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



Do 26.02.2026
15.30 – 19.30 Uhr
Hannover 30539 - Bemerode
Ratssaal
Brabeckstraße 137



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

4900201_002626
möbel staude
Die Besten im Norden
Deine Stadt Möbel Staude Dein
37899901_002625

hallo HANNOVER SÜD
wochenende

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

Mastertage an der HMTMH

HANNOVER. Bei den Mastertagen der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover (HMTMH) präsentieren Studierende ihre künstlerischen Abschlussprüfungen mit öffentlichen Konzerten. Die Veranstaltungen finden noch bis Donnerstag, 12. Februar, im Richard Jakoby Saal, Neues Haus 1, statt.

Montag, 9. Februar
- 15 Uhr: Yuri Ota (Liedgestaltung)
- 16.30 Uhr: Changsoo Kim (Gesang/Oper)
- 19.30 Uhr: David Jun Chen (Klavier)

Dienstag, 10. Februar
- 15 Uhr: Illia Ovcharenko (Klavier)
- 16.30 Uhr: Curtis Phill Hsu (Klavier)
- 18 Uhr: Franzis Luise Liese (Gesang)
- 19.30 Uhr: Luisa Müller (Gesang/Oper)
- 21 Uhr: Sophie Schwerthöffer (Gesang/Oper)

Mittwoch, 11. Februar
- 13.30 Uhr: Chang Gyu Lee (Klavier)
- 15 Uhr: Yi-Chen Chan (Klavier)
- 16.30 Uhr: Xinyu Liu (Klavier)
- 18 Uhr: Tamaki Endo (Klavier)
- 19.30 Uhr: Dongping Wang (Klavier)

Donnerstag, 12. Februar
- 15 Uhr: Youngjoo Lee (Violine)
- 16.30 Uhr: Laura MacDonald (Violoncello)
- 18 Uhr: Elija la Bonté (Violine)
- 19.30 Uhr: Hana Miyoshi (Violine)

hmtm-hannover.de



Auf zur ABF

Seite 11

Foto: Deutsche Messe AG/ Henning Scheffen

Innovation in der „Röhre“

MHH arbeitet als erste Klinik mit einem Gerät, das hochpräzise Ganzkörperbilder aufnimmt

HANNOVER. Ein besonderer Fortschritt für die Nuklearmedizin: Die Medizinische Hochschule Hannover (MHH) nutzt jetzt ein Total-Body-PET/CT-System – als erste Klinik in Deutschland und vierte weltweit. Das neuartige Gerät nimmt dreidimensionale, hochpräzise Ganzkörperbilder auf. Und das bringt viele Vorteile für die Patienten.

Krebspatienten und viele andere werden profitieren: Als erste Klinik bundesweit und vierte in der Welt betreibt die Medizinische Hochschule Hannover (MHH) jetzt ein hochmodernes System, das dreidimensionale Bilder fast des gesamten menschlichen Körpers erfassen kann. Mit dieser Hochtechnologie-Röhre – Total-Body-PET/CT-System genannt – können die MHH-Fachleute in einem Schritt äußerst genaue 3D-Aufnahmen machen.

„Das bringt uns meilenweit nach vorn. Das Gerät kommt Patientinnen und Patienten dank seiner hochpräzisen und schnellen Bildgebung zugute“, erklärt Niedersachsens Wissenschaftsminister Falko Mohrs (SPD). Außerdem eröffne es neue Möglichkeiten bei der Erforschung bestimmter Krankheiten und ihrer Zusammenhänge.

Wenn Patienten in der Röhre liegen, erfasst das Gerät ganze 150 Zentimeter des Körpers. „Wir können damit sämtliche Organe simultan aufnehmen, vom Kopf bis zum Knie“, erklärt MHH-Professorin Sibylle Ziegler. Ältere Modelle decken jeweils nur 20 bis 25 Zentimeter ab, dann wird der Patient weitergeschoben; der ganze Vorgang kann bis zu 30 Minuten dauern. In dem innovativen Gerät entstehen großflächige Darstellungen dagegen schon binnen einer Minute.

Die Ganzkörperbilder eröffnen neue Möglichkeiten in der Diagnostik. MHH-Präsidentin Denise Hilfiker-Kleiner spricht von einer ganzheitlichen Betrachtung. „Damit haben wir die Chance zu sehen, welche Effekte ein krankes Organ auf andere hat“, erklärt Professor Frank Bengel, Direktor der MHH-Klinik für Nuklearmedizin.

Gleichzeitig liefert das innovative Total-Body-PET/CT-System Bilder in bisher unerreichter Präzision. Das Gerät kombiniert zwei Bildgebungsverfahren. Die Positronen-Emissions-Tomografie (PET) dient dazu, molekulare Prozesse im Körper darzustellen. Bei der Computertomografie (CT) entstehen 3D-Schnittbilder von



Als erste Klinik in Deutschland und vierte weltweit nutzt die Medizinische Hochschule Hannover ein Total-Body-PET/CT-System. Das neuartige Gerät macht dreidimensionale Bilder des gesamten Körpers.
Foto: Tim Schaarschmidt

Knochen, Organen und Gefäßen. Die Aufnahmen von beiden Scans werden per Hochleistungsrechner zusammengeführt.

„Wir können Tumore und die Ausbreitung von Entzündungen genau lokalisieren“, sagt Professorin Ziegler. Die Darstellung zeigt neben dem Ursprungstumor auch im Körper verteilte Metastasen. Durch die Genauigkeit der Bilder lasse sich auch der Erfolg etwa einer Krebstherapie früher und besser erkennen, betont Professor Bengel.

Die kurze Untersuchungszeit kommt besonders Patienten mit Schmerzen und Kindern zugute, die nicht lange ruhig liegen können. Durch eine besonders sensible Messtechnik kommt zugleich weniger Strahlung zum Einsatz.

Die MHH profitiert jedoch nicht nur von dem neuen Gerät. Mit der Anschaffung konnte das Land Niedersachsen Professor Bengel in Hannover halten. Der Klinikdirektor hatte den Kauf der Hightech-Röhre zur Bedingung für sein Bleiben gemacht.

„Wir sind stolz, dass uns das gelungen ist. Es ging ihm nicht um ein höheres Gehalt, sondern darum, seine Arbeit besser zu machen“, erläutert Mohrs. 10 Millionen Euro hat das Land mithilfe der Volkswagen-Stiftung dafür ausgegeben.

Das Land konnte zugleich Professorin Ziegler neu für die MHH gewinnen, die seit einem Jahr die PET-Forschung an der Klinik für Nuklearmedizin leitet. Die Spezialistin kommt von der renommierten Ludwig-Maximilians-Universität München. „Es hat mich sehr gereizt, mit dem modernsten Gerät in meinem Gebiet zu arbeiten“, sagt sie.

Klinikdirektor Bengel betont, dass die MHH eine lange Erfahrung in der Nuklearmedizin habe. „Unser Ziel ist es, an der Spitze dabei zu bleiben.“ Bengel hat selbst Pionierarbeit in der Entwicklung von modernen bildgebenden Verfahren geleistet. Seit September 2025 hat die Klinik bereits viele Krebs- und Herzpatienten mit dem Gerät untersucht.

Netzwerk Frau und Beruf zu KI

HANNOVER. Ein Netzwerktreffen zum selbstbestimmten Umgang mit Künstlicher Intelligenz findet am Montag, 16. Februar, von 17 bis 19.30 Uhr im Haus der Region, Hildesheimer Straße 18, statt. Unter dem Titel „Frau und Beruf Netzwerktreffen: Date mit GPT“ richtet sich die Veranstaltung an Frauen, die sich mit Chancen und Herausforderungen von KI im Berufs- und Alltag auseinandersetzen möchten. Thematisiert werden unter anderem Einsatzfelder von GPT, Auswirkungen auf Kommunikation und Entscheidungsfindung sowie Fragen zu Datenschutz und Transparenz. Die Teilnahme ist kostenlos.

Eine Anmeldung ist bis zum 11. Februar, erforderlich unter https://shorturl.at/Fwikq. Für Eltern wird eine kostenlose Kinderbetreuung angeboten; Anmeldung dafür unter frauundberufregion-hannover.de.

Candlelight-Segnung

HANNOVER. Der Kirchenkreis Hannover lädt am Sonnabend, 14. Februar, von 19 bis 22 Uhr zur Candle-Light-Segnung in die Marktkirche Hannover, Hanns-Lilje-Platz 2, ein. Anlässlich des Valentinstags können Liebe, Freundschaft und Verbundenheit gefeiert werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich..

Seien Sie dabei:
DAIKIN Handball-Bundesliga
Die Recken vs. HSG Wetzlar
Samstag, 14. Februar 2026
Anwurf 19:00 Uhr in der ZAG Arena Hannover
4602901_002626

GOLDANKAUF
GOLDSCHMIDT
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	129,58 €/g
999er Silber	1,66 €/g
750er Gold	97,19 €/g
925er Silber	1,54 €/g
585er Gold	75,80 €/g
333er Gold	43,15 €/g
versilbertes Besteck	40 €/kg
Zinn	16,00 €/kg
Zahngold	82.82 €/g

Stand 03.02.2026
Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269
4677901_002626

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

EPHESUS
Wir kaufen Ihr GOLD.
sofort BARGELD!
Bis zu 75€ pro 1 Gramm ZAHNGOLD!
Zahngold
Georgsplatz 3A
30519 Hannover
ephesus.de
0511-3631177
GOLD & SILBER · SCHMUCK · SILBER & TAFELSILBER · ZAHNGOLD
INDUSTRIESCHEIDGUT · GOLDBARREN · GOLDMÜNZEN · PALLADIUM · PLATIN
36844001_002625

ABF
Abenteuer. Bewegung. Freizeit.
Jetzt Tickets sichern und sparen!
Promotioncode: ABF26-HALLO
Hier geht die Reise los!
11.–15.02.2026
Messe Hannover
abf-hannover.de
33474301_002625

DIE ERFOLGSSHOW ÜBER DEN KING OF POP!
BEAT IT! live
Mit den größten Hits von MICHAEL JACKSON
14.3.26 | Hannover - Swiss Life Hall
FALCO MEETS AMADEUS
5. + 6.4.26 | Hannover - Theater am Aegi
Starring Dorothea Fletcher als Tina Turner
SIMPLY THE BEST
DIE TINA TURNER STORY
13.4.26 | Hannover - Theater am Aegi
ELVIS DAS MUSICAL
17. + 18.4.26 | Hannover - Theater am Aegi
eventim TICKETS: WWW.COFO.DE coro ENTERTAINMENT
4847701_002626

WINTER-COUPON
Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen!
15%
Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.
Gültig bis 28.02.26
Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Bücher, Rezepturen und unsere Sonderangebote. Nicht kombinierbar mit anderen Coupons oder Aktionen.
LEINE APOTHEKE
vor Ort:
Leine-Center Laatzen
Hauptbahnhof Hannover
Ernst-August-Galerie Hannover
Misburg · Waldstraße 1
Kronsrode · Kattenbrookstrift 163
online: www.LeineApotheke.de
Code „WINTER“.
5404701_002626

Mit Schirm, Charme – und Museum?

HANNOVER 96 gewährt einen „Blick ins Archiv" – doch die beiden Archivare **CHRISTOPH LAHNER** und **JANNIS BUSSE** haben eine größere Vision.

Donnerstagabend, Niki-Passage unter dem Bahnhof. Vor einem länglichen Ladenlokal neben einem Nagelstudio drängeln sich Menschen, viele in Daunenjacken und Sneakern, vor einer ungewöhnlichen Fensterfront. Keine Waren sind hinter den Scheiben ausgestellt, es gibt auch kein Fastfood, sondern betagte Fotos, Plakate, sehr alte Handschuhe, eine Mütze und einen Schirm. Altes Zeug, sagen die einen. Für Jannis Busse und Christoph Lahner ist es ein echter Schatz.

Es geht um Hannover 96, und einen „Blick ins Archiv", wie in großen Lettern über dem Fenstern steht. Busse und Lahner betreuen diesen Archivschatz, und zum 130-jährigen Jubiläum des hannoverschen Vorzeigeclubs soll hier bis zum Sommer „ein bisschen was" ausgestellt werden, wie Vereinschef Sebastian Kramer drinnen verkündet.

Für die beiden Archivare ist das bisschen tatsächlich nur ein winziger Ausschnitt aus ihrem Repertoire, andererseits ist es eine ganze Menge, denn einen permanenten Schauraum dafür hat Hannover 96 nicht. Aber die Gelegenheit ist günstig, viele Leute sind bei dieser Eröffnung, ehemalige Spieler wie Jörg Sievers und Altin Lala, auch der wahlkämpfende Oberbürgermeister Belit Onay und sein Kontrahent, Stadtkämmerer Axel von der Ohe, lauschen fröstelnd. Und so nimmt Busse bei seiner kurzen Ansprache auch das entscheidende Wort in den Mund: „Museum". Für ihn und Lahner ein Wunschtraum, eine Sehnsuchtsvorstellung. Viele Vereine haben einen solchen Ort, auch im Norden. Hannover 96 nicht.

Ortswechsel, ein fensterloser Keller im hannoverschen Norden. Busse und Lahner sitzen inmitten ihres Schatzes. Busse sagt: „Wir könnten zwei Museen füllen." Und Lahner ergänzt: „Im deutschsprachigen Raum müssen wir uns mit dem, was wir haben, vor keinem Verein verstecken." Die beiden haben das Archiv vor vier Jahren von Sebastian Kurbach übernommen, sie machen das nebenberuflich, aber „wir verbringen eigentlich jede freie Minute hier".

In den Wandregalen der niedrigen, neonbeleuchteten Räume stapeln sich Ordner und Kisten mit Urkunden, Zeitungsausschnitten, Pokalen, Aufklebern, Fanartikeln. Auf Kleiderstangen hängen alte Trikots. Archivarbeit ist auch Sortierarbeit. Es gibt viel zu tun, hier im Verborgenen.

Große Aufmerksamkeit erregte im vergangenen Jahr ein elfminütiger Film vom Endspiel um die Deutsche Meisterschaft 1954, das Hannover 96 gegen den hoch favorisierten 1. FC Kaiserslautern um Fritz Walter mit 5:1 gewann. Der Film galt als verschollen, ein Händler bot ihn an, Busse ersteigerte ihn nachts mit seinem privaten Geld. Mittlerweile haben sie ihn schon mehrfach gezeigt, das Interesse war und ist riesig. Wie ohnehin das Interesse an Hannover 96 in der Stadt und im Umland nicht nur bei Heimspielen der Profimannschaft riesig ist.



Hüter der verborgenen Schätze: Christoph Lahner (links) und Jannis Busse. Fotos: Jonas Dengler

ES GEHT UM RÄUME UND UM GELD



Verschieden Plakate und Fanartikel aus den 1950er und 1960er Jahren.

Doch der Fanshop am Kröpcke ist vor ein paar Jahren aufgegeben worden. Im Fanshop am Stadion stehen in einer Vitrine die Repliken der Meisterschale und des DFB-Pokals, ansonsten geht der öffentliche Blick in die 96-Historie schon weit zurück zu Ausstellungen im Historischen Museum und in Burgdorf.

Mit der Schau unterm Bahnhof soll der Club nun für einen begrenzten Zeitraum wieder präsenter sein in der Stadt. Mitgliederwerbung, Table-Quiz, Vorträge, Sponsorentreffen drinnen, und von draußen die Erinnerungen an alte Zeiten. Lahner hofft, dass vielleicht damit auch ein Stein ins Rollen gebracht wird in Richtung des ersehnten Museums, obwohl das offiziell bei Hannover 96 momentan kein Thema ist.

„Es geht um Räumlichkeiten, und es geht natürlich auch um Geld", sagt Lahner. „Da müsste man mal ein Gesamtkonzept machen, das kann man ja zum Beispiel auch im Verbund mit Stadionführungen und Fanshop machen. Da ist vieles denkbar – denn es kommt ja auch was zurück. Es geht schließlich auch um Identität." In einer Dauerausstellung könne man auch auf Ereignisse und Themen reagieren wie jüdische Mitglieder im Verein oder die Arbeit der Robert-Enke-Stiftung. Eine Autostunde nördlich hat man diese Findungsphase längst hinter sich. Das „Wuseum", wie die Ausstellungsräume von Werder Bremen heißen, gibt es direkt am Weserstadion seit 2004. Rund 50.000 Besucher kommen jedes Jahr, um auf 350 Quadratmetern Fläche in die Geschichte des mehrfachen Deutschen Meisters und Pokalsiegers einzutauchen und auch das heimliche Prunkstück der Sammlung zu bestaunen: eine faustgroße Papierkugel, die 2009 in einem Europapokal-Halbfinalspiel gegen den Erzrivalen Hamburger SV den Ball entscheidend ablenkte und damit Sieg und Finaleinzug der Bremer sicherte.

Marika Diesing kümmert sich als eine von drei Festangestellten um die Sammlung, die von der – wie in Hannover ausgelagerten – Fußballprofisparte getragen wird. Die Traditionspflegerin und Archivarin betreut unter anderem mehr als 30 Minijobber, eine Mannschaft, die sich die Arbeit im Wuseum aufteilt und unter anderem Stadionführungen anbietet, die einen Besuch im Wuseum beinhalten. „Seit Corona sind die Besucherzahlen gestiegen", sagt Diesing, die den Kollegen in Hannover die Daumen drückt. In Bremen sei der Stadionbesuch auch jenseits der Spieltage längst zu einem wichtigen Tourismusfaktor geworden – mit dem Wuseum als festem Bestandteil.

So weit sind die 96-Archivare noch nicht. Aber sie ergreifen jede Gelegenheit, ihr Kellergut zu zeigen. Sei es in der Fanshop-Vitrine, im Schaufenster unterm Bahnhof oder im Frühjahr bei einer Fotoausstellung in der Südstädter Galerie für Fotografie zum 130. Geburtstag des Vereins. Auf dass ein Stein ins Rollen komme. Oder wie Jannis Busse es knapp formuliert: „Wir sind bereit."

NP-Anstoß mit Rekord-Schiedsrichterin Riem Hussein

Sie ist Deutschlands beste Schiedsrichterin und blickt auf eine große Karriere zurück: Riem Hussein trifft beim **NP**-Anstoß am 25. Februar auf den Börner und den Tiete.

Was ist nur in dieser 2. Bundesliga los? Hannover 96 spielt nicht immer gut, dafür erfolgreich, und robbt sich im Aufstiegsrennen immer weiter oben ran. Das wird ein Thema beim NP-Anstoß mit dem Tiete und dem Börner. Auch im Frauenfußball ist eine Menge los. Eine tolle Entwicklung, die Riem Hussein aus einer besonderen Perspektive erlebt hat: als Schiedsrichterin. Die 45-Jährige ist Stargast des Anstoßes am 25. Februar ab 18 Uhr in der Alten Druckerei der Mediengruppe Madsack.

DEUTSCHLANDS BESTE SCHIEDSRICHTERIN

Riem Hussein ist Deutschlands beste Schiedsrichterin. Zum mittlerweile fünften Mal wurde sie ausgezeichnet. Vor wenigen Tagen sorgte sie mit ihrem 150. Einsatz in der Frauen-Bundesliga für einen Rekord, im Februar nun ist zu Gast bei der 179. Ausgabe des NP-Anstoßes.

