möbel staude
Die Besten im Norden
GARTEN SAISON 2026
LOUNGES, SESSEL, STRANDKÖRBE UND VIELES MEHR!
Deine Stadt Dein Möbel Staude
11887101_002626

hallo HANNOVER SÜD wochenende

15 ❖ 32. Jahrgang · 11. April 2026 www.wochenblaetter.de

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

Anmeldung für Schulen

HANNOVER. Die Landeshauptstadt informiert über die Termine zur Anmeldung an weiterführenden Schulen für das Schuljahr 2026/27. Für die neuen fünften Klassen an integrierten Gesamtschulen ist der Zeitraum von Montag, 27. April, bis Donnerstag, 30. April, vorgesehen. Anmeldungen an Real- und Oberschulen, Gymnasien sowie Schulen mit besonderem Profil sind von Montag, 18. Mai, bis Freitag, 22. Mai, möglich. Für die gymnasiale Oberstufe gilt Montag, 29. Juni, von 9 bis 13 Uhr als Anmeldetag. Vorab sollten die Angaben der jeweiligen Schulen geprüft werden; Zeugnisse sind im Original vorzulegen. RED



Filmstill: „Reel Rock – Riders On The Storm"; Drew Smith

Zwischen Himmel und Erde

Seite 11

Fassaden-Ideen für Kaufhof

HANNOVER. Für das seit rund drei Jahren leerstehende Kaufhaus an der Schmiedestraße gegenüber der Marktkirche zeichnet sich eine Neugestaltung ab. Das Gebäude, das den Übergang zwischen Altstadt und Innenstadt prägt, soll ein neues Erscheinungsbild und Nutzungskonzept erhalten. Eigentümer Oliver Blume hatte dazu im Dezember 2025 gemeinsam mit dem Baudezernat einen Ideenwettbewerb initiiert.

Sechs Architekturbüros reichten Entwürfe für die Fassade ein. Die Jury entschied sich für den Vorschlag des Basler Büros Herzog & de Meuron. Vorgesehen ist ein „luftiges Klinkerkleid", das an Hannovers Backsteintradition anknüpft und zugleich mehr Licht in den Bau bringt.

Alle Arbeiten sind von Montag, 13. April, bis Freitag, 8. Mai, in der Bauverwaltung am Rudolf-Hillebrecht-Platz 1 zu sehen. Geöffnet ist montags bis freitags von 8 bis 18 Uhr. RED

KONSTANTINOS der Grieche
Griechische Spezialitäten • nahe Messe Hannover
Aktuell
Vom 11.04. – 17.04.2026
Gyrostage

Zaziki Portion	€ 3,50
Gyros - klein mit Pommes und Salat	€ 9,90
Gyros – normal mit Reis, Pommes und Salat	€ 10,90
Gyros überbacken mit Sahnesauce, Käse, Pommes und Salat	€ 12,90
Gyros Pfännchen mit Champignons, Sahnesauce, Pommes und Salat	€ 12,90
Spezial Teller - Souzuki, Souflaki, Steak, Gyros mit Reis, Pommes und Salat	€ 13,90
Koryphäe Teller - Gyros, Bifteki mit Reis, Pommes und Salat	€ 14,90

Hildesheimer Straße 49
30880 Laatzen
☎ 0511 / 879 13 77
www.restaurant-konstantinos.de
11836501_002626

Ohne Abzüge:

Feingold	129,50 €/g
750 Gold	96,00 €/g
585 Gold	74,88 €/g
333 Gold	42,62 €/g
Zahngold	80,77 €/g
Silber	1,73 €/g
Versilbert	40,00 €/kg
Zinn	16,00 €/kg

Goldankauf Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
0511/37359069
11189801_002626

Sicherheit im Fokus

Publikumstag im HCC bietet Einblicke und Mitmachangebote rund um Kriminalprävention und Zivilcourage

HANNOVER. Der 31. Deutsche Präventionstag (DPT) öffnet am Dienstag, 14. April, von 9 bis 16 Uhr seine Türen für die Öffentlichkeit. Bei freiem Eintritt sind Interessierte aus Hannover und der Region ins Hannover Congress Centrum eingeladen. Im Mittelpunkt steht an diesem Tag eine Sicherheitskonferenz, bei der die Landeshauptstadt den Austausch zu Themen wie Sicherheit, Zivilcourage, Gewaltprävention, Rassismus, Diversität und Respekt fördern will.

Die Konferenz beginnt um 10 Uhr in der Niedersachsenhalle B. Nach der Begrüßung durch Oberbürgermeister Belit Onay und Ordnungsdezernent Dr. Axel von der Ohe folgt unter anderem ein Beitrag der hannoverschen Poetry-Slammerin Antonia Josefa. Einen praxisorientierten Impulsvortrag zu Zivilcourage und Deeskalation hält der Jurist und Psychologe Aurel Schwarz. Für 12.30 Uhr ist eine Podiumsdiskussion zum Sicherheitsempfinden in Hannover angesetzt, an der Vertreterinnen und Vertreter aus Verwaltung, Polizei und Zivilgesellschaft teilnehmen. Ergänzt wird das Programm durch Musik, einen weiteren Poetry-Slam sowie Dialogstände. Parallel dazu ist die begleitende Ausstellung in der Eilenriedehalle A sowie im Außenbereich geöffnet. Rund 100 Institutionen präsentieren dort ihre Arbeit und informieren über unterschiedliche Ansätze der Prävention. Sonderausstellungen widmen sich unter anderem den Themen Catcalling, Haftkultur und häusliche Gewalt. Auch junges Publikum ist angesprochen, die Veranstaltung etwa im Rahmen eines Klassenausflugs zu besuchen.

Der Publikumstag ist Teil des Präventionstags, der am Montag, 13. April, und Dienstag, 14. April, in Hannover stattfindet. Die weiteren Angebote und Formate des 31. DPT richten sich an Fachpublikum.

Erwartet werden etwa 3000 Fachleute aus verschiedenen Bereichen, die sich über aktuelle Entwicklungen und neue Ansätze der Präventionsarbeit austauschen. Schwerpunktthema des diesjährigen Kongresses ist der Einsatz von Künstlicher Intelligenz in der Prävention. Hannover ist künftig langfristig Austragungsort der Veranstaltung. RED



Thea Giebl, Geschäftsführerin des Zentrums für Kommunale Kriminalprävention (ZKK) der LHH, Dr. Axel von der Ohe, Erster Stadtrat und Ordnungsdezernent, Oberbürgermeister Belit Onay, Erich Marks, Geschäftsführer des Deutschen Präventionstags, sowie Sinem Eryurt-Celik, ZKK-Geschäftsführerin mit einem Plakat für die Sicherheitskonferenz, die am Publikumstag stattfindet. Foto: LHH

GoldAnkauf GoldSchmidt
www.goldundsilberankauf.de

999er Gold	124,26 €/g
999er Silber	1,51 €/g
750er Gold	93,19 €/g
925er Silber	1,40 €/g
585er Gold	72,69 €/g
333er Gold	41,38 €/g
versilbertes Besteck	40,00 €/kg
Zinn	16,00 €/kg
Zahngold	80,14 €/g

Stand 07.04.2026
Lister Meile 50 · 30161 Hannover
0511/328269
4678601_002626

-15% RABATT*
LOKAL SHOPPEN ZAHLT SICH AUS!
*auf Ihren nächsten Einkauf und bei Vorlage des Coupons, ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel. Zuzahlungen, Rezepturen, Bücher, Gutscheine, Dienstleistungen, Botendienste und unsere Sonderangebote. Code in einer der PINC Apotheken vorzeigen.
PINC Apotheken
Gültigkeit: Februar/März 2026
WWW.PINC-APOTHEKEN.DE
ROSEN APOTHEKE · EUROPA-APOTHEKE · SONNEN APOTHEKE · Die Ernst-August-Apotheke
6907801_002626

MUSTERTEILE VERKAUF
Freitag, 17.04.26 14-18 Uhr
Samstag, 18.04.26 11-14 Uhr
Messehalle der Brandboxx Hannover
Bayernstr. 3, Langenhagen-Godshorn
Markenschnäppchen: Fashion, Schuhe, Wäsche, Kids, Accessoires
9999001_002626

FRÜHLINGS-COUPON
Bitte ausschneiden oder abfotografieren und vorzeigen!
15%
Rabatt auf Ihren gesamten nächsten Einkauf.
Gültig bis 01.05.26
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 „FRÜHLING".
10901901_002626

EPHESUS
est. 1995
Wir kaufen Ihr GOLD. sofort BARGELD!
Bis zu 75€ pro 1 Gramm ZAHNGOLD!
Zahngold
Mit 100%-iger Sicherheit durch exzellente und transparente Goldanalyse mit unserem neuen „x-rate" Goldanalyse-Gerät.
Georgsplatz 3A
30519 Hannover
ephesus.de
0511-3631177
GOLD & SILBER · SCHMUCK · SILBER & TAFELSILBER · ZAHNGOLD
INDUSTRIESCHEIDGUT · GOLDBARREN · GOLDMÜNZEN · PALLADIUM · PLATIN
36844001_002625

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

BERG&TAL OUTDOOR OUTLET
Die neue FRÜHJAHRS-/ SOMMERKOLLEKTION
kombiniert mit unserer Sonderpostenfläche!
EKZ Altwarmbüchen
Opelstr. 36-40 · 30916 Isernhagen-Altwarmbüchen
Mo., Di., Do., Fr. 10:00 – 18:00 Uhr
Mi. 10:00 – 15:00 Uhr, Sa. 10:00 – 14:00 Uhr
11869501_002626

Dr. Mohi deine Apotheke
20%
*Gilt nicht bei bereits reduzierten Artikeln. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten. Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen und Rezeptanteile.
Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie 20% Rabatt auf Ihren gesamten Einkauf!
Gültig bis 24.04.2026
Bitte Coupon ausschneiden und mitbringen.
Apotheke im Marktkauf
Vahrenwalder Straße 140 · 30165 Hannover
Apotheke am Ring
Isernhagener Straße 109 · 30163 Hannover
3136001_002626

„Wir wollen jung, modern und sexy sein“

Ende April öffnet die **LANDESGARTENSCHAU IN BAD NENNDORF** – ein Gespräch mit Geschäftsführer **BENJAMIN LOTZ**

Herr Lotz, in weniger als einem Monat wird die Landesgartenschau in Bad Nenndorf eröffnet. Steigt das LaGa-Fieber mit jedem Tag oder werden Sie immer entspannter?
Unsere Temperatur steigt mit jedem Tag. Vor sechs Jahren, in einer der ersten öffentlichen Ratssitzung zur Landesgartenschau, war eine Handvoll Menschen da, die sich informiert hat. Jetzt nimmt dieses Projekt richtig Fahrt auf. Das ist in ganz Bad Nenndorf spürbar.

Das Areal ist 34 Hektar groß. Was erwartet die Besucher?
Wir wollen neue Wege gehen. Es gibt nicht nur Bienchen und Blümchen. Diese LaGa wird ein Lifestyle-Event mit 1500 Veranstaltungen in 173 Tagen. Auf dem Gelände kann zur LaGa geheiratet oder getauft werden, es gibt zehn Schaugärten, das Areal Grabgestaltung, eine Blumenhalle, ein Sportareal. Im Vordergrund stehen Genuss genauso wie schulische Bildung. Aus diesem Bereich kommen gerade 1000 Anmeldungen pro Woche. Zum ersten Mal sind Hunde erlaubt und erwünscht.

Ist das die Abkehr von der klassischen Klientel?
Keinesfalls. Natürlich freuen wir uns auf die Kunden von Busreiseunternehmen. 300 Reisegruppen haben sich schon angemeldet. Wir wollen aber auch jung, modern und sexy sein.

Die erste Bundesgartenschau fand 1951 im Stadtpark Hannover statt, die erste Landesgartenschau in Niedersachsen folgte mehr als 50 Jahre später. In Bad Nenndorf findet erst Nummer acht statt. Warum trauen sich so wenige Kommunen?
In Baden-Württemberg und Bayern gibt es jedes Jahr eine LaGa, aber das Land Niedersachsen hat vorgegeben, dass es bei uns nur alle vier Jahre eine gibt. An Bewerbern mangelt es meines Wissens nicht. Die nächste findet übrigens 2030 in Duderstadt statt.

Sie haben gesagt, so viel städtebauliche Entwicklung hätte es in der Region seit der Expo 2000 nicht mehr gegeben. Lässt sich die Landesgartenschau tatsächlich mit einer Weltausstellung vergleichen?
Seit der Expo 2000 hat es in der Metropolregion kein wirtschaftliches, touristisches und städtebauliches Highlight wie dieses mehr gegeben. Das, wofür die städtebauliche Entwicklung sonst 15 Jahre braucht, das haben wir durch die LaGa in 18 Monaten geschafft. Die Expo hat Hannover einen Schub gegeben, der Schub der LaGa für Bad Nenndorf könnte noch größer sein.

Die Expo 2000 wäre fast ein Reinfall geworden, weil die Menschen in und um Hannover nur sehr zögerlich aufs Gelände kamen. Sie dagegen haben schon 18.500 Dauerkarten verkauft. Ein Vertrauensbeweis ...
Anhand der Postleitzahlen können wir sehen, dass jeder zweite Bad Nenndorfer im Besitz einer Dauerkarte ist, das gibt uns enormen Rückenwind. Fantastisch ist auch, dass schon 300 Ehrenamtliche Teil des Ganzen sein wollen: nicht nur aus dem Schaumburger Land. Sie kommen aus Nienburg, Gehrden, Neustadt und viele aus Hannover.

Nachhaltigkeit ist eines Ihrer Lieblingsthemen. Nachhaltig sollte auch die Expo 2000 sein, von den hochtrabenden Plänen wurde wenig umgesetzt. Warum wird das hier anders sein?



Benjamin Lotz ist Geschäftsführer der achten niedersächsischen Landesgartenschau, zu der ab dem 29. April in Bad Nenndorf 600.000 Besucher erwartet werden. Foto: Tim Schaarschmidt

Der Kurpark, die Verbindung zum Bahnhof, die Infrastruktur: Das, was wir hier schaffen, ist spürbar nachhaltig und unmittelbar sehbar.

Sie arbeiten mit einem Etat von 40 Millionen Euro. Wo kommt das Geld her? Ist der Steuerzahler wie bei so vielem der größte Finanzier?
Die Stadt trägt rund ein Drittel, 66 Prozent kommen von EU, Bund und Land, das sind zweckgebundene Gelder, damit kannst du nicht Schulen bauen, sondern nur eine Landesgartenschau veranstalten.

Sie planen mit 600.
600.000 Besucher sind bei 173 Tagen im Schnitt 3500 täglich. Wir haben eine extrem gute Anbindung mit eigener Autobahnabfahrt, 2500 neuen Parkplätzen an der B65, zwei S-Bahn-Linien nach Hannover. Der Verkehr wird nicht durch Bad Nenndorf geführt, sondern außenrum. Außerdem hat es im Vorfeld eine Machbarkeitsstudie gegeben. Die war sehr positiv, auf deren Basis haben wir unsere Bewerbung abgegeben.

Der Naturschutzbund Nabu hat erhebliche Kritik geäußert. Kooperieren Sie nicht mit den Naturschützern?
Wir arbeiten mit dem Ortsverein des Nabu vertrauensvoll zusammen.
Die Kritik kommt vom Nabu Niedersachsen und läuft für mich ins Leere. Die untere Naturschutzbehörde hat bei uns keinerlei Verfehlungen festgestellt. Und wir werden streng beaufsichtigt.

Ein Kritikpunkt ist der riesige Parkplatz mitten im Landschaftsschutzgebiet. Was passiert damit nach dem 18. Oktober?
Die Parkplätze P 2 und P 3 sind Wiesen, die dann wieder landwirtschaftlich genutzt werden. Für P 1 mit 450 Plätzen würde ich mir wünschen, dass ein kleiner Teil bleibt.
Das muss die Politik entscheiden. Wir haben in der Stadt schon jetzt ein riesiges Parkplatzproblem, der neue Parkraum könnte helfen.

Warum sollte niemand diese Landesgartenschau verpassen?
Weil es eine LaGa, so wie wir sie machen, noch niemals zuvor in Niedersachsen gegeben hat.

Berufsorientierungsmesse
LebensIMPULS
Ein Tag, der Lust auf Gesundheitsberufe macht!
IN DER KRH AKADEMIE
Dienstag, 21. April, von 12-18 Uhr
Einfach vorbeikommen & Gesundheitsberufe ausprobieren!
Zum Programm
KRH Akademie
KRH Akademie Schützenallee 5 30519 Hannover
10243501_002626

DR. ROHRBACH SCHULEN HANNOVER rohrbach-schulen.de


Komm zu uns und werde Physio- oder Ergotherapeut:in!
Studium neben der Ausbildung möglich!
Physiotherapie B.Sc. I Ergotherapie B.Sc.
Heisenbergstraße 17 I 30627 Hannover I Tel. 0511 95 68 90
35202901_002625

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

Einladung zu den
Venen-Vorsorge-Tage
(kostenlose Funktionsmessungen der Venenklappen)
vom 13.04. bis 17.04.2026
Weitere Produkte und Dienstleistungen:
- Lymphatische Versorgungen
- Sport-Bandagen / Fuß, Knie, Rücken, Arm
- Feine Kompressionsstrümpfe
- Digitale Beinvermessung
- Reiserollstühle, elektrisch und faltbar
- Schiebehilfen elektrisch
- Elektromobile neu und gebraucht
- leichte Qualitätsrollatoren
- Eigene Service-Werkstatt
- Vertragspartner vieler Krankenkassen

Parkplätze vorhanden
SANITÄTSHÄUSER Stephan Stöppel
Filiale Ricklingen: Wallensteinstr. 15
30459 Hannover · Tel.: 30 05 67 - 2
9346201_002626

„Wir dachten, man hilft uns“

Dimitrios und Lana Givizinis wollen in Hannover kostenfreie Schwimmkurse für Kinder anbieten. Doch mit ihrem neu gegründeten Verein „Wellenwunder“ dürfen sie ihr Bad nicht für öffentliche Zwecke nutzen.

Das kleine Schwimmbad im Gewerbegebiet von Mittelfeld sieht schick und modern aus, wie eine Wellnessoase. Tageslicht fällt durch ein Rundfenster auf das Becken, die Wände leuchten in Hellblau, der Boden schimmert in beigefarbener Marmoroptik. Neben dem Eingang ist eine Bar eingebaut, im Nebenraum eine Sauna.

Hier sollen Kinder aus Hannover schwimmen lernen – so der Plan der Eigentümer Dimitrios und Lana Givizinis. Doch das Projekt wurde jäh gestoppt, kurz nachdem es angefangen hatte. Zuerst untersagte das Gesundheitsamt der Region Hannover Schwimmkurse in dem Becken, dann auch das Bauamt der Stadt.

Seit Monaten kämpfen die Givizinis um eine Freigabe. Doch auch nach teuren Modernisierungen bleibt das Bad geschlossen. Die Eigentümer sind frustriert über die Behörden. „Überall heißt es, Hannover brauche mehr Schwimmflächen“, sagt Lana Givizinis. „Wir wollen ein neues Angebot schaffen, aber ständig bremsen uns neue Auflagen aus.“

Das Schwimmbad gehört zur benachbarten Betriebsleiterwohnung in einem Gewerbegebiet im Stadtteil Mittelfeld. 2003 ließ der damalige Eigentümer es für private Zwecke bauen. Immobilienmakler Dimitrios Givizinis kaufte das Grundstück und zog mit seiner Familie in die Wohnung.

Schnell entstand eine Idee: Warum das Becken nicht nutzen, um Kindern das Schwimmen beizubringen? „Sonst steht das Bad leer. Wir gehen da vielleicht mal am Wochenende rein“, sagt Givizinis. In einer Saunarunde mit Freunden im Aqualaatzium reifte der Plan. Die Gruppe, darunter ein ehemaliger Schwimmmeister des Aqualaatziums, gründete den Verein „Wellenwunder“. Acht Mitglieder zählt der junge Verein bisher. Ziel ist es, mit Fördergeld kostenlose Schwimmkurse anzubieten – angesichts knapper Wasserflächen, langer Wartelisten und hoher Gebühren in Hannover.

„Wir wollen, dass jedes Kind schwimmen lernen kann, unabhängig vom Geldbeutel der Eltern“, sagt Lana Givizinis. Die steigende Zahl tödlicher Badeunfälle von Kindern und Jugendlichen sei besorgniserregend. Besonders Kinder, die in großen, lauten Bädern überfordert sind, will das „Wellenwunder“ ansprechen. Sechs bis sieben Kinder könnten im Becken Platz finden.

