



by Degussa



9,90 €
im Monat

DAS SICHERSTE KOMPAKT-SCHLIESSFACH DER WELT.

JETZT ABSCHLIESSEN: Theaterstraße 7
Hannover · Telefon: 0511 897338-11

13893801_002623



Wohnmobile
BIEGER

VERMIETUNG · SERVICE · VERKAUF












www.wohnmobile-hannover.de
Wilh.-Röntgen-Str. 4 · 30966 Hemmingen
Tel. (0511) 262 82 33

13894301_002623

MULTIPOLSTER – WIR WOLLEN IHR ALTES SOFA!

SOFA

TAUSCH

PRÄMIE*

WIR KÜMMERN
UNS UM ALLES!

- Abbau
- Mitnahme
- Umweltgerechte Entsorgung

AM LIEFERTAG!

UNSER BEITRAG FÜR
MEHR NACHHALTIGKEIT

- Hohe Qualität garantiert lange Lebensdauer
- Energieeffizient produzierte Polstermöbel
- Kürzeste Lieferwege für aktiven Klimaschutz

KASSIEREN SIE JETZT BIS ZU

2200,-*

FÜR IHR ALTES SOFA

*Sie geben uns Ihre alte Garnitur, wir geben Ihnen einen Rabatt von mindestens fünfundzwanzig Prozent, maximal jedoch Zweitausendzweihundert Euro beim Kauf einer neuen Garnitur.
Gültig bis Samstag, den 27. Mai 2023.

+

OBEN DRAUF

0%

FINANZIERUNG**

JETZT BIS ZU 24 MONATSRATEN
OHNE ZINSEN · OHNE GEBÜHREN

MP-18-23 Seite 01 | **Erklärung siehe Seite 02

Der Polsterspezialist

MULTIPOLSTER®

Das größte Spezialunternehmen für Polstermöbel – 50 mal in Deutschland

POLSTERTAUSCH BEI MULTIPOLSTER – WIR WOLLEN IHR ALTES SOFA!

Relaxessel, in Stoff, ca. 71 cm breit. Manuell verstellbar.

Werbepreis: 1199.-
Umtauschprämie* - 300.-

899.-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1175.-

INKLUSIVE Kopfstütze

FEDERKERN

Polstergarnitur, in Stoff, bestehend aus Sofa, ca. 150 cm und Sofa, ca. 200 cm breit. Inklusive 1x Kopfstütze. Ohne Funktionen und Kissen.

KASSIEREN SIE JETZT

433.-

FÜR IHR ALTES SOFA*

Werbepreis: 1732.-
Umtauschprämie* - 433.-

1299.-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1744.-

Inklusive Verstellfunktion mit Gasdruck und verstellbarem Kopfteil.

sitz-concept® smart

Optional Querschläfer²⁾

Optional Stauraum¹⁾

INKLUSIVE 2x Sitztiefeverstellung

Eckkombination, in Stoff, Stellmaß ca. 242 x 210 cm. Inklusive 2x Sitztiefeverstellung. Ohne weitere Funktionen.

Werbepreis: 1865.-
Umtauschprämie* - 466.-

1399.-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1399.-

Funktion Stauraum¹⁾

Funktion Querschläfer²⁾

(Mehrpreis)

(Mehrpreis)

RAL GÜTEZEICHEN M MÖBEL PRODUKT QUALITÄT H20190181

FEDERKERN

Relaxessel mit Comfort-Line-Funktion und manueller Kopfteilverstellung – durch Körperdruck senkt sich der Rücken und der Sitz geht automatisch nach oben, das Fußteil klappt nach oben bis zur Liegeposition.

Relaxessel, in Stoff, ca. 80 cm breit. Manuell verstellbar.

Werbepreis: 1199.-
Umtauschprämie* - 300.-

899.-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 899.-

Gegen Mehrpreis möglich:

- 3 Rückenvarianten
- 4 Funktionsmöglichkeiten
- 3 Armlehnenvarianten
- 2 Sitzbreiten
- 2 Sitzhöhen
- 5 Fußvarianten
- 4 Nahtvariationen

RAL GÜTEZEICHEN M MÖBEL PRODUKT QUALITÄT H20190182

INKLUSIVE wertiger Ziernaht

Optional Stauraum²⁾

Optional Querschläfer²⁾

Optional Motorische Verstellung¹⁾

Optional Motorische Verstellung¹⁾

Wohnlandschaft, in Stoff, Stellmaß ca. 235 x 313 x 167 cm. Ohne Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

KASSIEREN SIE JETZT

533.-

FÜR IHR ALTES SOFA*

Werbepreis: 2132.-
Umtauschprämie* - 533.-

1599.-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1599.-

Motorische Verstellung¹⁾

Funktion Stauraum²⁾

Funktion Querschläfer²⁾

(Mehrpreis)

(Mehrpreis)

(Mehrpreis)

FEDERKERN

KASSIEREN SIE JETZT BIS ZU

2200.-*

FÜR IHR ALTES SOFA

SOFA TAUSCH PRÄMIE*

WIR KÜMMERN UNS UM ALLES!

- Abbau
- Mitnahme
- Umweltgerechte Entsorgung
- AM LIEFERTAG!

UNSER BEITRAG FÜR MEHR NACHHALTIGKEIT

- Hohe Qualität garantiert lange Lebensdauer
- Energieeffizient produzierte Polstermöbel
- Kürzeste Lieferwege für aktiven Klimaschutz

RAL GÜTEZEICHEN M MÖBEL PRODUKT QUALITÄT H20190182

Optional Relaxfunktion¹⁾

Optional Funktion-Relaxecke²⁾

Relaxfunktion¹⁾

Funktion-Relaxecke²⁾

Wohnlandschaft, in Stoff, Stellmaß ca. 168 x 305 x 200 cm. Ohne Funktionen und Kissen.

KASSIEREN SIE JETZT

500.-

FÜR IHR ALTES SOFA*

Werbepreis: 1999.-
Umtauschprämie* - 500.-

1499.-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 1499.-

FEDERKERN

RAL GÜTEZEICHEN M MÖBEL PRODUKT QUALITÄT H20200199

Optional verstellbare Kopfstütze¹⁾

Optional Relaxfunktion²⁾

verstellbare Kopfstütze¹⁾

Relaxfunktion²⁾

Eckkombination, in Leder, Stellmaß ca. 239 x 272 cm. Ohne Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

KASSIEREN SIE JETZT

666.-

FÜR IHR ALTES SOFA*

Werbepreis: 2665.-
Umtauschprämie* - 666.-

1999.-

Unser bisheriger 30-Tage-Bestpreis 2985.-

ECHT LEDER!

*Sie geben uns Ihre alte Garnitur, wir geben Ihnen einen Rabatt von mindestens 25% (= Umtauschprämie), maximal jedoch 2200 Euro beim Kauf einer neuen Garnitur. Gilt nur für Neubestellungen, nicht für bereits reduzierte Ausstellungsstücke und Modelle der Marke VON WILMOWSKY. Gültig nur für Neuaufträge. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Gültig bis 27.05.2023 (Aktion wird gegebenenfalls bei großem Erfolg verlängert). **Ohne Zinsen, ohne Gebühren – bis zu 24 Monate Laufzeit. Angebot in Zusammenarbeit mit der Santander Consumer Bank AG. Sitz: 41061 Mönchengladbach – Wohnsitz und Beschäftigung in Deutschland sowie Bonität vorausgesetzt. A) <https://www.dtg.de/awards/dka2022-23>

DEUTSCHES KUNDEN-
AWARD
2022/23

HERAUSRAGENDES
PREIS-LEISTUNGS-
VERHÄLTNIS

Branchenübergreifende Kundenbefragung
TOP 20%, 11/2022, dtg.de/10130

Der Polsterspezialist

MULTIPOLSTER®

Hannover Isernhagen Opelstraße 22,
Gewerbegebiet Altwarmbüchen-
Möbelmeile •
Hannover Garbsen Bremer Straße (B6),
neben Teppich-Kibek •
Braunschweig Frankfurter Straße 232,
A391-Abfahrt BS-Gartenstadt

Das größte Spezialunternehmen für Polstermöbel – www.multipolster.de

Multipolster GmbH & Co. Handels-KG, 09214 Burgstädt

Degussa

GOLD UND SILBER.

ALTE SCHÄTZE IN
DER SCHUBLADE?
JETZT VERKAUFEN.