Die Experten Dirk Tietenberg und Julian Börner können sich also auf ein Aushängeschild des deutschen Frauenfußballs freuen. Hussein blickt auf über 20 Jahre an Schiedsrichtererfahrung zurück. Seit 2006 pfeift sie in der Frauen-Bundesliga, von 2008 bis 2024 war sie auch im Männerbereich aktiv, davon neun Jahre lang in der dritten Liga. Auch international konnte sie sich unter Beweis stellen: Von 2009 bis 2025 war sie FIFA-Schiedsrichterin, leitete in diesem Rahmen unter anderem Spiele bei Welt- und Europameisterschaften und das Champions-League-Finale 2021.

ABSCHIED VON INTERNATIONALER BÜHNE

Ihre internationale Karriere beendete die 45-Jährige Ende der vergangenen Saison. In diesem Sommer ist Schluss, auch in der deutschen Liga. Die Apothekerin aus Bad Harzburg blickt auf eine beeindruckende Karriere zurück. Wie sieht sie die Entwicklung im deutschen Frauenfußball? Was machen andere Nationen besser? Und wieso schaffen es nicht noch mehr Frauen als Schiedsrichterin in den Profi-Männerbereich?

Themen gibt es also genug für den 179. NP-Anstoß in der Alten Druckerei der Mediengruppe Madsack. Mit dabei sind Fußballlehrer Alexander Kiene, NP-Chefredakteur Carsten Bergmann sowie NP-96-Chefreporter Dirk Tietenberg und Fußballlegende Julian Börner. Anpfiff ist um 18 Uhr. Was sich 96-Legende Julian Börner und Sportreporter Dirk Tietenberg von der Rückrunde erhoffen, bleibt also abzuwarten. Moderiert wird der Talk wie immer von NP-Chefredakteur Carsten Bergmann.

ES GIBT 15 MAL 2 TICKETS ZU GEWINNEN

Möchten Sie live dabei sein? Kein Problem: Wir verlosen 15 mal 2 Tickets für die 179. Ausgabe des Kult-Talks. Registrieren Sie sich einfach hier auf unserer Aktionsseite (QR-Code scannen), und mit etwas Glück sind Sie am 25. Februar ab 18 Uhr live dabei. Der NP-Anstoß wird präsentiert vom Quick Reifendiscount Björn Filipczak und der HDI Generalvertretung Kai Kurt Jägemann. Außerdem sind weitere Partner und Sponsoren mit dabei: die Gilde Brauerei, Samiez Gerüstbau, Braunholz Metallbau, linexo by Wertgarantie, Hallo Taxi 3811, Carl Oettinger Gesundheitstechnik und dem Cheers Restaurant.



2019: Riem Hussein war eine von zwei deutschen Schiedsrichterinnen bei der Frauen-WM in Frankreich. Foto: Getty Images

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

Selim Haýdarov (13): „Ringen ist mein Leben"

Die beiden Jugendlichen stehen sich gegenüber. Ihre Arme sind ineinander verkeilt, der jeweils hintere Fuß in den Boden gestemmt. Blitzschnell löst sich der Junge im schwarzen Wrestling-Shirt aus dem Griff. Er rutscht mit dem rechten Knie über den Boden zwischen die Beine seines Gegners, greift ihm von innen um den Oberschenkel – und wirft ihn mit viel Kraft auf die Weichbodenmatte. Der Kämpfer steht auf, klatscht sich mit beiden Händen ins Gesicht und jubelt. Er ist im Modus.

Der Junge im schwarzen Wrestling-Shirt ist Selim Haýdarov. Der 13-jährige Ringer aus Rethen gilt als eines der größten Talente des Landes. Er kämpft bereits seit über fünf Jahren beim Ringerverein Hannover und beim Institut für Kampfsport Sambo 07. Vier Jahre in Folge gewann er die Landesmeisterschaft. Nun macht er auch auf internationaler Bühne auf sich aufmerksam.

Haýdarov kam 2017 im Alter von sechs Jahren mit seinen Eltern aus Turkmenistan nach Deutschland. „Wir sind Spätaussiedler", sagt Mutter Natalia. Drei Jahre später fasste er den Entschluss, mit dem Ringen anzufangen. Seitdem trainiert er mindestens fünfmal die Woche. Mittlerweile ist er sogar schon in die Trainingsgruppe der Männer aufgerutscht – und kann mithalten. „Seine Leistungen sind super. Er ist ein guter Ringer, aber er braucht noch Zeit und mehr Erfahrung", sagt Männer-Trainer Ahmad Khalife. Wenn er nicht beim Training in der Halle ist, geht Haýdarov laufen, schwimmen oder spazieren. Immer unterstützt von seinem Vater Dovran, der auch bei dieser Trainingseinheit auf der Bank sitzt. Haýdarov und die anderen 29 Männer und Jugendlichen zeigen schon beim Aufwärmen, dass in ihnen mehr steckt als reine Kraftpakete. Sie springen per Flugrolle durch die Halle und bewegen sich aus einem Spagat über eine Rückwärtsrolle in einen Kopfstand. Und auch in den Technikübungen wird klar: Haýdarov ist enorm dynamisch und schnellkräftig.



Hat seine Ziele fest im Blick: Nachwuchsringer Selim Haýdarov will Deutscher Meister werden und dann zu den Olympischen Spielen. Foto: Debbie Jayne Kinsey

Für seine Karriere hat Haýdarov große Ziele. Im nächsten Jahr kann er schon um die Deutsche Meisterschaft kämpfen, denn ab seinem 14. Geburtstag wollen ihn seine Trainer in die Regionalligamannschaft des RV Hannover beordern. „Wir dürfen einen 14-jährigen Kämpfer stellen und Selim ist ein fleißiger Junge", sagt Jugend-Trainer Massud Khesrwa. „Ich bin mir sicher, dass er das schafft." Ende 2025 trat er zum ersten Mal auf internationaler Bühne in Polen an und erkämpfte sich den zweiten Platz. Die insgesamt 1400 Kilometer fuhr er mit seinem Vater.

„Mein Ziel ist es, Deutscher Meister zu werden, um dann noch mehr zu trainieren und bis auf Europas Bühnen zu kommen", sagt Haýdarov. „Ich will bis nach Olympia." Auf dem Weg dahin beherrscht Haýdarov beide Ring-Stile. Sowohl Freistil als auch griechisch-römisch. Beim Freistil dürfen die Beine attackiert werden, im griechisch-römischen Stil wird nur mit dem Oberkörper gekämpft. „Er ringt beides sehr erfolgreich", sagt Khesrwa.

Im Training kämpft Haýdarov aber vor allem im Freistil. Sein Trainer ist bemüht, seine Technik zu verbessern. „Falsche Richtung, Selim", ruft Khalife und eilt zu den beiden Ringern. Er positioniert sich vor dem 13-Jährigen und macht langsam vor, wie der Griff beim Schulterwurf funktioniert. Dann zeigt er es mehrfach in voller Geschwindigkeit. Haýdarov übt den Wurf erneut an seinem Sparringspartner. Es klappt auf Anhieb. „Jetzt hast du es verstanden, sehr gut", freut sich sein Trainer. Neben der Schule richtet Haýdarov alles auf sein Training aus. Andere Hobbys hat er nicht. „Ringen ist kein Hobby, Ringen ist mein Leben", sagt er.

Wir suchen Verkäufer (m/w/d)
Wir suchen Verstärkung!
Heimann
Fleischerei • Partyservice
Oesselse · Weidenstraße 6 · Tel.: 0 51 02 / 32 24
fleischerei-heimann@t-online.de
Di., Do., Fr.: 8 - 12.30 Uhr u. 15 - 18 Uhr · Mi.: 8 - 12.30 Uhr · Samstag: 7 - 12 Uhr
36438801_002625

Wo die Schwarze Kunst noch ein Zuhause hat

Das **BUCHDRUCKMUSEUM IN LINDEN** bewahrt alte Handwerkskunst und bietet Technik zum Anfassen. Doch es steckt in finanziellen Schwierigkeiten und steht vor einer ungewissen Zukunft.

HANNOVER. Langsam fährt der Druckzylinder über die Farbwalzen. Die alte Maschine macht verlässlich ihren Job. Ein Dutzend Jugendlicher schaut gebannt zu, wie diese ein frisch bedrucktes Blatt Papier auswirft, auf dem ihre eigenen Namen stehen. Sie haben die Lettern vorher selber gesetzt.

„Buchdruck gehört zu unserer Ausbildung“, sagt die 18-jährige Solea, „es ist cool, solche technischen Geräte einmal selbst bedienen zu können.“ Die angehenden Grafikdesigner der Dr.-Buhmann-Schule machen an diesem Tag einen Ausflug in das kleine, aber feine Buchdruckmuseum in Linden.

Sie selbst wachsen mit Autokorrektur, Laserdruckern und KI-Programmen auf, doch diese Exkursion in die Vergangenheit finden die Jugendlichen spannend. Auch deshalb, weil sie all die Pressen und Druckmaschinen selbst aktiv ausprobieren dürfen. Besucher können hier auch eigene Bierdeckel oder Lesezeichen kreativ bedrucken.

Ihre Lehrerin, die Designdozentin Ina Maria Carli, gerät zwischen den geheimnisvoll anmutenden Apparaten, die im Dämmerdunkel des kleinen Hauses versammelt sind, regelrecht ins Schwärmen. Der Druck mit beweglichen Lettern habe einst eine Medienrevolution ausgelöst, sagt sie. „Das hat Aufklärung und Bildung erst ermöglicht und uns letztlich frei gemacht.“



Das kleine, aber feine Buchdruckmuseum in Linden: Günter Wolfslast, Mitglied im Freundeskreis „Schwarze Kunst“ und Hans-Peter Thiel korrigieren die Druckbuchstaben. Foto: Momen Mostafa



Wolfgang Schmidt, Vorsitzender des Freundeskreises „Schwarze Kunst“. Foto: Momen Mostafa

„Bei uns können junge Leute etwas über die alten Handwerkstechniken lernen, auf denen letztlich unsere Kultur basiert“, sagt auch Wolfgang Schmidt. Der 83-Jährige ist Vorsitzender des Vereins Schwarze Kunst, der das kleine Museum in einem Lindener Hinterhof trägt.

Der frühere Drucker steht zwischen alten Setzkästen, in denen Tausende kleiner Bleilettern liegen. „Das Setzen habe ich schon als Kind gelernt“, sagt er, „mein Vater hatte eine Druckerei.“ Dann fügt er Lettern mit geübten Fingern in einen sogenannten Winkelhaken ein. Spiegelverkehrt natürlich, damit dann im Druck das gewohnte Schriftbild erscheint.

„Das ist ein Boston-Tiegel“, erklärt der ehrenamtliche Museumsmitarbeiter Peter Thiel nebenan den jungen Besuchern. Er deutet auf eine Handdruckmaschine, die ohne Strom funktioniert. „Mit solchen Geräten haben Widerstandskämpfer in der NS-Zeit in Kellern Flugblätter hergestellt.“

Das kleine Buchdruckmuseum bewahrt alte Techniken wie Falzen und Binden vor dem Vergessen. Bei Rundgängen erklären Ehrenamtliche, wie die legendäre Linotype-Maschine funktioniert, die zu den Prunkstücken des Hauses zählt. Das Museum hütet auch die Druckform der letzten HAZ-Ausgabe, die im Dezember 1974 im Bleisatz gedruckt wurde.

Doch das Museum hat zu kämpfen. „Wir sind in schwieriges Fahrwasser geraten“, sagt Wolfgang Schmidt. Der Verein, gegründet im September 2002, hat nur noch 58 Mitglieder – es waren einmal mehr als 100. Viele sind ehemalige Drucker oder Setzer, das Durchschnittsalter ist hoch.

Vor allem aber gibt es finanzielle Probleme. Der Verein finanziert sich über Führungen, Mitgliedsbeiträge und Spenden von Sponsoren. Auch die Madsack Mediengruppe unterstützt das Museum dauerhaft. Doch Zuschüsse von der Stadt gibt es nicht.

Seit Corona kämen viel weniger Schulklassen, sagt Schmidt, etwa zwei Drittel der Führungen seien weggebrochen. Und aufgrund der wirtschaftlichen Lage hätten auch einige Sponsoren es schwer. Ein Jahr vor dem 25-jährigen Bestehen des Vereins treiben ernsthafte Sorgen die Mitglieder um. „Wenn sich unsere finanzielle Situation nicht bald bessert“, sagt Schmidt, „ist unsere Zukunft ungewiss.“

Das Buchdruckmuseum, Limmerstraße 43, hinter der Lindener Buchhandlung, ist mittwochs von 15 bis 19 Uhr oder nach Vereinbarung unter (0511) 2208253 geöffnet. Mehr Infos: buchdruckmuseum-hannover.de.



vom 09.02. bis 14.02.2026

Zum Wochenanfang von Montag bis Mittwoch:
Gyros Schweinegeschnetzeltes ..... 100 g 1,09 €
dazu passen Zaziki und Krautsalat

von Montag bis Samstag

Pfannen- Klassiker:
Pfannenschlag ..... 100 g 0,89 €
Reine Rinderwurst ..... 100 g 1,23 €

Spartipp!
Vom Becklinger Strohschwein:
Schweinelachs, vielseitig verwendbar ..... 100 g 1,19 €

Aufschnitt-Klassiker:
Mortadella ..... 100 g 1,23 €
Jagdwurst oder Bierschinken ..... 100 g 1,49 €

Aus unserer Feinkostküche
feines Dessert ab Dienstag: zweierlei Mousse
Suppe der Woche im Becher:
Zucchinisuppe mit Dill ..... 500 g 4,75 €

Es gibt sie wieder:
Zimmermanns Spar-Coupons
2 Pfefferbeißer 2,34 €
oder 5 Pfefferbeißer 5,25 €
(Jägerschinkenwürstchen)
und viele weitere Artikel bekommen Sie bis zum 28.02. gegen Vorlage unserer Coupons! Coupons erhalten Sie in unseren Filialen, alternativ können sie auf unserer Website heruntergeladen werden: www.fleischerei-zimmermann.de

Zum Wochenende von Donnerstag bis Samstag
Valentins Mettwurst - das perfekte Geschenk zum Valentinstag - besser als Blumen! ..... 500 g Stück 13,90 €
Feinkost zum Wochenende: Gyros-Salat ..... 100 g 1,09 €
Krustenbraten vom Strohschwein -natur belassen- ..... 100 g 1,09 €

5819701_002626



Türkische Ägäis
Robinson Club Sarigerme Park*****
Sarigerme/Mugla
Doppelzimmer mit Meerblick, All Inclusive, z.B. am 27.04.2026
7 Nächte ab Hannover mit TUI Fly Flug pro Person ab € 1419*

*Gilt für ausgewählte Flugpauschalreisen ab 3 Nächten und für Hotel-Buchungen ab 1 Nacht Aufenthalt im Reisezeitraum 01.04. bis 31.10.26 (letzte Rückreise). Die Ersparnis ist z.B. abhängig von Reisedatum, Abflughafen, Verpflegung, Begrenztes Kontingent. Preise unterliegen stetig aktualisierten Anpassungen. Buchbar vom 10.12.25 bis 02.03.26 für TUI oder airtours. TUI Deutschland GmbH, Karl-Wiechert-Allee 23, 30625 Hannover

TUI ReiseCenter
TUI ReiseCenter - TUI Deutschland GmbH
Hildesheimer Str. 64 · 30169 Hannover · Tel. +49 (0)511/98961-61 · Fax. +49 (0)511/9896189 Hannover6@tui-reisecenter.de www.tui.com/reisebuero/hannover/hildesheimer-strasse-64

5516001_002626

Die aktuelle Wochenendzeitung
hallo wochenende

Auf den Spuren der Gemüseschlacht

Gibt's noch Stadtteilpatriotismus? Die Konkurrenz zwischen Linden und der Nordstadt war einst Folklore.

HANNOVER. Manchmal riecht Lokalpatriotismus nach faulen Äpfeln und Tomaten. 2003 entstand sie als Schnapsidee an einem bierseligen Abend auf der Dornröschenbrücke, danach wurde sie zur berüchtigten Folklore: die Gemüseschlacht zwischen Linden und der Nordstadt.

Das Vorbild? Wie so oft Berlin. „Damals gab es eine Wasser- und Gemüseschlacht zwischen Friedrichshain und Kreuzberg auf der Oberbaumbrücke“, erinnert sich Atze. „Da haben wir gesagt: Das können wir auch.“

Atze sitzt mit drei Mitstreitern im „Café Safran“ in der Calenberger Neustadt – neutraler Boden. Atze (54), Engelgert (54), Lucky (51, beide Team Linden) und Tommy (40, Team Nordstadt) gehörten zu den Mitbegründern der Gemüseschlacht. Sie nennen sich bei ihren „Kampfnamen“. Das farbenfrohe und geruchsintensive Spektakel ist nicht nur ein kurioses Stück Stadtgeschichte. Es erzählt auch von der besonderen Beziehung der ehemaligen Arbeiterviertel. Linden und die Nordstadt sind Hannovers Szenekieze. Hier pulsiert das Nachtleben, hier atmen Kultur, Subkultur und Aktivismus.

EINE HUMORVOLLE HASSLIEBE

Die beiden Viertel verbindet mehr, als sie trennt. Sie teilen eine humorvolle Hassliebe – keine feindselige wie zwischen Hannover und Braunschweig, sondern eine neckische, die Identität stiftet. Für Nordstädter ist die Nordstadt der Nabel Hannovers, für Lindener ist es Linden.



Die legendären Gemüseschlachten auf der Dornröschenbrücke, hier im Jahr 2013. Foto: Rüdiger Meise (Archiv)

„Wir haben den Konflikt ja eher künstlich produziert und eskaliert“, sagt Tommy, der damals für die Nordstadt „kämpfte“. Die Gemüseschlacht atmete einen anarchischen, punkigen Freigeist. Schon das Vorgeplänkel war spektakulär: Demonstrationszüge, Schmähgraffiti, inszenierte Aktionen, selbst gebaute Schutzschilde und Katapulte. Wer am Ende auf welcher Seite der Brücke stand, war dann fast egal. „Es war schräg, aber liebevoll“, sagt Lucky. „Man hat sich ja nicht gehasst, das war eine drollige Rivalität.“

Und heute? Gibt es diese Rivalität noch? „Schon, aber mit ironischer Note“, sagt Basti (26), der auf einer Bank vor der Faust Warenannahme sitzt. Er wohnt in Linden, ist aber regelmäßig in der Nordstadt, vor allem abends. „Da gibt's die besseren Clubs und Kneipen“, sagt er grinsend.

Hier würde so mancher Ur-Lindener wohl lautstark protestieren. Oder? Bastis Kollegin Franzi (23), die sich dazugesetzt hat, schaltet sich ein. „Wer das zu ernst nimmt und wirklich stolz auf seine Herkunft ist, hat ein Problem. Das ist ja eher ein Necken.“ Eine Bekannte schiebt ihr Fahrrad vorbei. „Julia, wo wohnst du?“, ruft Franzi. „Mitte, Cali oder Nordi?“ Die Antwort: „Die Postleitzahl ist Mitte …“ Echte Identifikation klingt anders. Mit Linden und der Nordstadt schmückt man sich lieber.

Zwei Straßen weiter, auf dem Pfarrlandplatz, wartet Lennart an einer Tischtennisplatte. Der 21-Jährige trägt schwarze Handschuhe, blonde Locken und hat einen Energydrink in der Hand. Er ist in Linden geboren und aufgewachsen. Spürt er eine Hassliebe zwischen den Vierteln? „Das würde ich nicht sagen“, meint er. „Sind halt zwei coole Stadtteile.“ Linden sei aber schon die Nummer eins – die Nordstadt komme knapp dahinter.