Doch daraus wird vorerst nichts. Nachdem das Paar das Gesundheitsamt um eine Prüfung bat, untersagte die Behörde die Nutzung des Bads für gewerbliche Zwecke. Der Grund: Das Bad wurde ursprünglich als privates Schwimmbad für den Betriebsleiter geplant. „Wenn sich die Nutzungsform ändert, gelten höhere Anforderungen für den Infektionsschutz“, erklärt Sprecher Tobias Manzke. „Daraus folgend bestand für das Bad ein umfangreicher Nachbesserungsbedarf.“

Die Givizinis erfüllten die Forderungen. Sie investierten nach eigenen Angaben rund 80.000 Euro in den Umbau, unterstützt von einem befreundeten Ingenieur.

Neue Pumpen, größere Kesselanlage, freie Chlormessung – alles nach DIN-Normen. Doch dann habe das Gesundheitsamt das Becken als Bewegungsbecken statt als Nichtschwimmerbecken eingestuft. Die Folge: Ein zweiter Kessel wurde gefordert. Für Dimitrios Givizinis ein Ärgernis. „Es gibt lauter kleine Fallstricke. Jede ungenaue Formulierung zieht neue Anforderungen nach sich.“

Das Gesundheitsamt weist die Kritik zurück. Welche Aufbereitung ein Becken benötige, hänge davon ab, wie es genutzt werde, wie viele Gäste es habe und wie groß es sei, so Sprecher Manzke.

„Der Betreiber entscheidet über die Nutzung – und muss sie plausibel erklären.“ Man stehe im Austausch mit den Betreibern. Nach letzten ausstehenden Bewertungen könne eine amtliche Beprobung erfolgen. Doch es gibt ein weiteres Problem: Das Gesundheitsamt informierte das Bauamt, das eine öffentliche Nutzung bislang grundsätzlich untersagt. Das Schwimmbad sei Teil der Betriebsleiterwohnung und dürfe nur von dieser genutzt werden, erklärt Stadtsprecherin Janine Herrmann. Für Vereinskurse sei eine Nutzungsänderung nötig. Planungsrechtlich würde das Bad dann als Sportanlage gelten – und nicht als Teil des genehmigten Betriebsleiterwohnens auf einer Gewerbefläche.

Die Givizinis haben eine entsprechende Bauvoranfrage gestellt. „Wenn es schnell geht, wäre das kein Problem“, sagt Lana Givizinis. „Und wenn nicht wieder zig neue Auflagen kommen“, ergänzt ihr Mann. Laut Stadt sind unter anderem Fragen zu Toiletten, Umkleiden und Stellplätzen offen.

Die Stadt betont, sie begrüße privates Engagement für Schwimmkurse. Schwimmen sei eine Basiskompetenz. Dazu gehöre aber auch, dass alle Kinder in einem sicheren Umfeld lernen können, das den gesetzlichen Anforderungen entspricht, so Herrmann. Für die Givizinis bleibt das unverständlich. Die laufenden Kosten für Strom, Gas und Lüftung beziffern sie auf mindestens 2000 Euro im Monat, dazu kommen Laborkosten von bis zu 800 Euro. „Warum bekommen wir nicht wenigstens eine Duldung? “, fragt Dimitrios Givizinis. „Die Badesaison beginnt bald. Im Sommer ist es zu spät.“

Eine Duldung lehnt die Stadt ab. Zuerst müsse geprüft werden, ob das Vorhaben überhaupt genehmigungsfähig sei.

Dimitrios Givizinis hofft auf eine schnelle Wende – und ärgert sich über die schleppende Kommunikation der Behörden. „Wir dachten, wenn wir das Gesundheitsamt einschalten, hilft man uns“, sagt er bitter. „Aber da waren wir wohl etwas blauäugig.“



Die Schwimmbad-Eigentümer Lana (2. von links) und Dimitrios Givizinis (3. von links) mit ihren Söhnen Konstantin (4, rechts) und Achilles (2, links) sowie die Freunde und Vereinsmitglieder Thomas Schnitzerling (Mitte) und Michael Brüel (2. von rechts). Foto: Katrin Kutter

Mein Freund, der Käfer

Fünf Monate lang fährt der abenteuerlustige Hannoveraner Christopher Kulins **ALLEIN IM VW-OLDTIMER** quer durch Europa. Eine Geschichte über spontane Bekanntschaften, Pannen und ungeahnte Hilfsbereitschaft.

HANNOVER. Auf seiner Reise durch Europa gab es für Christopher Kulins genau drei Regeln: Er fährt nur Landstraße, nimmt jeden Anhalter mit und zahlt für keine Übernachtung. In gut fünf Monaten fuhr der Hannoveraner 2025 vom Nordkap nach Istanbul, vorher besuchte er noch Österreich und die Schweiz – in einem Käfer des Baujahres 1962. „Ich will nicht sagen, es war die Fahrt meines Lebens, aber ein bisschen ist es so“, sagt Kulins Anfang März 2026, knapp vier Monate nach seiner Rückkehr.

Es war eine Reise voller Gegensätze – mit magischen Momenten und Pannen. Einerseits öffnete Kulins' Käfer ihm überall Türen und brachte ihn schnell mit Menschen ins Gespräch. Andererseits brachte das Fahrzeug auch einige Herausforderungen mit sich.



25.000 Kilometer im 1962er Käfer: Christopher Kulins erzählt von seiner Reise vom Nordkap nach Istanbul. Foto: Irving Villegas

KÄFER STREIKT ZUM ERSTEN MAL

Los ging die Reise am 12. Juni 2025, zunächst zur Wien Pride und anschließend über die österreichische Romantikstraße nach Salzburg. „Und ich weiß nicht, ob es die Euphorie der ersten Reisewoche war, aber Österreich hat mich wider Erwarten stark begeistert“, erinnert sich Kulins.

Doch die Euphorie endete abrupt. „Mitten in der Fahrt haben die Bremsen versagt“, sagt Kulins. Er habe abbremsen wollen und sei ins Leere getreten. Spontan fuhr er zu einem Freund im bayerischen Murnau und ließ das Auto reparieren. Selbst schrauben kann Kulins nämlich nicht. „Ich kann gerade mal Benzin auffüllen und den Reifendruck prüfen“, sagt er.

Doch sollten die Bremsen lange nicht die einzige Panne gewesen sein. In der Schweiz hatte der mehr als 60 Jahre alte Käfer Motorprobleme, auf den Weg zu den Lofoten fiel die Lenkung aus. Doch wann immer der Käfer mal wieder streikte, fand Kulins schnell Hilfe. „Das Auto hat über Ländergrenzen hinweg so einen hohen Bekanntheitsgrad und Sympathiefaktor, dass ich immer schnell hilfsbereite Menschen kennengelernt habe“, erklärt er sein Glück.

LANGE SUCHE NACH DEM AUTO

Kulins, 40 Jahre alt und gebürtiger Hannoveraner, hat im Bereich Innovationsmanagement promoviert und mehrere Jahre als Unternehmensberater gearbeitet. Doch schon beim Einstieg habe er gespürt, dass er diesen Job nicht dauerhaft machen wolle. 2025 sei für ihn deshalb der Moment gekommen, sich neu auszurichten – und endlich Europa zu entdecken.

Lange suchte er nach dem passenden Auto für die Tour. Den Käfer, auf den er „immer schon mal einen Blick“ geworfen hatte, kaufte er schließlich einem Freund ab: 7000 Euro für das Auto, dazu kamen rund 2000 Euro für die Instandsetzung.



Bett im Käfer Christopher Kulins

IMMER DEM GUTEN WETTER NACH

Nach seinem Abstecher nach Österreich und in die Schweiz fuhr Kulins mit einem Zwischenhalt in Hannover zum Nordkap. Unterwegs machte er auf den Lofoten, einer Inselgruppe in Norwegen, halt. „Die Weite und Ruhe dort haben mich wirklich schwer beeindruckt“, meint der 40-Jährige rückblickend. Vom Nordkap aus startete er seine lange Reise Richtung Istanbul: über Skandinavien und Deutschland ging es durch Österreich und Slowenien bis nach Rastoke, dem historischen Kern der kroatischen Stadt Slunj. Von dort führte ihn die Route durch mehrere Balkanländer – darunter Bosnien, Albanien und Montenegro –, weiter nach Bulgarien und schließlich in die Türkei. Einen festen Plan hatte Kulins bis zum Ende nicht, er entschied von Tag zu Tag – immer dem guten Wetter folgend.

Oft bestimmte aber auch der Käfer den Weg. „Pünktlich zum Nordkap-Einlauf“, wie der Hannoveraner sagt, habe sich die Autobatterie während der Fahrt nicht mehr richtig aufgeladen. Kulins beschloss, den Wagen zur Reparatur nach Hannover zurückzubringen. Dafür habe er alle Stromverbraucher ausgeschaltet, selbst das Licht und die Scheibenwischer. So sei er rund 550 Kilometer weit gekommen, bis die Batterie erneut entladen war. Dann habe er sie ausgebaut und nachts an Steckdosen hinter Toilettenhäuschen geladen. Sein Zelt schlug er direkt daneben auf. „So doof sich das anhört: An diese Tage denke ich sehr gern zurück“, sagt der Hannoveraner rückblickend.

In Bosnien und Herzegowina, vor allem in Sarajevo, erlebte Kulins eine seiner schönsten Reisepassagen. Auf dem Weg dorthin bekam der Käfer jedoch erst einmal ein Upgrade. Statt des Beifahrersitzes ließ er sich eine Matratze als Bett einbauen. „Nach drei Monaten im Zelt musste mal eine Verbesserung her“, erklärt er.

In Sarajevo habe er dann eine Woche in einem Wohngebiet geparkt und geschlafen. Jeden Morgen seien Menschen zu ihm ans Auto gekommen und hätten ihm Frühstück gebracht. Bei einem Anwohner habe er auch seine Wäsche waschen können. „Gastfreundschaft ist dort einfach Usus“, erklärt er seine Begeisterung.

ANKUNFT IN ISTANBUL

Während der Reise nutzte Kulins den Käfer nicht nur als Auto und Schlafzimmer, sondern auch noch als Büro. So habe er sich unterwegs auf Stellen für eine Professur beworben. Ende Oktober erhielt er die Einladung zu einem Gespräch in Deutschland – die Reise dafür abzubrechen, das kam für ihn dennoch nicht infrage. Istanbul habe er unbedingt noch erreichen wollen. „Ich bin noch in normalem Tempo nach Istanbul gefahren, musste aber dann 39 Stunden am Stück zurück nach Hannover fahren.“ Ein echter Kraftakt, doch am Abend des 11. November 2025 kam er wohlbehalten an.

Insgesamt legte Kulins in fünf Monaten rund 22.000 Kilometer zurück und durchquerte 15 Länder. Was ihn die Reise gekostet hat, weiß er nicht – und will es auch gar nicht wissen. „Ich glaube, das ist ein weiser Entschluss“, sagt er und grinst. Stattdessen richtet sich sein Blick längst nach vorn: Gemeinsam mit einem Kino in Hannover plant der 40-Jährige einen Vortrag über seine Tour, „um die nächste Generation für Routen zu begeistern, die nicht jeder fährt“. Und natürlich will er in Zukunft auch selbst weiter mit seinem Käfer die Welt entdecken. Als Nächstes könnte er sich eine Fahrt durch den Himalaya vorstellen.

Mehr als nur Buchausleihe

Neues Haus für die Nordstadt setzt auf Beteiligung – und spiegelt die Entwicklung der Stadtbibliothek wider

HANNOVER. In der Nordstadt entsteht mit dem StadtGemeinschaftsHaus Nord ein neuer Treffpunkt für Bildung und Begegnung. Das Projekt wird von der Stadtbibliothek Hannover gemeinsam mit dem Fachbereich Senioren, der Arbeiterwohlfahrt Hannover e.V. sowie der Initiative „Bücher für alle“ umgesetzt und soll Menschen unterschiedlicher Generationen und kultureller Hintergründe zusammenführen.

Geplant ist ein offenes Quartiershaus mit vielfältigen Angeboten. Dazu zählen unter anderem eine Jugendlounge, Bildungsformate, Sprechstunden zu digitalen Themen sowie mehrsprachige Beratung. Die Angebote richten sich an Kinder, Familien, Schulen und Kitas ebenso wie an Jugendliche und ältere Menschen. Erste Bereiche sind bereits in Betrieb: Der Fachbereich Senioren hat seine Arbeit vor Ort aufgenommen, zudem laufen erste Kurse. Währenddessen wird das Gebäude weiter umgebaut und soll in den kommenden Monaten barrierefrei gestaltet werden. Das Konzept wird parallel im laufenden Betrieb gemeinsam mit den Nutzerinnen und Nutzern weiterentwickelt.

Oberbürgermeister Belit Onay betont die besondere Entstehung des Projekts und erklärt: „Mit dem StadtGemeinschafts-Haus Nord entsteht hier in der Nordstadt ein neuer Ort für Begegnung, Bildung und Teilhabe. Besonders ist dabei nicht nur das Konzept, sondern auch der Weg dorthin: Verwaltung, Partnerorganisationen und Bürger*innen haben dieses Haus gemeinsam entwickelt.“

Das Vorhaben steht zugleich für einen grundlegenden Wandel der Stadtbibliothek Hannover. Diese entwickelt sich zunehmend von einem klassischen Ausleihort hin zu einem offenen Raum für Austausch und gesellschaftliche Teilhabe. Bildungs- und Kulturdezernentin Eva Bender hebt hervor, Bibliotheken seien Orte der Begegnung, an denen gemeinsames Lernen ermöglicht werde.

Die Entwicklung spiegelt sich auch in steigenden Nutzungszahlen wider. Im Jahr 2025 verzeichnete die Stadtbibliothek rund 1,4 Millionen Besuche und 4,5 Millionen Ausleihen. Besonders stark wuchs der digitale Bereich mit 1,6 Millionen Ausleihen, ein Anstieg von 21 Prozent. Darüber hinaus baut die Einrichtung ihre Rolle als Ort für gesellschaftlichen Dialog weiter aus. Mehr als 50 Veranstaltungen begleiteten im vergangenen Jahr die Bundestagswahl, ergänzt durch Formate zur Meinungsfreiheit. Für 2026 sind weitere Angebote im Zusammenhang mit der Kommunalwahl vorgesehen.

Auch inhaltlich erweitert die Stadtbibliothek ihr Spektrum. Neben etablierten Angeboten zur Leseförderung gewinnen digitale Themen an Bedeutung. Mit der „TechnoThek“ wurde ein Ort geschaffen, an dem Technik und Künstliche Intelligenz praktisch erprobt werden können. Ergänzend dazu werden Workshops und Veranstaltungsreihen zur Vermittlung digitaler Kompetenzen angeboten. Gleichzeitig werden nachhaltige Konzepte wie die „Bibliothek der Dinge“ in mehreren Stadtteilen ausgebaut.

Nicht zuletzt setzt die Stadtbibliothek auf eine stärkere Beteiligung der Bevölkerung. Bereits 2025 wurden entsprechende Prozesse zur Weiterentwicklung einzelner Standorte umgesetzt – darunter auch die Planungen für das StadtGemeinschaftsHaus Nord, das künftig als zentraler Baustein im Quartier dienen soll. **RED**

Stadtbibliothek in Zahlen

Zahlen aus 2025:
- 4.496.368 Ausleihen im Jahr 2025 (plus rund 178.000 gegenüber 2024)
- 1.336.671 Besuche in den Einrichtungen
- 1.622.625 digitale Ausleihen – ein deutlicher Zuwachs
- 67.860 angemeldete Nutzerinnen und Nutzer insgesamt; 44.414 davon aktiv
- 14.495 Neuanmeldungen im Jahr 2025
- 1.076.953 Medien im Gesamtbestand
- 65.408 neu angeschaffte Medien
- 64.842 digitale Medien im Bestand
- 675.292 Zugriffe auf Pressreader-Angebote
- 452.563 ausgeliehene E-Books



11888501_002626



11451801_002626





37632701_002625

„Jedem von uns wohnt etwas Düsteres inne“

STUDENTIN KATHARINA RAAB begeistert auf Instagram und Tiktok ein Millionenpublikum mit Bastel-Videos ihrer fantastischen Miniaturuniversen

HANNOVER. „Hallo, ich heiße Katharina. Ich bin Miniaturkünstlerin.“ So unprätentiös beginnen die meisten Social-Videos von Katharina Raab, 27 Jahre alt, Bühnenbild-Studentin in Hannover.

In der hektischen Welt der Tiktok-Filmschnipsel und Instagram-Posts ist sie ein fast provokant entschleunigter Ruhepol. Wo andere sich im Immer-Schneller und Immer-Größer zu übertrumpfen versuchen, da nimmt sie ihre Online-Gäste mit auf die Reise in winzige, wirklich winzigkleine Miniaturwelten.



Spielerischer Umgang mit der Welt: Der Hexen-Koffer. fotos: Nancy Heusel

MILLIONEN MENSCHEN SCHAUEN AUF INSTA UND TIKTOK ZU

Millionen Menschen haben Katharina Raabs Filmchen gesehen, die eine Mischung aus Bastel-Werkstattbericht und Geschichtenerzählen sind. Einzelne Beiträge kommen auf mehr als 100.000 Herzchen-Likes. In Zigtausenden Kommentaren nehmen Zuschauerinnen und Zuschauer Anteil an ihren Mini-Geschichten.

Und sie? Sie sitzt in ihrer Werkstatt in dem kleinen Reihenhaus im Süden Hannovers, in das sie gerade mit ihrem langjährigen Mitbewohner und dessen Lebensgefährten gezogen ist, und strahlt freundlich. „Es ist schön, dass ich das alles mit so vielen Menschen teilen kann“, sagt sie bescheiden.

EIN KOFFER VOM FLOHMARKT

Vor ziemlich genau einem Jahr, im April 2025, nahm die Sache mit dem Online-Ruhm ihren Lauf. Katharina Raab hatte auf einem Flohmarkt einen alten Reisekoffer gekauft. Für 5 Euro, wie sie im ersten Reel erzählt. Seitdem baut sie den Koffer zu einer Art Puppenhaus aus. Aber es ist keine rosa Barbiepuppenwelt, sondern eine düster-charmante Hexen- und Geisterwelt: immer ein bisschen gruselig, aber nie brutal.

Klar: Die Guillotine im Keller ist blutüberströmt. Spinnenweben und Geheimräume gehören ebenso dazu wie eine mysteriöse Riesenbibliothek. Und natürlich gibt es ein Spiegelportal, das Personen von einem Raum in den nächsten transloziert. Am Himmelbett hängt der Stoff in Fetzen hinab. Aktuell bastelt die 27-Jährige an zwei geisterhaften Händen, die an dünnen Armen unter dem Bett hervorkommen und nach einem tasten wollen, wie in den gruseligsten Träumen.

Warum? „Jedem von uns wohnt etwas Düsteres inne, aber viele wollen das nicht wahrhaben“, sagt Katharina Raab nach kurzem Nachdenken. Unbewältigte Ängste und Aggressionen, so etwas könne eine sehr gefährliche Rolle spielen. „Ich versuche, einen liebevollen Umgang mit den Abgründen zu finden, die in einem schlummern“, sagt sie, und: „Makaberer Humor kann helfen. Vielleicht ist es auch der Drang, sich mit Düsterem, mit Tod und Grausamkeit in der Welt auseinanderzusetzen.“

Wer sich ein wenig für Literatur und vor allem Kindergeschichten interessiert, weiß, wie grausam es da schon immer zuging. Hänsel und Gretel sollen im Ofen verbrannt werden. In dem (von einem Psychiater für seinen Sohn erdachten!) Buch „Struwwelpeter“ werden Konrad die Daumen abgeschnitten, weil er daran nuckelt. Und wer auch nur einen Funken Empathie hat, muss geweint haben, als das „Mädchen mit den Schwefelhölzern“ nach dem Abbrennen des letzten Zündholzes an der Hauswand erfriert. In Katharina Raabs Hexenkoffer gibt es nur Andeutungen solcher Abgründe. Sie spielt mit der Fantasie und spricht, während sie an Tischbeinchen schnitzt, so liebevoll augenzwinkernd über das Geisterhafte, als verrate sie eigentlich ein Muffin-Rezept. Und ganz offenkundig kommt diese Kombination aus Gruselgeschichten und Gebasteltem sowohl bei Erwachsenen als auch beim jüngeren Publikum an. „Viele Eltern scheinen mit ihren Kindern die Videos zu gucken, quasi als Ersatz für die Sendung mit der Maus“, sagt Katharina Raab. Sie habe als Reaktion sogar „Videos bekommen, in denen die Kinder eine Guillotine aus Knete formen“. Ihr gefalle dieser „spielerische Umgang mit der Welt, anstatt zu versuchen, Kinder vor allem Unheil abzuschirmen“.