DEGUSSA-ANKAUF.DE

OHNE
Termin
verkaufen

Theaterstraße 7 · Hannover

Telefon: 0511 897338-11

3221801_002623

HANNOVER

SÜD

hallo

wochenende

Wohnmobile
BIEGER

VERMIETUNG · SERVICE · VERKAUF

EURA MOBIL

CHAUSSON

Hobby

KARMAN

LAKE

PILOTE

Sterckeman

Forster

www.wohnmobile-hannover.de

Wilh.-Röntgen-Str. 4 · 30966 Hemmingen

Tel. (0511) 262 8233

1234501_002623

Selbsthilfe stellt sich vor

HANNOVER. Der 37. Hannoverische Selbsthilfetag findet am Sonnabend, 6. Mai, von 10 bis 16 Uhr in der Innenstadt vom Kröpcke bis zum Platz der Weltausstellung statt. Die Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich (KIBIS) informiert über ihr Angebot und rund 550 Selbsthilfegruppen, die in der Region Hannover aktiv sind. Das Spektrum reicht von chronischen oder psychischen Erkrankungen über Sucht oder Behinderung bis hin zu sozialen Problemen. Selbsthilfegruppen aus der Region zeigen mit vielen Beteiligten an Infoständen Gesicht. Aktionen an den Ständen laden zur Begegnung ein und es gibt ein kulturelles Programm mit Musik- und Tanzaufführungen. **RED**

Segelregatta auf dem Maschsee

HANNOVER. Am Sonntag, 7. Mai, findet auf dem Maschsee von 12 bis 18 Uhr eine Segelregatta statt. Veranstalter ist der Hannoversche Yacht-Club. Eine Sperrung des Sees im Veranstaltungsbereich ist erforderlich. Die Vorrangstrecke für den Leistungssport ist während der Veranstaltung nicht nutzbar. Auf die Einhaltung der Maschseeordnung wird seitens der Stadt besonders hingewiesen. **RED**

Start im Freibad Leinhausen

HANNOVER. Das RSV-Schwimmbad Leinhausen, Elbestraße 39, eröffnet am Sonntag, 7. Mai, ab 15 Uhr seine Saison mit dem traditionellen Schwimmen in Schlafanzügen. Der Eintritt zu der Aktion „Wir wecken den Sommer“ ist frei. Danach ist das Bad täglich geöffnet, jeweils von 8 bis 19.30 Uhr. **RED**



Seite 10

Foto: Jakub Celej

„Auf die Plätze“ unter freiem Himmel

Sport, Kultur und Aktionen auf dem Raschplatz, Weißekreuzplatz und Andreas-Hermes-Platz

HANNOVER. Die Plätze nahe des Hauptbahnhofs werden ab dem 11. Mai zur Bühne für Kultur, Sport und Freizeit. Unter dem Motto „Auf die Plätze...“ will die Stadt Hannover den Raschplatz, den Weißekreuzplatz und den Andreas-Hermes-Platz beleben und aufwerten. Eingebettet ist das Programm in ein insgesamt neues Konzept für die Plätze, die dauerhaft einen anderen Charakter erhalten sollen.

So wird sich der Raschplatz über die Sommermonate als Sport- und Event-Ort präsentieren. Vor allem Freizeit- und Vereinssportlerinnen und -sportler sind aufgefordert, die dafür vorbereiteten Flächen in Beschlag zu nehmen und von den vielfältigen Angeboten Gebrauch zu machen. Pflanzen, Außengastronomie, Sound- und Lichttechnik geben dem Platz ein besonderes Flair. In den Abend-

stunden wird Musik aufgelegt. Zur kostenlosen Buchung der Sport-Areale und zur Teilnahme an den Kursen kann man sich online anmelden. Über die dazugehörige Internetseite raschplatz-openair.de werden auch die Informationen zum Programm laufend aktualisiert.

Kreativ geht es von Mitte Mai bis September auf dem Weißekreuzplatz zu – mit Bilderausstellungen im Laubengang an

der Nordseite des Platzes und ab Anfang Juli mit einem Aktionsverkehrsprojekt. Wer Lust hat, kann mitmachen. Aufgabe ist es, unter Anleitung einer Künstlerin eine überdimensionale Skulptur aus miteinander verbundenen und verwobenen Schläuchen zu modellieren. Teile des Platzes, der seinen grünen Charakter behält, sind künftig für Außengastronomie nutzbar. Flächen für Spiel, Sport und

Kunst entstehen. Gleichzeitig veranlasst die Stadt eine Verkehrsberuhigung. Der Andreas-Hermes-Platz wird als Sport- und Bewegungsraum erschlossen. Die Stadtbibliothek wird dort einen Lesegarten mit Bücherschränken und Bilderbuchkino installieren. Weitere belebende Elemente sollen Tanzveranstaltungen und Outdoor-Theaterprojekte sein.

Fortsetzung auf Seite 4

Junge Literatur in neuem Format

HANNOVER. Um zeitgenössische hannoversche Schriftstellerinnen und Schriftsteller kennenzulernen, führt die Stadtbibliothek Hannover eine neue Veranstaltungsreihe mit zwei Formaten im Wechsel ein. Es handelt sich um die beiden Reihen „Poetry to go“ und „Meet & Greet“, die im Wechsel bis Januar 2024 jeden ersten Sonnabend im Monat von 15 bis 18 Uhr in der Stadtbibliothek Hannover, Hildesheimer Straße 12, stattfinden. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Der nächste Termin der Reihe „Poetry to go – ein Text für dich“ ist am Sonnabend, 6. Mai, um 15 Uhr. Im Eingangsfoyer der Stadtbibliothek sitzen die beiden hannoverschen Autoren Burkhard Wetekamp und Tobias Kunze und laden die Gäste ein, ihnen Stichworte zu nennen. Zu jedem Stichwort wird von dem Autor live vor Ort ein Text verfasst. Eine Stunde später können sich die Gäste ihren ganz persönlichen literarischen Text im Foyer abholen. **RED**

Illumination im Großen Garten

HANNOVER. Es leuchtet wieder: Gestern startete die Saison für die Illumination im Großen Garten in Herrenhausen. Dieser wird an vielen Sommerabenden stimmungsvoll beleuchtet. Brunnen und Fontänen, Figuren und Hecken erstrahlen in effektivem Licht. Dazu erklingt die „Wassermusik“ von Georg Friedrich Händel in einer Aufnahme der Hannoverschen Hofkapelle. Die nächsten Termine sind am heutigen Sonnabend, 6. Mai, und Sonntag, 7. Mai. Einlass ist ab 20 Uhr, illuminiert wird von 22 bis 23 Uhr. Der Eintritt kostet 4 Euro, ermäßigt 3 Euro. Kinder unter zwölf Jahren haben freien Eintritt. **RED**

Alle Termine: herrenhausen.de

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

MIX Markt

Mo-Fr 09:00 - 20:00
Sa 09:00 - 20:00

Mix Markt Hannover

Inhaber: Dmitri Kuschlyu

Schierholzstr. 128

30655 Hannover

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

Mix Markt 18 OHG

Vahrenheider Markt 6

30179 Hannover-Vahrenheide

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

Mix Markt 122 OHG

Lange Weihe 65

30880 Laatzen

Angebote gültig von Mo. 08.05. bis Sa. 13.05.2023

Schweine-Schulter ohne Knochen
1 kg
4.79

Schweinenaiken mit Knochen
1 kg
4.79

Schälfrippen vom Schwein
1 kg
4.79

Schweine-Bauch wie gewachsen
1 kg
4.79

Stör, frisch
Fanggebiet: laut Auszeichnung
1 kg
8.99

Heilbutt ohne Kopf, frisch
Fanggebiet: laut Auszeichnung
1 kg
8.99

Dorade, frisch
Fanggebiet: laut Auszeichnung
1 kg
8.99

Lachsforellen, frisch
Fanggebiet: laut Auszeichnung
1 kg
8.99

Gezuckertes Kondensmilchzeugnis „Sguschtschonka“
8% Fett, 4764 g Pack.,
1 kg = 3,99
SPARPAKET
12 DOSEN
19.00

Eiscreme „Piombir“
im Waffelbecher
5200 ml Pack., 1 L = 3,08
SPARPAKET
40 STÜCK
16.00

Eingelegte Gurken
„Hrustjaschie“
5400 ml Pack., Abtr. 1 kg = 4,08
SPARPAKET
6 GLÄSER
11.00

„Hebodar“ Feingebäck
verschiedene Sorten
je 400 g Pack., 1 kg = 2,48
0.99

Goldankauf & Leihhaus
Bott

Stand 02.05.2023

Gold • Silber • Münzen • Barren
Zahngold • Zinn • Zink • Versilbertes
und vieles mehr...

FEINGOLD 57,40€/kg ZAHNGOLD 35,34 €/kg
750 GOLD 41,93€/kg SILBER 0,68 €/kg
585 GOLD 32,70€/kg VERSILBERT 22,00€/kg
333 GOLD 18,61€/kg ZINN 8,00€/kg

Leihhaus Bott
Bahnhofstr. 12 • 30159 Hannover
Mo.-Fr. 10-18 Uhr • Sa. 10-14 Uhr
Tel.: 0511/37359069

14263901_002623

ABC

Wäschediens

am besten clean

Wäscherei, Reinigung
und Mangelservice

Service und Hygiene rund um die Wäsche ...

• Textilreinigung / chem. Reinigung

• Mangelwäsche in 24 Std.

• Bettdecken / Kopfkissen

• Business-Hemden, handgeb.

• Tisch- und Bettwäsche

• Zelte, Planen, Schlafsäcke etc.