Kurz darauf laufen zwei junge Männer vorbei, für ein Gespräch haben sie es zu eilig. Einer dreht sich um und ruft: „Aber Linden ist cooler! Und ich habe auch in der Nordstadt gewohnt, ich weiß es also.“ Der kleine Wettstreit lebt noch, auch wenn er leiser geworden ist.

POLITISCHE SOLIDARITÄT

Schwenk in die Nordstadt. Ruben Bertram sitzt mit seiner Freundin Alin vor dem „Dinky Café“ an der Lutherkirche. Sie seien beide in Linden aufgewachsen, sagt der 28-Jährige. Was er kennt: das Klischee, dass Lindener ihren Kiez nur in Notfällen verlassen. „Letztens habe ich einen Kumpel in der Nordstadt gesehen und gestichelt, was er denn hier mache“, sagt er und lacht.

Insgesamt, da sind sich beide einig, sehen sich die Stadtteile eher als Einheit, gerade politisch. „Die Viertel sind die linksten in Hannover“, sagt Alin. „Da solidarisiert man sich eher, als sich abzugrenzen.“

Wann die letzte Gemüseschlacht stattfand, weiß niemand so genau. Im September 2025 gab es ein symbolisches Duell mit Plüschtomaten und Tauziehen, ein gemeinsames Werben von Kulturinstitutionen für mehr Zusammenhalt. Der Unterschied zu früher war nicht nur, dass es sauberer und geruchsneutraler war. Es gab eine klare politische Forderung und ein deutliches Signal für ein Miteinander.

Vielleicht ist die Zeit für anarchischen Spaß vorbei. Vielleicht täte er gerade gut. Gespräche mit Bewohnern beider Viertel gleiten schnell zu gemeinsamen Sorgen: steigende Mieten, Gentrifizierung, das Kneipen- und Clubsterben, ein unheimlicher Rechtsruck.

„Es ist traurig zu sehen, wie die Viertel, die man liebt, kaputtgehen“, sagt Lucky. Doch in einem Punkt sind sich die Männer im „Café Safran“ einig: „Wenn man in Hannover ausgehen will, dann nur in Linden oder der Nordstadt“, sagt Engelgert, der Ur-Lindener.

Nach kurzem Zögern fügt er hinzu: „Ich mag die Nordstadt. Jetzt ist es raus.“ Alle lachen.



37630201_002625

„Mövenpick“ macht den Abflug

Hannover war der letzte Innenstadt-Standort weltweit – jetzt hat die Schweizer Marke den Vertrag nach 50 Jahren nicht verlängert. Die Immobilie am **KRÖPCKE WIRD KOMPLETT MODERNISIERT**.

HANNOVER. Wer noch einmal Kaffee und Kuchen in der traditionsreichen „Mövenpick“-Gastronomie am Kröpcke genießen will, darf nicht mehr allzu lange warten. 2027 endet die Zeit der ursprünglich schweizerischen Feinkost-Marke im Zentrum der Stadt.

Gerüchte über ein mögliches Aus von „Mövenpick“ in Hannovers Stadtkern gab es bereits länger. Schon allein deswegen, weil es sich bei dem Standort um das mittlerweile letzte Innenstadt-Restaurant unter dem Namen „Mövenpick“ weltweit handelt.

Mehrfach wurde die Gastro-Marke „Marché-Mövenpick“ zuletzt verkauft und umorganisiert. Weltweit ist sie als Label für Hotels, Weine, Konfitüren und andere Feinkost aktiv, aber gastronomisch nur noch in Flughäfen, Bahnhöfen und in Zoos präsent.

Jetzt haben die neuen Eigentümer der Muttergesellschaft Lagardère aus Paris entschieden, den 2027 endenden Mietvertrag in der Kröpcke-Immobilie nicht zu verlängern. „Der Abschied vom Café am Kröpcke fällt uns alles andere als leicht“, teilte Deutschland-Geschäftsführer Jochen Halfmann am Donnerstag mit. Dieser Standort sei für das Unternehmen „mit sehr viel Geschichte, Emotion und Erfolg verbunden“, gleichzeitig treffe man damit eine „klare strategische Ausrichtung“.

Während der verbleibenden Zeit bis Juni 2027 wolle man aber weiter guter Gastgeber in Hannover sein. Wer auf „Mövenpick“ folgen wird, sei noch offen, sagt Thorsten Kröger. Er managt die Café-am-Kröpcke-Betriebsgesellschaft in Hannover, der die Immobilie gehört. Erst mal stehe jetzt ein Komplettumbau in der 1976 erbauten Immobilie mit den markanten Rundbögen und dem rückwärtigen Enercity-Kundencenter bevor. Ziel der Eigentümer sei, das Gebäude „Zug um Zug weiterzuentwickeln – energetisch, architektonisch und funktional“, sagt Kröger.

Die Immobilie ist eine echte Besonderheit in Hannover, denn sie gehört seit Anbeginn knapp 20 hannoverschen Familien. Sie schlossen sich auf Initiative des Notars Arno Böx in der Betriebsgesellschaft zusammen, als der Vorgängerbau des Kröpcke-Cafés dem gewaltigen U-Bahn-Baustellenloch weichen musste. Die Familien errichteten den Neubau und betreiben ihn bis heute.

Alle sind bis dato im Boot geblieben, wenn auch naturgemäß Generationswechsel stattgefunden haben. Cosima Kröger, Enkelin von Gründer Arno Böx, sagt deshalb: „Die Immobilie weiterzuentwickeln ist uns Verpflichtung.“ Ihre Besonderheit sei, dass sie „eine Mischung aus Gastronomie, Handel, Dienstleistung bietet, die der Stadt gut tut“.

Gut ein halbes Dutzend weitere Mieter sind im Gebäude ansässig. Die Bandbreite reicht von Handwerk wie Trüffel Güse, Goldschmiede Stichnoth und dem Optikgeschäft Kasten bis zu Handel wie dem Einrichtungsgeschäft Bockhorst. Zwei weitere Großmieter sind der Dienstleister Enercity, der das Kundencenter im 1998 angebauten, ehemaligen Expo-Café betreibt, und das Burgerrestaurant „Jim Block“, das seit 2011 das gastronomische Angebot im Haus verbreitert.

Enercity hat seinen Vertrag bereits um 15 weitere Jahre verlängert. Allerdings soll auch dieser Gebäudeteil von Grund auf modernisiert werden. Das Kundencenter werde daher voraussichtlich ab Spätsommer auf Interimsflächen im Gebäude ausweichen, sagt Geschäftsführer Kröger. Zudem habe „Jim Block“ signalisiert, dass man nach dem Umbau grundsätzlich weiter am Standort bleiben wolle. Auch mit allen anderen Mietern liefen Gespräche.

Die Immobilie ist technisch eine Holzständerkonstruktion, auf der die runden Kupferdächer montiert sind. Sie entspreche den heutigen Anforderungen an Klimatisierung und Dämmung sowie Haustechnik nicht mehr, sagt Geschäftsführer Kröger. Derzeit arbeite das Architekturbüro Seeberger Walenta an Entwürfen für die behutsame Modernisierung. „Es wird aber eher das, was man in der Automobilbranche ein Facelift nennen würde“, sagt Kröger. Die markante Form bleibe erhalten.

Einer ist auch heute noch dabei, der für die vergangenen 50 Jahre am Kröpcke steht: Dietmar Althof. Der langjährige Café-Direktor hat die „Mövenpick“-Gastronomie 1976 eröffnet und begleitet das Projekt heute als 74-jähriger Vorsitzender des Beirats der Gesellschafterfamilien. Er gibt sich zuversichtlich, dass sich nach dem Umbau eine gute Nachfolge für „Mövenpick“ findet. „Am Kröpcke haben wir schon immer die Zukunft gestaltet“, sagt Althof.



Sie managen den Wandel: Thorsten Kröger (von rechts) als Geschäftsführer der Betriebsgesellschaft, Cosima Kröger als Gesellschafterin und Enkelin des Hauptgründers Arno Böx, sowie Dietmar Althof, langjähriger Direktor und Vorsitzender des Immobilienbeirats. Foto: Tim Schaarschmidt



Das Kröpcke in den 20er Jahren. Der Pavillon, der 1869 im arabischen Stil errichtet wurde, ist vom Architekten Otto Goetze entworfen worden. Repro: Frank Wilde

TIERGARTEN AUKTIONEN HANNOVER
Heben Sie Ihre verborgenen Schätze!
Briefmarken und Münzen
Kunst und Antiquitäten
Experten-Schätzungen (auch vor Ort)
Online- und Saalauktionen
Tiergarten Auktionen Hannover GmbH
Telefon: 0511-35351102
www.tiergarten-auktionen-hannover.de
36264501_002626

SERIÖSE DESIGNERIN
kauft Bekleidung, Handtaschen, Pelze, Porzellan und Schmuck.
Barzahlung. Tel. (0 55 31) 1 21 56 15
5861701_002626

Allzeithoch:
Feingold 140,00 €/g
750 Gold 103,80 €/g
585 Gold 80,96 €/g
333 Gold 46,09 €/g
Zahngold 87,40 €/g
Silber 2,80 €/g
Versilbert 40,00 €/kg
Zinn 16,00 €/kg
Goldankauf Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069
5773301_002626


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



5550001_002626

ImmoVerde Immobiliengesellschaft
Hannoversche Volksbank
Gärtnerei Kleensang
Albert am Hillen Schreibwaren | Spielwaren | Zeitschriften
FIGURline einfach schön
Godshorner Röstkontor
Gerd Bohlen-Janßen
hinze Bild- und Steinhauerei seit 1908
MARTIN PAHLS IMMOBILIEN
TUI ReiseCenter
Carl Schlüter Getränke
QUICK REIFENDISCOUNT
Kirchröder Schlüsseldienst
HAARSTUDIO mercedes freuwört
KRONSBERG NACHRICHTEN
Forum für Kultur und Wissenschaft
KÖRPER FORMEN
HELMUT VESTERLING
VP VON POLL IMMOBILIEN
PÂTISSERIE Elysée HANNOVER CHOCOLATERIE
Leonardo Hotel Hannover
Birkenhof Wohnstift Kirchrode
Deutsche Bank
ELBU
Claudia Stellmacher-Kette
Praxis für Ergotherapie Heike Paetzold GbR
Tiergarten-Apotheke tierisch gut!
VIDAU Video- & Audiotechnik
REWE Besser leben.
MADSACK
Peter Busche
Brandes & Diesing
#MAKLERINNEN HANNOVER
Sparkasse Hannover
ALLERKAMP IMMOBILIEN
China-Restaurant BAMBUS GARDEN
Töpferei Sewening
Logopädie Kirchrode
von WÜLFING IMMOBILIEN PLUS
wochenspiegel
ASK
beki frischmarkt
neugebauer hören & sehen
Pressebüro Lars Michael
Eiscafé Soravia
MACHULLA · RECHTSANWÄLTE
VONLILIENFELD Rechtsanwälte Partnerschaft mbB
FRISCH-HAUS bistro · snacks · salate & mehr
Apotheke Großer Hillen 6

Zwischen Kriegsgrauen und Sommeridylle

Neuer Dokumentarfilm zeigt **ASTRID LINDGRENS BLICK AUF DEN KRIEG** – mit Musik aus Hannover

HANNOVER. Der hannoversche Komponist George Kochbeck hat die Musik zu einem besonderen Kinodokumentarfilm geschrieben: „Die Menschheit hat den Verstand verloren“ heißt der Film über Astrid Lindgrens Kriegstagebücher aus den Jahren 1939 bis 1945. Dabei spiegelt auch Kochbecks Musik die Zerrissenheit zwischen Kriegsgrauen und schwedischer Sommeridylle, zwischen Angst um Tochter Karin und der Erfindung von Pippi Langstrumpf auf besondere Weise auch im Titelsong wider.

Astrid Lindgrens Geschichten kennen viele. Aber ihre Tagebücher aus den Jahren 1939 bis 1945, in denen sie sehr genau Europa im Krieg kommentiert, wurden erst vor wenigen Jahren von der Erbengemeinschaft der schwedischen Schriftstellerin (1907 bis 2002) herausgebracht. Daraus hat Regisseur Wilfried Hauke jetzt einen Dokumentarfilm gemacht. Für die Musik zum Film konnte er den hannoverschen Musiker George Kochbeck gewinnen.

„Wir kennen uns seit 15 Jahren und sind inzwischen gut befreundet. Für Wilfried Hauke habe ich für mehrere Dokumentarfilme die Musik komponiert, unter anderem für seine Filme über Edvard Munch, Christina von Schweden und den Schriftsteller Søren Kierkegaard. Diese Filme liefen bei Arte oder im NDR“, erzählt Kochbeck: „Es ist das erste Mal, dass wir einen Kinofilm zusammen gemacht haben.“



Astrid-Lindgren-Film von Wilfried Hauke: Der Kieler Filmemacher hat sich in die Kriegstagebücher von Astrid Lindgren hineingewühlt, mit ihrer Tochter Karin Nyman und anderen Zeitzeugen gesprochen und den Dokumentarfilm „Die Menschheit hat den Verstand verloren“ gedreht. In Schweden lief er im Dezember schon m Fernsehen, in den deutschen Kinos startete er am 21. Januar.
Foto: Björn Schaller

Kochbeck, der mit Kabarettistin Sabine Bulthaup verheiratet ist und nahe Hannover wohnt, hatte in den Achtzigerjahren mit „Help the Man“ einen großen Soulhit. Später hat er sich mehr auf das Komponieren von Filmen konzentriert, unter anderem Musiken für „Tatort“, „Großstadtrevier“ und „Soko Leipzig“.

Die Tagebücher hat Astrid Lindgren während des Zweiten Weltkrieges geschrieben. Sie beginnt am 1. September 1939 mit den Worten „Oh! Heute hat der Krieg begonnen. Niemand wollte es glauben.“ Lindgren, die zunächst als Sekretärin in einem Automobilclub arbeitete, bekam 1940 einen neuen Job, in dem sie im Auftrag des schwedischen Nachrichtendienstes deutsche Briefe las. Durch diesen Job erhielt sie noch tiefere Einblicke in das Kriegsgeschehen: „Die Menschheit hat komplett den Verstand verloren“, kommentiert sie das Kriegsgeschehen in Europa.

„Die Tagebücher haben für mich eine große Aktualität“, sagt Kochbeck: „So wie sie in Schweden den Krieg in Europa teilweise fassungslos oder wütend beobachtet hat, so hören wir heute unfassbar grausame Nachrichten aus aller Welt, zum Beispiel aus den USA oder der Ukraine“, sagt Kochbeck.

Es war aber auch die Zeit, als Astrid Lindgren ihre Pippi-Langstrumpf-Geschichten erfand, zunächst nur, um ihre erkrankte Tochter Karin abzulenken. Den fröhlichen Namen Pippi Langstrumpf steuerte übrigens Karin trotz hohem Fieber selbst bei. Die heute 90-Jährige kommt in dem Film übrigens als Zeitzeugin selbst zu Wort. „Vielleicht hatte sie das Gefühl, dass Pippi gebraucht wurde als Gegengewicht zu Hitler und Stalin“, sagt Lindgrens Tochter Karin Nyman .

Mit Lindgrens Tagebüchern hat sich George Kochbeck intensiv beschäftigt: „In meiner Musik spiegle ich die Ambivalenz wider, in der sich Astrid Lindgren befand – auf der einen Seite las sie von den Grauen des Krieges, andererseits lebte sie recht bürgerlich in schwedischer Sommeridylle“, so Kochbeck: „Das habe ich versucht, mit meiner Musik auszudrücken: Sie changiert zwischen Romantik und Traurigkeit.“ Was ihn besonders gefreut hat: Sein Budget war für den Kinofilm größer als für einen TV-Film. „Ich konnte Musiker engagieren – die Streicher sind alle echt. Das hat gleich eine andere Atmosphäre.“

Den Titelsong „The Golden Light“ singt Kochbecks und Bulthaups Tochter Ennie mit eindringlicher, ruhiger Stimme. Der Film „Astrid Lindgren – die Menschheit hat den Verstand verloren“ wird im Kino am Raschplatz gezeigt.

Für George Kochbeck geht es musikalisch schon weiter: Zurzeit bereitet er ein großes, dreistündiges Konzert in der Stadtkirche Bückeburg vor. Mit 6 Solosängern, 20 Streichern und einer Band lädt er zum Valentinstag am 14. Februar zu dem Beatles-Konzert „All you need is Love“. 30 Songs bringt er in neuen Arrangements auf die Bühne, die Moderation übernimmt Radiomann und Podcaster Tom Petersen.

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

Alzheimer-Forschung braucht Hilfe!
Unterstützen Sie jetzt die Hans und Ilse Breuer-Stiftung in Forschung und Hilfe!
www.breuerstiftung.de

1.500 GRATIS Parkplätze
So viel Liebe
VALENTINSTAG GEHT AUF UNS
02.02.–10.02.
Gewinne 3x 100 € für dein Geschenk
QR-Code scannen & teilnehmen
CCL CITY CENTER LANGENHAGEN
Shoppen • Parken • So einfach
5079301_002626

20x
AUSGEZEICHNET
Premium-Böden.
Heimwerker-Praxis getestet.
*Nur auf ausgewählte Böden bis zum 24.02.2026, online und in den Filialen. Gilt nicht für Sonderbestellungen und ist nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Eine Rabattierung bereits getätigter Aufträge ist nicht möglich. Abgabe nurin haushaltsüblichen Mengen bei sofortiger Mitnahme. Nur solange der Vorrat reicht.
ab 9,99 €/m²
Bodomo Exquisit
Klick-Vinyl Victoria nature 5307
Spitzenklasse 1,4
Heimwerker Praxis 2/26
Preis/Leistung: sehr gut
Vola Scuro (8034)

Eiche Klassik Natur (8021)
Unser Verkaufspreis, €/m² 14,99
PE-Dämmung 2 mm stark, unser Preis €/m² 0,99
Fußleisten passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: 19,73
Testurteil: Sehr gut
bodomoLAMINAT (8022)
Dekor Eiche Klassik Grau
• 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
• Ideal für alle Wohnbereiche
• Natürlicher Eichenlook in grau
• Made in Germany / Blauer Engel
• Pflegeleicht
Sie zahlen nur €/m² 9,99

Montreal Oak grey (5213)
Unser Verkaufspreis, €/m² 26,99
Fußleisten passend, unser Preis €/lfm. 5,41
Alles zusammen: 32,40
Testurteil: Sehr gut
bodomoKLICK-VINYL (5214)
Dekor Montreal Oak nature
• 5 mm Stärke | Nutzsch.: 0,3 mm | NK 31
• Integrierte Dämmung
• Breites Format mit natürlichem Holzlook
• Strapazierfähig und robust
• 100 % Wasserfest und pflegeleicht
Sie zahlen nur €/m² 19,99

Unser Verkaufspreis, €/m² 16,99
PE-Dämmung 2 mm stark, unser Preis €/m² 0,99
Fußleisten passend, unser Preis €/lfm. 3,75
Alles zusammen: 21,73
Testurteil: Sehr gut
bodomoLAMINAT (8048)
Dekor Vola Beige
• 8 mm Stärke | NK 32 | AC4
• Hält starker Nutzung problemlos stand
• Hochwertiger Look
• Made in Germany / Blauer Engel
• Einfache Verlegung
Sie zahlen nur €/m² 11,99

Laminat DEPOT
Öffnungszeiten: Mo-Fr 10 - 19 Uhr · Sa 9 - 18 Uhr
Hannover
am A2 Center · Varrelheide 204
TEST Bild TOP SERVICE-QUALITÄT AUSGABE 3/2021 Konsumentenbefragung ★★★★★ 2021/22
LaminatDEPOT
IN DER KATEGORIE LIFESTYLE & SHOPPING
SONNTAG IST SCHAUTAG!
Jeden Sonntag 12.00 Uhr – 16.00 Uhr ohne Verkauf und Beratung
laminatdepot.de
Jetzt 20x · auch in: Bielefeld, Bietigheim, Bochum, Dortmund, Duisburg, Erkrath, Essen, Gelsenkirchen, Hamburg, Hamm, Iserlohn, Lippstadt, Mönchengladbach, Mülheim/Ruhr, Paderborn, Porta Westfalica, Solingen, Velbert und Wuppertal
15728HAN Laminat-Lager Mitte GmbH · Herforder Str. 158 · 33609 Bielefeld
4177001_002626

Diese Wohngemeinschaft will eine Zukunft

Ihr Altbau wird verkauft und saniert, sie stehen am Übergang ins Berufsleben – doch vier Menschen zwischen 25 und 32 Jahren wollen ihre WG nicht aufgeben. Das Problem bei der Wohnungssuche: **„WIR KÄMPFEN GEGEN KLISCHEES."**

HANNOVER. Betritt man das Treppenhaus des Altbaus an der Königsworther Straße, merkt man sofort, dass die Zeichen auf Abschied stehen. Die Stufen sind mit Schutzfolie abgeklebt, hinter vielen Türen ist es dunkel und still. „Alle Wohnungen sind bereits verkauft", weiß Eric Bertram (32), der seit acht Jahren in diesem Haus in der Calenberger Neustadt lebt. Es seien immer viele Wohngemeinschaften hier gewesen, „wir sind die letzten".