Abgründe: In der Schublade des Miniatur-Schminktisches haust das Monster von Loch Ness. Natürlich ein sehr kleines Exemplar.

SPIELERISCHER UMGANG MIT DER WELT

Dabei ist der morbide Hexenkoffer nur eines der Projekte, die die Studentin unter dem Accountnamen Katharinahandmade in den Socialkanälen zeigt. Sie führt dort auch eine Art Tagebuch und plaudert scheinbar unbekümmert über ihre Bastelexperimente. „Ich schnitze wie Michel aus Lönneberga. Nur dass ich nicht in den Schuppen gesperrt werde, sondern freiwillig da reingehe“, sagt sie etwa im Tagebucheintrag Nummer elf.

An anderer Stelle verrät sie: „Ich brauche Escapismus. Wer mich kennt, weiß, dass ich riesiger Walter-Moers-Fan bin. Mit nichts, jedenfalls nichts Legalem, kann man der Realität so schön entfliehen wie mit seinen Büchern.“ Walter Moers werden viele von seinen „Käpt'n-Blaubär“-Seemannsgarngeschichten kennen. Aber wer humorvoll-dunkle Literatur schätzt, wird auch seine „Zamonien“-Werke mit der „Stadt der träumenden Bücher“ schätzen.

Ganz unverholen macht Katharina Raab (unbezahlte) Werbung für die Moers-Bücher, natürlich garniert mit dem Aufruf, diese im lokalen Buchhandel zu kaufen und bloß nicht bei amazonenhaften Online-Ketten. Es geht schließlich auch um Haltung. Oder sie nutzt ihre immense Reichweite im Netz und wirbt für eine Petition der Umwelthilfe gegen Silvestergeböllere oder drängt eindringlich darauf, junge Frauen sollten Termine zur Krebsvorsorge wahrnehmen.

Wie es sich für Influencerinnen gehört, nimmt sie immer wieder Anregungen aus der Community auf. Irgendjemand schlägt in einem Online-Kommentar vor, an die filigran zurechtgebastelte Schreibmaschine einen Waschbären zu setzen. Gesagt, getan. Später baut sie einen Flügel und setzt eine Mini-Version von sich selbst als zweidimensionale Pianistin daran. Beeindruckend ist, wie sie mit Akribie die große Bibliothek im Hexenkoffer vervollständigt: Buch für Buch wird geschnitzt, erhält einen eigens gestalteten Buchrücken und wird mit Pinzette und Klebetropfen ins Regal drapiert. Was für eine Geduld.

AUCH EINE KOMMERZIELLE SEITE

Die schöne neue Online-Welt hat natürlich auch ihre kommerzielle Seite. Was vor Jahren als spleeniges Basteln angefangen hat und während Corona zum ersten Youtube-Video führte, lässt sich angesichts der riesigen Reichweite längst monetarisieren. Wer Termine mit Katharina Raab will, muss diese mit einer Influencer-Agentur in Berlin vereinbaren. Immer mal wieder wird offensiv Werbung in die Videos eingestreut, zeitweilig etwa für einen Sprachlernanbieter oder auch für den eigenen Etsy-Kanal. Spricht man die Influencerin darauf an, stutzt sie zunächst. Dann sagt sie ehrlich: „Es ist doch schön, dass ich meine Miete davon bezahlen kann.“ Andererseits sei es „ein zweischneidiges Schwert: Wenn die Plattformen mir Geld bezahlen können, bekommt man eine Ahnung, wie viel die verdienen müssen“.

WERBUNG FÜR NETFLIX – ABER NICHT FÜR AMAZON

Für die Netflix-Serie „Stranger Things“ hat Katharina Raab zwischenzeitlich bezahlte Werbung gemacht, indem sie eine Miniatur zum Thema baute und ein Filmchen darüber veröffentlichte. Eine Anfrage zu Werbung für Amazon dagegen habe sie nicht angenommen. „Ich lehne die Arbeitsbedingungen ab und die Art des Online-Handels und die Politik von Gründer Jeff Bezos“, sagt sie: „Das gab ein großes Nein.“

DEMNÄCHST EIN WALTER-MOERS-KOFFER?

Ein Jahr Hexenkoffer – wie geht es weiter? Auf dem Schrank in ihrer Werkstatt liegen schon drei weitere gebrauchte Koffer bereit. Einer davon ist ein besonderer. Er gehörte Walter Moers, wie die Handsignatur zeigt, und ist ein Geschenk des Meisters. Katharina Raab hatte eine Szene zu den „Katakomben von Buchhaim“ aus dem „Zamonien“-Werk in einer Streichholzschachtel inszeniert. „Der Verlag hatte das Video gesehen und ihm geschickt.“ Als Antwort kam der Koffer.

Der Moers-Koffer ist größer als der bisherige Hexenkoffer. Viel Platz für mythische Fortsetzungen.

Klimabüro berät vor Ort

HANNOVER. Das neue Klimabüro des Bund für Umwelt und Naturschutz Niedersachsen (BUND) hat in Linden seine Arbeit aufgenommen. Es versteht sich als offene Anlaufstelle für die gesamte Stadt – für alle, die sich informieren, beraten lassen oder selbst aktiv werden möchten.

„Wir sind eine Gruppe von Seniorinnen, für die der Klimawandel und seine Auswirkungen ein wichtiges Thema ist“, sagt Initiatorin Brigitte Waack. Über mehr als ein Jahr hinweg habe die Gruppe die Einrichtung vorbereitet. „Wir wollen mit verschiedensten Aktionen Bürgerinnen aufmerksam machen, bieten Beratung und Unterstützung an.“

Im Klimabüro in der Grotestraße 19 geht es dabei bewusst um konkrete, alltagsnahe Fragen. Themen sind unter anderem die Begrünung von Fassaden und Balkonen, der Umgang mit Hitze in der Stadt, Entsiegelung und Wasserrückhaltung sowie Energiesparen, Gesundheit und Ernährung. Das ehrenamtliche Team hat sich gezielt in mehreren Workshops auf diese Aufgaben vorbereitet und gibt sein Wissen nun weiter.

Mit festen Öffnungszeiten – Montag, Donnerstag und Freitag von 14 bis 18 Uhr sowie Mittwoch von 10 bis 14 Uhr – soll mit dem neuen Angebot dauerhaft ein Ort entstehen, an dem Beratung, Austausch und praktische Unterstützung rund um den Klimaschutz in der Stadt Hannover gebündelt werden. **RED**



Das Klimabüro hat in Linden seinen neuen Standort bezogen. Foto: privat

Engagement, das den Unterschied macht – im Ehrenamt der Johanniter

Das Johanniter-Team heißt Sie willkommen.

- Sterbenden Menschen und ihren Zugehörigen Beistand bieten im **Ambulanten Hospizdienst**
- Menschen mit Demenz begleiten und Angehörige entlasten im **Demenz-Projekt**
- Menschen Zeit schenken, zuhören und Spaß am Plaudern haben im **Besuchsdienst**

Sie möchten sich engagieren? Dann melden Sie sich einfach bei uns.

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Ehrenamtszentrum
Gartenallee 25, 30449 Hannover
Tel. 0511 6550570, ehrenamtszentrum.hal@johanniter.de

JOHANNITER

www.johanniter.de/hannover-leine

3132801_002626

Denken gegen den Strom

Zum 120. Geburtstag von Hannah Arendt erinnern zahlreiche Veranstaltungen an die Politiktheoretikerin

HANNOVER. Mit einem vielseitigen Programm erinnert Hannover im Jahr 2026 an den 120. Geburtstag der in Linden geborenen Philosophin Hannah Arendt – eine Denkerin, deren Texte bis heute in politische Gegenwart hineinwirken. Wer verstehen will, wie fragile Demokratien unter Druck geraten, warum Mitläufertum gefährlich ist und weshalb eigenständiges Urteilen unverzichtbar bleibt, kommt an Arendt nicht vorbei. Ihre Analysen totalitärer Systeme und ihr berühmter Begriff von der „Banalität des Bösen“ haben nichts an Schärfe verloren.

„Hannah Arendt und ihre Werke sind aktueller denn je. Insbesondere ihre Aufforderung zu unabhängigem Denken, ihre Appelle für Freiheit und das gemeinsame Handeln sind gerade in Zeiten des Erstarkens autoritärer Systeme wegweisend“, sagt Hannovers Oberbürgermeister Belit Onay. Und weiter: „Mit dem Arendt Zitat „stop and think“ möchten die Hannah Arendt Tage mit ausgewählten Veranstaltungen bereits im Vorfeld des 120. Geburtstages Hannah Arendts am 14.10.2026 an die berühmte Tochter unserer Stadt erinnern. Arendts Zitat ist eine Einladung zum Innehalten in der Informationsflut, zum selbstständigen und selbstreflexiven Denken, zum gemeinsamen Diskus über Freiheit und Demokratie.“

Der nächste Termin findet statt im ZeitZentrum Zivilcourage, Osterstraße 46: Dort spricht am Donnerstag, 16. April, ab 18 Uhr der Journalist Willi Winkler über seine 2025 erschienene Biografie „Hannah Arendt. Ein Leben“. Im Gespräch mit Direktor Dr. Jens Binner zeichnet er Arendts Weg durch das 20. Jahrhundert nach – von Königsberg über das Exil bis nach New York – und beleuchtet eine Intellektuelle, die politische Theorie aus eigener Erfahrung entwickelte. Der Eintritt ist frei. Ebenfalls im ZeitZentrum Zivilcourage ist am Donnerstag, 11. Juni, ab 18 Uhr die Wissenschaftlerin Dr. Katja Leuchtenberger zu Gast. Unter dem Titel „Aber, bitte schön, zur Gräfin machen sie mich nicht“ geht sie in Vortrag und Gespräch der Verbindung zwischen Hannah Arendt und dem Schriftsteller Uwe Johnson nach. Im Fokus steht eine intellektuelle Nachbarschaft in New York, die sich in Briefen und literarischen Spuren niederschlug.

„Der Tod der menschlichen Empathie ist eines der frühesten und deutlichsten Zeichen dafür, dass eine Kultur gerade in die Barbarei verfällt.“

Hannah Arendt
Philosophin und Politiktheoretikerin

HAPPY 120TH BIRTHDAY HANNAH

HANNAH ARENDT TAGE HANNOVER

Unter dem Motto „Happy 120th Birthday Hannah“ wird an die deutsch-amerikanische Philosophin und Politiktheoretikerin Hannah Arendt erinnert.
Grafik: LHH

Das Kommunale Kino im Künstlerhaus, Sophienstraße 2, widmet Arendt eine Filmreihe. An den Sonnabenden, 25. April, 16. Mai und 6. Juni, jeweils ab 12 Uhr, läuft Margarethe von Trottas Spielfilm „Hannah Arendt“. Im Zentrum steht Arendts Berichterstattung über den Eichmann-Prozess und die daraus entwickelte These von der „Banalität des Bösen“, die weltweit Kontroversen auslöste. Der Eintritt kostet 8 Euro, ermäßigt 5 Euro, mit Hannover Aktiv Pass 2 Euro, für Inhaber unter 18 Jahren frei. Ergänzt wird die Reihe am Dienstag, 5. Mai, ab 18 Uhr durch den Dokumentarfilm „Hannah Arendt – Ein Jüdin im Pariser Exil“, der ihre Jahre in Frankreich nachzeichnet; der Eintritt ist frei. Zum Abschluss zeigt das Kino am Montag, 14. September, ab 18 Uhr „Denken ist gefährlich“, einen Essayfilm, der Arendts Texte und Briefe ins Zentrum stellt.

Eine Kooperation mit den KunstFestSpielen führt am Mittwoch, 29. April, ab 19 Uhr in die Orangerie Herrenhausen. Unter der Frage „Acts of Peace in Times of War – Wie kann Krieg beendet werden?“ diskutieren die Kulturwissenschaftlerin Aleida Assmann und der Historiker Jörn Leonhard. Das Gespräch knüpft an Arendts politisches Denken an, das stets auf Verantwortung und Handeln im öffentlichen Raum zielte.

Die Stadtbibliothek Hannover, Hildesheimer Straße, wird zur Bühne für die Reihe „Hannover liest Hannah“. Zum Auftakt am Dienstag, 19. Mai, ab 19.30 Uhr spricht die Autorin Düzen Tekkal mit dem Moderator Sebastian Friedrich über Arendts Texte und deren heutige Bedeutung. Am Dienstag, 9. Juni, ab 19.30 Uhr bringt Poetry-Slammer Matti Linke eine literarische Annäherung ein. Die Reihe lädt dazu ein, Arendts Gedanken gemeinsam zu lesen und auf aktuelle Fragen zu beziehen.

Ein Doppeljubiläum steht am Dienstag, 16. Juni, ab 18 Uhr in der Villa Seligmann, Hohenzollernstraße 39, im Mittelpunkt. In Vorträgen und einem anschließenden Gespräch werden Parallelen zwischen Hannah Arendt und Johanna Seligmann-Coppel gezogen – insbesondere mit Blick auf jüdische Identität, gesellschaftliches Wirken sowie Erfahrungen von Flucht und Migration. Tickets kosten 10 Euro, ermäßigt 5 Euro. Am selben Tag ab 18 Uhr wird eine Führung durch die Villa angeboten, bei der Direktor Eliah Sakakushev-von Bismarck und die Arendt-Expertin Dr. Diana Häs die Zeit um 1906 in Hannover lebendig werden lassen und historische Bezüge zwischen Ort und Biografie herstellen.

Das Schauspiel Hannover zeigt im Ballhof 2 die Produktion „Denken ohne Geländer – Hannah Arendt im Selbstversuch“. Die freie Gruppe pulk fiktion verwandelt den Theaterraum am Mittwoch, 17. Juni, ab 11 Uhr und 19.30 Uhr sowie am Donnerstag, 18. Juni, ab 11 Uhr in einen Denkraum, der Fragen nach Macht, Verantwortung, Identität und Pluralität verhandelt. Besonders junge Zuschauer werden eingeladen, sich mit Arendts Ideen auseinanderzusetzen.

Wer darüber hinaus selbst ins Denken kommen möchte, kann an kostenlosen Schreibdenken-Workshops unter dem Leitmotiv „stop and think“ teilnehmen. Hier wird das Schreiben als Mittel erprobt, um eigene Erfahrungen und Perspektiven im Dialog mit Arendts Philosophie zu reflektieren. Die Termine im Stadtteilzentrum Weiße Rose, im Freizeitheim Vahrenwald und im Kulturtreff Vinnhorst werden zeitnah auf hannover.de bekanntgegeben, die Teilnahme soll ohne Anmeldung möglich sein.

Am Sonntag, 28. Juni, ab 11 Uhr wird Hannah Arendt zudem in die frauenORTE Niedersachsen aufgenommen. In der Stadtbibliothek Hannover erinnert künftig eine Tafel an ihr Leben und Werk.

Den Abschluss bilden die „Hannah Arendt Tage“ vom 22. bis 26. September. Sie bündeln das Programm noch einmal und führen Arendts Denken kurz vor ihrem 120. Geburtstag am Mittwoch, 14. Oktober, zurück in die Gegenwart – dorthin, wo es weiterhin gebraucht wird. **RED**

Ein Sensor misst Baumstress

Neues Verfahren liefert erstmals **PRÄZISE DATEN AUS DEM ALTBAUMBESTAND**

HANNOVER. Ein unscheinbares Messgerät an einer Stieleiche auf dem Conrad-Wilhelm-Hase-Platz liefert neue Einblicke in den Zustand alter Stadtbäume. Im Rahmen des Projekts „BlueGreenCity-KI“ wird dort erstmals ein sogenanntes Dendrometer im Altbaumbestand eingesetzt. Das Gerät misst im Mikrometerbereich, wie sich der Stamm im Tagesverlauf ausdehnt und zusammenzieht, und ermöglicht so Rückschlüsse auf den Wasserhaushalt des Baumes.

Alle fünf Minuten erfasst die Technik Stammumfang und Temperatur und übermittelt die Daten automatisch per Funk. Ziel ist es, Trockenstress bei Stadtbäumen sichtbar zu machen und damit die Auswirkungen des Klimawandels genauer zu analysieren. Betreut wird das Projekt von Dr. Lena-Marie Kuhlemann und Marcel Bender aus dem Fachbereich Umwelt und Stadtgrün.

Für den ersten Einsatz wurde bewusst eine Stieleiche ausgewählt, eine in Städten häufig vorkommende Baumart. „Wir haben hier eine der häufigsten Stadtbaumarten in Hannover, an der wir erstmals ein Messgerät im Altbaumbestand anbringen“, erklärt Kuhlemann. Die gewonnenen Daten sollen zeigen, ob sich die Methode bewährt und auf weitere Bäume im Stadtgebiet ausgeweitet werden kann.



Leo Schmitt bringt das Gerät von einem Hubsteiger aus in vier Metern Höhe an. Fotos: Richter/Landeshauptstadt Hannover

Bislang kommen vor allem Bodenfeuchtesensoren bei Jungbäumen zum Einsatz. Für ältere Bäume ist diese Technik jedoch nur eingeschränkt geeignet, da deren Wurzelraum komplexer ist und Eingriffe technisch aufwendig sind. Das Dendrometer bietet hier eine neue Möglichkeit: Es wird mit einem Edelstahlband am Stamm befestigt, arbeitet präzise und greift nicht in die Baumstruktur ein.

Die Messungen sind Teil eines größeren Ansatzes: Mit „BlueGreenCity-KI“ entwickelt die Stadt gemeinsam mit Partnern aus Wissenschaft und Wirtschaft ein System, das Sensordaten, Stadtklimainformationen und Pflegekataster zusammenführt. Ziel ist es, den Zustand von Bäumen und Grünflächen genauer zu erfassen und daraus konkrete Handlungsempfehlungen abzuleiten. Künftig soll die künstliche Intelligenz unter anderem berechnen, wann und wie viel Wasser einzelne Bäume benötigen, und die Bewässerung entsprechend steuern.

Hintergrund ist der zunehmende Druck auf das Stadtgrün. Längere Trockenphasen, Hitzeperioden und unregelmäßige Niederschläge setzen Bäumen sichtbar zu. Gleichzeitig sind Ressourcen wie Wasser und Personal begrenzt. Eine gezieltere Pflege wird daher immer wichtiger, um die vorhandenen Bestände langfristig zu sichern. Genau hier setzt das Projekt an: Es soll helfen, vorhandene Mittel effizienter einzusetzen und gleichzeitig die ökologische Wirkung des Stadtgrüns zu erhalten.

Die neuen Messdaten aus dem Altbaumbestand schließen dabei eine bislang bestehende Lücke. Während junge Bäume vergleichsweise einfach überwacht werden können, fehlten für ältere Exemplare bisher verlässliche und zugleich praktikable Verfahren. Das Dendrometer ermöglicht nun, auch bei großen Bäumen kontinuierlich Daten zu gewinnen, ohne deren Wurzelraum zu beeinträchtigen.

Diese Informationen fließen in die KI-gestützten Modelle ein, die daraus Prognosen zum Wasserbedarf und zu Trockenheitsrisiken ableiten. Perspektivisch sollen so auch alternative Wasserquellen wie Regenwasser stärker in die Bewässerungsplanung einbezogen werden. Darüber hinaus ist vorgesehen, Pflegeeinsätze zu priorisieren und Arbeitsabläufe effizienter zu organisieren.

Für das Stadtklima kommt dem Erhalt alter Bäume eine besondere Bedeutung zu. Sie spenden Schatten, kühlen ihre Umgebung und tragen zur Verbesserung der Luftqualität bei. Gleichzeitig stabilisieren sie das lokale Mikroklima und leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Anpassung an den Klimawandel. Ihr Verlust wäre nur schwer auszugleichen, da neu gepflanzte Bäume diese Funktionen erst nach vielen Jahren übernehmen können.