• Imprägnierungen

• Gardinen, Vorhänge

• Kittel und Berufsbekleidung

ABC Wäschediens GmbH

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 6 – 14 Uhr
(Am Listholz 87 (direkt neben CleanCar))
30177 Hannover

Tel. 0511-71 74 67

3718401_002622

BIRKENSTOCK

STOCK-SCHUHE

GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

11552601_002623

Train & Play

Modell-Eisenbahnen • Modell-Autos • Modell-Flugzeuge
Neuware • An- und Verkauf • Inzahlungnahme

Hildesheimer Straße 428 b • 30519 Hannover
Tel. (05 11) 271 270 1
E-Mail: info@trainplay.de • www.trainplay.de

35139401_002622

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

29274001_002622

COUPON

PINC
Apotheken

Pharma IN the City

Gut beraten
Viel gespart

15 %
Rabatt

auf Ihren nächsten Einkauf und
bei Vorlage des Coupons, ausgenommen
bei rezeptpflichtigen Arzneimitteln,
Zuzahlungen, Rezepturen, Bücher,
Gutscheine, Dienstleistungen,
Botendienste und unsere
Sonderangebote.

Gültig im Mai/Juni 2023.

SONNEN
APOTHEKE

Lister Meile 13
(Weißekreuzplatz)

Die Ernst-August-Apotheke
Im St. Theddi
Karmarschstr. 14 (Röhlke, gegenüber von PSC)
Nähe de-Saint-Platte-Promenade 20 (U-Bahn am Kröpcke)

ROSEN
APOTHEKE

LAVESSTRASSE 6
(ECKE SCHIFFHAFEN)

EUROPA-APOTHEKE

Georgstraße 16

PINC Apotheken | Hallo! Wochenende

8494001_002623

Im Internet finden
Sie uns unter:

www.wochenblaetter.de

hallo
wochenende

EPHESUS

est. 1998

Juwelier am Georgsplatz 3a
tauscht Ihr Altschmuck, Gold, Zahngold,
Silber und Zinn direkt in Barrengold ab 1 g
oder Ankauf zum aktuellen Tageskurs.
Kostenlose Wertermittlung vor Ort.
Telefon: 0172 / 184 35 53

14305001_002623

Dr. Mohi

deine Apotheke

20 %

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

Gültig bis 19.05.2023

Bitte Coupon ausschneiden und mitbringen.

Apotheke im Marktkauf
Vahrenwalder Straße 140 • 30165 Hannover

Apotheke am Ring
Isernhagener Straße 109 • 30163 Hannover

3226501_002623

BRODOWYS WOCHE



Matthias Brodowy, Kabarettist und Musiker.
Foto: Tomas Rodriguez

Entschleunigt

Ich schreibe Ihnen diese Kolumne im Stehen, da der Zug in dem ich mich gerade befinde, für mich leider keinen Platz bereit hält. Macht aber nix, denn die letzten Stunden habe ich gesessen und bin entspannt durch Schleswig-Holstein gefahren. Mit dem Deutschlandticket, das seit dem 1. Mai zum Preis von 49 Euro erhältlich ist. Nachdem ich letzten Sommer schon das 9-Euro-Ticket dankbar genutzt hatte und, wie einige andere auch, tatsächlich damit nach Sylt gefahren bin, alderdings eines Auftritts wegen, habe ich das neue Ticket sehnsüchtig erwartet. Ich gehöre wohl zu denen, die ob dieser Möglichkeit ihr Auto hin und wieder stehen lassen und die Bahn nutzen werden. Bei diesen entschleunigten Fahrten muss ich daran denken, wie ich regelmäßig als Kind mit dem Bummelzug von

Hannover nach Wolfsburg zu meinen Großeltern gefahren bin. Wie der Zug an jeder Milchkanne hielt. Und wie mein Opa am Bahnsteig auf mich wartete. Wunderschöne Erinnerung! Mein Bummelzug jetzt lädt mich zu intensivster Zeitungslektüre ein. Gerade las ich, wie ein Student in einem Kunstmuseum ein Werk zerstörte, indem er die vom Künstler mit Klebeband an der Wand fixierte Banane aufaß. Er empfand seine Aktion ebenfalls als Kunst. Beuys hatte wohl recht: Jeder Mensch ist ein Künstler! Ich habe in meinem Rucksack zwar keine Banane, aber ich könnte das süße Teilchen vom Bäcker in das Gepäckfach legen. Wenn der Zug dann anhält proklamiere ich: „Seht her und staunt! Ich habe soeben einen Teilchenbeschleuniger konstruiert!“

MATTHIAS BRODOWY

www.brodowy.de

KI kann helfen, Arbeit zu sparen

CHATGPT: Ersetzt künstliche Intelligenz bald viele Jobs? / Experten rufen zur Gelassenheit auf

HANNOVER. Verdrängt künstliche Intelligenz (KI) in Zukunft menschliche Arbeitskraft? Kürzlich ist diese Frage dem KI-Experten Marius Lindauer beim Friseur begegnet. „Sterben jetzt alle unsere Jobs aus?“, habe ihn sein Friseur gefragt. Während Lindauer das erzählt, faltet er mit verzweifelterm Gesichtsausdruck die Hände über dem Kopf. Der Informatiker leitet das Institut für künstliche Intelligenz an der Leibniz-Universität Hannover. Und wenn er recht behält, dann fallen Berufe nicht weg, sondern sie werden umdefiniert. „Ich erinnere mich noch an den Aufschrei bei den Banken, als zunehmend Automaten eingeführt wurden“, sagt Lindauer. Viele Beschäftigte hätten befürchtet, durch die Automatisierung ihren Arbeitsplatz zu verlieren. Doch noch heute, Jahre später, gebe es zahlreiche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei den Banken. „Jobs ändern sich. Das ist mit technologischem Fortschritt immer der Fall.“ Auch wenn manche Jobs schwinden würden, andere würden geschaffen.

Hinzu kommt, dass KI-Technologien viele Stunden händische Arbeit einsparen können. Auf den Zuckerrübenfeldern des Kloosterguts Wiebrechtshausen bei Northeim zum Beispiel jäten Roboter Unkraut. Kamerabasierte Erkennungssysteme erfassen die Rübenpflanzen und entfernen unliebsames anderes Gewächs. Noch wird die Technologie in einer Studie des Unternehmens KWS in Zusammenarbeit mit der Universität Göttingen getestet, sie könnte laut dem Unternehmen aber schon in drei Jahren ihren Durchbruch erreichen und dann flächendeckend eingesetzt werden. Der Vorteil für die Landwirtschaft: Besonders im ökologischen Lebensmittelanbau fehlen oft Fach- und Saisonkräfte. Wie Lindauer glaubt auch Oliver Giering nicht, dass KI flächendeckend ganze Jobs ersetzen wird. „Die Zusammenarbeit von Menschen und Technik wird rein technischen Systemen im-



Künstliche Intelligenz im Einsatz: Das niedersächsische Pflanzenzüchtungsunternehmen KWS testet Unkrautroboter.
Foto: Spieker Fotografie

mer überlegen sein“, sagt der Soziologe von der Technischen Universität Berlin. Er berichtet von der Frey-and-Osborne-Studie von vor zehn Jahren. Bei der Studie haben amerikanische Forschende anhand von Experteneinschätzungen und Jobbeschreibungen die Automatisierung von Jobs untersucht. Das Ergebnis: Die Studie prognostizierte, dass innerhalb von zehn bis 20 Jahren 47 Prozent aller Jobs ersetzt würden. Diese Einschätzung löste damals erst mal Panik aus, zumal es wenige verlässliche Einschätzungen zu dieser Entwicklung gibt. Deshalb erfuhr die Studie viel Aufmerksamkeit und wird auch bis heute noch zitiert. Bewährtheit habe sich die Prognose bislang jedoch nicht, sagt Giering. Der Soziologe betont, dass es immer Dinge geben werde, die Menschen sehr gut beherrschten, Maschinen dafür nur schwer und umgekehrt. „Einen Ball zu fangen, das fällt uns heute leicht, aber Maschinen fällt es noch immer sehr schwer. Gleichzeitig können Maschinen Dinge,

die uns sehr schwerfallen“, sagt Giering. Eine Maschine könne innerhalb weniger Sekunden Tausende von Webseiten durchsuchen. Auch heute schon wird KI in vielen Berufen eingesetzt – zum Teil sogar, ohne dass es den Arbeitenden bewusst ist. Das ist das Ergebnis einer Langzeitstudie, an der Giering mitgearbeitet hat. Viele Menschen denken bei künstlicher Intelligenz zunächst an herumfahrende Roboter, nicht aber an den Chatbot, der vielleicht schon das eigene Unternehmen beim Kundenservice unterstützt. Besonders in den Bereichen Werbung, Dienstleistungen und Kundenservice komme KI bereits zum Einsatz, sagt Giering. Firmen in der Industrie und im Versicherungs- und Finanzwesen nutzten künstliche Intelligenz zudem zur Datenauswertung und Fehleranalyse. Informatik-Experte Lindauer sieht KI vor allem im Bereich Produktempfehlungen. Außerdem werde sie in der Logistik eingesetzt. „Die nächste große Sache ist,