Mitte April ist auch für ihn und Charlotte Kaufholz (28), Leon Landmesser (28) und Leona Wiedermann (25) Schluss: Sie müssen raus aus der gemütlichen Altbau-Wohnung mit 145 Quadratmetern und der günstigen Warmmiete von 1400 Euro im Monat. Doch der Auszug soll nicht das letzte Kapitel ihrer WG-Geschichte sein.

Das Quartett sucht eine Wohnung. Vier bis fünf Zimmer. In Linden, Nordstadt oder Calenberger Neustadt. „Es ist eine Challenge", weiß Eric, der sich auch auf eine deutlich höhere Miete einstellt. Der Markt sei knapp, die Nachfrage riesig.

Doch das Quartett ist bereit, alle Register zu ziehen. Sie haben eine Bewerbermappe beim Internetportal immobilienscout 24 ausgefüllt („inklusive Bonitätsauskunft"), sie haben Anzeigen in der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung und Neuen Presse geschaltet. Und in den drei Stadtvierteln, von denen sie träumen, Zettel an Laternenmasten geklebt.

„Wir brauchen Euer Vitamin B!" steht darauf. Weil gute Wohnungen meist unter der Hand weggingen, hoffen sie auf einen Tipp an die Mailadresse leon.landmesser@gmail.com. Und versprechen: Wer eine neue Unterkunft vermittelt, darf sich auf ein Drei-Gänge-Menü mit Weinbegleitung freuen.

Serviert wird Seelenessen: „Ich habe einige Jahre im Lokal ‚Soulkitchen' am Lichtenbergplatz in der Küche mitgeholfen", erklärt Leon bescheiden. Auch Mitbewohner Eric sei ein „Akrobat der gehobenen Küche". Öffnet man einen der zwei großen WG-Kühlschränke, trifft man auf gesunde Kost: Brokkoli, Paprika, Frühlingszwiebeln. „Wir kochen oft gemeinsam", sagt Charlotte.

Gemeinsam. Es ist ein Wort, das oft fällt, wenn man sich mit den vier jungen Erwachsenen über ihr WG-Leben unterhält. Da ist die Rede von gemeinsamen Hobbys wie Bouldern in der Kletterhalle. Filmabenden, an denen in einem Zimmer Kissenberge zusammengetragen werden, damit alle Platz finden. Freundeskreisen, die sich im Lauf der Jahre immer mehr überschnitten haben.

Eric ist vor acht Jahren in eine bereits bestehende WG eingezogen. Über die Jahre hat er immer neue Studierende dazugeholt. Er ist auch geblieben, als er sein Produktdesign-Studium beendet hatte. An einer Pinnwand in der Küche hängen Schnappschüsse und Polaroids von wechselnden Quartetten mit ihm als Konstante. „Die Konstellationen sind immer besser geworden", die aktuelle Mischung findet der 32-Jährige perfekt. Das soll nicht enden: „Ich will nicht alleine wohnen, das hier fühlt sich an wie eine kleine Familie."

Wie lange „darf" man in einer WG wohnen? Leon erzählt, dass seine Familie angenommen habe, dass mit dem Ende des aktuellen Mietverhältnisses „diese Zeit endet". Doch der 28-Jährige, der den Studiengang Soziale Arbeit mit einem Bachelor abgeschlossen hat und momentan seine Masterarbeit im Bereich Bildungswissenschaften schreibt, sieht das anders. „Für mich wäre das eine Entwurzelung."

In den Augen vieler Menschen ist die WG ein Lebensmodell auf Zeit. Mit Streit über den Putzplan, Prüfungsstress an der Uni und durchgefeierten Studi-Nächten. Ein Lebensmodell, das oft mit dem ersten Arbeitsvertrag oder dem Partner fürs Leben abgehakt ist. Oder eben nicht.

Charlotte ist fertig mit ihrem Sonderpädagogik-Studium, demnächst startet ihr Referendariat an einer Schule in Peine. Dass sie an den neuen Arbeitsort pendeln will, sei „glasklar" gewesen: „Ich will mein soziales Umfeld nicht verlieren." Dass sie mit den Menschen zusammenbleiben will, mit denen sie seit einigen Jahren die Wohnung teilt, ebenso. Trotz Job, trotz Beziehung.

Die Wurzel für dieses Gefühl sieht sie in der Corona-Zeit: „Ich habe damals zwar in einer WG gewohnt, fühlte mich aber sehr alleine." Damals habe sie beschlossen, ohne Druck eine neue Gemeinschaft zu suchen. „Ich hatte ein paar Castings", erzählt die 28-Jährige mit einem Schmunzeln. „200 Bewerbungen für ein Zimmer, das gibt es", bestätigt Eric. In dem Haus an der Königsworther Straße habe nach einer Vorauswahl der schriftlichen Anfragen die Zwei-Runden-Regel gegolten: „Eine Stunde Biertrinken und Quatschen mit mehreren Bewerbern. Drei Leute haben wir dann für einen ganzen Abend eingeladen. Man merkt, ob der Vibe stimmt."



Wirbeln in der Küche: Charlotte Kaufholz, Leon Landmesser und Eric Bertram (rechts) wohnen seit einigen Jahren zusammen. Viertes Mitglied der WG ist Leona Wiedermann. Foto: Tobias Woelki

Das tut er beim aktuellen Quartett. Und es geht nicht nur um geteilte Miete und Nebenkosten. „Ich will mit Menschen wohnen, mit denen ich auch Zeit teilen will", betont Leon. Charlotte schätzt die „offene Kommunikation. Wir bemühen uns um Harmonie", sagt sie mit einem Lächeln. Einkäufe und Aufgaben regeln sie über eine Whatsapp-Gruppe, eine Spülmaschine entschärft WG-typische Konflikte.

Trotzdem ist die Suche nach einer neuen Unterkunft schwierig – denn potenzielle Vermieter würden zurückschrecken, sobald sie hören, dass sich eine WG für eine Immobilie bewirbt. „Wir sind keine partywütigen Chaoten", betont Leon. Das Stigma sei aber ein Problem. „Wir kämpfen gegen Klischees."

Bei Terminen mit Vermietern wurden sie mit sehr konkreten Anforderungen konfrontiert: „Nichtraucher, keine Haustiere, Einhaltung der Nachtruhe." Die 28-Jährige muss schmunzeln: „Zu diesen Leuten gehören wir inzwischen auch." Leon bestätigt das: „Wir haben ein seriöses Image, das muss nur gesehen werden."

So haben sie sich auch in der Zeitungsannonce beschrieben: „Zuverlässig, am Übergang ins Berufsleben." Eric steht bereits mit beiden Beinen drin. Weil er als Produktdesigner keine Stelle fand, ging er „zurück zu den Wurzeln". Der gelernte Fluggerätemechaniker arbeitet als Fahrradmonteur: „Ich schraube wieder."

Jüngstes WG-Mitglied ist Leona Wiedermann, die 25-Jährige ist im Masterstudium für Lehramt Deutsch und Spanisch. Eingezogen ist sie erst vor sechs Monaten – im Wissen, dass der Mietvertrag Mitte April endet. „Sie passt zu uns", sagen die anderen drei. Deshalb suche man mindestens eine Vier-Zimmer-Wohnung. „Aber ein gemeinsames Wohnzimmer wäre das i-Tüpfelchen", sagt Charlotte mit einer gewissen Sehnsucht in der Stimme.

Die Zeit läuft. Noch zehn Wochen, bis die Umzugskartons gepackt werden müssen. „Spätestens Ende Februar kommen die schlaflosen Nächte wegen der ungewissen Zukunft", ahnt Leon. Einen Plan B als Unterschlupf haben alle, falls die Traumwohnung nicht rechtzeitig zu finden ist. „Aber ein nahtloser Übergang wäre schön", findet Charlotte. Weil diese WG mehr als eine Zweckgemeinschaft ist.

„Die psychische Belastung von jungen Menschen ist heute größer als früher"

Daniel Eckmann berät in Hannover Studierende in seelischer Not. Ein Gespräch über wachsende Ängste und Sorgen und Wege aus der Einsamkeit.

Herr Eckmann, laut der European University Association (EUA), dem größten Verband europäischer Universitäten, haben etwa 40 Prozent der Studierenden an europäischen Hochschulen Probleme mit ihrer mentalen Gesundheit. Wie nehmen Sie das in Hannover wahr?
Wir wissen aus Studien, dass etwa ein Drittel der Studierenden in Hannover innerhalb eines Jahres eine psychische Diagnose erhalten. Das ist in der Gesamtbevölkerung ähnlich. Junge Menschen sind aber generell eher von psychischen Problemen betroffen. Und: Die psychische Belastung von jungen Menschen, nicht nur in Deutschland, ist heute größer als früher.

Warum?
Die Corona-Zeit hat bei jungen Menschen deutliche Spuren hinterlassen. Für ältere, so wie mich, war die Pandemie eine klare Ausnahme. Als die Pandemie ihren Lauf nahm, hatte ich schon viele Jahre meines Lebens ohne derartige Einschnitte verbracht. Für junge Menschen, die noch nicht auf ein langes Leben ohne solche Krisen zurückblicken konnten, war das hingegen eine prägende Erfahrung. Dass etwas von außen über einen hereinbrechen kann und das Leben extrem verändert, wird von jüngeren Menschen heute entsprechend eher als reale Gefahr wahrgenommen. Das überträgt sich dann auch auf andere Krisen – wie die Wirtschaftskrise, die Klimakrise oder den Krieg in der Ukraine.

Wie macht sich das in Ihrer Arbeit bemerkbar?
Jahrelang kamen etwa 2 Prozent der etwa 50.000 Studierenden in Hannover zu uns. Insgesamt – von der Leibniz-Uni und den Hochschulen. Seit der Pandemie ist diese Zahl rasant gestiegen, Ende des Jahres 2022 waren wir bei 2,7 Prozent. Das klingt erst mal nach wenig, ist bei der Grundgesamtheit von 50.000 aber ein Zuwachs von etwa 350 Klientinnen und Klienten pro Jahr.

Können Sie der gestiegenen Nachfrage gerecht werden?
Leider nein. Ende des Jahres 2022 hatten wir eine Warteliste von drei Monaten, Tendenz steigend. Wir haben uns dann schweren Herzens entschlossen, nur die Neuanmeldungen anzunehmen, die wir wirklich betreuen können. Seitdem gibt es keine Warteliste mehr. Aber seitdem müssen wir eben auch Menschen ablehnen. Diese können wir auch nicht weitervermitteln, da auch in der ambulanten Psychotherapie die Wartezeiten sehr lang sind. Das ist schon dramatisch. Ich würde mir wünschen, dass uns das Land Niedersachsen stärker unterstützt, damit wir unser Angebot ausweiten können.

Mit welchen psychischen Belastungen kämpfen Studierende in Hannover am häufigsten?
Depressive Verstimmungen und Angststörungen, wie auch im Rest der Bevölkerung. Dazu kommen studienspezifische Themen wie Prüfungsangst und Probleme, sich selbst zu strukturieren.
Was ist mit Einsamkeit? Dass junge Menschen damit kämpfen, hört man derzeit ja immer wieder. Auch das ist in unseren Beratungsgesprächen ein Thema. Der Start eines Studiums ist ja im Grunde eine gute Möglichkeit, neue Freundschaften zu schließen, weil da viele Menschen zusammenkommen, die genau das wollen. Aber es gibt eben auch einige, denen das extrem schwerfällt.

Was raten Sie Betroffenen?
Viele Menschen mit sozialer Ängstlichkeit brauchen mehr Zeit, um eine Beziehung zu etablieren. Sportvereine können da eine gute Idee sein, ein Ehrenamt oder auch entsprechende Selbsthilfegruppen.
Laut dem Statistischen Bundesamt hatte die Hälfte der Studierenden mit eigener Haushaltsführung im Jahr 2023 weniger als 867 Euro im Monat zur Verfügung. Wie wirkt sich ökonomischer Druck auf die psychische Gesundheit junger Menschen aus? Eine schlechte ökonomische Situation macht nicht sofort krank, allerdings fällt dadurch eine Ressource weg. Dann fehlt vielleicht das Geld für den Sportverein oder andere soziale Aktivitäten. Steigende Mieten und Wohnungsnot sind ebenfalls große Probleme. All das sind zusätzliche Belastungsfaktoren, die sich negativ auf die mentale Gesundheit auswirken können.



Berät Studierende in Hannover seit mehr als 20 Jahren: Daniel Eckmann, Leiter der Psychologisch-Therapeutischen Beratung für Studierende. Foto: Irving Villegas

Was sind Anzeichen dafür, dass man sich professionelle Hilfe suchen sollte?
Wenn Niedergeschlagenheit, Lustlosigkeit, Ängste oder Konzentrationsschwierigkeiten stark zunehmen, sind das Indizien. Das gilt auch für sozialen Rückzug, also wenn es einem zunehmend schwerer fällt, auf Menschen zuzugehen. Warnsignale sind zudem Schlafstörungen oder sexuelle Funktionsstörungen. Auch jedwedes Abhängigkeitsverhalten – egal ob Alkohol, Cannabis oder Computerspiele – kann darauf hinweisen, dass etwas nicht in Ordnung ist.

Welchen Rat haben Sie für Studierende, die sich unsicher sind, ob ihre Probleme „schlimm genug" sind, um professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen?
Ich würde dazu raten, im Zweifel professionelle Hilfe aufzusuchen. Denn wir wissen, dass maximal ein Drittel der Personen mit klinisch relevanten Problemen sich Hilfe sucht. Wenn wir feststellen, dass das Problem, mit dem jemand zu uns kommt, tatsächlich nicht gravierend genug für eine weitere Beratung sein sollte, würden wir das auch so rückmelden. Das kommt aber extrem selten vor, und immerhin hat man dann für sich selbst die Sicherheit, dass man mit einem Experten oder einer Expertin darüber gesprochen hat.





NEUE SONDERPOSTEN EINGETROFFEN

stadler

Deutschlands größte Rad-Auswahl

PRE SEASON SALE

bis zu 60%

BULLS Jubiläumsmodell



bike test FOCUS ☆2026 BULLS Macheto RX1 Sehr gut (1.1) Kategorie: Gravel (12 Gravel-Bikes im Test) focus-mobility.de PREIS-LEISTUNGS-TIPP

NEUHEIT 1999€

PreSeason-Extrarabatt 200 €

Gültig bei Kauf dieses Fahrrades. Einlösbar in jeder Stadler Filiale bis 26. Februar 2026. Nur vor Ort.

870040

Jetzt Filiale besuchen und sparen!

CARBON-GRAVELBIKE Machete RX-1

- Highend Vollcarbonrahmen modernster Ausprägung
- semi-integrierte Zugführung für sauber Optik und Schutz
- 12 Gang Shimano GRX Schaltung mit 11-51 Cassette
- komfortabler Gravellenker mit dämpfendem 3mm Lenkerband
- schnelle 45mm Schwalbe G-One RX-Bereifung

Best-Nr.: 134499 Light-Purple, 134503 Grau

KETTLER ALU-RAD E-Bike 1411€ SPAREN

Das smarte System BOSCH Performance 75 Nm Drehmoment 625 Wh



Bewährte Kettler Top-Qualität zum Schnäppchenpreis

TREKKING E-BIKE 28“ E-Traveller Gold P9

- schlanke und leichte Alu-Rahmenkonstruktion
- besonders effizienter Bosch-Performance Sportmotor mit großer Reichweite
- 625 Wh Akku für Reichweiten bis 150 km
- verschleißarme Shimano Cues E-Bike-Schaltung
- zuverlässige Hydraulik-Scheibenbremsen

Best-Nr.: 134710 Rot, 134719 Grün

UVP 3399€ 1988€

BULLS E-Bike 2500€ SPAREN

SHIMANO EP 6 85 Nm Drehmoment 725 Wh



Keine Kompromisse! Superleicht samt Fullpower-Antrieb und großem Akku!

E-FULLY 29“ SONIC EVO AM-SL 1

- supersteifer und leichter Vollcarbonrahmen mit Carbonwippe und Carbonhinterbau
- kraftvolle, zuverlässiger Shimano Motor mit 85 Nm
- ausdauernder 725Wh Akku im Carbongehäuse
- besonders feinfühlig abgestimmte Luftfederung mit satten 160mm Federweg
- 12 Gang Shimano Deore Schaltung, Dropper-Post, nur ca. 22 kg leicht

Best.Nr.: 126151

UVP 5199€ 2699€

KTM E-Bike 907€ SPAREN

TREKKING E-BIKE 28“

Macina Power

- legendärer KTM-Fahrkomfort und Top-Verarbeitung
- einfach bedienbare Akkuentnahme
- leiser, besonders effizienter Bosch-Performance Sportmotor mit großer Reichweite
- langlebige 9-Gang Shimano Cues E-Bike Schaltung
- zuverlässige Shimano Scheibenbremsen
- pannensichere Schwalbe Bereifung

Best-Nr.:
133339 Wave
133336 Trapez
133334 Herren



Das smarte System BOSCH Performance 75 Nm Drehmoment 625 Wh

KTM - Führend bei Verarbeitung und Fahrkomfort

UVP 3799€ 2892€

HANNOVER Hanomag Gelände Zweirad-Center Stadler Hannover GmbH

Göttinger Straße 16, 30449 Hannover **Mo - Fr 10:00 bis 19:30 Uhr, Sa 10:00 bis 19:00 Uhr**

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



Manche Kräuter und Sprossen wie Kresse fühlen sich auf einer kühlen, hellen Fensterbank besonders wohl. Foto: Christin Klose / dpa

Frische von der Fensterbank

Kräuter in der Winterzeit ernten?
Mit diesen Tricks sorgen sie auch in der Küche und im Wohnzimmer für Aroma.

Petersilie, Schnittlauch und Co. bereichern selbstgemachte Gerichte mit ihrem frischen Aroma. Aber wenn der Frost kommt, kann man nur noch wenige Kräuter aus dem Garten ernten. Dann verlagert sich die Kräuteranzucht auf Balkon und Fensterbank.