Das Projekt „BlueGreenCity-KI“ wird durch das Bundesministerium für Umwelt, Klimaschutz, Naturschutz und nukleare Sicherheit gefördert und läuft bis Ende November 2027. Ziel ist es, die entwickelten Ansätze nicht nur in Hannover zu etablieren, sondern perspektivisch auch auf andere Städte und Anwendungsbereiche zu übertragen. **RED**



Mitarbeiter des Umweltbüros Arbor revital mit einem Solarmodul, das das Dendrometer mit Energie versorgt.

Grill Seminare

17.04. Prime BBQ

22.05. American Classic BBQ

29.05. Veggie BBQ

26.06. American Basic BBQ

03.07. Prime BBQ

Jetzt den QR-Code scannen und direkt online buchen!

Gutschein

Bis zu 15 %* Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl!

ohne Greencard* 10 % Rabatt

mit Stanze Greencard** 15 % Rabatt

*Gültig bis 17.04.2026. Gilt nicht für bereits reduzierte Artikel, Verlagserzeugnisse, Geschenkgutscheine, lebende Tiere, Motorgeräte und Artikel von Weber.

**Der Greencard Preis ist nur in Verbindung mit der Stanze Greencard gültig.

COMPO SANA® Classic Blumenerde
40 l
für Zimmer-, Balkon- & Garten-pflanzen mit Langzeitdüngung, fördert Wurzelwachstum & gesunde Pflanzen
Gemüse, Kräuter.



TOP-PREIS

Naturbursche Blumenerde
45 l + 10 l gratis
Blumenerde stärkt Wurzeln, verbessert Bodenstruktur und eignet sich für Blumen,
Gemüse, Kräuter.



STANZE SEIT 1872 Mein Gartencenter

Sonntag ist Blumentag
12 - 16 Uhr geöffnet*



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

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

stanze-gartencenter.de

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

@stanzegartencenter

PREMIUM-PARTNER

VERBAND DEUTSCHER GARTEN-CENTER
AUSGEZEICHNET 2025/26
M. Mensing-Meckelburg, Präsidentin
KOMPETENZ BERATUNG QUALITÄT

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



Unsere neue Beilage ist Online

QR-Code scannen und in unserer aktuellen Beilage stöbern.

36774402_002625

Die schönsten Orte in Hannover, um ein Buch zu lesen

OB DRAUßEN ODER DRINNEN: Hier kann man in Hannover stundenlang lesen

Lesen - für viele Menschen bedeutet das Entspannung. Dazu braucht es aber auch die richtige Umgebung. In Hannover muss man danach nicht lange suchen: Diese neun Orte im Stadtgebiet bieten das perfekte Ambiente für ein ausgiebiges Lektüre-Erlebnis.

BÜCHERSCHRANK AUF DEM KIRCHHOF

In Hannover gibt es zahlreiche offene Bücherschränke. Oft entstehen sie aus umgebauten Telefonzellen oder Regalen. Das Konzept ist einfach: Alle Menschen dürfen umsonst Bücher hineinstellen oder sie mitnehmen. Manche dieser Schränke befinden sich an besonders einladenden Orten. Am Neustädter Markt in der Calenberger Neustadt steht der Bücherschrank beispielsweise auf dem Hof der evangelisch-lutherischen Neustädter Hof- und Stadtkirche St. Johannis. Der Kirchhof ist umringt von Bäumen und Bänken - bei gutem Wetter der ideale Leseplatz.



Am Neustädter Markt: „Wenn ich zwischen meinen Terminen kurz Pause habe, sitze ich sehr gern hier und lese. Praktischerweise kann ich dabei auch im Bücherschrank stöbern", sagt der 53-jährige Vertriebler Daniel Bäcker. Foto: Tobias Woelki

GOTTFRIED-WILHELM-LEIBNIZ-BIBLIOTHEK

Wer es besonders ruhig, aber auch zentral mag, findet in der Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Bibliothek an der Waterloostraße 8 den richtigen Platz zum Lesen. Auf drei Etagen gibt es dort Literatur aus den verschiedensten Bereichen – und dazwischen zahlreiche Lese- und Arbeitsplätze. Der Lesestoff geht dort sicher nicht aus: Die Bibliothek besitzt mehr als 1,7 Millionen Medieneinheiten, die meisten davon sind Bücher.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9 bis 19 Uhr, Samstag 10 bis 15 Uhr.



Umgeben von Literatur: Hannah Kaiser liest gerne in der Stadtbibliothek. Foto: Ilona Hottmann

STADTBIBLIOTHEK HANNOVER

Romane, Ratgeber und Fachliteratur, aber auch Noten, Filme und andere Unterhaltungsmedien gehören zum Bestand der Stadtbibliothek Hannover an der Hildesheimer Straße 12. Auf jeder der insgesamt fünf Etagen findet man dort Lese- und Lernplätze. Im vierten Stock gibt es einen größeren Sitzbereich mit guter Aussicht auf die Stadt.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9 bis 19 Uhr, Samstag 11 bis 19 Uhr, Sonntag 11 bis 16 Uhr.

IM STADTPARK

Im Jahr 1951 fand im Stadtpark, südlich des Hannover Congress Centrums, die erste Bundesgartenschau statt. Nun ist der Park kostenfrei zugänglich. Zwischen Skulpturen, Pavillons und Fontänen, die in den Sommermonaten von 15 bis 17 Uhr aktiv sind, kann man es sich dort zum Lesen gemütlich machen. Ein Vorteil: Für Besucherinnen und Besucher stehen frei bewegliche Stühle und Liegen zur Verfügung.

Öffnungszeiten: März bis September 9 bis 21 Uhr, Oktober bis Februar 8 bis 19 Uhr.

CAFÉ DES LESENS

Ein Café inmitten von Büchern: Auch das gibt es in Hannover. Im „Café des Lesens" bei Hugendubel an der Bahnhofstraße 14, kann man direkt nach dem Bücherkauf bei Kaffee und Kuchen in der neuen Lektüre versinken. Wer einen Platz am Fenster ergattert, hat von dort zudem eine gute Aussicht auf Hannovers Innenstadt.

Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 10 bis 20 Uhr.

CAFÉS MIT SCHÖNEN AUßENBEREICHEN

Auch zahlreiche andere Cafés in Hannover laden zum ausgiebigen Schmökern ein. Einen schönen Platz findet man beispielsweise in der „Menagerie" am Kötnerholzweg 47 A. Bei gutem Wetter kann man dort auch draußen sitzen und im Schatten einer großen Linde Kaffee und Kuchen genießen – etwas abseits vom Lärm und Verkehr der nahegelegenen Limmerstraße. Ebenfalls gemütlich sitzt man im Café „Panea" an der Lister Meile 56. Mit einem größeren Sitzbereich im Freien und einem Innenbereich auf zwei Ebenen kann man sich dort seinen Lieblingsleseplatz aussuchen.

Öffnungszeiten:

„Menagerie": Montag bis Freitag 9 bis 18 Uhr, Samstag und Sonntag 10 bis 18 Uhr.

„Panea": Montag bis Freitag 8 bis 18 Uhr, Samstag und Sonntag 10 bis 18 Uhr. Dienstags geschlossen.

GEORGENGARTEN UND BERGGARTEN

Jedes Jahr im Frühling erwacht der Georgengarten erneut zum Leben. Studierende bevölkern dann den Park in der Nordstadt, Familien mit Kindern treffen sich dort zum Picknick, andere nutzen die Grünflächen zum Joggen oder Fahrradfahren. Einen ruhigen Platz zum Lesen findet man im Georgengarten trotzdem. Der Park ist 56 Hektar groß – das entspricht etwa 80 Fußballfeldern. Der Georgengarten ist Teil der Herrenhäuser Gärten, ebenso wie der Berggarten. Auch dort gibt es zahlreiche Leseplätze.

Öffnungszeiten: Der Berggarten öffnet ganzjährig um 9 Uhr. Die Schließzeiten variieren je nach Jahreszeit zwischen 16.30 und 20.00 Uhr. Der Georgengarten ist jederzeit frei zugänglich.

EIN PLATZ AM WASSER

Maschsee, Kiesteiche, Ihme, Leine: Wer einen Leseplatz am Wasser sucht, wird in Hannover auf jeden Fall fündig. Ein Tipp: Entlang der Leine und des Leineabstiegskanals Richtung Limmer gibt es zahlreiche Sitzgelegenheiten direkt am Fluss.

IN DER STADTBAHN

Laut dem Statistischen Bundesamt lesen Menschen in Deutschland im Schnitt 27 Minuten pro Tag. Warum also nicht in öffentlichen Verkehrsmitteln lesen, um dem Buch etwas mehr Zeit im Leben einzuräumen? Und mal ehrlich: Wer saß nicht schon mit Lektüre in der Bahn, in der Hoffnung, dass andere auf die Buchauswahl aufmerksam werden? Was, wenn daraus ein spannendes Gespräch entsteht? Oder sogar eine Freundschaft? Es gibt nur einen Weg, das herauszufinden.



Lesen im Blumenmeer: Marieke Stedler, Mitarbeiterin der Herrenhäuser Gärten,nutzt die Gärten gerne in ihrer Freizeit, um die Sonne und ein gutes Buch zu genießen. Foto: Tobias Woelki



STOCK-SCHUHE
GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover
37528801_002625

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

Texte mit ß

Himmel, Arsch, Hirn:
Heinz Rudolf Kunzes Textsammlung „Gebrauchsgegenstand"

Die meisten Menschen tragen viel zu häufig unpassende Schuhe. Findet Heinz Rudolf Kunze. Aber bei Kunze kann man seine Schuhe ausziehen. Oder vielmehr bei Pupsi, dem Ich-Erzähler von „Pupsi", einem der Texte in Kunzes neuem Buch, „Gebrauchsgegenstand", einer üppigen Sammlung von Texten, entstanden zwischen 2019 und 2025.

Bei Pupsi darf man so ziemlich alles. „Fressen Sie mit den Fingern, verwüsten Sie meine Inneneinrichtung, fallen Sie über meine Frau her. Keiner soll am Ende eines unvergeßlichen Abends sagen, er sei bei Pupsi nicht auf seine Kosten gekommen." Kunze, 69, schreibt unvergesslich mit ß, die Rechtschreibreform will es anders, aber in seinem Buch kann Kunze schreiben, wie er will. Wenn es um Sprache geht, kennt der Autor keine Verwandten. Sprache ist seine Freiheit. Da lässt er sich nicht reinreden, von niemandem. Kunze ist Autor. Musiker natürlich, aber auch als solcher vor allem Autor. Herr seiner Texte. Und als solcher will Sprache raus aus ihm. Drängelnd, wie es scheint. Wo sich andere mit dem Formulieren, mit dem Reimen und Phrasieren quälen, quillt es förmlich aus Heinz Rudolf Kunze raus. Immer schon. Er schreibt und schreibt und schreibt. Mit der Hand übrigens, wie er gleich in seinem ersten Text erklärt, „denn nur da, wo man mit der Hand war, war man wirklich". Er wisse ja nicht, wie es andere Leute machen, „die tippen, anstatt mit der Hand zu schreiben, die also kein Gefühl für Sprache haben können, höchstens ein Fingerkuppengefühl und das reicht nicht". Jedenfalls nicht für Kunze, und der hat ja auch „nie behauptet, modern zu sein".

Das Cover von „Gebrauchsgegenstand" ziert eine Handgranate in Gehirnform, was zusammen mit dem Titel suggeriert, dass es Kunze bange ist um den allgemeinen Zustand des Verstandes. Und ja, es geht, oft in scharfen Worten, um eine Art Volksverdummung, die für ihn aufgezogen zu sein scheint, um Erdkundelehrerinnen, die Rostock ins Erzgebirge verlegen, und grundsätzlich um Bildungsferne, „idiotisch ausgebildete Lehrer". Kunze macht sich Sorgen um die Demokratie in diesem Deutschland, an dem er sich so oft und gern abgearbeitet hat.

Und, einmal in Fahrt gekommen, teilt er im Rundumschlag aus. Gegen die „jungen Lactoseallergiker", die sich beim Thema Wehrdienst denken: „Stimmt denn da die Work-Death-Balance noch?" Gegen die „Genderscheiße", die man in seinen Augen tatsächlich nur braucht, „um Gott zu beschreiben". Sein Feldzug gegen Wokeness, den er seit einigen Jahren betreibt, gegen Sprachverwahrlosung, Gesinnungseifer und politische Heuchelei, wie es im Klappentext heißt, findet quer durch die Textsammlung, nicht chronologisch, sondern titelalphabetisch sortiert, seinen Niederschlag. Und da die politische Nachrichtenlage sich derzeit ungebremst zu beschleunigen scheint, kann man fünf Jahre alte Texte wie den über Angela Merkel auf ihren Gilt-das-noch-Faktor abklopfen. „Jetzt ist Angela Merkel weg, und die CDU hat keinen Kopf mehr, nicht mal ein Gesicht."

Und: „Deutschland muss aufwachen, ohne daß der rechte Rand DEUTSCHLAND ERWACHE brüllt." Fünf Jahre her.

Der hintersinnige Humor, der in seinen Songs schweren Themen oft Leichtigkeit verleiht, weicht in seinen Texten häufig einer Wut, manchmal auch einer in Sarkasmus gewandeten Verzweiflung. Ein Trostbuch soll es nicht sein, heißt es, sondern ein Denkangebot. Für manche vermutlich eher ein Streitangebot. Aber auch das wäre demokratisch.

In Texten wie „Weiße Fahne" blitzt die feine Klinge dann aber doch auf: Eine Unterhaltung zwischen dem kriegsführenden „Herrn Diktator" und jemandem, der Frieden will und fragt: „Warum haben Sie uns angegriffen?" Antwort: „Weil mich keiner daran hindert. Weil ich es kann." Geschrieben 2025. Mittlerweile auf mehrere Kriege anwendbar.

Info: Heinz Rudolf Kunze: „Gebrauchsgegenstand", Morio Verlag, 406 Seiten, 28 Euro. Am Sonntag, 19. Mai, um 19 Uhr stellt Kunze sein Buch im Kunstladen Hannover, Lister Straße 3, vor. Karten: tickets.haz.de



„Nie behauptet, modern zu sein": Heinz RudolfKunze legt mit seinemneuem Buch „Gebrauchsgegenstand" eine üppige Sammlung von Texten vor. Foto: Martin Huch

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

Nasse Keller? Feuchte Wände? Undichter Balkon?
• 28 Jahre Erfahrung
• 10 Jahre Gewährleistung
• TÜV-zertifiziert
• qualifiziertes Fachpersonal
• Festpreis- & Sauberkeitsgarantie
BDSF
innotech GmbH
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke
Fachbetrieb für Bautenschutz
TÜVRheinland ÜBERWACHT
www.tuv.com ID 0000001510
Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60
9720702_002626

Neun Konzerte mit feinster Vokalmusik

Der *magaScene* Kultur-Tipp: 24. Internationale **A-CAPPELLA-WOCHE** Hannover



New York Voices.
Foto: New York Voices

Seit ihrer Gründung im Jahr 2001 hat sich diese Veranstaltung zu einem Leuchtturm der Vokalmusik-Szene entwickelt und das nicht nur in Deutschland. In der Festivalgeschichte traten bereits über 200 nationale und internationale A-cappella-Ensembles mit mehreren tausend Künstlerinnen und Künstlern auf und begeisterten rund 100.000 Gäste. Die Internationale A-cappella-Woche ist mehr als eine Musikveranstaltung. Sie ist Treffpunkt der Szene und trägt dazu bei, neue Kontakte zu knüpfen, gibt einen Überblick über neue Trends, ist ein Ort des fachlichen Austausches und vieles mehr.

Auch in diesem Jahr kann man in Hannover und der Region, vom 25. April bis zum 3. Mai, spannende, aufstrebende Newcomer und renommierte Künstlerinnen und Künstler erleben. Insgesamt wird es acht Einzelkonzerte an verschiedenen Veranstaltungsorten und ein großes Abschlusskonzert mit mehreren Ensembles im Kuppelsaal des HCC geben. Für ein Konzert gibt es schon jetzt keine Karten mehr. Mit dem Slogan „Vier Typen. Vier Mikrofone. Sonst nichts“ gehen die Hannoveraner von Maybebop am 2. Mai im Theater am Aegi an den Start und haben ihre Show in kürzester Zeit ausverkauft. Eine weitere Chance, Maybebob zu sehen, haben Fans aber beim großen Abschlusskonzert im Kuppelsaal. Dort werden die vier Typen gemeinsam mit calens vocalensemble, Of Cabbages and Kings (AUT/UK/GER) und den New York Voices (USA) für ein würdiges Finale sorgen.



Rock4. Foto: André Dieterman

Die New York Voices sind eines von vielen Highlights des Programms. Ihr Einzelkonzert am 1. Mai, das im Theater am Aegi stattfindet, ist Teil ihrer letzten gemeinsamen Tour. Sie gelten als eines der weltbesten Vokal Jazz Ensembles. Ihr Repertoire spannt einen stilistischen Bogen von Pop über R&B bis hin zu Bossa Nova – ein Chamäleon-Quartett, das stets neue Klangfarben entdeckt. Vielfalt ist ein wichtiger Faktor bei der Internationalen A-cappella-Woche Hannover, so kann man zum Beispiel am 29.4. im Kulturzentrum Faust Rock4 (NL) mit ihrem Programm „Queen - A Night at the Opera“ live erleben. Rock4 ist eine niederländische Gesangsgruppe, die bekannte Pop- und Rocksongs auf die Bühne bringt – ganz ohne Musikinstrumente, nur ihre vier Stimmen verschmelzen miteinander. Außerdem sind mit dabei: Voktett aus Hannover (25. April, Basilika St. Clemens), Skety aus Tschechien (26. April, Jazz Club), Vocado aus Schweden (27. April, St. Pankratius Kirche, Burgdorf), das Leipziger Calmus Ensemble (28. April, Herrenhäuser Kirche) und die international besetzten Newcomer von Of Cabbages and Kings (30. April, Schloss Landestrost, Neustadt a. Rbg.). Taucht ein in die große Bandbreite der Vokalmusik!

➲ **www.acappellawoche.com**

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.



ANZEIGE



Foto: singOut

500 Stimmen gesucht für das Pop-Gospel-Rock Projekt

Ein Aufruf an alle, die das Singen lieben

500 Stimmen auf der Bühne – ein unvergessliches Erlebnis.

Nach vielen erfolgreichen Projekten in ganz Deutschland, ruft das singOUT-Projekt von Silas Edwin nun wieder Sänger/innen aus Hannover und Umgebung auf, mit dabei zu sein, wenn sich 500 Stimmen vereinen, um im Kuppelsaal Hannover eine Musikexplosion der Extraklasse zu präsentieren.

Die singOUT-Projekte garantieren ein unvergessliches Erlebnis mit viel Spaß, Musik und Emotionen. Von Pop bis Gospel, von Rock über Soul... viele Musikrichtungen werden in dem MassChoir vereint und mit Hits u.a. von Michael Jackson (Man In The Mirror), Bruno Mars (Just The Way You Are) und „We Are The World“ wird durch die Stimmgewalt eine ganz besondere Energie versprüht.

Ab sofort können sich alle anmelden, die Freude am Singen haben, sowie Lust, auf der großen Bühne zu stehen und die Dynamik eines Mass-Choirs erleben möchten. Jeder ist willkommen - erfahrene und unerfahrene Sänger aller Altersklassen. Nicht nur das Konzert, auch die gemeinsame Probezeit ist eine Zeit voller Spaß, tollen Erfahrungen, Lachen und neuer Freundschaften. Um die Proben effektiver zu gestalten, erhalten die Teilnehmenden ein Songbook sowie Übungs-Dateien.

Los geht's in Hannover mit dem Eingangsworkshop am 13. Juni 2026, der als Vorbereitung für das folgende halbe Jahr gemeinsamer Proben dient. Im 6-stündigen Workshop geht es um das gegenseitige Kennenlernen, die Vermittlung von Gesangstechniken und Stimmbildungsübungen sowie das Einstudieren erster Songs. Danach wird einmal monatlich sechs Monate lang geprobt und sich auf den großen Auftritt vorbereitet: dem singOUT-Konzert im Kuppelsaal Hannover am 6. März 2027.