dass die Medizin immer mehr profitiert“, sagt Lindauer, zum Beispiel bei der Diagnose bestimmter Erkrankungen. KI kann Prozesse erleichtern und verkürzen. Benötigt eine Versicherungskauffrau bestimmte Informationen über eine Kundin, die bereits seit 30 Jahren bei dem Unternehmen versichert ist, kann eine KI diese viel schneller zusammentragen als ein Mensch am Akten-schrank. Ob diese Technologien dazu führen, dass sich Arbeitstage verkürzen und auch Jobs erleichtern, die nicht am Schreibtisch erledigt werden, hängt aber nicht nur von der technischen Machbarkeit ab. Da sind sich der Soziologe und der Informatiker einig. „Es ist eine normative Frage, wo man als Nächstes investiert, um Tätigkeiten zu ersetzen“, sagt Giering. „Man muss sich gesamtgesellschaftlich fragen, ob es nicht gut wäre, vor allem da Prozesse zu automatisieren, wo es prekäre Verhältnisse und schlechte Arbeitsbedingungen gibt.“ Aktuelle Debatten orien-

tieren sich seiner Ansicht nach momentan zu sehr rein an der technischen Machbarkeit, dabei sei es eine aktive Entscheidung, in welchen Bereichen man KI in Zukunft fördere. Diese Entscheidung können Politik und Unternehmen treffen. Auch Lindauer sagt: „Wer letztlich von dieser Technologie am meisten profitiert, ist keine Frage der KI – sondern eine menschliche.“ Sogar die Gewerkschaften verschließen sich dem Thema nicht, sondern sehen Chancen. Mehrdad Payandeh ist optimistisch, was den Einsatz von KI angeht. Der Vorsitzende des Deutschen Gewerkschaftsbundes (DGB) in Niedersachsen sagt: „Uns werden stumpfe Tätigkeiten, die keinen Spaß machen, abgenommen, und wir können dafür sinnvoller Tätigkeiten nachgehen.“ Auch Christoph Meinecke, stellvertretender Hauptgeschäftsführer der Unternehmensverbände Niedersachsen (UVN), sieht eine Zunahme an Digitalisierung. Er sieht nicht, dass die Digitalisierung Arbeitsplätze verdrängt. „Es entstehen neue Jobs und neue Bedarfe. Das Problem des Fachkräftemangels wird bleiben.“ Gewerkschafter Payandeh verweist auf eine Studie des Soziologischen Forschungsinstituts Göttingen, laut der durch Transformation Arbeitsplätze wegfallen – aber auch neue geschaffen werden. „Die neuen Arbeitsplätze fußen zu 80 Prozent auf dem Wissen der vorangegangenen Jobs“, sagt der DGB-Vorsitzende. Das heißt, wenn eine Person ihren Job verliert, findet sie wahrscheinlich einen neuen, in dem sie ihr Wissen aus dem alten einsetzen kann. Sei die Qualifikation gesichert, müsse niemand Angst haben, dass ein Roboter ihn arbeitslos mache, sagt Payandeh. „Viel wahrscheinlicher ist es, dass Menschen mit Robotern zusammenarbeiten.“ Das ist heute schon beispielhaft zu sehen: Auch den Unkrautroboter muss ein Mensch in Betrieb nehmen und täglich kontrollieren.

Was ist künstliche Intelligenz?

„Größtenteils definiert man KI so, dass man Maschinen dazu befähigt, Dinge zu tun, die sonst nur für Menschen vorgesehen waren“, sagt Oliver Giering, der an der TU Berlin aus soziologischer Sicht die Digitalisierung der Arbeitswelt untersucht. Ihm zufolge wird zwischen starker und schwacher KI unterschieden. „Starke KI kennt man aus Science-Fiction-Filmen. Da sind Roboter, die dem Menschen sehr ähneln. Sie sind kreativ, können lo-

gisch denken und Entscheidungen treffen“, sagt Giering. Das sei allerdings ein unrealistisches Bild, das man aus Sicht vieler Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler auch nicht erreichen werde. Die schwache KI dagegen ist jetzt schon häufig Teil des Arbeitsalltags. Dazu zählen laut Giering Dinge wie Spracherkennung, Texterkennung und das gezielte Beziehen bestimmter Informationen aus großen Datenmengen.

DIE EXKLUSIVE LOCATION ZUM MASCHSEEFEST

Firmen - und Familienfeiern für 99€ pro Person*, inkl. abwechslungsreichem Buffet und Getränken

Jetzt Buchen:

www.madsack-seesalon.de

0511 - 518 2107

(*zzgl. Mwst. Pauschale – exkl. Cocktails – gilt für einen Zeitraum von fünf Stunden)

Täglich vom 26. Juli bis 13. August ab 17 Uhr

SO. 07.01.24 · 19⁰⁰ · HANNOVER · THEATER AM AEGI

Last Christmas Miracle DAS MUSICAL

EINE BEWEGENDE LIEBESGESCHICHTE RUND UM DIE WELTBEKANNTEN WEIHNACHTS-HITS VON MICHAEL BUBLÉ, MARIAH CAREY, KELLY CLARKSON U.V.A.

Nur bis 1. Juni: 10 % Ultra-Frühbucher-Rabatt für Leser

Tickets: HAZ/NP 0511-12123333 + an bek. VVK-Stellen

Wir schlachten noch selbst!

Ab sofort für Sie vorrätig: leckere Grillwaren!

Heimann

Fleischerei • Partyservice

Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24

Di. - Fr.: 8 - 12.30 Uhr und 15 - 18 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

Tagespflege an der Weide

Freie Plätze verfügbar!

Dank der Tagespflege lässt sich eine vollständige stationäre Pflege vermeiden und pflegende Angehörige werden entlastet.

Unser Betreuungsangebot:

- Organisierter Fahrdienst für die Hin- und Rückfahrt.
- Gemeinsames Frühstück, Mittag essen sowie Kaffee und Kuchen.
- Aktivitäten wie Sitzgymnastik, Spaziergänge, Boule, Singen, Tanzen, Gesellschaftsspiele
- und Gedächtnistraining.

Kostenlosen Probetag vereinbaren!

Weitere Informationen: **www.diakovere.de/tagespflege**

Kontakt
E-Mail pflegequartier@diakovere.de
Telefon 0511 8603 165

Adresse
Hannelore-Kunze-Straße 6
30539 Hannover

Frische Ideen für drei Plätze

Fortsetzung von Seite 1

Die Zielsetzung ist ambitioniert: Es geht darum, mehr Aufenthaltsqualität zu schaffen und bessere Lösungen für drängende soziale Belange anzubieten. Das Konzept der Stadt für die Plätze sieht ein Bündel von Maßnahmen vor, darunter auch bauliche Veränderungen. Oberbürgermeister Belit Onay betont: „Die Aufwertung der bahnhofs-nahen Plätze ist elementarer Bestandteil der Innenstadt-Entwicklung. Derzeit sind wir dort mit großen Herausforderungen konfrontiert. Und wir wissen, dass viele Hannoveraner*innen die bahnhofs-nahen Plätze meiden. Das wollen wir ändern.“ Zudem hebt Onay den experimentellen Charakter der von Mai bis September geplanten Aktionen auf den bahnhofs-nahen Plätzen hervor.

Erster Stadtrat und Ordnungsdezernent Axel von der Ohe stellt klar, dass die Stadt „die Aspekte Sicherheit, Sauberkeit und Soziales in einem gemeinsamen Kontext denkt und mit dem Ansatz einer wirksamen Belebung verbindet“.

Die Situation nördlich des Hauptbahnhofs habe sich zuletzt weiter verschlechtert. „Jetzt wollen wir dem Quartier eine völlig veränderte Wahrnehmung und Atmosphäre geben“, so von der Ohe: „Dabei sind wir nicht allein, sondern im engen Schulterschluss mit einer Vielzahl von Partner*innen.

Deren Engagement ist herausragend.“

GEZIELTE UNTERSTÜTZUNG FÜR OBDACHLOSE

Das Konzept für die bahnhofs-nahen Plätze sieht eine gezielte Ansprache und Unterstützung suchtkranker und obdachloser Menschen vor. Die Stadterweiterung ihrer Hilfen. So wird etwa der Mecki, ein Anlaufpunkt für Obdachlose, in der Augustenstraße mit einer Außenfläche ausgebaut. Die Stadt stärkt die Straßensozialarbeit und schafft dafür vier neue Stellen. Auf dem Vorplatz Fernroder Straße verbessert sie den Aufenthalt für die offene Drogenszene und lässt dort überdachte Sitzplätze installieren. Auf dem Grundstück des Stellwerks wird noch in diesem Jahr ein Container für Crack-Konsumenten aufgestellt. Damit ist - bundesweit erstmalig - der Konsum in einem geschützten Rahmen möglich. Der öffentliche Raum wird so entlastet.