Die Pflanzen dazu kauft man in der Gärtnerei. Die im Supermarkt angebotenen Pflanzen sind meist für den Direktverzehr gedacht. Damit Kräuter in der Winterzeit gut wachsen und ihr volles Aroma entfalten können, muss man ihnen jedoch das richtige Klima bieten. Der Standort spielt eine entscheidende Rolle. „Wählen Sie ein Zimmer, wo es nicht zu warm ist", rät Fabian Dittrich, Kräutergärtner aus Hilzingen. Wärme und Licht müssen für das Wachstum im richtigen Verhältnis stehen. Auf der Fensterbank im Wohnzimmer ist es zwar schön hell, aber für ein normales Wachstum dann doch zu warm. Bei solchen Bedingungen wachsen die Kräuter in Richtung Licht und bekommen lange Triebe mit weichen Blättern. Darunter leidet der Geschmack. „Im kühleren Zimmer passen Lichtstärke und Zimmertemperatur so zusammen, dass die Pflanzen langsam wachsen, ohne zu vergeilen", so Dittrich.

Es ist praktisch, wenn die Kräuter direkt auf der Fensterbank in der Küche stehen. Gibt es dort stattdessen bodentiefe Fenster, ist eine Aufhängung im Fenster eine gute Alternative. Aber nicht alle Pflanzen sind in der temperierten Küche gut aufgehoben. Die mediterranen Kräuter wie Rosmarin, Salbei und Thymian bevorzugen kühle Plätze und brauchen viel Licht. Sie stehen besser im wenig geheizten, hellen Schlafzimmer. Wer einen Balkon hat, kann die Pflanzen dort aufstellen. Für eine kühle Fensterbank empfiehlt der Kräutergärtner die Anzucht von Kresse, Rucola, Dill und Kerbel. Basilikum braucht dagegen viel Licht und Wärme. Oft überlebt die Pflanze den Winter in der Wohnung nicht.

Das Grüne Medienhaus rät, die Kräuter regelmäßig, aber sparsam zu gießen. Oder man taucht die Töpfe ein- bis zweimal in der Woche in handwarmes Wasser. Wichtig: Das überschüssige Wasser muss ablaufen, die Wurzeln dürfen nicht nass stehen – sie faulen sonst leicht. Gedüngt werden müssen Kräuter im Winter nicht. Die frische Würze von Schnittlauch passt zu vielen Speisen. Dittrich empfiehlt, Schnittlauch aus dem Garten in Töpfen vorzutreiben. Hat er im Garten ein paar Tage Frost bekommen, sticht man ein sich ein handtellergroßes Stück ab und pflanzt es in einen Topf. Der Schnittlauch treibt im Topf schnell wieder aus.

Mehrjährige Arten wie Schnittlauch, Rosmarin und Thymian können nach dem Winter ins Freie gepflanzt werden.

Dauergäste im Gemüsebeet

Als „Permaveggies" werden **MEHRJÄHRIGE GEMÜSE** bezeichnet.
Einige davon sind bekannte Klassiker, andere hierzulande noch neu



Spargel: Wächst auch im heimischen Gemüsebeet. Foto: Sergo2016 / Imago-Images

Haben Sie schon überlegt, welches Gemüse Sie nächste Saison anbauen möchten? Oder klingt das nach zu viel Arbeit? Bei mehrjährigen Arten erübrigt sich die alljährliche Aussaat und Anzucht: Einmal gepflanzt überwintern sie im Beet und lassen sich nächstes Jahr wieder ernten. Der Begriff „Permaveggies" ergibt sich aus einer Wortkombination von „Perma" für permanent und „Veggies", dem englischen Wort für Gemüse.

Obwohl sich „Permaveggies" nach einem neumodischen Trend anhören, haben sich mehrjährige Gemüse längst bewährt. Meerrettich oder Spargel gehören beispielsweise dazu – und es lohnt sich, aus einer Vielfalt die eigenen Favoriten für den Garten zu entdecken.

STÄNGEL- UND STIELGEMÜSE

Rhabarber wird trotz seines fruchtig-säuerlichen Geschmacks botanisch zu den Gemüsen gezählt. Dieser Klassiker braucht pro Pflanze mindestens einen Quadratmeter Platz. Trotz seiner Wüchsigkeit wird maximal ein Drittel der Stiele geerntet, den Rest des Stocks lassen Sie stehen, damit sich die Pflanze erholen kann. An einen Standort in sonniger bis halbschattiger Lage und in nährstoffreiche Erde gepflanzt, treibt die Pflanze wieder aus.

Cardy ist mit der Artischocke verwandt und hierzulande noch wenig bekannt. Bei dem Stielgemüse werden die Stiele im Herbst geerntet. Für den Geschmack ist es üblich, die Triebe zu bleichen: Dafür werden die Blätter ab September zusammengebunden und mit Wellpappe abgedunkelt. Nach drei bis vier Wochen sind die Triebe hell und schmecken mild. Vor der Zubereitung schneiden Sie die oberen Blätter weg und ziehen die äußere Haut ab. Anschließend werden die Stängel in Scheiben geschnitten und in Salzwasser gegart. Die in Italien bekannte Cardy braucht einen sonnigen und geschützten Standort.

Grünspargel ist hierzulande bereits populär. Er wächst in voller Sonne und in durchlässigen, tiefgründigen Böden. Wie bei Rhabarber und Cardy werden auch beim Spargel Jungpflanzen im Frühling gesetzt: im Abstand von 25 bis 40 Zentimetern innerhalb der Reihe und gut einem Meter zwischen den Reihen. Das erste Jahr braucht der Spargel zum Einwachsen, erst ab dem zweiten Jahr wird ein Teil der Triebe geerntet – am besten, wenn sie rund 20 Zentimeter hoch aus der Erde gewachsen sind. Grünspargel schmückt ein Beet sogar: Lässt man ihn nach der Ernte förmlich ins Kraut schießen, bilden sich filigrane Triebe mit nadelförmigen Blättchen, die wie grüne Wölkchen aussehen und im Herbst eine goldgelbe Farbe annehmen.

AROMATISCHE HALME MIT GEWÜRZCHARAKTER

Schnittknoblauch ist wie ein Gewürz nutzbar: Bei ihm werden die Blätter geerntet. Ihr Geschmack erinnert an Knoblauch, ist aber deutlich milder, und das frische Grün wächst immer wieder nach. Ähnlich wie viele „Permaveggies" ist auch Schnittknoblauch dekorativ und lockt mit seinen weißen Blüten im Sommer viele Insekten an.

Winterheckenzwiebeln haben ähnliche Blüten. Bei dieser Art wird wahlweise das Blattgrün ähnlich wie Schnittlauch genutzt oder der ganze Trieb wie eine Frühlingszwiebel aus der Erde gezogen: Da die Winterheckenzwiebel mit den Jahren dichte Horste bildet, lässt man in diesem Fall pro Horst rund drei bis fünf Zwiebeln in der Erde. So kann sie sich vermehren und weiteres Grün und Zwiebeln liefern.

ESSBARE BODENSCHÄTZE

Topinambur verlangt nach einem gesunden Appetit: Erntet man ihn jahrelang nicht, bildet er derart dichte Bestände, dass er anderen Pflanzen kaum eine Chance lässt.

Das sollten Sie vor der Pflanzung wissen. Allerdings gelten die Knollen als so gesund, dass Sie dieses Gemüse in jeder Saison genießen sollten. Zumal die Ernte der Knollen vom Herbst bis zum Frühjahr möglich ist und damit in eine Zeit fällt, in der im Garten sonst kaum etwas zu holen ist.

Um den Fortbestand müssen Sie sich nicht sorgen, da beim Ernten meist ein Teil der Knollen übersehen wird und im nächsten Frühling wieder austreibt. Dass Topinambur eng mit der Sonnenblume verwandt ist, sieht man den Blüten an, die sich ab dem Spätsommer öffnen. Gepflanzt werden die Knollen rund fünf Zentimeter tief an einem sonnigen bis halbschattigen Standort.

Meerrettich, das zweite unterirdische Gemüse, gehört zu den Klassikern: Er wird wegen seiner scharfen Wurzeln angebaut und zwischen Oktober und März ausgegraben. Regelmäßig geerntet, lässt sich seine Vermehrung nach Bedarf steuern: Während die dicke Pfahlwurzel in die Küche kommt, werden die dünneren Seitenwurzeln abgetrennt. Sind diese etwa fingerdick, dienen sie als sogenannte Fechser (Schößling oder Steckling) für die Vermehrung. Dafür werden daraus rund 30 Zentimeter lange Wurzelstücke zugeschnitten und im Abstand von rund 60 Zentimetern zueinander leicht schräg in die Erde gesetzt.

Ob diese oder andere Gemüse einen Stammplatz im Garten verdient haben, ist natürlich Geschmacksache. Pflanzen Sie also nur Arten, die Sie gerne essen, und nutzen Sie die kommenden Wochen zum Probieren. Mit etwas Glück finden Sie Topinambur und manchmal sogar die hierzulande noch seltene Cardy in gut sortierten Gemüseläden.



Die Blätter vom Schnitt-Knoblauch können als Gewürz eingesetzt werden. Foto: imago stock&people



Vom Meerrettich werden die dicken Pfahlwurzeln in der Küche verarbeitet. Foto: F. Hecker



Aquaristik-Tage bei Stanze

ANZEIGE

Aquascaping-Weltmeister Adrie Baumann richtet zwei Aquarien live ein

HEMMINGEN. Eine riesige Auswahl an Aquarien, Wasserpflanzen, Aquariendeko, Garnelen und Zierfische sowie Rabatte von bis zu 15 Prozent auf das gesamte Aquaristik-Sortiment – am Freitag und Sonnabend, 13. und 14. Februar, dreht sich im Stanze Gartencenter wieder alles um die Unterwasserwelten hinter Glas und deren Gestaltung. „Alle Aquarianer sowie Interessierte, die ins Hobby einsteigen möchten, sind herzlich willkommen", sagt Leiter der Stanze Zoo- und Aquaristik-Abteilung Renè Gummert.

Das Highlight des Wochenendes ist in diesem Jahr der Besuch von Aquascaping Weltmeister Adrie Baumann. Aquascaping ist die Kunst, naturnahe Landschaften in Aquarien zu gestalten. Am Sonnabend, 14. Februar, ab 10 Uhr wird Baumann live zwei Aquarien im Bistro des Gartencenters (Bistro Fenzini) gestalten. Der professionelle Aquascaper steht dabei für alle Fragen rund um das Hobby Aquaristik, Wasserpflanzen und Aquariengestaltung zur Verfügung.

Am Freitag, 13. Februar, 16.30 findet bereits ein kostenpflichtiger Aquaristik-Kurs für Kinder und Eltern statt, für den noch weinige freie Plätze zur Verfügung stehen. Für den Kurs, bei dem ein 54-Liter-Aquariumset, Deko und Wasserpflanzen für eine Gebühr von 69,99 Euro inklusive sind, können sich Interessierte in der Aquaristik-Abteilung des Gartencenters anmelden. Das Set hat einen Warenwert von über 150 Euro.

Zudem ist Maik Seidel vom Premium Hersteller Oase bei Stanze vor Ort und steht mit seiner Expertise zur Verfügung. Kunden erhalten an beiden Aktionstagen zu allen Oase Aquarien den passenden Oase Biomaster Außenfilter gratis. Marcel Moore von Tetra berät außerdem zum Thema Fischernährung und analysiert kostenlos das Aquarienwasser aller Kunden. Hierfür sollten die Kunden rund 200 ml Wasser aus ihrem Aquarium mit ins Gartencenter bringen.



Er weiß, wie man ein Aquarium wirklich kunstvoll gestalten kann: Weltmeister Adrie Baumann. Foto: Privat

Stanze Gartencenter
Karoline-Herschel-Straße 1
30966 Hemmingen
Telefon: (0511) 42038-0
www.stanze-gartencenter.de

HELFER IN SCHWEREN STUNDEN

DAS GIBT ANGEHÖRIGEN HALT



Todesfall: Welche Versicherungen enden, welche weiterlaufen

Nach dem Tod eines Angehörigen sind viele Dinge zu regeln – auch dessen Versicherungsverträge sollten geprüft werden. Wer Fristen und Formalitäten kennt, ist im Ernstfall im Vorteil.

Wenn ein Angehöriger stirbt, kann die Trauer lähmend sein. Dabei sind allerlei organisatorische Dinge zu erledigen. Auch die Versicherungsverträge des Verstorbenen sollten Hinterbliebene dann auf dem Schirm haben.

Denn bei einigen von ihnen sollte der Todesfall schnellstmöglich gemeldet werden, um Leistungen zu erhalten, andere sollten gekündigt oder umgeschrieben werden, wieder andere enden einfach automatisch. Der Bund der Versicherten (BdV) gibt einen Überblick, der Hinterbliebenen in der oft schwierigen Zeit helfen kann:

■ **Lebensversicherung, Sterbegeldversicherung, Unfallversicherung mit Todesfallleistung:** Bei sämtlichen Versicherungen, bei denen im Todesfall eine Leistung gezahlt wird, sollten Angehörige umgehend den jeweiligen Versicherer informieren. Grund: Die Fristen für die Meldung sind oft sehr kurz. Ein Blick in die Versicherungsunterlagen hilft dabei, herauszufinden, welche Frist konkret gilt. Eine erste formlose Mitteilung per Mail genügt dafür, sämtliche erforderlichen Nachweise können später nachgereicht werden.

■ **Krankenversicherung:** Die Krankenversicherung endet automatisch mit dem Tod des Versicherungsnehmers. Mitversicherte Personen können den Vertrag allerdings fortführen, wenn sie sich innerhalb von zwei Monaten nach dem Todesfall darum kümmern, den Vertrag auf sich umzuschreiben.

■ **Hausratversicherung:** Bei vielen Anbietern bleibt der Schutz noch zwei Monate nach dem Tod bestehen. Das soll den Erben auch während der Zeit der Haushaltsauflösung noch Versicherungsschutz gewährleisten. Übernehmen Erbinnen und Erben die Wohnung, werden sie aber automatisch neue Versicherungsnehmer.

■ **Familienhaftpflichtversicherung:** Bis zur nächsten Beitragsfälligkeit besteht der Schutz in jedem Fall. Zahlt der hinterbliebene Ehepartner die Prämie weiter, geht der Vertrag auf ihn oder sie über.

■ **Wohngebäudeversicherung:** Diese Police geht nach dem Tod des Versicherungsnehmers automatisch auf die Erben eines Hauses über. Ein außerordentliches Kündigungsrecht besteht nicht. Gekündigt werden kann in der Regel nur mit Dreimonatsfrist zum Ablauf des Versicherungsjahres.

■ **Kfz-Versicherung:** Auch die Kfz-Versicherung geht automatisch auf die Erben eines Fahrzeugs über. Auch hier ist lediglich eine reguläre Kündigung möglich. Eine Ausnahme besteht lediglich dann, wenn das Fahrzeug verkauft wird. Der neue Eigentümer kann die bestehende Versicherung dann innerhalb eines Monats nach Kauf kündigen. *dpa*



Formlose Mail genügt oft vorerst: Angehörige sollten Versicherungen schnell informieren, um keine Fristen zu verpassen. Foto: Christin Klose/dpa-mag



Der letzte Gang: Aktuell steigen die Kosten für Bestattungen langsamer als in den Vorjahren. Foto: Pexels/Cottonbro (Symbolbild)

Preisanstieg bei Bestattungen hat sich abgeschwächt

Im vergangenen Jahr sind die Preise für Bestattungen um 3,1 Prozent gestiegen, in den Jahren zuvor noch um 4,5 (2024) bzw. 5,4 Prozent (2023). Dies ergibt sich aus Zahlen des Statistischen Bundesamtes, die von Aeternitas e.V., der Verbraucherinitiative Bestattungskultur, ausgewertet wurden.

Die Preise für Bestattungen steigen langsamer als in den Vorjahren. Mit 3,1 Prozent lag der Wert 2025 aber über der Inflationsrate von 2,2 Prozent – wie bereits 2024 (4,5 zu 2,2 Prozent). Es zeigt sich weiterhin, dass die Branche die höheren Kosten, insbesondere für Personal und Energie sowie für Materialien wie Holz, mit einer gewissen Verzögerung weitergibt.

Dies gilt sowohl für Privatunternehmen als auch die öffentliche Hand (Friedhofsträger und kommunale Krematorien). 2023 und 2022 lag der Preisanstieg bei Bestattungen noch unterhalb der Inflationsrate, mit 5,4 zu 5,9 bzw. 4,3 zu 6,9 Prozent. Über einen Zeitraum von 5 Jahren stiegen die Bestattungspreise insgesamt um mehr als 20 Prozent.

Als Basis der Aeternitas-Berechnung dienen die Preise für „Bestattungsleistungen und Friedhofsgebühr" (Steigerung 2025: 3,2 Prozent) sowie für „Sarg, Urne, Grabstein oder andere Begräbnisartikel" (Steigerung 2025: 1,9 Prozent). Dies sind die hier relevanten vom Statistischen Bundesamt im Rahmen des Verbraucherpreisindex erhobenen „Verwendungszwecke des Individualkonsums". Entsprechend der jeweiligen Gewichtung im Verbraucherpreisindex, dem sogenannten Wägungsanteil, wurde der Wert für die Bestattungsleistungen und Friedhofsgebühren mit einem größeren Anteil berücksichtigt. Dies entspricht der Praxis.

Dienstleistungen wie Überführungen, Trauerfeiern und die Abwicklung von Formalitäten sowie die Friedhofsgebühren machen einen weitaus umfassenderen Teil der Bestattungskosten aus als die verschiedenen Waren wie Särge und Urnen.

Bestattungen Werner Georg
Tag und Nacht dienstbereit
Wir helfen Ihnen persönlich. Erledigen alle Formalitäten und Ihren Schriftverkehr.
Sehnder 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
4456601_000126

Hermann Niemann BESTATTUNGSINSTITUT E.K.
Inh. Petra Niemann
■ Fachkundige Beratung zur Bestattungsvorsorge
■ Individuelle Ausführung aller Bestattungsarten
■ Persönliche Beratung, Hausbesuche
Tag & Nacht unter: (0511) 66 12 34
Seit 1903 in Familienbesitz
Husarenstraße 29 · 30163 Hannover
www.niemann-bestattungen.de · info@niemann-bestattungen.de
Vertrauen Sie in über 100 Jahre Erfahrung im Bestattungswesen!
4580801_000126

JÖCKS BESTATTUNGEN
Mars-la-Tour-Straße 3
30175 Hannover
Telefon (0511) 47 53 22 0
Inh. Anja Lentze-Jöcks
4452001_000126

Unterstützung mit Herz und Verständnis.
BESTATTUNGEN Warnecke
Tag & Nacht Tel. 0511-53 03 60
Breithauptstr. 3 • Hannover
www.warnecke-bestattungen.de
4481801_000126

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
Ronnenberg - Hannover - Lehrte
www.bierwisch-bestattungen.de
4454201_000126

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
4483501_000126

ACKERMANN-BAUER
Bestattungsinstitut seit 1895
Finanzielle Krisen verhindern!
Planen Sie und sorgen Sie vor – entlasten Sie Ihre Angehörigen.
Mit einer Bestattungsvorsorge gekoppelt mit der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG!
Gesichert gegen Zugriff durch Dritte über die Eintragung in das Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer in Berlin!
Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie unverbindlich und kostenlos!
www.ackermann-bauer.de
ZDH ZERT ZERTIFIZIERT
DIN EN 15017
BESTATTER vom Handwerk geprüft
Auf dem Loh 12
30167 Hannover
Stöckener Straße 21
30419 Hannover
info@ackermann-bauer.de
www.ackermann-bauer.de
Tag- und Nachtruf:
0511-70 21 29
4328501_000126

Raum und Zeit für den Abschied
BÖKER
Bestattungen Tischlerei
Beekestraße 66/68, 30459 Hannover-Ricklingen
0511 / 42 17 17
bestattungen@boeker-hannover.de
www.boeker-hannover.de
4475301_000126

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
3485801_000126

Mit Ihrer Trauer allein?
In unserem Forum finden Sie Austausch mit anderen Betroffenen.
www.haz-trauer.de

Gebr. Lautenbach
Bestattungshaus
WIR SIND FÜR SIE DA!
Ihre Hilfe im Trauerfall – digital & jederzeit
Abmelde-Assistent
Ihr digitaler Formalitätenhelfer
Gedenkseite
Gemeinsam trauern & sich erinnern
Trauerfeier-Musik
der Soundtrack eines Lebens
u.v.m
Filialen
• Linden
• Ricklingen
• Mühlenberg
• Hemmingen
0511 – 92 99 10
www.lautenbach-bestattungen.de
4485701_000126

Dauerhaft auf Abruf

Viele Menschen haben verinnerlicht, dass nur Leistung und Stärke zählen, bis sie irgendwann **AM LIMIT** sind. Wie „Funktionierer" erkennen, was sie antreibt.