➲ **Anmeldung und weitere Info: http://www.singout-projekt.de**

-Anzeige-

DIE AUTOSEITEN DAS AUTOMAGAZIN IN IHREM WOCHENBLATT



Bereit für nützliche Aufgaben: Der e-Transporter (links) und der ID. Buzz Cargo *Foto: we/WMD*

Die E-Mobilitätsoffensive

Volkswagen Nutzfahrzeug bietet e-Transporter mit mehr Reichweite

Volkswagen Nutzfahrzeuge hat das Angebotsspektrum der neuen Transporter Generation weiter ausgebaut. Nach dem klassischen Kastenwagen (Gütertransport) und dem Kombi (Personentransport) sind drei weitere Varianten auf dem Markt: der Transporter Pritschenwagen mit Doppelkabine und großer Ladefläche, der Transporter Kastenwagen Plus für den kombinierten Güter- und Personentransport und der auf dem Kastenwagen Plus aufbauende Kastenwagen mit sogenannter L-Trennwand im Laderaum. Konfigurierbar sind auch diese Modelle mit Turbodiesel- oder Elektroantrieb, die Kastenwagen zudem mit Plug-in-Hybridantrieb.

Seit Jahrzehnten ist der Pritschenwagen mit Doppelkabine ein gefragter Spezialist im Programm der Volkswagen Nutzfahrzeuge, kurz „Pritsche DoKa“ genannt. Da der Transporter in dieser Version kaum Wettbewerber hat, ist er vor allem in der Baubranche inklusive Straßenbau sowie in der Forstwirtschaft und bei Gartenbaubetrieben eine sehr erfolgreiche Version. Bei den Frontantriebsvarianten kommt wahlweise ein 81kW (110 PS) oder 110kW (150 PS) starker Turbodieselmotor (TDI) zum Einsatz. Zudem gibt es für die Transporter Pritsche Doka den Allradantrieb 4MOTION.

Premiere: Erstmals kann der Pritschenwagen zudem mit E-Antrieb in den Leistungsstufen 100 kW (136 PS), 160 kW (218 PS) oder 210 kW (286 PS) bestellt werden. Die Hochvoltbatterie der stets heckgetriebenen e-Transporter hat eine Kapazität von 70 kWh. Das ermöglicht eine Reichweite von bis zu 374 Kilometer und damit rund 13 Prozent mehr als bisher. Bauartbedingt sind alle e-Transporter mit einem 1-Gang-Automatikgetriebe ausgerüstet.

Als Pritschenwagen mit Doppelkabine wird der Transporter stets mit langem Radstand, einer Beifahrerdoppelsitzbank und einer Dreiersitzbank in der zweiten Reihe ausgeliefert. Hinter der viertürigen Doppelkabine erschließt sich eine 4,2 Quadratmeter große Ladefläche. Sie misst eine Länge von 2.169 mm und ist 1.945 mm breit – sowie mit abklappbaren Alubordwänden ausgestattet. Die Nutzlast beträgt bis zu 1.073 kg und die Anhängelast bis zu 2.500 kg. **WMD**

Ein echtes Multitool

ID. Buzz mit separatem Passagier- und Laderaum

Der elektrische ID. Buzz ist ein echtes Multitool. Als VW Bus tritt er mit fünf und optional sechs oder sieben Sitzplätzen in drei Reihen an – er ist der ID. Buzz für die Familie, die Freizeit und das Business. Version Nummer zwei, der ID. Buzz Cargo, bietet serienmäßig ein dreisitziges Fahrerhaus, das durch eine Trennwand vom riesigen Laderaum separiert wird – er ist der ID. Buzz für den Handel, das Handwerk und alle Dienstleister. Jetzt hat Volkswagen Nutzfahrzeuge ein neues Feature im Programm, mit dem eine dritte Interieur- und Transportlösung entsteht: eine feste Trennwand für die VW Bus-Version des ID. Buzz. Mit diesem Trennwandsystem kann der ID. Buzz im Passagierraum als Fünfsitzer und im Laderaum ähnlich wie die Cargo-Version genutzt werden – ideal für den Transport von Mensch und Material.



Der ID. Buzz bietet viele attraktive Modellvarianten *Fotos: we/WMD*

Entwickelt wurde diese Lösung gemeinsam mit dem niederländischen Unternehmen Snoeks Automotive. Die Trennwand wird direkt bei der Neuwagen-Konfiguration ausgewählt und ab Werk hinter der zweiten Sitzreihe des in diesem Fall fünfsitzigen ID. Buzz integriert. Der Passagierraum ist damit vollständig vom Laderaum getrennt. Der kann nun ähnlich wie die Cargo-Version genutzt werden. Dazu gehört das Beladen mit Gütern aller Art bis zur Dachhöhe. Ein Fenster in der Trennwand gewährlistet den Blick nach hinten. Vor Blicken in den Laderaum schützt eine optionale Folierung von Heck- und Seitenscheiben. Kleiner Nebeneffekt: Die Klimaautomatik arbeitet noch effizienter, da der zu klimatisierende Passagierraum kleiner wird.

Angeboten wird die Trennwand für den ID. Buzz mit kurzem Radstand in der Ausstattungsversionen „Freestyle“, „Pure“, „Energy“ und „Pro“. Für die zwei höher positionierten Linien „Energy“ und „Pro“ ist die Trennwand zudem auch in Verbindung mit langem Radstand konfigurierbar. **WMD**

Extra-Prämie bei Volkswagen Nutzfahrzeuge



Volkswagen Nutzfahrzeuge bietet aktuell eine Extra-Prämie für den e-Transporter in Höhe von 10.000 Euro, für den ID. Buzz von bis zu 6.000 Euro und für den ID. Buzz Cargo von bis zu 6.600 Euro. Zusätzlich ist diese Prämie auch kombinierbar mit der staatlichen e-Autoprämie. Zudem gewährt Volkswagen Nutzfahrzeuge eine Herstellergarantie von fünf Jahren für alle Modelle. **WMD**

Kurz notiert

Mehr Reichweite

Volkswagen Nutzfahrzeuge optimiert das Angebot des vollelektrischen Transporters und der vollelektrischen Caravelle: Hier gibt es eine vergrößerte Batterie mit 70 kWh nutzbarer Kapazität und eine verbesserte DC-Ladekurve. Das ermöglicht bis zu 374 Kilometer Reichweite und damit rund 13 Prozent mehr als bisher. Damit stärkt Volkswagen Nutzfahrzeuge die Alltagstauglichkeit und Effizienz des elektrischen Transporters und des elektrischen Caravelle weiter und unterstützt gewerbliche Kund:innen auf dem Weg zu einem wirtschaftlichen, CO_2-reduzierten Fuhrpark. Gleichzeitig verkürzen sich die Ladezeiten spürbar: An einer 125-kW-DC-Ladesäule kann die Traktionsbatterie nun in



rund 30 Minuten von 10 auf 80 Prozent geladen werden. Vorteil: Ein kurzer Ladestopp von zehn Minuten erlaubt rund 100 Kilometer zusätzliche Reichweite.

Der elektrische Transporter ist auch mit dem intelligenten 4Motion-Allradsystem erhältlich. So bleibt der e-Transporter auch bei Nässe, wechselnden Untergründen oder in Kurven sicher in der Spur. Das Allradsystem wird in drei Leistungsstufen wahlweise mit 100 kW (136 PS),160 kW (218 PS) und 210 kW (286 PS) angeboten. **WMD**

11081101_002626

Graben verboten

Zum Start in den Frühling erst mal den halben Garten umgraben? Nicht beim **NO-DIG-GARDENING**, das immer mehr Anhänger findet.

Für viele Gartenfans beginnt das Frühjahr traditionell mit dem Spaten in der Hand: Erde lockern, Beete umgraben, den Boden fit für die neue Saison machen. Doch immer mehr Menschen verzichten auf diese schweißtreibende Routine. Statt schwerer Arbeit setzen sie auf ein Prinzip, das einfacher, schonender und auch noch erstaunlich effektiv ist. Beim No-Dig-Gardening, dem Gärtnern ohne Umgraben, bleibt der Boden weitgehend unberührt. Genau das sorgt für verblüffend fruchtbare Ergebnisse.

Die Idee klingt fast zu schön, um wahr zu sein: weniger Arbeit, gesunder Boden, bessere Erträge – und das alles ohne kräftezehrendes Umgraben? Was zunächst allem zu widersprechen scheint, was man über Gartenarbeit zu wissen meint, erweist sich bei genauerem Hinsehen als schlüssig. Indem man das komplexe Ökosystem Boden ein Stück weit sich selbst überlässt, schafft man die Grundlage für seine langfristige Bodengesundheit. Die vermeintlich neue Methode orientiert sich an uralten Prinzipien der Natur. Im Wald lockert ja auch niemand alljährlich den Boden auf: Herabgefallene Blätter und abgestorbene Pflanzenteile werden stattdessen von einer Vielzahl an Organismen zersetzt und bilden nach und nach eine fruchtbare Humusschicht. Diese ist Lebensraum und Nahrungsquelle für eine vielfältige Pflanzen- und Tierwelt.



Als Basis: Die Pappe soll Licht unterdrücken und das Sprießen von Unkraut verhindern. Es gibt auch spezielle Pappe im Gartenbedarf.
Copyright: xDreamstimexALRobinso

Ähnlich funktioniert es auch im heimischen Garten – wenn man ihn lässt. Der Boden ist kein lebloses Substrat, sondern ein vielschichtiges Ökosystem. In einer Handvoll Erde leben laut Naturschutzbund mehr Organismen als Menschen auf der Erde. Durch das Zusammenspiel aus organischer Substanz, Mineralien, Wasser und Luft erfüllt der Boden wesentliche Aufgaben: Er bietet Lebensraum, ermöglicht Nährstoffkreisläufe, filtert und speichert Wasser und reguliert das Klima. Regelmäßiges Umgraben stört dieses Gleichgewicht.

Vorreiter der No-Dig-Bewegung ist der britische Gärtner Charles Dowding. Auf seiner Farm in Somerset baut er seit Jahrzehnten nach dieser Methode an. Sein Motto: Statt sich in den Boden einzumischen, wird er „gefüttert" – mit Kompost, Mulch und anderem organischen Material, das sich langsam zersetzt. Das Ergebnis ist eine lockere, nährstoffreiche Erde, die sich weitgehend selbst reguliert.

Mittlerweile boomt die No-Dig-Gemeinde: Mehr als eine Million Menschen folgen Dowdings Gartentipps allein in den sozialen Medien. Sie alle schwören auf eine ganze Reihe von Vorteilen, die weit über den bloßen Arbeitskomfort hinausgehen. Im Mittelpunkt steht das lebendigere Bodenleben: Regenwürmer, Bakterien und Pilze finden in der ungestörten Erde ideale Bedingungen und übernehmen das „Umgraben" von selbst. Dadurch bleibt der Boden dauerhaft locker, feucht und nährstoffreich. Eine stabile Grundlage für langfristig höhere und gesündere Erträge – im Gespräch mit der „Garden's Illustrated" spricht Dowding von Ernteperioden ist und umgekehrt ebenso bei starken Regenfällen. Denn Pflanzenwurzeln und Pilze durchziehen das Erdreich und stabilisieren es so, ohne dass es durch Starkregen weggeschwemmt werden könnte.



Ein Platz an der Sonne: Für das No-Dig-Gardening scheiden Beete im Schatten aus. Der Standort darf sogar eine Rasenfläche sein. Auf jeden Fall wird erst gesät und gepflanzt, wenn die gewässerte Pappe verrottet ist.
Foto: IMAGO/Pond5/JackF

SO GEHT DAS NO-DIG-GARDENING ZU HAUSE

Standort wählen: Wählen Sie für ein neues No-Dig-Beet einen möglichst sonnigen Platz. Sie können sogar auf einer Grasfläche starten – die alte Narbe bleibt einfach liegen.
Pappe als Basis: Legen Sie eine Schicht unbedruckter, unbeschichteter Kartons direkt auf den Boden und wässern Sie diese gründlich. Sie unterdrücken Unkraut und verrotten je nach Dicke in rund drei Monaten.
Fruchtbare Schicht aufbauen: Auf die Pappe kommt eine rund zehn bis 20 Zentimeter dicke Lage aus Kompost. Wer keinen eigenen Kompost hat, kann auf hochwertige Bio-Erde zurückgreifen. Eine Deckschicht aus Stroh oder Laub hilft, Feuchtigkeit zu speichern.
Pflanzen und säen: Sobald die Pappe verrottet ist, kann gesät oder gepflanzt werden. Das Pflanzloch wird einfach in die oberste Schicht gestochen.
Pflegen, nicht graben: Im Laufe der Saison genügt es, regelmäßig nachzumulchen. Etwas Rasenschnitt oder frischer Kompost reicht aus, um den Nährstoffkreislauf in Gang zu halten.

Ideal ist die Methode für Menschen, die ökologisch gärtnern, Zeit und Rücken schonen möchten oder schlicht neugierig sind, wie sich Naturprozesse im eigenen Garten beobachten lassen. Besonders Gemüsebeete eignen sich hervorragend, die No-Dig-Methode auszuprobieren, aber auch Stauden- oder Hochbeete gedeihen prächtig.



500 Stimmen GESUCHT

für das POP - GOSPEL - ROCK Projekt

Ein Aufruf an alle, die das Singen lieben:

500 Stimmen auf der Bühne – ein unvergessliches Erlebnis.

Das singOUT-Mass-Choir-Projekt von Silas Edwin ruft wieder alle auf: Sei dabei, mit 500 weiteren Stimmen auf der Bühne. Ab sofort werden aus Hannover und Umgebung wieder Sänger jeden Alters gesucht, die mitmachen und die Begeisterung weitergeben möchten. singOUT garantiert ein unvergessliches Erlebnis mit viel Spaß, Musik und vielen Emotionen. Von Gospel bis hin zu Pop und weiteren Musikrichtung; der Mass-Choir erhält durch die Stimmgewalt der 500 Sänger ein ganz besonderes Klangvolumen.

Los geht es in Hannover mit dem Eingangsworkshop am 13. Juni '26. Danach wird 1x monatl. geprobt und sich 6 Monate lang auf den großen Auftritt vorbereitet: dem singOUT-Konzert im Kupelsaal Hannover, am 06. März '27. Dort präsentieren die 500 Stimmen mit Solisten und Band, eine Musikexplosion der Extraklasse.

Mitmachen können alle, die Freude am Singen haben sowie die Dynamik eines Mass-Choirs erleben möchten. Sei dabei !

Anmeldung und weitere Info:
www.singout-projekt.de

11761001_002626

+++ SOFORT BARGELD +++ SOFORT BARGELD +++

OPHIRUM Deutschlands größter Filialist GOLDFUXX

REKORDSTÄNDE IM GOLDPREIS!
JETZT IHR ALTGOLD VERKAUFEN!

GOLDFUXX BRAUNSCHWEIG
Wendenstr. 57
38100 Braunschweig

OPHIRUM MAGDEBURG
Breiter Weg 213
39104 Magdeburg

GOLDFUXX BREMEN
Fedelhören 12
28203 Bremen

WIR SIND FÜR SIE VOR ORT IN
HANNOVER
CALENBERGER ESPLANADE I-8

Bundesweit 42 Standorte

- Qualitätsbarren & -münzen
- Schnelle & professionelle Abwicklung
- Anonymer Goldkauf
- Beste Preise für Ihr Altgold

www.ophirum.de

9733402_002626

Gesundes Grün für die Fassade

Sie ist ein kleiner Beitrag zum Klimaschutz und macht optisch was her: Eine begrünte Hauswand hat einige Vorteile – wenn man es richtig anstellt.

Keine nackte Hauswand, sondern bewachsen von Pflanzen: Eine begrünte Fassade sorgt dafür, dass es sich an sonnigen Tagen drinnen nicht so aufheizt. Weitere Vorteile: Das Grün filtert Feinstaub aus der Luft, hellt die Stimmung auf, bietet Vögeln und Insekten Lebensraum und mindert Schall. Darauf weist der Verband Fenster + Fassade (VFF) hin. Allerdings: Eine Pflanzenfassade muss dauerhaft gepflegt werden.

Wichtig ist ein regelmäßiger Rückschnitt. Je nachdem, wie die Begrünung gestaltet ist, müssen technische Anlagen und Befestigungen kontrolliert und gewartet werden. Umso wichtiger, vorab genau zu planen, in welchem Umfang und auf welche Weise die Fassade begrünt werden soll.

Grundsätzlich gibt es laut VFF zwei Formen: Entweder wachsen Kletterpflanzen vom Boden aus an Rankhilfen nach oben, oder es werden Pflanzgefäße direkt an der Fassade befestigt. Für beide Varianten rät der Verband zu einem Fachbetrieb. Auch der Naturschutzbund (Nabu) hält den Rat von Fachleuten für sinnvoll. Denn die Planung muss die Zusatzbelastung durch Pflanzen, Wasser oder Wind berücksichtigen. Fenster, Balkone, Sonnenschutzanlagen oder Rettungswege dürfen nicht beeinträchtigt werden. Die Fassade darf nicht zu dicht bewachsen sein, die Luft muss zirkulieren, Feuchtigkeit sollte nicht an der Wand stehen bleiben. Bei einem aufwändigeren System müssen Be- und Entwässerung stimmen.



Gute Planung ist alles: Pflanzen an der Fassade sorgen im Sommer für Schatten und im Winter für zusätzliche Dämmung.
Foto: Britta Pedersen/dpa

Wer die Begrünung direkt in den Boden pflanzt, hat laut Nabu die Wahl zwischen Selbstklimmern und Gerüstkletterpflanzen. Efeu und Wilder Wein etwa bewachsen ein Gebäude ohne Rankhilfe, schlingende und rankende Pflanzen sowie Spreizklimmer brauchen etwas Unterstützung. Dazu gehören Blauregen, Weinrebe, Kletterrose oder Geißblatt.

Was bei den Selbstklimmern wichtig ist: Dass man sie durch regelmäßiges Schneiden leitet und nicht überhandnehmen lässt. Die Fassade muss zudem absolut intakt sein, sonst können diese Pflanzen Bauschäden verursachen. Schlingende Pflanzen wiederum müssen in Schach gehalten werden, so der Nabu, damit sie nicht die Regenrinne „erwürgen".

Wer plant, sein Haus von Pflanzen bewachsen zu lassen, sollte nach möglichen Förderungen fragen. Zwar werden Fassadenbegrünungen aktuell im Rahmen der Bundesförderung für effiziente Gebäude nicht als eigenständige Einzelmaßnahme gefördert. Aber manche Kommunen und Bundesländer bieten eine Förderung über Programme zur urbanen Begrünung an. Informieren kann man sich auf der Webseite der jeweiligen Stadt oder Gemeinde; der VFF bietet online einen Fördermittel-Assistenten an.



11918001_002626



Im Anflug: Chiara Rohr vom TV Hannover-Badenstedt steht vor ihrem ersten Länderspiel für die A-Frauen des DHB.
Foto: imago/Marco Wolf

Riesensprung für Rohr

Handball-Talent vom TV Hannover-Badenstedt vor Debüt in der **FRAUEN-NATIONALMANNSCHAFT**.

HANNOVER. Immer wieder läuft Christopher Nordmeyer der Spielerin Chiara Rohr und den anderen Debütantinnen der Frauen-Nationalmannschaft über den Weg. „Die grinsen den ganzen Tag", weiß der Bundestrainer der U20-Juniorinnen vom Parallel-Lehrgang aus Großwallstadt zu berichten. Beide Teams trainieren seit Wochenbeginn am selben Ort, jetzt trennen sich ihre Wege.

Am Dienstagabend hoben die Frauen von Frankfurt nach Skopje ab zum EM-Qualifikationsspiel in Nordmazedonien. Nordmeyers Juniorinnen fliegen am Mittwoch nach Ankara für zwei Testspiele gegen die Türkei. Dieses Mal nicht in Nordmeyers Team: Chiara Rohr. Die U19-Europameisterin vom TV Hannover-Badenstedt hat eine Einladung von Bundestrainer Markus Gaugisch für die Frauen bekommen. Die 18-jährige Hannoveranerin steht unmittelbar vor ihrem A-Debüt.

„Das ist schon eine Überraschung, sie ist ja noch Drittliga-Spielerin", sagt Nordmeyer. „Ich freue mich riesig für sie. Es zeigt, dass sich ihre tolle Arbeit, die sie regelmäßig abliefert, auszahlt", so der ehemalige Recken-Coach. „Für sie wird jetzt ein Traum wahr."

Linksaußen Rohr gehörte beim EM-Triumph im vergangenen Jahr zu den Führungsspielerinnen, war beste Torschützin und wurde ins All-Star-Team gewählt. Das blieb auch Gaugisch nicht verborgen, der die EM live vor Ort verfolgte – und somit auch Rohrs herausragende Leistungen.

