, ein vernünftiges Preis-Leistungsverhältnis und eine kontrollierte Auflage

Was wollen Sie mehr?



erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

MADSACK Medien Hannover GmbH & Co. KG

August-Madsack-Straße 1
30559 Hannover

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

Redaktionsleitung:
Christian Kaufer

E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de
hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

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

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Patrick Bludau

Zustellung:

WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH, August-Madsack-Straße 1, 30559 Hannover, Unter www.wochenblaetter.de können Sie uns ganz einfach mit zwei Klicks melden, wenn Sie die Zeitung nicht bekommen 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 aufgegebenen Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Erscheinungsweise:
wöchentlich sonnabends, gemeldete verteilte Auflage lt. ADA: 305.245 Exemplare (Quart. IV/2022)
Es gilt die Preisinformation Nr. 84 ab 01.01.2024



Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter **BVDA**

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

31867301_002624

33184001_002624

33520191_002624