VON STEFAN BOES

BERLIN. Stark sein, funktionieren, weitermachen: Viele Menschen haben verinnerlicht, dass nur Leistung und Ergebnisse zählen – bis sie irgendwann am Limit sind. Wie „Funktionierer" erkennen, was sie antreibt, und sich von Pflichtgefühlen und Überlastung befreien.

Wer im Beruf erfolgreich sein will, muss funktionieren – und zwar ständig, ohne Kompromisse. Für Nina Schwarting war das nie eine Entscheidung, sie konnte gar nicht anders. Die 40-Jährige arbeitete als Führungskraft bei der Deutschen Bahn, der Otto Group und anderen großen Unternehmen, etablierte sich als Expertin für modernes Lernen und entwickelte ein inzwischen weltweit verfügbares Lernjournal.

Lernen ist das Lebensthema der Hamburgerin, und so lernte sie irgendwann auch ihre vielleicht wichtigste Lektion: Sie konnte nicht ewig so weitermachen. „Ich habe meinen Körper zehn Jahre lang ausgeschaltet", sagt sie. Sie war rund um die Uhr erreichbar, schlief wenig, arbeitete permanent. Ihr Umfeld bemerkte, wie gereizt sie wurde, wie erschöpft, wie sehr sie verlernte, abzuschalten – und wie sie trotzdem immer weitermachte.

Ein zweites Lebensthema zog sich wie ein roter Faden durch ihr Leben: das Funktionieren. „So wurde ich geprägt. Ich habe gelernt, dass ich stark sein muss. Wenn ich funktioniere, sehe ich Ergebnisse."

Es dauerte lange, bis Schwarting die Signale ihres Körpers ernst nahm. Die Schlafprobleme, die wachsende Erschöpfung, die Schulter, die sie irgendwann kaum noch spürte. „Mein Körper war durch", sagt sie. „Du kannst so nicht weitermachen" bekam sie von Menschen außerhalb ihres beruflichen Umfelds zu hören.

KEINE RICHTIGE UNTERSTÜTZUNG ERHALTEN

Sie sprach auch am Arbeitsplatz über ihre Erschöpfung, wollte ihr Arbeitsmodell anpassen, stieß Veränderungen an. Doch sie drang nicht durch. „Ich wurde gehört, aber richtige Unterstützung habe ich nicht erhalten." Vielmehr sei ihr suggeriert worden, sie sei nicht stark genug für die Rolle. „Ich habe verstanden, dass ich als Person nichts zähle", sagt sie. Und so zog sie irgendwann die Notbremse und kündigte. „Ich habe mich aus einem System herausgenommen, das nicht zu meinen Werten passt."

Kathleen Kunze bezeichnet Menschen wie Schwarting als „Funktionierer". Kunze betreibt einen der reichweitenstärksten deutschsprachigen Instagram-Kanäle zum Thema Nervensystemregulation, arbeitet als systemische Coachin und Autorin. Gerade ist ihr neues Buch „Raus aus dem Funktionsmodus zurück zu dir" erschienen.

„Funktionierer", sagt Kunze, seien meist sehr gut darin, die Bedürfnisse anderer zu lesen und auf unausgesprochene Erwartungen zu reagieren. Eigentlich eine wertvolle Fähigkeit. Doch: „Menschen, die häufig funktionieren, fehlt oft eine ganz wichtige Fähigkeit: nämlich die, für sich selbst zu sorgen", sagt sie. Also, dem Körper ausreichend Phasen der Erholung zu gönnen. Dieser innere Kompass gehe bei Menschen, die im Funktionsmodus feststecken, verloren.



Dauerhaft zu funktionieren bedeutet, dass das Nervensystem in einem hoch aktivierten Zustand bleibt. Symbolfoto: Anastasia Shuraeva / Pexels

Dauerhaft zu funktionieren bedeutet, dass das Nervensystem in einem hoch aktivierten Zustand bleibt. „Der Körper produziert dann kontinuierlich Stresshormone, die Atmung wird flacher und schneller, die Muskulatur bleibt angespannt, wir stehen dauerhaft auf Abruf", erklärt Kunze. Mit der Zeit werde es immer schwerer, aus diesem Modus auszusteigen.

Nach Einschätzung von Hannah Schade sind immer mehr Menschen im Dauerstress. „Das Arbeitstempo, die Eigenverantwortung und die Erreichbarkeit sind deutlich gestiegen", sagt die Sozialpsychologin vom Leibniz-Institut für Arbeitsforschung an der TU Dortmund. Um trotzdem gesund zu bleiben, reagierten viele Menschen auf die hohe Zahl der Stressoren – also der inneren und äußeren Reize, die Stress auslösen können – mit Sport oder Yoga, was auch hilfreich sei. „Aber so wird auch Entspannung zur abzuhakenden Aufgabe statt zum erholsamen Freiraum."

„Funktionierer" funktionieren auch noch dann, wenn sie eigentlich abschalten wollen. Bei manchen setzt eine regelrechte Erholungsunfähigkeit ein, erklärt Schade. Wer chronisch gestresst ist, gerate in einen Zustand anhaltender Übererregung, bei dem sich Schlaf, Konzentration und Stimmung messbar verschlechtern. Je länger Menschen dauerhaftem Stress ausgesetzt seien, desto stärker verfestigten sich diese Symptome und desto deutlicher sinke die Belastbarkeit. „Irgendwann reagiert der Körper, als befände er sich in permanenter Alarmbereitschaft. Dauerstress wird dann zur existenziellen Bedrohung."

WIE MAN DEM FUNKTIONSMODUS ENTKOMMT

Wichtig sei daher, häufiger Dinge zu tun, die keinen Nutzen haben, rät Schade. „Etwas Zweckfreies zu tun, nur, weil ich Lust darauf habe und es mich begeistert, das ergibt ein großes Gefühl von Freiwilligkeit und Freiheit, das Selbstwirksamkeit wiederherstellt."

„Vielen ‚Funktionierern' fällt es sehr schwer, einfach mal nichts zu tun", weiß Kunze. Genau das sei aber wichtig, um aus dem Funktionsmodus auszusteigen. Anfangen könne man damit, eine Minute am offenen Fenster zu sitzen, die gegenüberliegenden Bäume zu beobachten und weder etwas zu planen noch zu leisten. „Das wird den meisten Menschen anfangs schwerfallen: weil sie dann fühlen, was sie gerade fühlen, weil sie merken, dass ihr Körper vielleicht an bestimmten Stellen verspannt ist, dass da Empfindungen sind, die nicht angenehm sind", sagt die Coachin. „Wenn sie aber lernen, dass diese Stille sicher ist, können aus einer Minute irgendwann zwei, fünf oder zehn werden."

Parallel gehe es darum, die emotionalen Reaktionen zu regulieren, die beim Ausstieg aus dem Funktionsmodus aufbrechen: Schuldgefühle, der Verlust des eigenen Produktivitätswerts, Scham. Entscheidend sei schließlich Selbstmitgefühl: „Hinter dem Funktionieren stecken häufig alte Prägungen, Glaubenssätze, manchmal traumatische Erfahrungen", sagt Kunze. Einer dieser inneren Beweggründe könne sein, dass Menschen ihren Wert über Leistung und Erfolg definieren, im Sinne von: „Ich bin nur etwas wert, wenn ich etwas leiste."

Diese Überzeugung hat Schwarting früh zur „Funktionierin" gemacht. Sie gehört zum Typus der „erfolgreichen Funktionierer", also zu jenen Menschen, die rund um die Uhr Leistung erbringen und dafür bereit sind, alles andere im Leben hinten anzustellen. Kunze beschreibt in ihrem Buch noch weitere Typen: die „immer Erreichbaren", die „Multitasker", die „Ja-Sager", die „Kümmerer", die „zuverlässigen Pflichterfüller", die „Selbstoptimierer" und andere. Die Übergänge zwischen den Typen sind fließend.

Schwarting war an diesem Punkt. Bis sie aufhörte, die Zeichen ihres Körpers zu ignorieren. „Ich wollte meinen Körper wieder spüren." Nach der Burnout-Diagnose absolvierte sie eine Ausbildung in neurosystemischer Integration, arbeitete mit einer Therapeutin und lernte Shiatsu kennen, eine japanische Massagetechnik. Bewegung, Sport, gesunde Ernährung, Körper- und Atemübungen gehören heute fest zu ihrem Alltag. Sie kennt die Muster, die sie seit ihrer Kindheit antrieben. Sie hat gelernt, zu hinterfragen, was sie ein Leben lang geglaubt hat.

„Ich mache meinen Wert nicht mehr von Leistung oder Ergebnissen abhängig", sagt sie. Heute arbeitet sie selbstständig und zeigt Führungskräften und Teams, wie ihr Nervensystem unter Druck reagiert und wie sie mit neurowissenschaftlichen Tools stabiler und wirksamer führen können. Aus der „Funktioniererin", die fremde Erwartungen managte, ist ein Mensch geworden, der sich selbst führt und heute sagen kann: „Ich bin bei mir angekommen."

Der perfekte
Wurf.
8 Wochen
HAZ Digital
für nur
3,50 € pro Woche
Und so geht's: QR-Code scannen, telefonisch 0800 12 34 304 (kostenfrei) oder online bestellen unter abo.HAZ.de/8wocheninformiert
Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.
Hannoversche Allgemeine
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland
4809501_002626

Verrückt nach Diddl

Lissy Elbeshausen ist Fan der Diddl-Maus. Jetzt feiert die Comicfigur aus den 90ern ein Comeback

Die Retrowelle spült die Diddl-Maus in die Gegenwart. Ab Mitte 2026 soll das Kult-Wesen den deutschen Markt neu erobern. Hier erinnert sich ein Fan aus Hannover – und trauert einem verlorenen Ordner hinterher, der heute wohl mehrere Hundert Euro wert wäre.

Erst waren es zehn Diddl-Blöcke, dann 20, dann noch mehr. Und jetzt sind sie weg. Wie das nun mal so ist mit den Sachen aus der Kindheit: Vergangenheit. Lissy Elbeshausen hat mittlerweile selbst Kinder, drei an der Zahl, sie lebt mit ihnen und ihrem Mann in Barsinghausen. Die 35-Jährige ist Fan der Diddl-Maus geblieben, wenn auch die Erinnerung reichen muss. Vorerst: Denn die Comicfigur steht vor einem Comeback. „Ich habe die ganzen Jahre gehofft", sagt Lissy Elbeshausen.

In Deutschland waren Produkte der Maus mit den klobigen Füßen in den 90er-Jahren Sammel- und Tauschobjekte. Besonders die Blätter der Schreibblöcke, eingeheftet in großen Ordnern, gehörten zum Alltag vieler Schulkinder. Pausenhöfe verwandelten sich zeitweise in regelrechte Tauschbörsen. Die Maus zierte auch Briefpapier, Tage- und Freundebücher, Kaffeebecher, Bettwäsche und Schulranzen.

Nach mehr als zehn Jahren Pause gibt es all das wieder zu kaufen – vorerst nur in Frankreich und der Wallonie in Belgien. Deutschland soll Mitte 2026 folgen, wie das französische Vertriebsunternehmen Kontiki mitteilte. „Ich freue mich jetzt schon darauf, die ersten neuen Objekte zu kaufen", sagt Elbeshausen.

Für die Barsinghäuserin geht es um den emotionalen Wert der Produkte. Damit ist sie nicht allein: Tatsächlich ist Nostalgie ein starker Kaufanreiz, sagt Mira Fauth-Bühler, Professorin für Wirtschaftspsychologie und Neuroökonomie an der FOM Hochschule für Ökonomie und Management in Stuttgart. „Menschen kaufen dabei weniger das Produkt an sich, mit seinem praktischen Nutzen – sie kaufen ein Gefühl. Mit einem Diddl-Block oder einem Kuscheltier bekommen sie ein Stück Kindheit zurück." Diese erinnern viele Menschen tendenziell als besonders positive Zeit. Auch wenn dem vielleicht gar nicht so war: „Mit jedem Abruf verändert sich die Erinnerung immer leicht", sagt Fauth-Bühler. „Das bedeutet, dass sich das, was wir heute über die Vergangenheit zu wissen glauben, sehr wahrscheinlich nicht komplett mit dem tatsächlich Erlebten deckt." Oft wirke die Zeit wie eine rosarote Brille, die an ein unbeschwertes Früher denken lasse.

KINDCHENSCHEMA ALS MARKETINGSTRATEGIE

Bei Elbeshausen ist es die Grundschulzeit, die sie mit Diddl verbindet. „In der zweiten oder dritten Klasse hat meine Sammelleidenschaft begonnen. Oft war ich mit meiner Omi bei Nanu-Nana, wo sie mir einen Diddl-Block gekauft hat. Ich hatte Magnete, zwei Freundebücher, Diddl-Buntstifte und einen Kugelschreiber." Teilweise lebt die Tauschkultur neu auf, wenn auch in veränderter Form: Während früher auf dem Schulhof gefeilscht und getauscht wurde, finden sich Diddl-Liebhaber aktuell etwa in Whatsapp- oder Facebook-Gruppen zusammen.



Comeback der Diddl-Maus: Hier erinnert sich ein Fan zurück - und trauert einem verlorenem Ordner hinterher, der heute wohl mehrere Hundert Euro wert wäre. Foto: Tim Schaarschmidt

Dabei arbeitet die Marke Diddl mit einem beliebten Werbekonzept: dem „Cute Marketing". Der Gedanke dahinter ist, dass sich Niedliches besonders gut verkauft. Und das wiederum funktioniert meistens mithilfe des Kindchenschemas – optische Merkmale, die dafür sorgen, dass wir etwas süß finden. „Das haben wir sehr stark bei der Diddl-Maus", sagt Fauth-Bühler. „Die Maus ist bewusst extrem überzeichnet, gerade der Kopf ist sehr groß und die Maus weich und freundlich gestaltet." Und: „Denn je geringer der Betrag und damit das finanzielle Risiko, desto weniger schalten wir unseren Verstand ein und desto eher kaufen wir intuitiv. Produkte, die positive Gefühle auslösen, setzen sich dabei natürlich sehr leicht und schnell durch, weil man sie als kleine Stimmungsaufheller sehen kann."

KOLLEKTIVE ERINNERUNGEN

Gut zu sehen sei das derzeit bei der sogenannten „Little Treat Culture": Bei diesem Konsumtrend belohnen sich insbesondere junge Menschen der Generation Z zwischendurch selbst mit kleinen Deko-Artikeln, Kosmetik oder hochwertigen Snacks, als „Serotonin-Boost", um den Alltag besser zu bewältigen. Zumal Social Media eine wichtige Rolle spielt: „Die sozialen Medien würde ich immer als Turbo bezeichnen", so Wirtschaftspsychologin Fauth-Bühler. „Durch personalisierte Inhalte und entsprechende Hashtags aktivieren sie kollektive Erinnerungen. Dann haben wir schnell diese viralen Wellen, die sich über Instagram oder TikTok verbreiten und bei vielen den Wunsch wecken, auch Teil der Gruppe zu sein."

Was den Hype um die Diddls zudem befeuert, ist der Wert von manchen Teilen. Etwa der verlorene Diddl-Ordner, den die Sammlerin Lissy Elbeshausen früher besessen hat, wäre ihrer Einschätzung nach mittlerweile sicher hundert Euro wert. Jetzt sammelt sie wieder: „Ich schaue immer wieder bei Kleinanzeigen, ob jemand in der Gegend halbwegs günstige Sachen verkauft", sagt sie. „Und vor Kurzem hat mir tatsächlich jemand eine Tasse mit ‚Ich bin immer für dich da'-Aufdruck geschenkt. Damit habe ich das erste neue Diddl-Teil in meinen Haushalt zurückgeholt."

Mit zwei Erlebnismessen ins neue Jahr

Tipp der ***magaScene***: Freizeitmesse **ABF** und Bau- und Gartenschau **B.I.G.**

Vom 11. bis 15. Februar laden die ABF – Norddeutschlands größte Freizeit- und Caravaningmesse – sowie die zeitgleich stattfindende B.I.G. (Bauen. Interieur. Garten.) zum Messebesuch nach Hannover ein. Beide Messen bieten ein umfangreiches Angebot für Besucher, die sich für Freizeit, Caravaning & Camping, Reisen, Mobilität sowie Bauen, Wohnen und Garten interessieren. Auf dem Messegelände präsentieren über 550 Aussteller Trends, Innovationen und Neuheiten rund um die Themen Freizeitgestaltung, Urlaub, Mobilität, Bau- und Gartenprojekte.

Eines der Herzstücke der ABF ist die Themenwelt Caravaning & Camping, die in ihrer Größenordnung und Markenvielfalt ihresgleichen sucht. Auf über 35.000 Quadratmetern Ausstellungsfläche präsentieren Händler und Hersteller nahezu alle Marken der Branche. Das Angebot umfasst kompakte Campervans, teil- und vollintegrierte Reisemobile, klassische Caravans und eine große Auswahl an technischem Zubehör sowie innovativen Ausstattungen. Im Rahmen der Caravaning & Camping rückt auch das Thema Vanlife erneut in den Fokus. Dabei stehen individuelle Fahrzeugausbauten, nachhaltige Konzepte und praktische Tipps für das Leben und Reisen im Campervan im Mittelpunkt.

Ein weiteres Highlight für Fans des mobilen Lebensstils ist das Event VANLIFE@NIGHT, in diesem Jahr mit Gregor Meyle am Abend des 13. Februar, wenn der Musiker und Vanlife-Enthusiast seine persönlichen Erfahrungen teilt, Geschichten von der Straße erzählt und mit einem akustischen Live-Konzert für eine stimmungsvolle Atmosphäre sorgt. Der Eintritt zu Vanlife@Night ist im regulären ABF-Ticket enthalten. Neu in diesem Jahr ist die Camping Bühne – eine zentrale Plattform für informative Vorträge, praxisnahe Talks und Expertenrunden. Am 11. Februar ist der Camping-Experte und Podcaster Friso Richter („Natural Born Campers“) zu Gast. Er nimmt seinen Podcast live auf der Messe auf und bietet den Besuchern die Gelegenheit, mit ihm ins Gespräch zu kommen.