Mit Blick auf die Sicherheit sieht das Konzept für die bahnhofs-nahen Plätze unter anderem mehr Präsenz des städtischen Ordnungsdienstes und der Polizei vor. Außerdem will die Stadt eine Dialogrunde für Anliegerinnen und Anlieger etablieren, in der es um Fragen der Sicherheit und Ordnung sowie der Platzgestaltung geht.

Nähere Informationen zum Programm und den Maßnahmen: raschplatz-openair.de

ELEKTRO-
FUNDGRUBE

Hausgeräte I. und II. Wahl

2x in Hannover

Königstr. 32
Badenstedter Str. 60

☎ 05 11 - 31 99 12

☎ 05 11 - 41 48 37

www.elektro-fundgrube-hannover.de



BEKO

BOSCH

smeg

Miele

AEG

LIEBHERR

GRUNDIG

Wie lange wird es noch Benachteiligungen im Job geben?

Wie schaffen wir es, dass in der Arbeitswelt mehr Gleichberechtigung und Gerechtigkeit einziehen? Ein Gespräch mit **FRIEDRIKE KÄMPFE**, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Hannover, und **DANIEL KALIFA** von der Antidiskriminierungsstelle.

HANNOVER. Wie schaffen wir es, dass in der Arbeitswelt mehr Gleichberechtigung und Gerechtigkeit einziehen? Ein Gespräch mit Friederike Kämpfe, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Hannover, und Daniel Kalifa von der Antidiskriminierungsstelle über die Rolle der Frauen, Rassismus und die Angst davor, Macht abzugeben.

Wird es im Jahr 2033 noch Diskriminierung geben?
Friederike Kämpfe: Eindeutig ja, und das ist natürlich bedauerlich. Es bedarf noch unfassbar viel Sensibilisierungsarbeit, um Diskriminierung überhaupt erst mal den Menschen bewusst zu machen. Das sind Prozesse, die lange dauern.

Was sind denn die häufigsten Anliegen, weswegen sich Menschen an die Antidiskriminierungsstelle im Kontext Arbeit wenden?
Daniel Kalifa: Da geht es meistens um Rassismus und das Zwischenmenschliche zwischen Mitarbeitenden und Menschen in Führungspositionen. Da gibt es die meisten Nennungen, weil diskriminierende Sprache benutzt wird. Aber auch Bewerbungsverfahren sind ein Thema, da werden Menschen bewusst ausgegrenzt aufgrund ihrer Phänotypen oder auch der sprachlichen Dialekte, die sie aufgrund ihrer Herkunft haben.

Sind die Meldungen häufiger geworden?
Kalifa: Ja, die Anzahl der gemeldeten Vorfälle ist gestiegen, von 2021 auf 2022 von 233 auf 245 Beratungsanfragen. Der größte Anteil mit 56 Prozent ist bei Gruppen zu verzeichnen, die von Rassismus betroffen sind. Danach folgen Menschen mit einer Behinderung, die bei unterschiedlichen Prozessen im Arbeitsleben ausgegrenzt werden. Ähnlich viele Fälle haben mit dem Thema Geschlecht zu tun.

Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren hatten in Hannover im Jahr 2018 zu 53 Prozent Migrationshintergrund, so hat es die Stadt mitgeteilt. Zwingt diese Zahl Unternehmen dazu, auch aufgrund des Fachkräftemangels weniger zu diskriminieren?
Kalifa: Es wäre schön, wenn das eine Formel wäre. Auch wenn jetzt mehr Menschen mit Migrationshintergrund hier leben, sind trotzdem die wichtigen strategischen Positionen weiterhin mit Personen besetzt, die keine Migrationsbiografie oder internationale Geschichte haben. Da ist noch viel Luft nach oben. Aber die jüngere Generation fordert mehr Dinge ein. Sie ist im Gegensatz zu der vorherigen nicht bereit, alles stillschweigend hinzunehmen. Ich denke, dass von der Betroffenen-Seite aus viel Vorarbeit geleistet werden muss.

Wird es 2033 noch Behindertenwerkstätten geben?
Kalifa: Ich wünsche mir, dass es Alternativprogramme gäbe. Das ist wirklich ein Thema, da viele Menschen mit Behinderungen zu uns kommen und von unterschiedlichen Konflikten in diesem Bereich berichten. Fehlende Wertschätzung ist hier häufiger ein Thema.

Kämpfe: Und das Thema sexuelle Übergriffe kann in solchen Konstellationen auch noch mal von Bedeutung sein, weil Frauen,

die eine Beeinträchtigung haben, signifikant höher von sexueller Belästigung und sexuellen Übergriffen betroffen sind.

Wie sprechen Sie Menschen an, die von Diskriminierung betroffen sind?
Kalifa: Innerhalb der Landeshauptstadt gibt es einen Prozess, den „Wir 2.0“. Ziel ist es, das Zusammenleben in der Stadt und der Menschen in ihrer Diversität zu fördern und zu verbessern. Es sind viele Maßnahmen entwickelt worden, um von Diskriminierung betroffene Gruppen zu stärken. Dies ist auch ein besonderes Anliegen des Oberbürgermeisters. Es soll beispielsweise eine Offensive gegen antischarzen Rassismus und eine Veranstaltung für die Gruppe der Sinti und Roma geben. Wir betreuen auch das Projekt „A-Team“, wo Schülerinnen und Schüler sich zum Thema Antidiskriminierung schulen lassen.

Kämpfe: Bei der Landeshauptstadt gab es 2018 eine Kampagne gegen sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz. Diese ist vorbei, gleichwohl sind die Angebote verstetigt worden. Wir versuchen beispielsweise, bei Großveranstaltungen die Thematik aufzugreifen. Und an den Beratungszahlen merkt man, dass da was passiert, dass da was ankommt. Bis 2020 hatten wir jährlich bis zu fünf Fälle in der internen Beratung, 2021 und 2022 waren es jeweils 13 Fälle. Das hat auch eine Wirkung auf andere Diskriminierungsformen. Denn wer für eine Diskriminierungsform sensibilisiert ist, hat auch ein Auge für andere Formen.

Reicht das schon aus?
Kämpfe: Mein Eindruck ist, dass die beste Kampagne und die beste Beratungsarbeit nichts taugen, wenn die Institution das Thema nicht beim Schopfe packt. Wir können Kampagnen machen, wir können Menschen beraten und unterstützen und parteiell sein. Aber wir sind nicht diejenigen, die über Konsequenzen entscheiden. Und die Institution muss selbst Strukturen schaffen, um mit dem, was da durch unsere Kampagnen aufkommt, zurechtzukommen.

Haben Sie das Gefühl, es funktioniert?
Kämpfe: Wir sind auf dem Weg dahin. Beispielsweise bekommt der Bereich Arbeitsrecht der Stadt eine Juristin, die den Schwerpunkt Diskriminierung hat. So ist sichergestellt, dass die Fälle schneller als zuvor bearbeitet werden können und die zu Beratenden hoffentlich zufriedener aus den Prozessen herausgehen.

Wie sieht es denn mit Frauen in Führungspositionen aus? Werden sie mehr werden in der Arbeitswelt, oder gilt weiter: viel Teilzeit, viel Sogearbeit?
Kämpfe: Es ist tatsächlich ein sehr gemischtes Bild. Wenn ich bei uns auf die Fachbereichsleitungen schaue, hatten wir eine Zeit, in der wir ganz ausgeglichen waren und teilweise sogar einen größeren Frauen- als Männeranteil hatten. Mittlerweile ist das aber wieder ein Stück weit zurückgegangen. Was für mich ein Zeichen dafür ist, dass das kein Selbstläufer ist. Wir müssen weiter darum kämpfen, dass das funktioniert und entsprechend auch die Förderung funktioniert.

Wie kam es zu dieser Entwicklung?
Kämpfe: Eine Bedingung, die die Gleichstellung in den letzten Jahren beeinflusst hat, ist Corona. In vielen Familien hat das Virus wieder zu einer wesentlich traditionellen Rollenverteilung geführt, als es davor der Fall war. Die Gesellschaft hat noch keine wirklich gute Antwort darauf, wie sie damit umgehen mag. Gleichzeitig haben wir einfach Arbeitskulturen, die männlich dominiert sind. Das kann man auch nicht von heute auf morgen ändern. Und die sind nicht nur männlich, sondern auch weiß dominiert. Da muss schon ein Umdenken stattfinden, damit sich die Gesellschaft bewegt.

Was muss sich denn gesellschaftlich verändern?
Kalifa: Einiges. Es ist ein gesamtgesellschaftlicher Prozess. Ich wünsche mir eine noch höhere Sensibilität in der Gesellschaft. Leider wird Diversität als Schlagwort immer noch ausgenutzt. Häufig arbeiten Menschen mit Migrationsgeschichte im Niedriglohnsektor. Wenn man sich aber das Impressum ihrer Arbeitgeber anschaut, der geschäftsführenden Person oder des Vorstandes, dann sieht man, dass Menschen mit Migrationsgeschichte kaum vertreten sind. Es kann auch ein Gewinn sein, wenn man Macht abgibt.