Schon zuvor hatte er sie in den erweiterten WM-Kader der A-Nationalmannschaft berufen. Da stand Rohr schon im DHB-Elitekader, der die größten Talente des Landes gezielt fördert. „Chiara ist eine super-spannende Spielerin und Persönlichkeit", sagt Antje Althaus, Nationalmannschaftsmanagerin und Mentorin des weiblichen Elitekaders des DHB. „Mich erfüllt es mit stolz, sie zu begleiten. Und ich bin mir sicher, dass sie alles meistern wird."

Auch Gaugisch ist voll des Lobes. „Chiara hat eine sehr, sehr hohe Qualität an Möglichkeiten. Sie ist eine sprunggewaltige Spielerin mit einem unheimlich harten Wurf. Sie verfügt über Skills, die sie schon im Juniorinnenbereich herausstechen lassen", so der Bundestrainer. Für Rohr sei es jetzt „ein Riesensprung, letzte Woche noch DM-Viertelfinale mit Badenstedts A-Jugend, jetzt Frauen-Nationalmannschaft."

Wie alle anderen Debütantinnen werde auch Rohr „mit Nervosität zu tun haben. Aber Chiara ist sehr aufnahmefähig, auch unter Druck. Deswegen mache ich mir bei ihr keine Sorgen. Sie wird alles reinhauen." Davon ist auch Nordmeyer überzeugt. Rohr sei auf Erfolg gepolt. „Sie will immer gewinnen. Entsprechend gibt sie immer Gas und lässt nichts aus."

Drei Einheiten hat Rohr in Großwallstadt absolviert. Jetzt bei den Frauen dabei zu sein, „ist für mich natürlich sehr aufregend. Ich sammle gerade viele neue Eindrücke und merke, dass die Qualität und Intensität im Training nochmal höher ist", erzählt die Rechtshänderin. „Es macht trotzdem viel Spaß, vor allem mit den erfahrenen Spielerinnen zusammenzuspielen, jeden Tag viel für mich mitzunehmen und Erfahrungen zu sammeln."

Gesetzt auf ihrer Position ist Antje Döll, Nationalmannschaftskapitänin, 37 Jahre alt, mehr als 100 Länderspiele, auch am Kreis einsetzbar. Rohr wird von der Zusammenarbeit mit ihr profitieren – egal, wie viele Minuten sie tatsächlich spielen kann bei den zwei anstehenden Partien. Am Mittwoch (Ergebnis nach Redaktionsschluss) in Nordmazedonien und am morgigen Sonntag in Hamm gegen Belgien (19 Uhr, live auf ProSieben MAXX) geht es sportlich um nichts mehr. Deutschland ist als feststehender Gruppensieger bereits für die EM 2026 in der Slowakei, Tschechien, Polen, Rumänien und der Türkei (3. bis 20. Dezember) qualifiziert. Der Grund, warum der Bundestrainer jetzt munter mit dem Nachwuchs experimentieren kann. „Die Vorfreude auf mögliche Einsätze ist natürlich groß, auch wenn Markus Gaugisch noch keine konkreten Einsatzzeiten genannt hat", sagt Rohr. „Umso mehr versuche ich, mich im Training bestmöglich zu zeigen und meine Chance zu nutzen."

Für ihre Karriere überlässt Rohr nichts dem Zufall. Neben den üblichen Trainingseinheiten mit dem Drittliga-Team des TV Hannover-Badenstedt und der A-Jugend schiebt sie zwei Extra-Schichten pro Woche. Einmal Krafttraining mit ihrer Personal-Trainerin und eine Wurfeinheit mit zwei ehemaligen Handball-Stars der TSV Hannover-Burgdorf. Linksaußen Lars Lehnhoff und Rechtsaußen Torge Johannsen, mittlerweile Trainer-Gespann bei den Drittliga-Männern vom TuS Vinnhorst, üben regelmäßig mit Rohr und geben wertvolle Tipps. „Sie nimmt das sehr gerne an", weiß Nordmeyer.

Im Sommer wagt Hannovers Sportlerin des Jahres den fälligen Karriere-Schritt auf Vereinsebene und wechselt zur HSG Bensheim/Auerbach in die 1. Liga. Vorher will sie mit Badenstedts A-Jugend den Meistertitel holen und mit der deutschen U20 bei der WM in China (24. Juni bis 5. Juli) eine tragende Rolle spielen. Deutschland ist als Europameister einer der Favoriten.

Präsentiert sich Rohr weiter so gut, kann sie sich auch bei den deutschen Frauen etablieren. „Chiara ist auf alles vorbereitet", sagt Nordmeyer und ist überzeugt: „Sie findet ihren Weg."

KOSTENLOSE HAUSBESUCHE BIS 100KM - TEL:0163-8319119

Für Pelze Jacken + Mäntel bis zu 8.500 €*

Ankauf Goldbarren

Pelz- & Goldankauf

Hauptfiliale: Guerickestr. 5 - 30655 Hannover-Buchholz
Zweigstelle: Ringstraße 7 - 30457 Hannover-Ricklingen
Tel.: 0163 - 831 91 19

Bares für Wahres

BARES FÜR WAHRES - DIE EXPERTEN SIND FÜR SIE VOR ORT

AKTIONSTAG Montag 13 April 2026 | Dienstag 14 April 2026 | Mittwoch 15 April 2026 | Donnerstag 16 April 2026 | Freitag 17 April 2026 | Samstag 18 April 2026

Montag - Samstag 10-18 Uhr durchgehend

Jetzt anrufen! Termin sichern! Tel.: 0163-831 91 19

Antike Nähmaschinen
Antike Puppen
Antike Schreibmaschinen
Markentaschen
Lederjacken & Lammfelljacken
Golfschläger
Geschirr
Gemälde

Wir kaufen an..
• Schreibmaschinen • Antik Spielzeug
• Goldbarren • Antiquitäten • Brillen • Bilder
• Sammlerstücke • Lammfelljacken • Truhen
• Ikonen • Designertaschen • Nähmaschinen
• Silberbesteck • Zinn • Porzellan • Münzen
• Diamanten • Gemälde • Perücken • Uhren
• Bernstein • Puppen • Medaillen • Orden
• Musikinstrumente • Schallplatten • Pfeifen
• Feuerzeuge • Briefmarken • Münzen
• Kerzenständer • Klavier • Taschenuhren
• Kristallgläser • Bücher • Vasen • Krüge
• Bibeln • Silber 90,100,800,900 • Zahngold

Eheringe

ACHTUNG!
Letzter Aufruf für Pelze vor Saisonschluss.
Die Nachfrage ist groß, wir zahlen
bis zu 8.500 €

Ankauf von Schmelzgold aller Art!

Ankauf von Münzen
Inhaber: C. Estefania.

Wir zahlen bis zu 165,-€ je Gramm Gold

Wir zahlen für Münzsammlungen bis zu 6.500€

Besteck auch versilbert

Lederjacken

SOFORT BARGELD

Letzter Aufruf für Pelz & Leder vor Saisonende.
Die Nachfrage ist groß.
Wir schätzen Ihre Antiquitäten, Pelze und Schmuck kostenlos.

Für Leder Jacken + Mäntel bis zu 3.500 €*

Hauptfiliale:
Guerickestr. 5
30655 Hannover-Buchholz

Zweigstelle:
Ringstraße 7
30457 Hannover-Ricklingen

Bares für Wahres - jetzt an 2 Standorten in Hannover

11574401_002626



Die Feldstudie fand auf einem Deich in Butjadingen an der niedersächsischen Nordseeküste statt. Foto: LuFi/ Jan-Michael Schönebeck

Blühpflanzen stärken Deiche

HANNOVER. Die Vegetation auf Küstendeichen hat maßgeblichen Einfluss auf deren Stabilität bei extremen Wetterlagen. Zu diesem Ergebnis kommt eine Untersuchung des Ludwig-Franzius-Instituts für Wasserbau, Ästuar- und Küsteningenieurwesen der Leibniz Universität Hannover. Grundlage ist eine Feldstudie am Langwarder Groden in Butjadingen, bei der unterschiedliche Saatmischungen auf einem Sommerdeich erprobt wurden.

Analysiert wurden sowohl die Entwicklung der Pflanzengesellschaften als auch deren Auswirkungen auf Bodeneigenschaften. Dabei zeigte sich, dass eine kräuterreiche Vegetation gegenüber gräserdominierten Beständen Vorteile bietet. Durch tiefreichende Wurzeln und stärkere Beschattung konnte Feuchtigkeit im Boden besser gehalten und Temperaturschwankungen im Sommer reduziert werden. Dies verhinderte weitgehend das Austrocknen und Aufreißen der Kleidecke, also der schützenden Deckschicht des Deichs.

Die Forschenden stellten zudem fest, dass auch die Pflege eine entscheidende Rolle spielt. Insbesondere der Zeitpunkt der Mahd beeinflusst die Stabilität: Wird die Biomasse entfernt, steigt kurzfristig die Anfälligkeit des Bodens für Trockenheit und Temperaturschwankungen.

„Die Ergebnisse belegen, dass die Erhöhung der funktionalen Diversität der Grasnarbe die Widerstandsfähigkeit des Deichs gegenüber Dürren stärkt“, erklärt Hauptautor Jan-Michael Schönebeck. Koautor Professor Torsten Schlurmann sieht darin einen praxisnahen Ansatz für den Küstenschutz: „Die Ergebnisse aus dem Realexperiment weisen das Potenzial von ökosystembasierten Küstenschutzstrategien nach.“

Die Studie ist in der Fachzeitschrift PLOS ONE veröffentlicht worden. Sie entstand im Rahmen des Forschungsprojekts „Gute Küste Niedersachsen“, das von 2020 bis 2025 lief und sich mit nachhaltigen Strategien für den Küstenschutz befasste. Neben naturbasierten Lösungen wurden auch technische und gesellschaftliche Aspekte in mehreren Reallaboren entlang der niedersächsischen Nordseeküste untersucht. **RED**

Kerstin Schumacher – Voller Freude im Einsatz für die Nachbarn

Das Johanniter-Angebot **„WOHNEN MIT SERVICE“** unterstützt im Alltag, hilft bei Problemen und schafft Gemeinschaft



Will für die Menschen da sein: Kerstin Schumacher leitet bei den Johannitern den Fachbereich Wohnprojekte. Foto: JUH/Heun

Es klingt nach wenig, ist aber eine große Aufgabe. „Wir wollen für die Menschen da sein“, sagt Kerstin Schumacher. Seit einem halben Jahr leitet die 50-Jährige bei den Johannitern den Fachbereich Wohnprojekte und ist damit zuständig für acht Servicewohnangebote in der Stadt und Region Hannover. Ihre 14 Mitarbeitenden besetzen dort Büros und sind ansprechbar für kleine und größere Fragen, Aufgaben und Probleme oder auch einfach für einen kurzen Schnack. Für Menschen aus insgesamt 460 Wohnungen sind sie zuständig. Sie kennen viele der zumeist älteren Mieterinnen und Mieter, nehmen Anteil an ihrem Leben, wissen oft um gesundheitliche Entwicklungen und familiäre Geschichten. „Geduld, Empathie und Mitgefühl machen die Frauen in meinem Team aus“, sagt Kerstin Schumacher. Sie weiß, wovon sie redet. Seit zehn Jahren ist sie selbst Hausleitung im Johanniter-Quartier in Kirchrode.

Das liegt an der Gravensteiner Allee und verfügt über 57 Wohnungen. Kerstin Schumacher ist dort, nebst ihren Kolleginnen, regelmäßig im Büro im Erdgeschoss des Hauses anzutreffen. Hauptaufgabe ist es, die Appartements zu vermieten und für ihre Instandhaltung zu sorgen. Außerdem organisieren sie darüber hinaus das alljährliche Sommerfest und regelmäßige Angebote wie Spiel-, Handwerk- oder Kaffeenachmittage im Gemeinschaftsraum, der – ebenso wie die angrenzenden Flure - immer wieder für Kunstausstellungen genutzt wird. Im Büro sind die Johanniterinnen jederzeit ansprechbar. Wenn die Glastür sich öffnet, werden die gerade angefangenen Aufgaben schnell für einen Moment zur Seite gelegt. Ein Handwerker wird benötigt? Oder Hilfe bei einer Behördensache? Das Portemonnaie ist verlegt? Die Nachbarin hört so laut Musik? Mit einer Mischung aus Verständnis und Pragmatismus kann allermeistens schnell eine Lösung gefunden werden. Mit dieser Einstellung führt Kerstin Schumacher jetzt auch als Fachbereichsleitung ihr Team. Ihre Überzeugung ist: „Unser Wohnen mit Service ist eine Mischung aus Sozial- und Quartiersarbeit mit Freude an nachbarschaftlichem Austausch.“

Die Johanniter bieten das Wohnen mit Service im Auftrag von Wohnungsunternehmen wie hanova und Ostland, der Lehrter Wohnungsbau oder der Vincent Bernward Stiftungen an. Manche Projekte, wie zum Beispiel an der Waldstraße in Misburg, sind mit 26 Wohnungen und einer Büropräsenz einmal pro Woche klein. Andere wie das Gilde-Carré oder die Wohnungen an der Pfarrlandstraße in Hannover-Linden mit 64 oder sogar fast 100 Einheiten sind deutlich größer und werden intensiver betreut. Für alle gilt: Neben den bestehenden Angeboten werden je nach Möglichkeit auch Wünsche erfüllt. So gibt es an der Pfarrlandstraße einmal in der Woche ein gemeinsames Kochen und Mittagessen. Und wenn sich Bewohnende melden, weil sie in die Tabletnutzung eingewiesen werden möchten, wird kurzerhand ein Computerkurs auf die Beine gestellt.

„Wie überall in der Gesellschaft ist auch bei uns die zunehmende Einsamkeit der Menschen ein Thema“, sagt Kerstin Schumacher. Mit ihrem Team arbeitet sie dagegen an. Gemeinsam entwickeln sie Angebote, profitieren dabei gegenseitig von ihren Ideen und Erfahrungen. Das möchte sie in Zukunft weiter ausbauen, der Bedarf ist da. Kerstin Schumacher: „Die Zahl der Älteren nimmt weiter zu, und es wird sich nichts ändern, dass die meisten von ihnen, so lange es geht, in ihrem eigenen Zuhause leben möchten.“

Mehr Informationen zum „Wohnen mit Service“ der Johanniter unter johanniter.de/wohnprojekte-hannover

JOHANNITER

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



11840501_002626

Abenteuer auf großer Leinwand

BANFF MOUNTAIN FILM FESTIVAL macht Station im Theater am Aegi und zeigt zahlreiche Facetten des Bergsports

HANNOVER. Das Banff Mountain Film Festival geht in seine 45. Welttournee und bringt eine Auswahl herausragender Outdoor- und Abenteuerfilme nach Hannover. Am Mittwoch, 15. April, ab 19.30 Uhr macht das renommierte Festival im Theater am Aegi Station. Gezeigt wird ein kompaktes Best-of-Programm mit Filmen, die nicht nur spektakuläre Landschaften zeigen, sondern vor allem von den Menschen erzählen, die sich in ihnen bewegen – und davon, mit wem sie ihre Abenteuer teilen.

Das diesjährige Programm rückt genau diesen Gedanken in den Mittelpunkt: Wer ist der richtige Partner für extreme Unternehmungen? Die Antworten fallen so unterschiedlich aus wie die Geschichten selbst. Mal geht es um Familie, mal um Freundschaft, mal um Beziehungen, die unter Extrembedingungen auf die Probe gestellt werden. Die Filme laufen in Originalfassung mit Untertiteln.



Bikepacking mit Kleinkindern: „Emil und Karl" begleitet eine besondere Reise.
Filmstill: Holger Wimmer



Eine berührende Spurensuche in der Mont-Blanc-Region: „My Grandmother's Sketchbook".
Filmstill: Merde Glace

▸ **Emil und Karl – Kleine Reifen, große Berge**

Was passiert, wenn ein ambitioniertes Bikepacking-Projekt auf zwei Kleinkinder trifft? Emil und Karl sind keine klassischen Abenteurer – und genau das macht ihre Tour besonders. Während Jakob und Konne versuchen, die geplante Strecke durch die Schweizer Alpen zu bewältigen, bestimmen plötzlich ganz andere Prioritäten den Rhythmus: ein spannender Stein am Wegesrand, ein Murmeltier in der Ferne oder die Lust, einfach stehen zu bleiben. Zwischen ehrgeiziger Routenplanung und kindlicher Entdeckungslust entsteht ein Abenteuer, das weniger von Kilometern lebt als von Momenten.

▸ **A Baffin Vacation: Love on Ice**

Baffin Island ist kein Ort für halbe Sachen. Sarah McNair-Landry und Erik Boomer nehmen die Herausforderung an – und treiben sie auf die Spitze. Kajak, Kletterseil und Kite gehören hier zur Standardausrüstung, ebenso wie die Bereitschaft, sich auf extreme Bedingungen einzulassen. Doch während Eis, Wind und Distanzen kalkulierbar erscheinen, bleibt eine Frage offen: Wie viel Belastung hält eine Partnerschaft aus, wenn es keine Ausweichmöglichkeiten gibt? Der Film zeigt eine Expedition, bei der äußere und innere Grenzen zunehmend verschwimmen.

▸ **Reel Rock: Riders on the Storm**

Diese Route hat Generationen von Kletterern scheitern lassen – bis vier Alpinisten beschließen, es anders zu machen. Ihr Ziel: die legendäre Linie in Patagonien frei und am Stück zu klettern. Was wie ein sportliches Projekt beginnt, entwickelt sich schnell zu einem nervenzehrenden Experiment. Denn während draußen das Wetter umschlägt, brodelt es im Team. Unterschiedliche Temperamente, Erwartungen und Erfahrungen prallen aufeinander – und machen deutlich, dass nicht jede Herausforderung aus Fels besteht.



Mit Kajak, Kletterseil und Kite auf Baffin Island: Ein Film des Programms ist „A Baffin Vacation: Love on Ice".
Filmstill: Erik Boomer

▸ **Cold Calls: Japan**

Manchmal entscheidet ein einziger Moment über den nächsten großen Schritt. Für Alex Armstrong ist es ein Anruf, den sie nicht ignoriert. Kurz darauf findet sie sich in Japans Tiefschnee wieder – mitten in einem Trip, der alles bietet: spektakuläre Lines, spontane Begegnungen und eine Atmosphäre, die weit über den Sport hinausgeht. Der Film fängt diese Mischung aus Zufall, Mut und Timing ein und zeigt, wie schnell sich Türen öffnen können.

▸ **Rogatkin**

Nicholi Rogatkin hat früh gelernt, dass große Sprünge ihren Preis haben. Der Film blickt hinter die spektakulären Tricks und zeigt die Realität eines Athleten, der ständig an Grenzen geht – körperlich und mental. Siege und Niederlagen liegen dicht beieinander, ebenso wie Motivation und Druck. Dabei wird deutlich: Es ist nicht nur der Wettbewerb, der antreibt, sondern vor allem der eigene Anspruch, immer noch einen Schritt weiter zu gehen.

▸ **That One Friend**

Während andere um die beste Linie konkurrieren, verfolgen Sierra Schlag und Waverly „Waves" Chin einen anderen Ansatz. Für sie zählt nicht, wer zuerst unten ist, sondern wie sich der Tag anfühlt. Zwischen Powder-Abfahrten, gemeinsamen Mahlzeiten und unerwarteten Zwischenfällen entsteht ein Bild vom Freeriden, das bewusst gegen gängige Klischees arbeitet. Hier steht nicht der sportliche Ehrgeiz im Vordergrund, sondern die Qualität der gemeinsamen Zeit.

▸ **My Grandmother's Sketchbook – Under Mont Blanc**

Eine Reise in die Vergangenheit wird zur Bestandsaufnahme der Gegenwart. Max Romey folgt den Spuren seiner Großmutter, deren Skizzen ihn in die Mont-Blanc-Region führen. Was als persönliche Suche beginnt, entwickelt sich zu einer eindrücklichen Begegnung mit einer sich verändernden Landschaft. Besonders am Mer de Glace wird sichtbar, wie stark sich die Natur gewandelt hat – und wie sehr Erinnerungen und Realität auseinanderdriften können.