Die Themenwelt Reisen & Urlaub widmet sich in diesem Jahr dem Reiseziel Asien, das unter der Regie von Explorer Fernreisen präsentiert wird. Besucher finden hier ausführliche Informationen zu Fernreisen, individuellen Urlaubsangeboten sowie nachhaltigen und authentischen Reiseformen. Reiseveranstalter, Hotels und Fluggesellschaften geben vor Ort Antworten auf Fragen rund um Planung, Sicherheit und aktuelle Entwicklungen im Fernreisemarkt. Darüber hinaus gibt's ein informatives und unterhaltsames Rahmenprogramm sowie kulinarische Highlights.

Ebenfalls im Fokus steht bei Reisen & Urlaub der Deutschlandtourismus in all seinen Facetten. Vom Harz bis in die Heide, vom Meer bis in die Alpen - zahlreiche Touristiker präsentieren die schönsten Ziele des Landes.

Die Themenwelt Automobil ist bei der ABF ebenfalls ein wichtiger Bereich mit großer Modell- und Markenvielfalt. Von etablierten Herstellern klassischer Fahrzeuge über moderne Hybrid- und Elektrofahrzeuge bis hin zu innovativen Konzepten für nachhaltige Mobilität zeigt die Messe ein breites Spektrum an neuesten Modellen. Die Möglichkeit, alle präsentierten Fahrzeuge auf dem Freigelände zur Probe fahren zu können, macht das Angebot besonders attraktiv.



In Halle 22 werden Gartenartikel präsentiert. Foto: Deutsche Messe/ Henning Scheffen

Die Themenwelt Caravaning & Camping ist eines der Herzstücke auf der ABF. Foto: Fachausstellungen Heckmann/Florian Arp

Ergänzt wird das Mobilitätsangebot durch die Themenwelt Fahrrad & Mobilität, die ein breites Spektrum an Fahrrädern, Pedelecs, Lastenrädern und weiteren E-Mobilitätslösungen vorstellt. Besucher haben die Möglichkeit, viele der ausgestellten Modelle vor Ort zu testen.

Die Themenwelt Outdoor & Fitness ergänzt die ABF mit einem vielfältigen Programm rund um Sport, Bewegung und Aktivitäten im Freien. Hier zeigen Aussteller Sportgeräte, Outdoor-Ausrüstung und neue Trends für die aktive Freizeitgestaltung. Sportlich aktiv können Besucher am 14.2. beim ABF RUN werden, der zum zweiten Mal stattfindet. Mit unterschiedlichen Streckenlängen über das Messegelände und die Umgebung bietet der Lauf eine attraktive Möglichkeit, Bewegung und Messebesuch zu verbinden.

Parallel zur ABF findet die B.I.G. (Bauen. Interieur. Garten.) statt. Mit einem breiten Angebot an Ausstellern aus den Bereichen Bau, Innenausstattung und Garten richtet sich die B.I.G. an Bauherren, Renovierer, Gartenliebhaber und alle, die sich für Wohnraumgestaltung und nachhaltige Gartengestaltung interessieren. Ein Highlight der B.I.G. ist erneut die Grillshow mit BBQ-Tina alias Tina Kirchhoff, die dreimal täglich stattfindet. Neben dem umfangreichen Produktangebot bereichern starke Partner wie die Klimaschutzagentur Niedersachsen und die Niedersächsische Gartenakademie die Messe mit Fachvorträgen und Beratungsangeboten zu nachhaltigem Bauen, Energieeffizienz und naturnaher Gartengestaltung.

Beide Messen sind täglich von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Mehr auf www.abf-hannover.de.

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.



Hommage an Hildegard Knef

HANNOVER. Mit dem musikalischen Abend „Ich will alles – oder nichts!“ erinnert das Schauspielhaus Hannover anlässlich des 100. Geburtstags von Hildegard Knef an eine der prägendsten Künstlerinnen des 20. Jahrhunderts. Der Abend zeichnet ihre außergewöhnliche Karriere als Schauspielerin, Sängerin und Autorin nach und widmet sich ihren bekannten Chansons ebenso wie weniger gespielten Liedern. Im Mittelpunkt stehen Knefs Haltung, ihre Widersprüche und ihre Texte, die von Liebe, Scheitern und Selbstbehauptung erzählen. Zu sehen ist die Produktion am Donnerstag, 12. Februar, ab 19.30 Uhr, am Sonntag, 15. Februar, ab 17 Uhr, sowie am Sonnabend, 21. Februar, ab 19.30 Uhr im Schauspielhaus, Prinzenstraße 9. Der Eintritt kostet 20,50 bis 54,50 Euro, ermäßigt ab 5 Euro. **RED**

Erinnerungen an Chuck Berry

HANNOVER. Die hannoversche Band The Briccs erinnert am Freitag, 13. Februar, ab 20 Uhr an den legendären Gitarristen und Sänger Chuck Berry, der in diesem Jahr 100 Jahre alt geworden wäre. Unter dem Motto „A Backbeat, You Can't Lose It!“ stehen Klassiker von Chuck Berry sowie Songs von Künstlern wie den Rolling Stones auf dem Programm in der Marlene Bar & Bühne, Prinzenstraße 10 in Hannover. Einlass ist ab 19 Uhr. Der Eintritt kostet an der Abendkasse 25 Euro. **RED**

Austausch über Aquaristik

HANNOVER. Die Vereinsfreunde Hannover Ost e.V. laden am Sonnabend, 14. Februar, von 15 bis 17 Uhr zur Aquaristikbörse ins Bürgerhaus Misburg, Seckbruchstraße 20, ein. Im Mittelpunkt stehen Aquarienfische und Aquarienpflanzen aus privater und Vereinszucht. Die Börse richtet sich an erfahrene Aquarianer ebenso wie an Einsteiger und bietet Gelegenheit zum fachlichen Austausch. Der Eintritt kostet 2 Euro. **RED**

Vortrag zu Polarlichtern

HANNOVER. Thomas Hammer informiert am Donnerstag, 12. Februar, ab 20 Uhr über die Entstehung von Polarlichtern. Der kostenlose Vortrag beleuchtet die naturwissenschaftlichen Hintergründe des faszinierenden Himmelsphänomens. Zudem gibt der Referent Hinweise, unter welchen Bedingungen Polarlichter beobachtet werden können. Die Veranstaltung findet in der Volkssternwarte Geschwister Herschel Hannover, Am Lindener Berge 27, statt. Der Eintritt ist frei, die Zahl der Plätze begrenzt. Spenden sind willkommen. **RED**



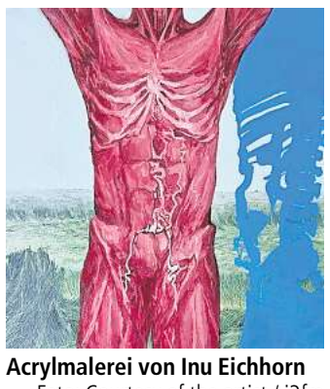
Polarlichter am Nachthimmel Foto: hannover.de

Acrylkunst bei j3fm

HANNOVER. Im Kunstraum j3fm ist bis Sonntag, 15. Februar, die Ausstellung „How the fuck did we make it so far?“ von Inu Eichhorn zu sehen. Gezeigt wird Acrylmalerei, die sich mit dem unwahrscheinlichen Fortbestehen der Menschheit und ihren inneren Widersprüchen auseinandersetzt.

Die Werke verbinden anatomische Darstellungen mit Elementen aus Wissenschaft und Glauben. Im Mittelpunkt stehen der menschliche Körper sowie Fragen nach Fragilität und Sinnsuche. Fortschritt wird kritisch hinterfragt, und die menschliche Existenz erscheint dabei nicht als geradlinige Entwicklung, sondern als Ergebnis von Zufall, Anpasssung und Beharrlichkeit. Eine Spezies, die grandios und leise scheitert und darin immer noch nach einer tieferen Bedeutung sucht.

Inu Eichhorn hat keine formelle Kunstausbildung. Ihre künstlerische Perspektive ist geprägt durch ihre Ausbildung zur Biologielaborantin. Der Blick auf den Menschen als biologisches Objekt bildet die Grundlage für eine Malerei, die zwischen empirischer Beobachtung und emotionaler Annäherung oszilliert.



Acrylmalerei von Inu Eichhorn Foto: Courtesy of the artist / j3fm

Geöffnet ist die Ausstellung freitags von 19 bis 20.30 Uhr sowie sonntags von 14 bis 16 Uhr im Kunstraum j3fm, Kollenrodtstraße 58. Der Eintritt ist frei. **R/HR**

Bilderbuch-Sonntag im Pavillon

HANNOVER. Der 15. Bilderbuch-Sonntag lädt am Sonntag, 8. Februar, von 10.30 bis 16 Uhr Familien mit kleinen Kindern in das Kulturzentrum Pavillon und die Oststadtbibliothek ein. An der Lister Meile 4 dreht sich an diesem Tag alles um Bilderbücher, Geschichten, Musik und kreative Mitmachangebote.

Eröffnet wird der Bilderbuch-Sonntag um 10.30 Uhr im Großen Saal. Im Anschluss beginnt dort um 11.30 Uhr ein Musik-Theaterstück der Musikschule Hannover nach dem Bilderbuch „Bauer Beck fährt weg“, das am Nachmittag um 13.30 Uhr erneut gezeigt wird. Ebenfalls im Großen Saal ist Schirmherr und Kinderbuchautor Ingo Siegner zu erleben, der um 10.30 Uhr sowie noch einmal um 14.30 Uhr zeichnet und erzählt. Um 12.30 Uhr liest Johanna Lindemann aus ihrer Reihe „Die Dino-Detektive“.

Ein fester Bestandteil des Programms sind die Bilderbuchkinos. Um 11 Uhr wird in Raum 2 „Eine Dose Kussbonbons“ in mehreren Sprachen gezeigt. Am Nachmittag folgen um 14.30 Uhr ein zweisprachiges Bilderbuchkino in Arabisch und Deutsch sowie um 15 Uhr eine weitere Vorstellung in Türkisch und Deutsch. Parallel dazu werden in der Bibliothek ab 11 Uhr stündlich Bilderbücher vorgelesen.

Für Bewegung und Musik sorgt ein neues Angebot der Musikschule Hannover: „Wo die wilden Kerle wohnen“ wird um 12.30 Uhr und um 15 Uhr im Kleinen Saal als musikalisches Bewegungsangebot umgesetzt. Bereits ab 11 Uhr richtet sich „Babys in der Bibliothek“ mit Liedern, Fingerspielen und Instrumenten an die jüngsten Besucherinnen und Besucher; weitere Termine folgen bis 15 Uhr.

Von 12 bis 14 Uhr können Kinder gemeinsam mit Blickwechsel e.V. ihre Lieblingsfiguren malen und als Animationsfilm zum Leben erwecken. Ergänzt wird das Programm durch fortlaufende Ausstellungen, Büchertische und Bastelangebote. Der Eintritt zum Bilderbuch-Sonntag ist frei. **R/HR**

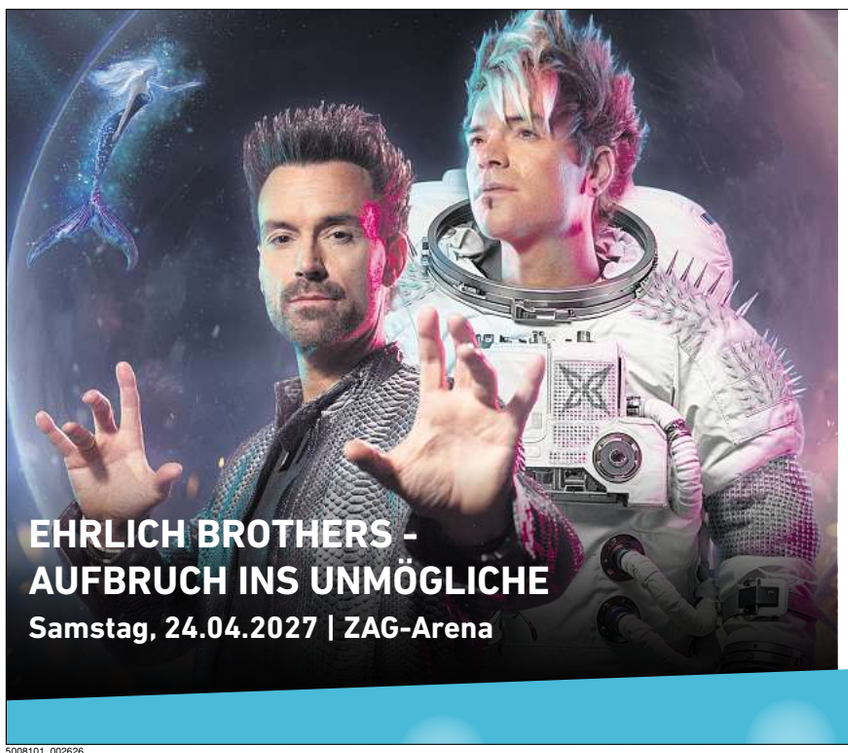


Lust aufs Lesen wecken: Bilderbücher für die Jüngsten. Foto: LHH

Frauen-Power im Kunstladen

HANNOVER. Im Kunstladen Hannover, Lister Straße 3, ist bis Freitag, 27. Februar, die Ausstellung „Optische Stimmen – Frauen-Power MK1“ zu sehen. Präsentiert werden Arbeiten von Agata Monika Kwiatkowski, Constanze Elmdust, Inga Mihailovic und Raya von Goethe. Die Schau versammelt unterschiedliche künstlerische Handschriften und Ausdrucksformen und setzt bewusst den Fokus auf zeitgenössische Positionen von Künstlerinnen. Die Ausstellung ist mittwochs bis freitags von 15 bis 19 Uhr sowie sonnabends und sonntags von 13 bis 18 Uhr geöffnet.

kunstladen.com



Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Die Olchis aus Schmuddelfing
Diverse Termine: Schützenplatz

André Rieu - Tour 2026
25. Februar 2026: ZAG-Arena

Norbert Gstrein: Im ersten Licht
26. Februar 2026: Literaturhaus

Hans Zimmer & John Williams
27. Februar 2026: Kuppelsaal

Twin Noir
27. Februar 2026: Subkultur

Elmar Braß Sextett
28. Februar 2026: Theater am Aegi

Hannover-Burgdorf - Göppingen
01. März 2026: ZAG-Arena

La Signora - Froschkönigin
01. März 2026: Pavillon

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

HAZ Tickets by Laporte NP

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

5008101_002626

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Es wäre nicht ratsam, einer Auseinandersetzung aus dem Weg zu gehen. Sie verfügen über die nötige Klarsicht, um Lösungen herbeizuführen.

STIER 21.4.–20.5.
Ihre finanziellen Ängste werden langsam immer kleiner. Sie bewältigen Aufgaben mit großer Entschlossenheit. Dem Partner ausreichend Zeit widmen!

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Werten Sie eine Idee im Kopf nicht voreilig ab. Die Sache ist interessanter, als sie im ersten Moment erscheint. Zeigen Sie sich aufgeschlossen.

KREBS 22.6.–22.7.
In der neuen beruflichen Situation fühlen Sie sich unsicher und pendeln zwischen Wunschvorstellungen und Realität. Das ist sonst nicht Ihre Art.

LÖWE 23.7.–23.8.
Halten Sie nicht zu stur an einem Entschluss fest. Je offener und kompromissbereiter Sie sich geben, desto erfreulicher wird das Echo ausfallen.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Jetzt beginnt eine Zeit überwiegend positiver Entwicklungen. Singles festigen den Grundstock für eine zuverlässige und dauerhafte Partnerschaft.

WAAGE 24.9.–23.10.
Eine Verunsicherung könnte vermeidbare Ausgaben zur Folge haben. Ihnen fehlt jetzt die Erholung, machen Sie einen Ausflug. Das wird Ihnen guttun.

SKORPION 24.10.–22.11.
In der beruflichen Laufbahn geht es ein gutes Stück voran. Die Aussicht auf ein gesteigertes Einkommen dürfte auch eine Wunscherfüllung erlauben.

SCHÜTZE 23.11.–21.12.
Weniger kann mehr sein. Sie wirken anziehender denn je auf das andere Geschlecht. Man vertraut Ihnen eine neue Aufgabe an, die sehr reizvoll ist.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Möglich, dass man Ihnen gegenüber nicht so ganz mit der Wahrheit herausrückt, um Sie zu schonen. Bestehen Sie im eigenen Interesse auf Offenheit.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Private Wunschvorstellungen gehen endlich in Erfüllung. Es zeigt sich, dass es sich lohnt, die Entwicklung der Dinge manchmal einfach abzuwarten.

FISCHE 20.2.–20.3.
Vertrauen gegen Vertrauen: Das gilt jetzt ganz besonders für die Partnerschaft! Lassen Sie es erst gar nicht zu, dass eine Missstimmung aufkommt.

APOTHEKEN

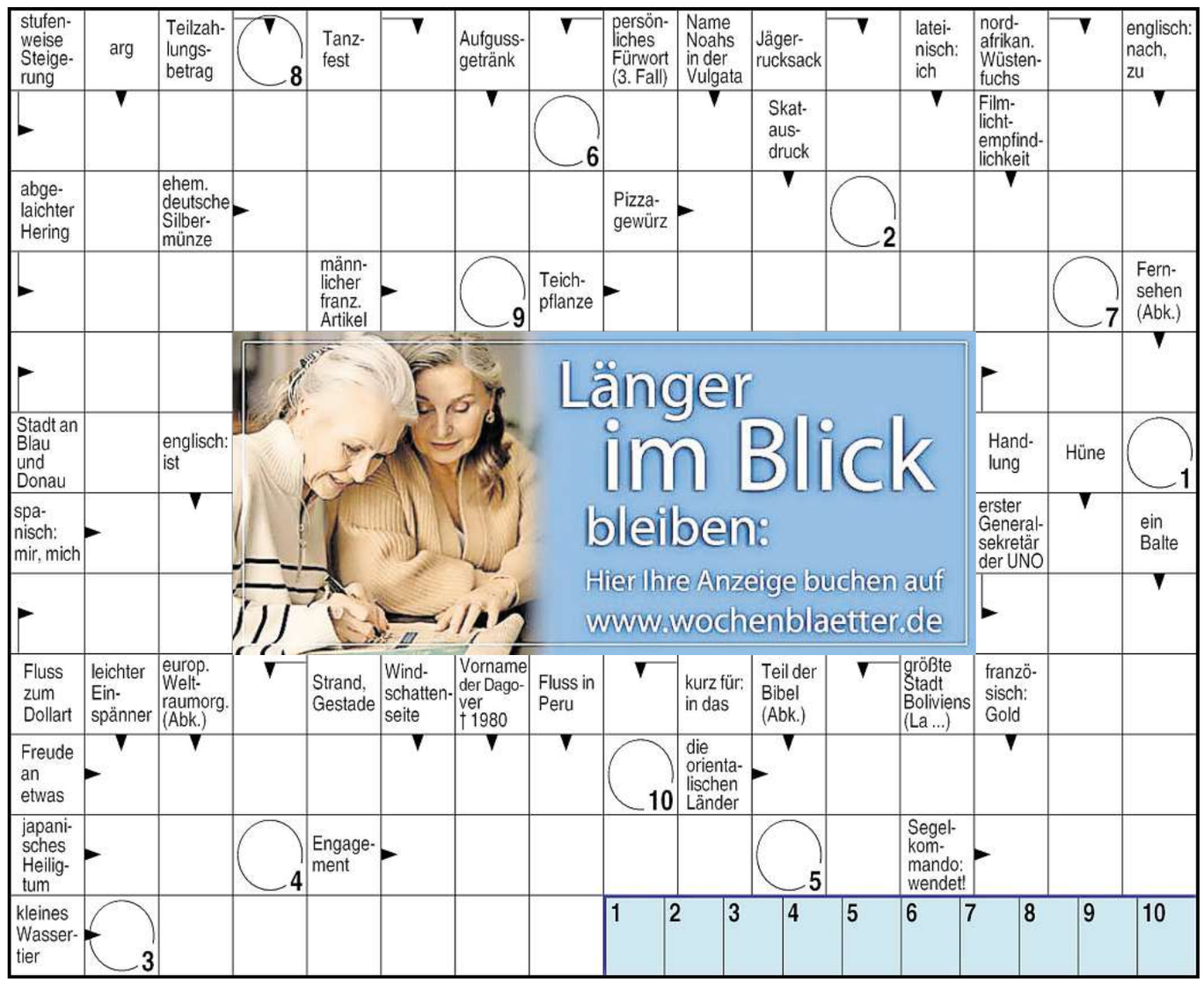
SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Brabeck-Apotheke,
Tel. 513062,
Brabeckstr. 153
Flora-Apotheke,
Tel. 341387,
Friesenstr. 24A
Sahlkamp-Apotheke,
Tel. 6046600, Elmstr. 14

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

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

Rätselspaß am Wochenende



LEBENSHILFE

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

NOTDIENSTE

Stadt Hannover:

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

*Keine Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen

TECHNISCHE NOTDIENSTE

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

hallo wochenende LESERREISEN
Saisoneröffnung 2026


© rotofoto/AdobeStock

Ihr Reisepreis ab € 998 pro Person im DZ

Gardasee in Frühlingsfarben

Dolce Vita im Hotel Savoy Palace****

Reisetermin 7-Tage-Reise/HP: So. 08.03. - Sa. 14.03.2026

Wir haben für Sie ein Genießer-Programm zusammengestellt.