Kämpfe: Das kann ich nur bestätigen. Auch bei der Stadt ist

Daniel Kalifa von der Antidiskriminierungsstelle der Landeshauptstadt Hannover und Friederike Kämpfe, Gleichstellungsbeauftragte der Landeshauptstadt Hannover.
Foto: Max Baumgart

Es ist Zeit, euch etwas zurückzugeben.

Ihr habt viel geleistet in eurem Leben. Und euch die Grundsicherung im Alter verdient. Für euren Ruhestand in Würde.

Jetzt Grundsicherung beantragen!



Klärwärter mit Krankenpflegerinnen an der Kläranlage in Gehrden, 1970-1980
ARH, Slg. Weber 02-139/0018



Internet: hannover.de/grundsicherung-region
E-Mail: grundsicherung@region-hannover.de

0511 616-27999
Infozeiten: Donnerstags 9-12 Uhr



Region Hannover

Nasse Keller? Feuchte Wände?
Undichter Balkon?

- 25 Jahre Erfahrung
- 10 Jahre Gewährleistung
- TÜV-zertifiziert
- qualifiziertes Fachpersonal
- Festpreis- & Sauberkeitsgarantie



Fachbetrieb für Bautenschutz



TÜV Rheinland



sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke

Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60



Wir schenken Ihnen die Mehrwertsteuer!

19%
Rabatt auf alle Abschlüsse bis zum 17.5.2023





7-PFEFFER-GOP-BRATWURST

4 x 60g Pk. 3,59



gültig vom 08.05. bis 13.05.2023

Hähnchenkeulen bratfertig gewürzt 100g	0,59	Rindermett besonders mager 100g	0,99
Rippenbraten frisch kg	5,99	Hannoversche Bouillon-Bratwurst vom Strohschwein, 5 x 100g (kg 13,18)	Pckg. 6,59
Holzfallerscheiben grillfertig mariniert kg	6,99	Jagdwurst herzhaft im Geschmack 100g	1,79
Spießbraten mit pikanter Zwiebelfüllung kg	7,99	Wurstsalat mit Paprika 100g	0,99
Kräuter-Champignon-Pfanne Schweinegeschnetzeltes 100g	0,99	Möhreneintopf auch vegan erhältlich (kg 7,98)	500g 3,99

14267001_002623

1.500 GRATIS Parkplätze



So herzlich

MEINE MAMA IST DIE BESTE

8.-13.5., 12-18 Uhr
Kindermalen zum Muttertag



CCL
CITY CENTER
LANGENHAGEN

Shoppen • Parken • So einfach

Freude am (Un)sinn

HANNOVER. SINNiges und UNSinniges aus vier Jahrzehnten gibt es zum 25jährigen Bühnenjubiläum des Südstädter Komöd'chens, am Sonnabend, 13. Mai, ab 16 Uhr (Premiere) im Freizeitheim Döhren, An der Wollebahn 1. Auf dem Programm stehen Wortbeiträge unter anderem von Ringelnatz, James Krüss und Heinz Erhardt. Aufgelockert wird das Ganze mit Highlights aus früheren Kleinkunstprogrammen und mit Livemusik. Die weiteren Termine: 14., 20. und 21. Mai, jeweils 16 Uhr, sowie 19. Mai, 19.30 Uhr. Karten (Pärchen 15 Euro, Einzelkarte 8 Euro, jeweils plus Gebühren) gibt es im VVK bei Suat Kaya Schreibwaren, Hildesheimer Straße 268, per E-Mail an vorverkauf@suedstaedter-komodchen.de und unter der Hotline (0511) 80 86 21.

Blaqrock live im Lux

HANNOVER. Einen fetten Mix aus Beastie Boys und Rage Against The Machine gibt es am kommenden Montag, 8. Mai, im LUX (Schwarzer Bär 2) auf die Ohren, wenn Blaqrock dort die Bühne entern. Das Quartett aus Chicago katapultiert das Genre Crossover der 90ern wieder in die 2020er Jahre. Special guest sind Alien Instant Noodle. Tickets gibt es für 14 Euro plus Gebühren an den bekannten VVK-Stellen und an der Abendkasse für 17 Euro.



Foto: Orel Chollette

KRESS
MODEZENTRUM

Das Wetter macht jetzt Lust
auf die neuen Kleider-Trends!

Mein neues
SOMMER
Kleid

Tolle Auswahl & tolle Preise!

KRESS Modezentrum Hannover
Einkaufspark Klein-Buchholz | Sutelstr. 5
Mo - Sa 9.00 - 19.00 Uhr

Follow us!
Instagram Facebook

KRESS Kunden
parken kostenlos
direkt am Geschäft

www.kress-mode.de

Ist Ihr Teppich sauber?



Wir bieten Ihnen einen einmaligen Service für Ihre Teppiche. Angefangen beim An- und Verkauf über die Wäsche und Reparatur bis hin zur Inzahlungnahme. Sie meinen Ihr Teppich ist noch sauber? Oberflächen schon, aber was versteckt sich alles im Flor? Milben, Motteneier, Pflanzensporen, Spuren von Tierkot und Urin, aber vor allem feiner Sand. Diese Dinge bringen Sie nämlich - ohne es zu wollen und zu spüren - immer wieder mit nach Hause. Die Lösung: eine professionelle Teppichwäsche. Sogar der feine Sand, der tief im Flor fest sitzt und im Inneren wie Schleimpapier den Teppich aufarbeitet, wird

restlos entfernt. In einem Zeitraum von 3-5 Jahren können übrigens bis zu 250 Gramm Feinsand pro Quadratmeter zusammenkommen. Wir waschen den Teppich per Hand mit Reinigungsmitteln auf biologischer Basis. Das schont nicht nur den Teppich, sondern auch die Umwelt. Danach wird der Teppich gespannt und getrocknet. Durch „Rückfettung“ erhält das Schmuckstück ein Schutzschild gegen Schmutz und Feuchtigkeit. Also tun sie etwas für Ihren Teppich und lassen Sie ihn im alten Glanz erstrahlen. Zögern Sie nicht lange und rufen Sie uns an. Wir kommen kostenlos vorbei.

Frühjahrsaktion
30% Rabatt
Alle Teppiche sind innerhalb einer Woche fertig.

kostenloser Abhol- und Bringendienst bis 100 km!

Bio-Handwäsche
Wir waschen nach traditioneller Art.

50 €* GUTSCHEIN
*ab heute 5 Tage gültig

Restaurieren von Teppichen aller Art
(Löcher, abgetrennte Stellen, Kanten, Fransen erneuern).
Beseitigung von Wasserschäden

Teppich Klinik
Lange-Feld-Straße 58
30926 Seelze/Letter
Tel.: 0511 - 10 59 28 81

Von Freibadsaison bis Artenschutz

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

QR-Code scannen, telefonisch ☎ 0800 12 34 304 (kostenfrei) oder online bestellen unter abo.HAZ.de/angebot23

29,90 €
für 8 Wochen
+ 10 €
Rossmann-Gutschein

Hannoversche Allgemeine



Wie gesundheitsschädlich ist das Weltall für Frauen?

FORSCHUNGS-LÜCKEN SOLLEN GEFÜLLT WERDEN:

Die Weltraummedizin umfasst noch immer mehr Daten zu Männern als zu Frauen

HANNOVER. Die Crew der nächsten Raumfahrtmission zum Mond steht fest: Christina Koch, Victor Glover, Reid Wiseman und Jeremy Hansen werden Ende 2024 an der Artemis-2-Mission teilnehmen. Im „Orion“-Raumschiff werden sie den Erdtrabanten umrunden und anschließend zur Erde zurückkehren. Die US-Raumfahrtbehörde Nasa will mit den Artemis-Missionen noch einen Schritt weiter gehen: Sie will den Mond nicht nur umrunden, sondern sie will rund 50 Jahre nach der bislang letzten Apollo-Mission auch auf ihm landen. Es wäre das erste Mal, dass sich mit Christina Koch eine Frau auf eine längere Mission im freien Weltraum begibt. Doch wie genau sich längere Weltraumflüge auf den weiblichen Körper auswirken, ist noch nicht hinlänglich bekannt. Die Weltraummedizin umfasst mehr Daten zu Männern als zu Frauen – was daran liegt, dass die Raumfahrt noch immer männerdominiert ist.