Das Programm umfasst rund 120 Minuten Film und wird durch eine Pause sowie ein moderiertes Rahmenprogramm ergänzt. Karten sind im Vorverkauf unter anderem bei „SFU – Sachen für Unterwegs", Schillerstraße 33, erhältlich. Der Eintritt kostet 21 Euro, ermäßigt sowie im Gruppentarif 19,50 Euro. Einlass ist ab 19 Uhr. **R/HR**

Pflanzentausch im Kulturtreff

HANNOVER. Im Kulturtreff Roderbruch, Rotekreuzstraße 19, findet am Sonnabend, 11. April, von 14 bis 17 Uhr eine Pflanzentauschbörse statt. Angeboten werden Zimmerpflanzen, Gartenstauden, Kräuter sowie Samen und Ableger. Besucherinnen und Besucher können eigene Pflanzen mitbringen und gegen andere Exemplare tauschen. Darüber hinaus besteht Gelegenheit, Erfahrungen auszutauschen und neue Anregungen für Garten und Fensterbank zu sammeln. Der Eintritt ist frei. **RED**

Festival mit Musik & Literatur

HANNOVER. Mit „Blüten+Kelche" startet am Sonnabend, 11. April, ein neues Festival in Hannover. Von 13 bis 22 Uhr verbindet die Veranstaltung in der Bürgerschule im Stadtteilzentrum Nordstadt, Klaus-Müller-Kilian-Weg 2, Literatur, Musik und Performance. Rund 30 Kunstschaffende, unter anderem der renommierte Jazzmusiker Nils Wogram, gestalten das Programm aus Literatur, Musik und Performance. Im Mittelpunkt stehen eigens entwickelte Arbeiten und Uraufführungen. Die literarische Leitung liegt bei Clara Cosima Wolff und Alexander Rudolfi, die musikalische bei Ana Mazaeva und Kai Wenas. Für Verpflegung sorgt Feinkost Yildirim, einen Büchertisch bietet die Buchhandlung MaschaKascha an. Der Eintritt erfolgt auf Spendenbasis. **RED**

Konzert mit Mythen

HANNOVER. Die Hannoversche Orchestervereinigung lädt am Sonnabend, 11. April, ab 18 Uhr zu ihrem Frühjahrskonzert in den Großen Sendesaal des NDR Konzerthauses, Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 22, ein. Unter dem Titel „Mythos und Dichtung" stehen Werke von Henry Purcell, Felix Mendelssohn Bartholdy, Edvard Grieg, Maurice Ravel und Antonín Dvorák auf dem Programm. Die musikalische Leitung übernimmt Martin Lill. Karten sind im Vorverkauf für 11 bis 37 Euro, ermäßigt 9 bis 19 Euro im NDR-Ticketshop erhältlich. **RED**

Kinderprogramm im Museum

HANNOVER. Im Museum August Kestner, Platz der Menschenrechte 3, gibt es am Freitag, 17. April, ab 15.30 Uhr einen Vorlesenachmittag im Mitmachfoyer „Sammler*s". Thema sind griechische und römische Götter. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern ab vier und ab acht Jahren, der Eintritt ist frei. Bereits am Sonnabend, 11. April, ab 12 Uhr, können Kinder ab acht Jahren römische Spiele kennenlernen und ausprobieren. Die Teilnahme kostet 3 Euro. Eine Anmeldung ist per E-Mail an museumspaedagogik.kestner@hannover-stadt.de erforderlich. **RED**

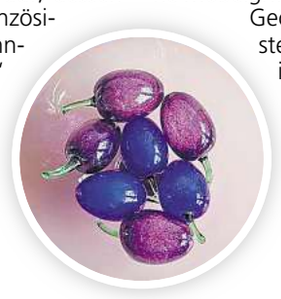
Schwedische „Glaskonst"

HANNOVER. In der Handwerksform Hannover wird vom 11. April bis 9. Mai, eine Ausstellung zur schwedischen Glaskunst gezeigt. Die Frühjahrsschau widmet sich der Geschichte des Unternehmens Studio Bo und gibt zugleich Einblicke in ein traditionsreiches Handwerk.

Studio Bo entstand in den 1970er Jahren in Hannover und bewegte sich zwischen Deutschland und Schweden. Die Firma spezialisierte sich auf Möbel- und Türgriffe aus Glas, die zunächst in kleinen schwedischen Manufakturen gefertigt wurden. Später erwarben die Gründer eine eigene Glashütte auf der Insel Öland in der Ostsee. Dort stellten zwei Glasbläsermeister die Produkte her.

Der Name des Unternehmens verweist auf den damaligen Zeitgeist, der die kreative Entwurfsphase handwerklicher Arbeit betonte. Zugleich greift er einen Teil des Familiennamens der Gründer auf, dessen Ursprung im Französischen liegt und sinngemäß mit „schön" übersetzt werden kann.

Einige der charakteristischen Glasgriffe haben bis heute Bestand. So finden sich in Geschäften im Hamburger Hanseviertel noch kugelförmige Exemplare aus Klarglas an Ladentüren.



Exponate schwedischer Glaskunst aus dem Studio Bo
Foto: scdb / Handwerksform Hannover

Die Ausstellung in Hannover präsentiert eine private Sammlung schwedischer Glaskunst. Gezeigt werden unter anderem mundgeblasene Schalen, Vasen, Karaffen, Trinkgläser, Parfümfläschchen und Schmuckstücke. Auch Briefbeschwerer, Obelisken aus Glas sowie einzelne Möbelgriffe sind zu sehen.

Geöffnet ist die Ausstellung „Glaskonst" in der Handwerksform Hannover, Berliner Allee 17, dienstags bis freitags von 12 bis 18 Uhr sowie sonnabends von 12 bis 17 Uhr. Eine zusätzliche Öffnung erfolgt im Rahmen der Europäischen Kunsthandwerkstage am Sonntag, 12. April, von 12 bis 17 Uhr. Führungen werden am Dienstag, 14. April, sowie am Dienstag, 28. April, jeweils um 17 Uhr angeboten. Der Eintritt ist frei. **RED**

handwerksform.de

30 Jahre „Grünes Hannover"

HANNOVER. Seit drei Jahrzehnten lädt das Programm „Grünes Hannover" dazu ein, Natur- und Grünräume in der Stadt neu zu entdecken. Zum 30-jährigen Bestehen liegt nun das neue Angebot für 2026 vor. Was Mitte der 1990er-Jahre als kleines Führungsformat für Garteninteressierte begann, hat sich zu einem breit angelegten Programm für unterschiedliche Zielgruppen entwickelt.

Von April bis November stehen mehr als 150 kostenfreie Führungen im gesamten Stadtgebiet auf dem Plan. Die Touren führen durch Gärten, Parks, Friedhöfe sowie verschiedene Landschaftsräume und vermitteln Einblicke in ökologische Zusammenhänge, Stadtgeschichte und Gestaltung von Grünflächen. Getragen wird das Angebot vom Fachbereich Umwelt und Stadtgrün der Landeshauptstadt Hannover, unterstützt von ehrenamtlich Engagierten und weiteren Beteiligten.

Fachbereichsleiter Justin Kirchhoff betont die Vielfalt der Programmpunkte: „Wir möchten mit diesem vielseitigen Programm alle Interessierten ansprechen." Neben klassischen Führungen gehören auch Angebote für Kinder und Familien sowie Rundgänge mit Bezügen zu Kunst und Kultur zum Programm. Die meisten Veranstaltungen dauern etwa eineinhalb Stunden.



Die Touren im „Grünen Hannover" führen zu den schönsten Ecken der Stadt, wie hier in den Stadtpark.
Foto: Landeshauptstadt Hannover

Ein Teil der Termine entsteht im Rahmen der „IntraRegionale 2026". In Kooperation mit dem Insektenbündnis Hannover wird dabei das Thema Insekten künstlerisch aufgegriffen und mit Naturerlebnissen verknüpft.

Die digitale Broschüre „Grünes Hannover 2026" ist online abrufbar auf hannover.de/gruenes-hannover, das gedruckte Programmheft liegt kostenlos an verschiedenen Stellen im Stadtgebiet aus, darunter beim Hannover-Tourismus-Service am Ernst-August-Platz, im Neuen Rathaus, im Informationspavillon am Großen Garten in Herrenhausen sowie im Fachbereich Umwelt und Stadtgrün. **RED**



Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Hannover 96 - Preußen Münster
03. Mai 2026: Heinz von Heiden Arena

TUTANCHAMUN
Diverse Termine: Alte Druckerei

King Buffalo - European Tour
06. Mai 2026: Kulturzentrum FAUST

ABENTEUERLAND
Diverse Termine: Theater am Aegi

Hannover-Burgdorf - SC DHfK Leipzig
08. Mai 2026: ZAG Arena

Sharon Mansur Trio
08. Mai 2026: Jazz Club Hannover

35 Jahre Main Concept
09. Mai 2026: Mephisto / Faust

Das Kinderfest in der Staatsoper
10. Mai 2026: Staatsoper

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

11174501_002626

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Neue Interessengebiete tun sich auf. Ihr Beruf oder ein schönes Hobby führt Sie mit Menschen zusammen, die Ihnen auf Anhieb sympathisch sind.

STIER 21.4.–20.5.
Man weiß, dass es Ihnen mehr als schwerfällt, sich den Wünschen anderer unterzuordnen. Zurückhaltung scheint augenblicklich jedoch angezeigt.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Sie wünschen sich Veränderung, wissen aber noch nicht so genau, wohin die Reise eigentlich gehen soll. Nur langsam erkennen Sie Ihre Wünsche.

KREBS 22.6.–22.7.
Ein neuer Aufwärtstrend begünstigt Ihre Aktivitäten. Mit Einsatzfreude und dem entsprechenden Know-how lässt sich derzeit vieles durchsetzen.

LÖWE 23.7.–23.8.
Ein kühler Kopf hilft Ihnen, eine schwierige Entscheidung zu treffen, denn nicht immer erweist sich das Bauchgefühl als wirklich verlässlich.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Sie sollten sich neuen Eindrücken und Impulsen bewusster öffnen. Entschließen Sie sich für ganz bestimmte Kurse, die Ihnen besonders zusagen.

WAAGE 24.9.–23.10.
Kleine Widerstände können Sie wegstecken. Sie stehen auf einer sehr gesunden Basis. Im Übrigen täten ein paar neue Impulse der Beziehung gut.

SKORPION 24.10.–22.11.
Sie verfügen über die nötige Willenskraft, ein angestrebtes Ziel zu erreichen. Auch können Sie jemanden für sich erobern oder zurückgewinnen.

SCHÜTZE 23.11.–21.12.
Im Wesentlichen entfalten sich Ihre Pläne gut. Es dürften sich vielversprechende Kontakte auftun und ein finanzielles Problem scheint lösbar.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Von größeren Investitionen sollten Sie augenblicklich absehen. Die Risiken sind dabei größer, als Sie annehmen. Noch einmal alles überdenken!

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Wenn Sie ganz nüchtern überlegen, wird Ihnen manches nicht mehr so rätselhaft erscheinen. Sie sind nun in der Lage, das Komplexe zu erfassen.

FISCHE 20.2.–20.3.
Eine verlockende Chance könnte dazu führen, dass das Geld locker sitzt und schlussendlich doch mehr in den Warenkorb gelegt wird als geplant.

APOTHEKEN

SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Ginkgo-Apotheke,
Tel. 14138, Kopernikusstr. 5
Leine-Apotheke,
Tel. 5334825, Ernst-August-Platz 1
Leonoren-Apotheke,
Tel. 422422, Ricklinger Stadtweg 33
Redeker'sche Apotheke Großer Hillen, Tel. 522080, Großer Hillen 6

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

Falken-Apotheke,
Tel. 422138, Wallensteinstr. 23D
Stern-Apotheke,
Tel. 989980, Hildesheimer Str. 26
ALTWARMBÜCHEN:
Libra Apotheke,
Tel. 612125, Bothfelder Str. 33

Rätselspaß am Wochenende

Schau, Vorführung	Binnenmeer in Kasachstan	Früchte		Ozean		italienisch: drei		panischer Ansturm	breiige, erdige Flüssigkeit	Täuschung		Vorname der Lemper	russ. Schriftsteller † (Maxim)		Neckerei
					4					Sänger der 60er (Billy) †			eine Großmacht (Abk.)		
Segelstange		Himmelskörper	5				7	Putsch						2	8
	3			Skatausdruck			absurd					6			Abk.: am Ende
Stadt an Blau und Donau		französisch: er											Insel der griech. Zauberin Circe	Siegerin	
Keimzelle													albanische Währung		entwässerter Schlick
gallertartige Substanz	Dt. Presseagentur (Abk.)	Lebensbund	russisches Kampfflugzeug	arab. Märchenfigur (.... Baba')	Teil des Hinduskuchs	eiszeitlicher Höhenzug	altjapanisches Brettspiel		Pfiff, Schwung	spanisch: mir, mich		Bindewort	Weltorganisation (Abk.)		
politischer Aufwiegler									Teil der Stunde						
Geisteswissenschaft								1				arabische Langflöte			
Meerriese der nord. Sage						1	2	3	4	5	6	7	8		



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**
Musik & Kultur 2026



Ihr Reisepreis ab **€ 459** pro Person im DZ Classic

Dresden Spezial****+

Rendezvous mit den alten Meistern

Reisetermin 3-Tage-Reise/ÜF: Sa. 02.05. - Mo. 04.05.2026

ERLEBNISREICHE TAGE IN DRESDEN mit Kunst und Kultur: Zwinger, Semperoper, Frauenkirche und Residenzschloss.

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ 2 Übernachtungen mit Maritim-Frühstücksbuffet im Maritim Hotel Dresden**** ✓ Eintritt Gemäldegalerie Alte Meister inklusive Führung ✓ Eintritt Neues Grünes Gewölbe inklusive Führung ✓ Besuch Frauenkirche inklusive Führung ✓ Besuch Semperoper inklusive Führung ✓ kostenlose Nutzung des Schwimmbades im Hotel

Extrakosten pro Person:
EZ-Zuschlag Classic ..... € 110
Aufpreis DZ Superior ..... € 40
Aufpreis EZ Superior ..... € 80
1 x Abendessen im Hotel ..... € 36
1 x Abendessen Restaurant Sophienkeller (MTZ 20 Personen) ..... € 33
City-Tax zahlbar vor Ort!



Ihr Reisepreis ab **€ 429** pro Person im DZ

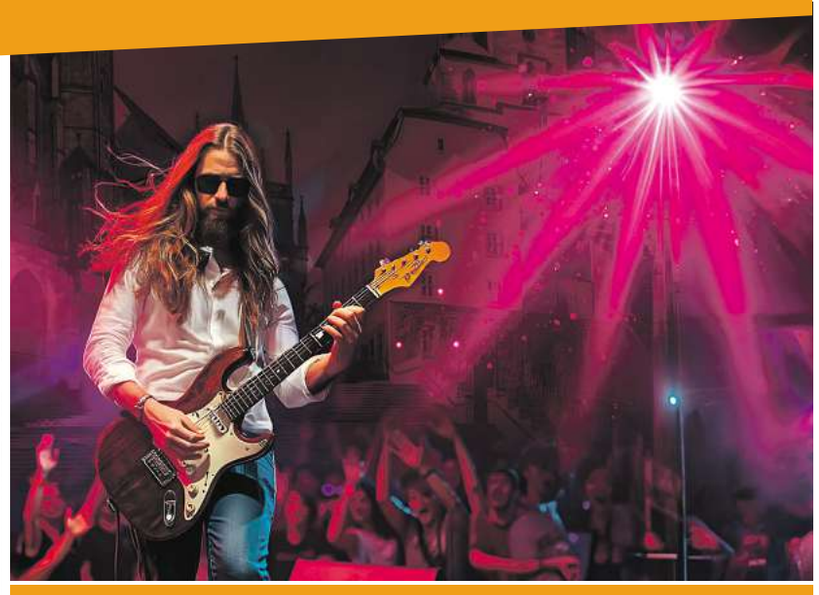
Venedig in Prag verzaubert

Johannisfest mit Wasserkonzert an der Karlsbrücke

Reisetermin 3-Tage-Reise/HP: Do. 14.05. - Sa. 16.05.2026

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ 2 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Hotel DUO**** in Prag
✓ 1 x Buffet-Abendessen im Hotel
✓ Halbtägige Stadtführung Prager Schönheiten in der Altstadt mit Reiseleitung
✓ Moldauschifffahrt „Wasserkonzert Johannisfest unter der Karlsbrücke" ca. 2 Std. mit Buffetabendessen am Tag 2
✓ Fahrt mit der historischen Straßenbahn durch die Altstadt von Prag inklusive 1 Glas Sekt
✓ Inklusive City-Tax

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag ..... € 120



BEGRENZTE KARTENANZAHL BUCHBAR BIS 30.04.2026

Ihr Reisepreis ab **€ 319** p. P. im DZ inkl. PG 1

33. Erfurter Domfestspiele

„JESUS CHRIST SUPERSTAR" Musical von Andrew Lloyd Weber

Reisetermin 2-Tage-Reise/ÜF: So. 09.08. - Mo. 10.08.2026

Die Domstufen zwischen dem prächtigen Kirchenbauensemble von Mariendom & St. Severi werden alljährlich zu einer der schönsten Festivalbühnen der Welt.

Leistungen:
✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
✓ 1 Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Dorint Hotel am Dom**** in Erfurt
✓ Eintrittskarte Domstufen-Festspiele PG 1 um 20.30 Uhr
✓ Inklusive Kulturförderabgabe Erfurt
✓ Stadtführung in Erfurt am Tag 2 um 10.30 Uhr

Extrakosten pro Person:
Einzelzimmer-Zuschlag ..... € 60

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

3754801_002626

STELLENMARKT

KAUFMÄNNISCHE BERUFE

An der **DIPLOMA Hochschule** ist ab WS 26/27 im **Fachbereich Soziales & Pädagogik** folgende Stelle zu besetzen:

DIPLOMA
Private staatlich anerkannte Hochschule
University of Applied Sciences

Professur für Soziale Arbeit (m/w/d)
30 Stunden pro Woche

Ihre Aufgaben: Durchführung von Online- und Präsenzlehre an einem der folgenden Standorte: Hamburg, Hannover oder Leipzig.
Neben der Lehrtätigkeit unterstützen Sie die Studiendekaninnen bei der Organisation des Studienbetriebs sowie bei der Betreuung von Studierenden und Lehrenden.

Ihr Profil: Promotion im einschlägigen Fachgebiet. Nachgewiesene Erfahrung in der Hochschullehre, insbesondere auch in der Online-Lehre, sowie einschlägige wissenschaftliche Publikationen. Mindestens fünfjährige einschlägige Berufspraxis, davon mindestens drei Jahre außerhalb des Hochschulbereichs. Bereitschaft zur Durchführung von Lehrveranstaltungen im dualen und im Präsenzstudium unter der Woche sowie in der Fernlehre an Samstagen. Selbstständige und strukturierte Arbeitsweise, Verantwortungsbewusstsein sowie ein hohes Maß an Verlässlichkeit, Flexibilität und Teamfähigkeit.

Ihre Bewerbung richten Sie bitte per E-Mail an: DIPLOMA Hochschule, Prof. Dr. Sabine Skalla, **bewerbung@diploma.de**

diploma.de

11765701_002626

An der **DIPLOMA Hochschule** ist **ab 01.09.2026** im **Fachbereich Soziales & Pädagogik** folgende Stelle zu besetzen:

DIPLOMA
Private staatlich anerkannte Hochschule
University of Applied Sciences

Lehrkraft für besondere Aufgaben (m/w/d)
- im Studiengang Soziale Arbeit B.A.
20 Stunden pro Woche

Ihre Aufgaben: Durchführung von Online- und Präsenzlehre an einem unserer Standorte (Hamburg, Hannover oder Leipzig). Außerdem unterstützen Sie die Studiendekaninnen bei organisatorischen Aufgaben. Die Betreuung und Beratung von Studierenden sowie die Unterstützung der Lehrenden gehört ebenfalls zu Ihrem Aufgabenbereich.

Ihr Profil: Abgeschlossenes Studium der Sozialen Arbeit oder einer verwandten Disziplin. Erfahrung in der Online-Lehre. Bereitschaft zur Lehre im dualen Studium, im Präsenzstudium unter der Woche sowie in der Fernlehre an Samstagen. Selbstständige und strukturierte Arbeitsweise, Flexibilität und Teamfähigkeit. Hohes Maß an Verantwortungsbewusstsein und Verlässlichkeit.