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 6 Übernachtungen mit kalt/warmem Vitalfrühstücksbüfett im Hotel Savoy Palace**** in Riva del Garda ✓ 1 x Begrüßungscocktail am Gardasee ✓ 6 x Salatbüfett, Brot- und Obstvarianten beim Abendessen ✓ 4 x Abendessen als Wahlmenü am Tisch serviert ✓ 1 x Gardasee Dinner mit See-Spezialitäten ✓ 1 x Gala-Abend-Essen bei Kerzenschein mit typisch regionalem Menü ✓ 2 x Livemusik und Tanz ✓ 1 x Mittagessen mit Pasta und Salatbüfett ✓ 1 x Aperitif und Häppchen im Hotel ✓ Rundfahrt „Das Gefühl Gardasee“ mit Reiseleitung ✓ 1 x Weinprobe mit kleinem Imbiss in einem regional typischen Weinkeller ✓ Ausflug Trento und Schloss am Toblino See mit Reiseleitung ✓ 1 x Grappa Verkostung in einer Grappa Brennerei ✓ Rundgang Riva mit Reiseleitung ✓ Schifffahrt von Riva zur Zitronenriviera von Limone ✓ Halbtägiger Ausflug Park Varone Wasserfall ✓ 1 x Kaffee und Kuchen im Hotel

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag ..... € 240
Doppelzimmer zur Alleinbenutzung Einzelzimmer ..... € 300
City Tax vor Ort zahlbar!


© Mariya/AdobeStock

Ihr Reisepreis ab € 1.099 pro Person im DZ

Erlebnisreise Gardasee

Wohlfühltage im Superior Hotel Kristal Palace****+

Reisetermin 7-Tage-Reise/HP: So. 15.03. - Sa. 21.03.2026

Genießen Sie Entspannung und Kochkunst in herrlicher Lage bei einem niveauvollen Programm der gehobenen Lebensart. Diese mediterran angehauchte Region im Trentino inmitten der Dolomitenausläufern und dem Flair der kleinen italienischen Städte machen Ihren Aufenthalt zu einem besonderen Erlebnis.

Leistungen:
✓ Transferfahrt im Komfortreisebus H/R Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 6 Übernachtungen Vital-Frühstücksbuffet kalt/warm im Hotel Kristal Palace****+ in Riva ✓ Begrüßungscocktail ✓ 5 x 4-Gänge-Abendessen Wahlmenü mit Salat, Obst und Brotbuffet ✓ 1 x Gala-Abendessen bei Kerzenschein ✓ 2 x Live Musik und Tanz ✓ 1 x Aperitiv mit Häppchen ✓ 1 x Kaffee und Kuchen im Tonelli Hotel ✓ 1 x Mittagessen mit Pasta & Salatbuffet ✓ Schifffahrt Garda über Punta San Viglio bis Sirmione ✓ Weinprobe mit Imbiss im Weinkeller ✓ Brennereibesuch mit Grappaverkostung ✓ Ausflug Boot & Bardolino mit Reiseleitung ✓ Ausflug Trento & Tobliner See mit Reiseleitung ✓ Ausflug Arena, Amore & Alta Moda mit Reiseleitung

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag ..... € 280
DZ zur Alleinbenutzung EZ ..... € 340
City Tax vor Ort zahlbar!


© Igor/AdobeStock

Ihr Reisepreis ab € 1.179 pro Person im DZ

Gardasee im Savoy Palace

Traumurlaub zwischen Palmen & Zypressen

Reisetermine 7-Tage-Reise/HP:
Sa. 28.03. - Fr. 03.04.2026 | Sa. 23.05. - Fr. 29.05.2026

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 6 Übernachtungen mit kalt/warmem Vitalfrühstücksbüfett im Hotel Savoy Palace**** in Riva del Garda ✓ 1 x Begrüßungscocktail am Gardasee ✓ 6 x Salatbüfett, Brot- und Obstvarianten beim Abendessen ✓ 4 x Abendessen als Wahlmenü am Tisch serviert ✓ 1 x Gardasee Dinner mit See-Spezialitäten ✓ 1 x Gala-Abend-Essen bei Kerzenschein mit typisch regionalem Menü ✓ 2 x Livemusik und Tanz ✓ 1 x Mittagessen mit Pasta und Salatbüfett ✓ 1 x Aperitif und Häppchen im Hotel ✓ Rundfahrt „Das Gefühl Gardasee“ mit Reiseleitung ✓ 1 x Weinprobe mit kleinem Imbiss in einem regional typischen Weinkeller ✓ Ausflug Trento und Schloss am Toblino See mit Reiseleitung ✓ 1 x Grappa Verkostung in einer Grappa Brennerei ✓ Rundgang Riva mit Reiseleitung ✓ Schifffahrt von Riva zur Zitronenriviera von Limone ✓ Halbtägiger Ausflug Park Varone Wasserfall ✓ 1 x Kaffee und Kuchen im Hotel

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag ..... € 220
DZ zur Alleinbenutzung EZ-Zuschlag ..... € 320
Zuschlag im DZ Termin 23.05. - 29.05.26 ..... € 130
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

3753901_002626

TRAUERANZEIGEN



5624401_000126

hallo wochenende
erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

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

Redaktionsleitung:
Christian 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 aufgegebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

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

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

37790101_002625



Ihre Zeitung für die gesamte Stadt ...
Immer sonnabends in Ihrem Briefkasten.
Das komplette Wochenende!
hallo wochenende

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

SKODA Service | SEAT Service | CUPRA SERVICE | Service | Nutzfahrzeuge Service

Lust auf eine schnelle Karriere im innovativsten Autohaus Norddeutschlands?

Für unseren **Standort in Langenhagen** suchen wir einen

SERVICEBERATER (m/w/d)

Deine Aufgaben
- Persönliche Betreuung unserer Servicekunden
- Koordination von Terminen und Werkstattaufträgen
- Transparente Kommunikation der Arbeiten
- Zusammenarbeit mit Werkstatt, Teiledienst und Verkauf

Dein Profil
- Technische oder kaufmännische Ausbildung im Kfz-Umfeld
- Erfahrung im Autohaus oder im Kundenkontakt von Vorteil
- Freundliches Auftreten und Organisationstalent

Deine Benefits bei HACKEROTT
- Attraktive Vergütung & 30 Urlaubstage
- Sichere Festanstellung mit Perspektive
- Betriebliche Weiterbildung & Altersvorsorge
- Familiäres Betriebsklima und moderne Arbeitsplätze

Jetzt bewerben:
bewerbungen@hackerott.de
oder online unter jobs.hackerott.de

HACKEROTT
Autopark Hackerott GmbH & Co. Handels und Service KG
Mühlenfeld 5, 30853 Langenhagen, Tel. 0511-973670
www.hackerott.de

6209401_002626

FÜHRUNGSKRÄFTE

BundesImmobilien

Die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben – Anstalt des öffentlichen Rechts – Direktion Magdeburg sucht im Geschäftsbereich Facility Management für die Betreuung der im Eigentum der Bundesanstalt stehenden Liegenschaften am **Arbeitsort Hannover zum 1. Juni 2026 unbefristet** eine Person für die:

Leitung eines Objektmanagementteams (w/m/d)

(bis EG 14 TVöD Bund / A 14 BBesG – Tarifgebiet West, Kennung MDFM2500)

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich online bis zum **26. Februar 2026** auf **www.interamt.de** unter der **Stellen-ID 1408103**.

www.bundesimmobilien.de

6111901_002626

BAU– / PROJEKTLEITER, ARCHITEKT

Werde Teil unseres Teams in der Region Hannover!

BL Wasserbau

Baustellenpersonal
Monteure
LKW-Fahrer - gerne mit Kranerfahrung
Vergütung ab 18€/Std. + Extras
Du bist pflichtbewusst und zuverlässig!
Dann bewirb dich jetzt! info@bl-wasserbau.de
BL Wasserbau GmbH, Schopsdorfer Heidestr. 14, 39391 Genthin OT Schopsdorf

5295101_002626

HANDWERK / GEWERBLICHE BERUFE

Tischlergeselle (m/w/d) gesucht selbstständig arbeitend, FS, für Bau-/Möbel- u. Reparaturarbeiten☎0511/862634 ✉ tischlereikellner@freenet.de

seela
Verkehrsfachschule Braunschweig
Tel.: 0531-37003-172
E-Mail: info@seelamail.de

Fahrlehrer (m/w/d) werden überall gesucht. Wir bilden Sie aus und vermitteln Ihnen auf Wunsch einen Arbeitsplatz. Komplett förderbar durch öffentliche Träger! Unterkunft vorhanden.

Schauen Sie doch mal vorbei und reservieren Sie sich Plätze für unseren „Schnupper-Tag“!
Wann: 21.02.2026
Beginn: 10 Uhr



3647201_002626

VERTRIEB / BERATUNG / VERKAUF

Zu jung für den Ruhestand? Die Rente reicht nicht! Wir haben die Lösung. Wir suchen Mitarbeiter (m,w,d) für den Verkauf unserer Weine. Alter spielt keine Rolle. Wenn Sie Lust auf Vertrieb haben, sind Sie bei uns genau richtig. Sehr gute Verdienstmöglichkeiten. Interesse? Dann sofort anrufen: Serkan Senol ☎ 0171-6958124

STELLENGESUCHE

Frau aus Kenia mit Deutschkenntnisse sucht Arbeit. Nur seriöse Angebote WhatsApp: 0174 846 7559

Zuverlässige Putzkraft sucht Stelle in der List. ✉ pilgermuschel@gmx.de

Gärtner sucht Arbeit Tel.: 01786532175

Erfahrener Fensterputzer su Arbeit im Privathaushalt.Tel,0177 1477987

Maler sucht Arbeit. ☎0157-33254341

MINI– UND NEBENJOBS

Rentner im im Unruhestand sucht Minijob als Boten,- Überführungsfahrer von allen Fahrzeugen incl. Schlepper mit Fahrerkarte TEL. 0151 22661199

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



WEITERE BERUFSFELDER



5845001_002626

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENKAUF–GESUCHE

GRUNDSTÜCKE

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

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

MIETGESUCHE

WOHNUNGEN

5-Zi-Haus oder Wohnung mit Garten gesucht. Fam. mit 2 Kindern, nett, fleißig, hilfsbereit. ☎ 0174 333 8 111

MARKTPLATZ

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

2 Recamiere zu verkaufen. Maße 2,00 x 1,00 und 1,80 x 1,00, anthrazit Leder, leichte Gebrauchspuren, Preis 250 € bei Selbstabholung, Telefon ☎ 0151 / 708 86 694.

!!Achtung Seriöser Ankauf!! Pelze, Handtasch., Porzellan, Damenbekl., Näh-Schreibma., Schmuck, Zinn, Münzen, Möbel, Bleikristall, Schallpl., Bücher, Krüge ☎01636248911 Frau Kahl

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert ☎ (0177) 8884144

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

SCHMUCK & UHREN

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

GARTEN

Baumfällung,-schnitt,-pflege,Roden von Hecken, Wurzelfräsen usw. inkl. Entsorgung, 20 Jahre Erfahrung, wir erledigen das ! Firma J.Schröter Tel.01772492640 gerne auch Whatsapp

Gartenpflege, Heckenschnitt, Baumfällungen ☎0172 1790101

KUNST– UND SAMMLERMARKT

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

Junge Kunsthandwerkerin sucht altes Essbesteck, Kristall und Kronleuchter Tel. 0176.62850311

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Fliesenleger + Badsanierung
☎ 0160/97739654

5725301_002626

DIENSTLEISTUNGEN

Dachdecker bietet an Flachdachsanierung, Carport, Dachreparatur, Terrasse anbauen/neu bauen, Dachrinnenreparatur u. -Erneuerung, Gartenhaus, Holz streichen, Fassade 0176/42559229 Matthias Dachdecker

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

Deutsche Umwelthilfe
50 Jahre Wir setzen Umweltschutz durch


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

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

Dachsanierung 10%, Termine frei, Dachrinnen/Fassaden/Carport/Garagen ,Reparatur, ☎ (0157) 333 707 99

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

5726301_002626



Maler hat Termine frei, Frühjahrsangebot. ☎01766/1760103

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369
Haushaltsauflösung mit Wertanrechng

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

Gartenpflege inkl Ents.017641467766

Entrümp. & Kleintrans. (0163)9134970

5506901_002626

Dachdecker ☎ 0511/44497279

Gartenpflege zum FP 0163/7709224


ALLE STARS. ALLE TICKETS. EIN SHOP!
HAZ Tickets NP
haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

ALLGEMEINE PLATZIERUNG

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

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe Motorräder ☎ (05121) 514583

KFZ GESUCHE

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

REISEMARKT

REISE / TOURISTIK

WEITERE ANGEBOTE

Timmendorfer Strand, FeWo, 2-3 Personen, mit Strandkorb und Fahrrädern, strandnah zu vermieten. ☎01521/290364

VERANSTALTUNGEN

VERANSTALTUNGEN

Antik Markt
Sonntag, 08.02.2026
ab 11.00 Uhr
im CCL Langenhagen
Tel. 0176-23 12 28 55

5841901_002626

BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Sonja, 68 J., mit schöner weibl. Figur u. viel Liebe im Herzen. Ich bin keine Reisetante u. eher häuslich, habe keine großen Ansprüche. In meiner Wohnung lebe ich ganz allein u. könnte auch zu Ihnen kommen. Ehrlichkeit, Treue und Respekt würde ich Ihnen schenken. Rufen Sie üb. PV an u. lassen Sie es uns zus. versuchen. ☎ 0176-34488463

Inge, 77 J., hübsche Witwe, mit viel Liebe im Herzen. Habe keine Kinder u. niemanden mehr, dem ich meine Liebe schenken kann u. die Einsamkeit erdrückt mich tägl. mehr. Bin e. fleißige Hausfrau u. koche für mein Leben gern. Rufen Sie üb. PV an, denn ich würde lieber für uns zwei als nur für mich alleine sorgen. Tel. 0176-45891454

56-jährige junggebliebene Frau sucht einen lieben Mann, für den Treue, Respekt und Ehrlichkeit an 1. Stelle stehen. Kontakt unter: ✉ helsonnenschein56@gmail.com

ER SUCHT SIE

XXL Kuschelbär 60/189, berufl. Masseur sucht Frau für Freundschaft plus, eventuell mehr. Bin spontan, aufgeschlossen, zärtlich, lieb und vieles mehr. Wenn du Interesse hast so würde ich mich freuen wenn du dich meldest unter der 01575-6536956

ER 73J. 1,78m kräftige Figur, NR, kein Opatyp su. natürliche Sie, NR. aus Hannover für gem. Unternehmungen, Gespräche, Freundschaft, evt. mehr. paulestraum@gmail.com

Habe meine Handynummer verloren, kann ich vielleicht deine haben? Netter Er/51/1,88/schl. su. nette schl. Sie für Beziehung☎015772069261

junggebliebener 70 j. Mann sucht attraktive Frau 65-68 j. für Partnerschaft, Freizeitgestaltung etc. ✉h.wiese55@t-online.de

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

FREITZEIT / FREUNDSCHAFT

FREIZEIT– / REISEPARTNER

Er sucht netten Freund ☎45086 677

VERSCHIEDENES

VERSCHIEDENES

Eisenbahn- und Automodelbörse am 15.02.26 von 11-15 Uhr, Wunstorf, Otto-Hahn Schule / Schulzentrum Barne, Barnestr. 80

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

6059301_002626

Sammler kauft alte Fotoapparate, Objektive, Ferngläser ☎0151-29706814

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

Die Spezialisten für Antikes

Guerickestr. 5 · 30655 Hannover-Buchholz

Öffnungszeiten: Mo.-Sa. von 10.00 - 17.00 Uhr



Inh. E. Cyryl

Die Experten sind vor Ort!

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

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

Ankaufstag	Ankaufstag	Ankaufstag	Ankaufstag	Ankaufstag	Ankaufstag
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9. Februar	10. Februar	11. Februar	12. Februar	13. Februar	14. Februar



Hochwerter Schmuck mit Diamanten
besetzt wird extra geschätzt





Für Pelzmäntel & Jacken bis zu 8.500 €*

*alle Ankäufe nur in Verbindung mit Goldschmuck

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

Wir schätzen Ihre Antiquitäten, Pelze und Ihren Schmuck kostenlos!

WIR SCHÄTZEN IHRE ANTIQUITÄTEN KOSTENLOS

WIR KAUFEN AN:

Wir zahlen bis zu

145,-€
pro Gramm





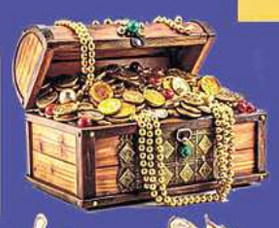
Auch Hausbesuche!

Wenn Sie nicht mobil sind oder größere Mengen an Besteck oder Schmuck haben bieten wir Ihnen im Umkreis von bis zu 50 km auch **kostenlose Hausbesuche** an. Ein Anruf genügt!



Unsere Mitarbeiter weisen sich selbstverständlich aus.
Tel.: 0163/8319119

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











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





**Wir kaufen Ihren
Schmuck!**

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

Wir kaufen Edel-Uhren aller Art









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



Für Ledermäntel & Jacken bis zu 4.500 €*

+++ ACHTUNG! +++ JETZT NEU! JETZT NEU! +++ ACHTUNG! +++

Ankauf von Lederjacken und Ledermäntel aus Glatt- oder Wildleder zum Höchstpreis von

bis zu 4.500€



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





Bernstein bis 2500€	Ankauf von Uhren aller Art	Wir kaufen auch Modeschmuck

wir zahlen bis zu
4,-€
pro Gramm

Silber Rahmen

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

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

5657101_002626