ZWEI PUPPEN BEI DER ARTEMIS-1-MISSION

Am DLR-Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin in Köln ist man nun dabei, Forschungslücken zu füllen – und zwar mit Helga und Zohar. Die Strahlenmesspuppen haben an der Artemis-1-Mission, dem ersten Testflug zum Mond im vergangenen Dezember, teilgenommen. Die Puppen sind weiblichen Körpern nachempfunden und enthalten nachgebildete Organe und Knochen aus Kunststoff. „Sie sehen aus, als ob sie nie weg gewesen wären“, sagt Thomas Berger, Leiter des Mare-Projekts. Von ihrem Flug mitgebracht haben Helga und Zohar jede Menge Daten, die Berger und sein Team jetzt auswerten müssen. Mehr als 12 000 Detektoren haben während ihres Flugs die Strahlenbelastung gemessen – unter anderem in der Lunge, dem Magen, der Gebärmutter und dem Knochenmark. Aus den Daten soll am Ende ein dreidimensionales Abbild der Strahlenbelastung des weiblichen Körpers während eines Mondflugs entstehen. Detaillierte Ergebnisse erwartet der Forscher Anfang 2024. Schon zwischen 2004 und 2005 war eine Strahlenmesspuppe des DLR an der Außen-

wand der ISS befestigt, um zu messen, wie hoch die Strahlenbelastung außerhalb der Raumstation ist. Danach hatte sie sich an drei verschiedenen Positionen innerhalb der ISS befunden. Bei dem „Matroschka“-Experiment war eine männliche Puppe im Einsatz. „Deshalb wissen wir schon ganz gut, wie der Strahlungstransport im männlichen Körper funktioniert und welche Dosen zu erwarten sind“, sagt Christine Hellweg, Leiterin der Abteilung für Strahlenbiologie am DLR-Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin. „Wir hatten aber keine Daten für den weiblichen Körper.“

Dass Frauen allgemein in Weltraummedizinstudien unterrepräsentiert sind, hat nach Ansicht von Hellweg einen Grund: Studien mit Frauen sind zu aufwendig. Etwa, weil der Menstruationszyklus beachtet werden muss. Um vergleichbare medizinische Daten zu gewinnen, müssten alle Probandinnen in der gleichen Menstruationsphase sein. Diesen Aufwand haben Forschende in der Vergangenheit vermieden, indem sie nur männliche Probanden auswählten. „Da hat in den letzten Jahren ein komplettes Umdenken eingesetzt“, sagt die Strahlenbiologin. Inzwischen sind Forschende dazu angehalten, wenn möglich beide Geschlechter in ihre Studien mit einzubeziehen. Vor allem die Weltraumstrahlung macht die Missionen so gefährlich. Das Erdmagnetfeld und die Atmosphäre verhindern, dass zu viel kosmische Strahlung unseren Planeten erreicht; gleichzeitig fangen sie auch energiegeladene Teilchen ein. So entstehen Strahlungsgürtel, durch die Astronautinnen und Astronauten auf dem Weg zum Mond fliegen müssen. „Die Teilchen hinterlassen teilweise irreparable Schäden in unseren Zellen“, sagt Hellweg. Ist die Erbsubstanz der Zellen geschädigt,

können sie entarten. Es können bösartige Tumore entstehen. Jeder Flug ins All ist also mit einem gesteigerten Krebsrisiko verbunden. Da Frauen ein ausgeprägteres Brustgewebe haben als Männer, ist bei ihnen gerade das Brustkrebsrisiko erhöht.

BLUT UND WASSER STRÖMEN IN RICHTUNG KOPF

„Die Strahlenbelastung ist eine der zentralen ungelösten medizinischen Herausforderungen der astronautischen Raumfahrt“, sagt DLR-Vorstandsvorsitzende Anke Kayser-Pyzalla. Das grundsätzliche Problem ist, dass sich die Strahlenbelastung auf der Erde nur schwer simulieren lässt. Erst jetzt gingen Experimente mit komplexeren Strahlenfeldern los, sagt Hellweg. So hat Zohar eine Schutzmöglichkeit auf ihrem Flug getestet. Die Puppe trug eine Strahlungsschutzweste, bestehend aus einem Polymer mit hohem Wasserstoffanteil. „Der Vergleich der Strahlungswerte von Helga ohne Weste und Zohar mit Schutzweste zeigt uns, welche Abschirmungswirkung die Weste entfalten könnte“, erklärt Berger. Doch auch hier fehlt es noch an detaillierten Daten. Eine andere Gefahr, mit der Astronautinnen und Astronauten im All konfrontiert sind, ist die Schwerelosigkeit, die auch mit Flüssigkeitsverschiebungen verbunden ist. Blut und Wasser strömen in Richtung Kopf. Der Druck im Kopf erhöht sich, und damit auch auf die Augen. Der Nasa zufolge kommt es bei rund 70 Prozent der Astronautinnen und Astronauten zu Schwellungen des Augenhintergrunds, wenn sie auf der ISS sind. Zudem können sich die Augäpfel in der Schwerelosigkeit verformen und der Sehnervenkopf anschwellen. Forschende sprechen vom Sans, dem „Spaceflight-As-

sociated Neuro-ocular Syndrome“. Es ist vor allem von Langzeitmissionen bekannt.

30 TAGE BETTRUHE FÜR DIE FORSCHUNG

Wie und warum die Schwerelosigkeit die Augen schädigen kann, untersucht das DLR-Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin in Bettruhestudien. Aktuell läuft die Sans-Bettruhestudie: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer müssen dabei 30 Tage lang in einem Bett liegen. „Viele Probanden stellen sich das zunächst ganz gechillt vor“, sagt Claudia Stern, Leiterin der Abteilung für Klinische Luft- und Raumfahrtmedizin. „Aber sie merken schnell, dass es doch nicht ganz so einfach ist.“ Denn das Bett ist kopfwärts um sechs Grad geneigt, was „die Effekte der Schwerelosigkeit auf den menschlichen Körper ideal simuliert“. Der Druck im Kopf steigt, und durch das lange Liegen bauen sich Muskeln ab.

IMMER MEHR FRAUEN FLIEGEN INS ALL

„Wir forschen jetzt schon lange zum Sans und wissen doch noch nicht genau, wie es entsteht“, sagt Stern. Wie sich Astronauten und Astronautinnen vor Sans schützen können, wollen Stern und ihr Team weiter erforschen. Helfen könnte die „Lower Body Negative Pressure“-Technik, kurz LBNP. Dabei wird ein Unterdruck auf den Unterkörper erzeugt. Kosmonauten nutzen diese Technik schon jetzt, bevor sie von der ISS zur Erde zurückkehren. Die Idee ist nun, LBNP als grundsätzliche Gegenmaßnahme gegen Sans auf der Raumstation einzusetzen. Seit 2017 umfassen die Bettruhestudien des DLR auch weibliche Testpersonen. Die Weltraummedizin wird zunehmend weiblicher – und passt sich somit der Raumfahrt an. Schließlich bekommen immer mehr Frauen die Chance, ins All zu fliegen. Das verdeutlicht allein die aktuelle Astronautenklasse der Europäischen Raumfahrtbehörde Esa: Unter den 17 ausgewählten Astronauten sind acht Frauen. Dennoch ist es aus Sicht von Stern noch ein „langer Weg“, bis Frauen und Männer sowohl in der Raumfahrt als auch in der Weltraummedizin in gleichem Maße repräsentiert sind.



Die beiden Strahlenmesspuppen Helga (vorne) und Zohar sind heil von ihrer Reise zum Mond zurückgekehrt. Foto: Glenn Benson/NASA/ dda/Archivbild

Ohne stichfeste Weste und Handschuhe geht nichts

SELLY DEMIROK arbeitet als Sicherheitskraft im Kontaktladen Mecki 2 hinter dem Hauptbahnhof. Trotz der zum Teil schwierigen Klientel gibt es viele bewegende Momente in ihrer Arbeit – die allerdings auch schnell in Gewalt umschlagen können

HANNOVER. Selly Demirok ist auf aggressive Blicke gefasst, wenn sie morgens am Hinterausgang des Hauptbahnhofs in Hannover an Junkies vorübergeht. Ihre schwarze Security-Kleidung erregt Misstrauen. „Immer wenn ich hier langgehe, denke ich, gleich passiert irgendwas. Wegen meiner Stichschutz-Weste halten mich viele für eine Polizistin eines Sondereinsatzkommandos oder irgendeine Agentin“, sagt die eher zierliche 25-Jährige und lacht. Selly ist auf dem Weg zu ihrem Arbeitsplatz, dem Kontaktladen Mecki für Obdachlose unter der Raschplatz-Hochstraße am Rande von Hannovers Innenstadt.

„Manch einer sagt ‚Mensch, ich habe dich vermisst‘, wenn ich mal ein paar Tage nicht da war. Da fühlt man sich schon wohl.“

Selly Demirok

Die Wartenden vor dem Wohnungslosentreff freuen sich, die junge Frau zu sehen, die hier alle nur Selly nennen. Seit einem Jahr arbeitet die türkischstämmige Demirok als Security-Kraft in dem Tagesaufenthalt. Doch für die Besucherinnen und Besucher ist sie viel mehr als das. Denn Selly hört zu. „Alles gut? Brauchst du einen Krankenwagen?“, fragt sie einen Mann, der sich mit schmerzverzerrtem Gesicht auf einen Gepäck-Trolley stützt. Nein, es gehe schon, antwortet der Mann mit verwuschelter Sprache.