Ihre Bewerbung richten Sie bitte per E-Mail an: DIPLOMA Hochschule, Prof. Dr. Sabine Skalla, **bewerbung@diploma.de**

diploma.de

11781801_002626

WEITERE BERUFSFELDER

Dein Job in Hannover & Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in
- Groß Buchholz
- List
- Schulenburg
- Engelbostel
- Südstadt
- Kirchrode
- Misburg-Süd

Heute eingestellt, morgen zugestellt

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

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

10444901_002626

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



Ticketgutscheine gibt's hier:
haz-ticketshop.de • np-ticketshop.de

BundesImmobilien

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

Elektroingenieurin / Elektroingenieur (Betriebsmanagerin / Betriebsmanager) (w/m/d)

(bis EG 10 TVöD Bund / A 10 BBesG – Tarifgebiet West, Kennung MDFM2551)

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann bewerben Sie sich online bis zum **27. April 2026** auf **www.interamt.de** unter der **Stellen-ID 1432449**.

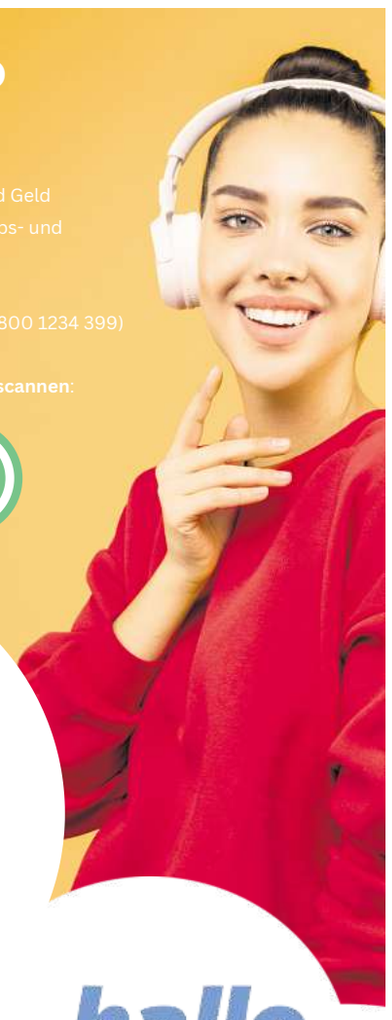
www.bundesimmobilien.de

11810901_002626

Schülerjob gesucht?

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

Einfach online, telefonisch (0800 1234 399) oder über **WhatsApp bewerben** und den **QR-Code scannen**:



Freie Gebiete:
- Südstadt
- Linden
- Davenstedt
- Seelhorst
- Kirchrode
- Bothfeld
- Groß Buchholz

hallo wochenende

11200201_002626

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Altwarmbüchen, 84m², 3,5 Zi., 1. OG, Lift, Blk., 235.000€ ☎ 0170/2082069

IMMOBILIENKAUF–GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

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

ANLAGEOBJEKTE

SUCHE als Anlage Mehrfamilienhaus oder Wohnung zum Kauf in Garbsen +25Km Umkreis ☎ 0172-195 16 46

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

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

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

10223801_002626

Achtung Stellensuchende

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

Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

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

Kaufe altes Silberbesteck, auch versilbert ☎ (0177) 8884144

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

TV / FOTO / PHONO / ELEKTRONIK

Sammler sucht gebrauchte Schallplatten und HiFi-Stereo-Geräte ☎0170/3610367

SCHMUCK & UHREN

! Suche Uhren aller Art 01605319258!

GARTEN

Gartenpflege, Rasen vertikutieren ☎0172 1790101

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

Zaunbau, Baumfällung, Pflasterarb., Rollrasen uvm. ☎0157/52461902

KUNST– UND SAMMLERMARKT

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

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

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Fliesenleger + Badsanierung
☎ 0160/97739654

11724701_002626

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

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Haushaltshilfe für 2x wöchentlich a 2 Std. in Vahrenheide gesucht, gute Bezahlung. ☎ 0157/53348155

MINI– UND NEBENJOBS

Aushilfskräfte (m/w/d) im Verkauf und Warenpflege für unsere Märkte mit Beet- und Balkonpflanzen in Langenhagen und Garbsen-Berenbostel in Voll- und Teilzeit gesucht. Saisonbedingter Verkauf vom 22.4. bis ca. 25.06.2026. Mehr Informationen unter noetel@baumschule-noetel.de oder von 14 bis 18 Uhr unter ☎ 0173 421 89 59

Raumpflegerin m. Erf. f .Büro Mo/Mi/Fr. Hainh. Mo-Sa. ☎ 612101

STELLENGESUCHE

STELLENGESUCHE

Gelernter Gärtner sucht Arbeit. ☎0157-33254341

Zuverl. Maler su. Arbeit (0162)9421859

Maler sucht Arbeit. ☎0157-33254341

MINI– UND NEBENJOBS

Maler sucht Arbeit, auch am Wochenende ☎ 0176/40705700

HOBBY UND FREIZEIT

Suche alte Videospiele/Konsolen zB Nintendo, Sega, Playstation, Atari, xbox u.ä. Zubehör, Controller, Zeitschriften, Werbemittel... ☎ 04236 8089944

kaufe Luftgewehre und Luftpistolen auch defekt sowie Wiederladezubehör ☎ 015170130953

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

DIENSTLEISTUNGEN

Dachdecker bietet an: Flachdachsanierung, Dachreparaturen, Asbest Abbau + Entsorgung Schweißbahn, Garagendach, Carport, Dachrinne reparieren u. erneuern, Dämmung, Fassade, Terrasse bauen 0176/42559229 Matthias Dachdecker

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

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

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

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

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

11725301_002626

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

aktasderpacktdas.de☎0511/5347369 Haushaltsauflösung mit Wertanrechng

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

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

Entrümp. & Kleintrans. (0163)9134970

11115901_002626

Gartenpflege inkl Ents.017641467766

Gartenpflege zum FP 0163/7709224

Dach: Kleinflick & Rinne ☎44497279

Umzüge, Entr.,Transp. 0511/71657401

Alzheimer
Forschung braucht Ihre Hilfe!
www.breuerstiftung.de

hallo wochenende
erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

MADSACK Medien Hannover GmbH & Co. KG

August-Madsack-Straße 1
30559 Hannover

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

Redaktionsleitung:

Thorsten Schirmer
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

Redaktionskoordination:

Christian Kaufer

hallo Wochenende erscheint in Teilen in Kooperation mit HAZ und NP

Fließtextanzeigen-Annahme:

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

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

Patrick Bludau

Zustellung:

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

Druck:

Druckzentrum Niedersachsen Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

Leserbriefe:

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

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

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

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

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

11403501_002626

REISEMARKT

REISE / TOURISTIK

WEITERE ANGEBOTE

SKAN-CLUB 60 plus

ZAUBERHAFTER HARZ
Morada HOTEL ALEXISBAD im Selketal

8-Tage-Seniorenreisen

Komfortable Zimmer, gastronomische Einrichtungen im Harzer Stil, ein **renovierter Wellnessbereich mit Hallenbad und Saunen** sowie das Spa **„WaldOase"für individuelle Wellnessangebote.**

INKLUSIV-LEISTUNGEN
- Fahrt im Nichtraucherfernreisebus mit WC
- 7 Übernachtungen inkl. Halbpension
- **Galabuffet und Harzer Spezialitätenbuffet** (im Rahmen der Halbpension)
- Geführter Spaziergang durch Alexisbad
- Unterhaltungsabende
- **1 Hexentrunk** (nur *-Termin)
- **Kostenlose Nutzung des Hallenbades** u.v.m.

Wellnessangebot (+ € 100,– pro Person):
- **Tägliche Nutzung des Wellnessbereiches mit einer Auswahl von drei Saunen und einem Panoramaruheraum**
- **2 Anwendungen im Spa MORADA „Waldoase" (Fuß-Spa-Behandlung und klassische Rückenmassage)** u.v.m.

ab Euro 655,– pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension
Kein Einzelzimmerzuschlag! (begr. Anzahl)
Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: € 100,–
Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,– pro Person! (außer Sonderreisen)
Keine Parkgebühren!
bett+bike

TERMINE 2026
10.05.–17.05. | 07.06.–14.06.
05.07.–12.07.* | 02.08.–09.08.
23.08.–30.08. | 30.08.–06.09.

SONDERREISEN (5/6 Tage)

Glaswelt und Wilder Westen
Besondere Leistungen: Themenbuffets, Ausflug Westernstadt Pullman City, Ausflug Glasmanufaktur HARZKRISTALL u.v.m.
10.05.–14.05.26 ab € 398,–
31.05.–04.06.26 ab € 398,–

Indian Summer
Besondere Leistungen: Indian Summer-Buffet und Harzer Heimatabend mit „All-inclusive-Getränken", zwei Ausflüge in die Natur u.v.m.
01.11.–06.11.26 ab € 398,–
15.11.–20.11.26 ab € 388,–

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

Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik International GmbH · Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel

10845201_002626

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

ALLGEMEINE PLATZIERUNG

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

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe Motorräder ☎ (05121) 514583

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.



CARAVAN TIRGE GMBH

Fr. 24.04. bis So. 26.04.26
10 bis 17 Uhr

Camping, Spaß & Familienzeit – mit tollen Angeboten, vielen Ausstellern, Hüpfburg & leckerem Essen!

EUBO CARAVAN TIRGE GMBH
Am Walde 2 · 30916 Isernhagen/Altwarmbüchen
www.tirge.de · Tel. 0511 - 69 60 35 0

Folgen Sie uns auf @caravantirge

10854502_002626

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

KFZ GESUCHE

PKW KAUFGESUCHE

Suche Suzuki Jimny ab Bj. 2018 (neues Modell) ☎ 0177/147 69 26

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Suche altes Moped Motorrad defekt oder total verrostet 015111520265

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

BEKANNTSCHAFT

SIE SUCHT IHN

Ulrike, 64 J., natürlich, mit weibl. Figur u. hüb. Gesicht. Ich liebe das Landleben, koche mit Leidenschaft, halte meinen Haushalt in Ordnung. Was mir fehlt: füreinander da sein, Nähe spüren, gebraucht u. geliebt werden. Findest Du auch, dass alles zu zweit schöner ist? Dann melde Dich üb. PV, ich freue mich sehr auf Dich. Tel. 01520-8293309

Ulla, 69 J., verwitwet, mit schlank-weibl. Figur. Bin eine ordentl. u. aufmerksame Hausfrau, die gerne kocht, Auto fährt u. Musik mag. Möchte Ihnen meine Fürsorge u. Liebe schenken. Sollten Sie ortsgeb. sein, kann ich auch zu Ihnen kommen. Folgen Sie Ihrem Herzen u. rufen Sie üb. PV an. Tel. 0176-34498406

ER SUCHT SIE

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

VERSCHIEDENES

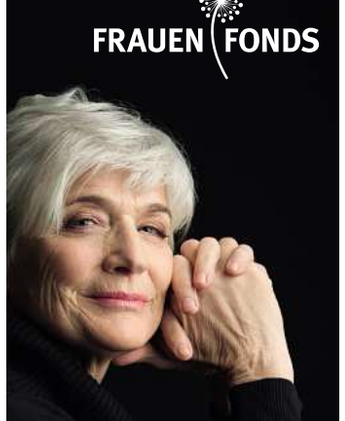
VERSCHIEDENES

Rentner übernimmt gerne Tätigkeiten im Haushalt, Fahrten, Rasen mähen Einkäufe, Arztterm. und handwerkliche Tätigkeiten ☎ 0152 184 961 08

11788601_002626

KAUFE.ORDEN.PICKELHAUBEN UNIFORMEN.URKUNDEN.FOTO'S HELME.Hr.Röhl ☎05102739927 mail: hermangali@freenet.de

FRAUEN FONDS



Mein Leben. Mein Wille.

Ein Fonds nur von Frauen? Ein Frauentestament für eine gerechtere Welt? Lassen Sie uns darüber reden. Ich bin für Sie da.
Katrin Heidbüchel:
0241 442-503
heidbuechel@misereor.de
frauen-testament.de

misereor
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT

ANZEIGE



Das Gartenfestival Blumen & Ambiente findet in diesem Jahr vom 30. April bis zum 3. Mai statt. Foto: ECM GmbH

Karten für „Blumen & Ambiente“ gewinnen

Termin für Gartenfans und Gourmets: Auf dem Landgut Wienhausen bei Celle findet vom 30. April bis 3. Mai die Veranstaltung „Blumen & Ambiente“ statt. In dem weitläufigen Park der historischen Gutsanlage am Kloster Wienhausen präsentieren internationale Aussteller, Gartenarchitekten und Handwerker ein breites Angebot rund um Pflanzen und Gartenkultur.

Im Mittelpunkt stehen besondere Gewächse wie Duft- und Heilkräuter, Gehölze, Spalierobst und Gemüse. Ergänzt wird das Sortiment durch Gartengeräte, Rankhilfen, Pflanzgefäße sowie Kunsthandwerk, Dekorationen, Schmuck, Mode und Textilien im ländlichen Stil. Gestaltete Gartenbereiche zeigen unterschiedliche Ideen der Garten- und Landschaftsplanung. Auch kulinarisch wird einiges geboten, darunter Blütensalate, Fisch- und Käsespezialitäten sowie Kaffee und Kuchen und Fruchtcocktails. Geöffnet ist die Veranstaltung Donnerstag, 30. April, bis Sonnabend, 2. Mai, jeweils von 10 bis 18 Uhr sowie Sonntag, 3. Mai, von 11 bis 18 Uhr. Veranstaltungsort ist das Landgut Wienhausen, Mühlenstraße 8 in Wienhausen bei Celle.

Wir verlosen unter unseren Leserinnen und Lesern 2 x 20 Eintrittskarten für „Blumen & Ambiente“. Zur Teilnahme am Gewinnspiel scannen Sie einfach bis zum 20. April 2026 den hier stehenden QR-Code mit dem Smartphone oder Tablet, um die entsprechende Internetseite aufzurufen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Satt? Ist dem Gehirn egal, solange es Snacks gibt

Warum greifen wir auch nach dem Essen zu Schokolade oder Chips? Forscher zeigen, wie unser Gehirn auf **VERLOCKENDE BILDER** anspringt.

VON LARISSA SCHWEDE

BERLIN. Eigentlich pappsatt, aber der Schokoriegel geht noch rein? Ein Team der britischen University of East Anglia hat dieses Phänomen untersucht. Unserem Gehirn scheint es demnach bei der Verarbeitung von verlockenden Essensreizen gleichgültig zu sein, ob wir bereits genügend Nahrung zu uns genommen haben oder nicht, wie die Forscher im Fachblatt „Appetite“ schreiben. Sie führten mit 90 Erwachsenen ein Experiment durch und maßen währenddessen ihre Gehirnaktivität mit einem Gehirnscan, bei dem Elektroden auf der Kopfhaut platziert werden. Letztlich flossen die Daten von 76 Probanden in die Auswertung ein.

Berliner Thema

Die zu Beginn des Experiments hungrigen Teilnehmenden gaben zuvor an, wie gern sie bestimmte Snacks mögen. Jedem wurde daraufhin je ein süßer und ein herzhafter Snack zugeteilt. Dann folgte ein Belohnungsspiel, bei dem die Probanden fiktive Lose für diese Snacks gewinnen konnten. Bei den Messungen erkannten die Forscher als Reaktion auf die Snack-Bilder Signale, mit denen das Gehirn einen Reiz als potenziell gewinnbringend oder wertvoll einstuft. Nach der Hälfte des Experiments bekamen die Probanden eines der zuvor gesehenen Lebensmittel zu essen – und zwar so viel davon, bis sie nach eigenen Angaben „keinen weiteren Bissen mehr wollten“. Danach ging das Belohnungsspiel weiter.

Im Gehirn spielte die Sättigung den Autoren zufolge kaum eine Rolle: Obwohl der Körper eigentlich genug von dem Lebensmittel hatte, blieb die Reaktion ähnlich. Die Auswertung der neuronalen Aktivität zeigte, dass die Belohnungszentren im Gehirn weiterhin genauso stark auf Bilder des nun vom Körper eigentlich ungewollten Essens reagierten wie vor der Sättigung.

„Tatsächlich konnte keine noch so große Sättigung die Reaktion des Gehirns auf köstlich aussehende Lebensmittel ausschalten“, erklärt der leitende Studienautor Thomas Sambrook. Die Studie legt nahe, dass Reaktionen auf die Reize von Schokolade, Chips und Co. unabhängig von bewussten Entscheidungen wie Gewohnheiten funktionieren. Vor diesem Hintergrund sei es „kein Wunder, dass es sich unmöglich anfühlen kann, einem Donut zu widerstehen“, so Sambrook.



Eigentlich satt, aber Knabberzeug geht noch? Dafür gibt es wissenschaftliche Erklärungen Symbolfoto: Yan Krukau / Pexels

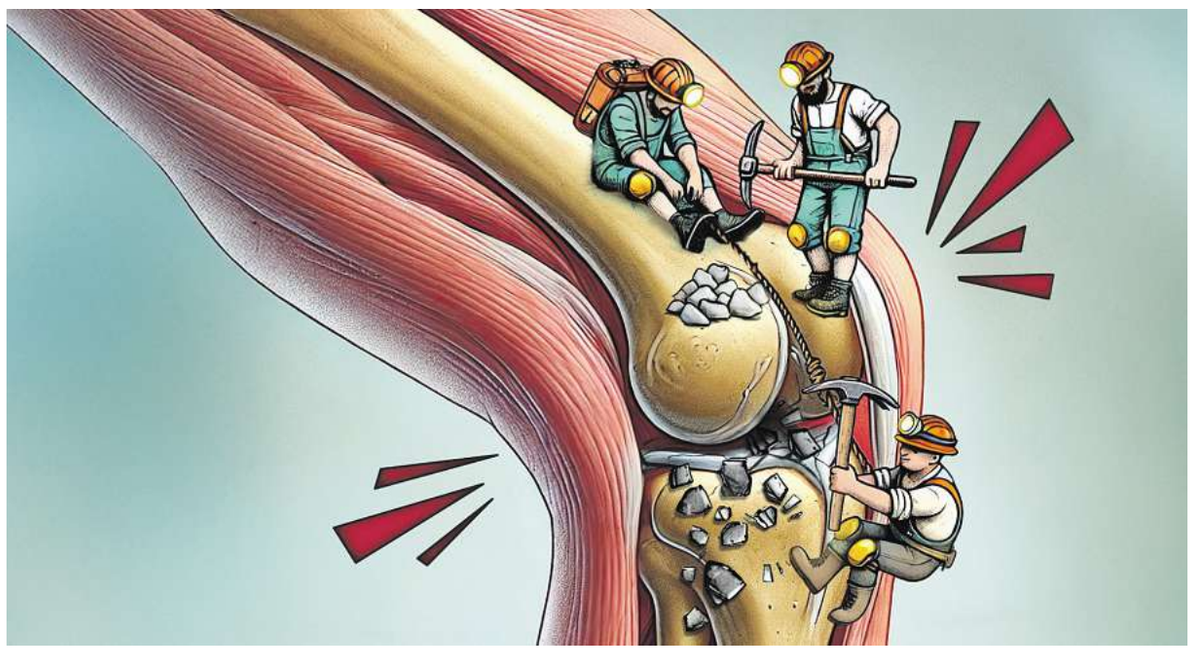
ANZEIGE

Raubbau an den Gelenken: Wie Arthrose den Knorpel zerstört

Pflanzlicher Wirkstoff kann Körperzellen stoppen, die den Knorpel bei Arthrose angreifen

Arthrose zerstört schleichend den Knorpel und verursacht starke Schmerzen. Doch Forscher entdeckten, dass ein pflanzlicher Wirkstoff bestimmte Körperzellen stoppen kann, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen – was das für Millionen Arthrose-Patienten bedeutet.

Die moderne Medizin erforscht immer mehr pflanzliche Wirkstoffe bis ins Detail – auch die heimische Mistel. Schon vor über 100 Jahren vermuteten Naturbeobachter ihr Potenzial in der Krebsbehandlung. Heute analysieren Wissenschaftler ihre Eigenschaften in hochmodernen Laboren und untersuchen ihre therapeutische Wirkung intensiv. Tatsächlich wird die Mistel mittlerweile in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album bei Arthrose helfen kann[1].



Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz“. Dabei verspüren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.[1] Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.[2] Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Was unser Experte rät:

Gehen Sie bereits bei ersten Anzeichen von Gelenkverschleiß aktiv dagegen vor, bevor die Schmerzen Ihren Alltag bestimmen: Rubaxx Arthro ist speziell bei Arthrose zugelassen und bietet Betroffenen nicht nur wirksame, sondern zugleich gut verträgliche Hilfe.



Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)

www.rubaxx.de



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

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

10887501_002626