DER RASCHPLATZ IST EIN HOTSPOT DER DEUTSCHEN DROGENSZENE

Bald nachdem die Sozialarbeiter der Diakonie die Türen aufgeschlossen haben, stehen die Besucher für das Frühstück an. Selly beobachtet die Schlange und sucht immer wieder Blickkontakt mit den Mitarbeitern hinter der Theke. Konflikte darüber, wer zuerst an der Reihe ist, bleiben an diesem Morgen aus. „Wegen solcher Streitereien schlagen sich die Leute manchmal. Dann muss ich dazwischengehen“, sagt Selly, während sich die ersten an die Tische setzen. Viele nutzen ihren Ruheplatz auch, um zu schlafen oder zu lesen. Drogen zu konsumieren oder zu dealen, ist streng verboten. „Wenn ich das beobachte, schreite ich ein.“

Körperliche Gewalt setzt die in Selbstverteidigung geschulte Security-Frau aber nur im Notfall ein. „Ich versuche immer, Ruhe zu bewahren und deeskalierend zu arbeiten.“ Nur einmal, als sie noch neu war, sei eine Situation nachts im „Mecki 2“ am Raschplatz beinahe außer Kontrolle geraten. Nachdem Selly eine Besucherin aufgefordert hatte, ihre Corona-Maske aufzusetzen, habe die Frau sie gebox und geschubst.



Im Einsatz für mehr Sicherheit: Selly Demirok arbeitet seit einem Jahr im Kontaktladen Mecki nahe dem Raschplatz. Zugleich hat die türkischstämmige junge Frau immer ein offenes Ohr für die Besucherinnen und Besucher des Tagestreffs. Foto: Nancy Heusel

Selly wollte die Frau packen, aber ihr Chef ging dazwischen. „Danach kamen mir vor lauter Aggression die Tränen. So etwas passiert mir nicht mehr, heute bin ich abgehärtet“, sagt sie selbstbewusst. Selly geht raus und wirft einen prüfenden Blick auf die Menschengruppen, die sich wenige Meter entfernt auf dem Raschplatz aufhalten. Der Ort ist seit langem ein Hotspot der deutschen Drogenszene. Als wäh-

rend der Corona-Krise Junkies Mecki-Mitarbeiter immer öfter bedrohten und sich die Prügeleien vor der Tür häuften, entschied sich die Diakonie, dauerhaft einen Sicherheitsdienst zu engagieren. „Es kann immer mal passieren, dass einer ein Messer rauschneidet“, sagt Selly und zeigt ihre stichfesten Handschuhe. Besonders aggressiv seien Menschen, die Stoff bräuchten, aber keinen haben.

SIE VERSTEHT, WARUM MENSCHEN AUF DER STRASSE LANDEN

Angst habe sie nie, sagt Selly, zumal sie sich hundertprozentig auf ihre Kollegen verlassen könne. „Wenn du Angst hast, bist du hier falsch.“ Auch an Beleidigungen habe sie sich gewöhnt. Trotzdem gefalle ihr der Job, betont sie. Denn meistens könne sie ihre Zeit mit den Menschen teilen, etwa indem sie Kaffee ausschenkt

oder mit Besuchern auf eine Zigarette vor die Tür geht. Einmal wollte ein älterer Mann mit ihr reden, erzählt Selly. Da habe sie gemerkt, wie wichtig es ihm war, dass jemand zuhört. „Das berührt mich. Das war ein echter Gänsehaut-Moment.“ Mittlerweile kenne sie so viele Lebensgeschichten, dass sie verstehe, warum Menschen auf der Straße landen, trinken oder Drogen nehmen. „Vielen fehlt Liebe“, fasst sie zusammen.

„NICHT JEDER HAT IMMER EINEN GUTEN TAG“

Am späten Vormittag, kurz bevor der Laden schließt, müssen Selly und ihr Kollege doch noch Gewalt anwenden. Ein offenbar betrunkenen Mann ist an einem Tisch in eine Zeitung vertieft und weigert sich aufzustehen. „Lass mich in Ruhe, Mann“, schreit er, als Selly ihn bittet zu gehen. Als die Security-Leute versuchen, den Besucher nach draußen zu begleiten, lässt sich der Mann fallen und tritt um sich. Selly und ihrem Kollegen gelingt es, die Situation zu lösen, ohne dass jemand verletzt wird. „Das war stressig“, sagt Selly hinterher, gibt sich aber gelassen: „So was kommt halt vor. Nicht jeder hat immer einen guten Tag.“

STANZE
Mein Gartencenter

@stanzegartencenter

Jetzt ist Pflanzzeit!

Sonntags
ist Blumentag
13 - 16 Uhr**

Riesige Auswahl an Hochbeeten ab 34,99 €

Neudorff Neudomon BuchsbaumzünslerFalle
biotechnische Falle zur Befallskontrolle und Ermittlung des günstigsten Spritztermins mit einem zugelassenen Bekämpfungsmittel, reicht für eine komplette Saison, ausreichend für bis zu 200 m²

Unser Top Preis **28.99**
Stanze Greencard Preis* **26.99**
UVP ~~39.99~~

Neudorff Raupenfrei Xentari 25g
biologisches Präparat gegen Buchsbaumzünsler, Schadraupen an Zierpflanzen, Obst, Gemüse und Wein, geeignet für den ökologischen Landbau

Unser Top Preis **11.99**
Stanze Greencard Preis* **10.99**
UVP ~~16.99~~

Jetzt QR-Code scannen und in unserer aktuellen Beilage stöbern.

Naturbursche Bio-Holzschnitzel
Für Stabilität und optimale Belüftung im Hochbeet, 60 L, (0,17 €/l)

Naturbursche Pflanzerde
Mit ausgewählten Rohstoffen für ökologisches Gärtnern, 45 L (0,22 €/l)

Bellandris Bio-Tomatendünger
100 % Naturdünger für alle Fruchtgemüsearten, für reichen Fruchtansatz und gesunde Pflanzen, 1 kg

Stanze Gartencenter GmbH
Karoline-Herschel-Str. 1
30966 Hemmingen (Hannover)

Stanze Gartentechnik
Marie-Curie-Straße 10
30966 Hemmingen (Hannover)

Kontakt:
0511/420380
info@stanze-gartencenter.de
www.stanze-gartencenter.de

Kontakt:
0511/42038850
gartentechnik@stanze-gartencenter.de

Öffnungszeiten:
Mo. – Sa. 09.00 – 19.30 Uhr
So. 13.00 – 16.00 Uhr**

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 07.00 – 17.00 Uhr***
Sa. 09.00 – 17.00 Uhr

VERBAND DEUTSCHER GARTENCENTER
AUSGEZICHNET 2023/24
KOMPETENZ BERATUNG QUALITÄT
DIREKT AN DER NEUEN 3

Angebote gültig 7 Tage ab Erscheinen oder so lange der Vorrat reicht. Bild-, Produkt- und Farbabweichungen sowie Preisirrtum vorbehalten.
*Der Stanze Greencard Preis ist nur in Verbindung mit der Stanze Greencard gültig. ** Sonn- & Feiertage eingeschränkter Verkauf gemäß NLOffVZG.
***7.00-8.00 Uhr nur gewerbliche Kunden

36072702_002622

VON SARAH FRANKE / RND

BERLIN. Zwei Stunden vor der Party zeigt das Fieberthermometer 39 Grad an. Schlapp im Bett liegen statt feiern – schon wieder. Solche seltsamen Fieberschübe hatte ich als 16-Jährige immer häufiger. Meist waren sie nach einem Tag wieder weg. Damals verwirrte mich das. Heute denke ich: kein Wunder. Als Teenager war ich oft wochenlang allein zu Hause. Nach der Schule kamen so gut wie jeden Tag Freundinnen und Freunde vorbei. Denn bei mir war ja immer „sturmfrei“. Ich möchte die Aufmerksamkeit, die ich dadurch bekam, und traute mich nicht, auch mal „Nein“ zu sagen. Nur, wenn ich fieberte, ruhte ich mich aus. Ich fühlte mich immer erschöpfter, reizbarer und unkonzentrierter. Schließlich zog ich zu meinem Vater. Damit endete zwar die sturmfreie Zeit – aber auch die kurzen Fieberschübe kamen nie wieder.

Für das, was ich als Teenager erlebt habe, kursiert heutzutage im Internet ein Begriff: Social Burn-out. Betroffene fühlen sich nicht wegen des Jobs, sondern wegen der Freizeit überlastet. Der viele Kontakt zu Menschen erschöpft sie. Um eine offizielle medizinische Diagnose handelt es sich beim sozialen Burn-out nicht. Zwar ist das Burn-out-Syndrom im ICD-11 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) aufgeführt, das Ärztinnen, Ärzten, Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen als Grundlage für ihre Diagnosen nutzen. Zu den Symptomen eines Burn-out-Syndroms zählen demnach Energiemangel, Zynismus und das Gefühl, nicht genug zu leisten. Allerdings endet die Definition mit dem Satz: „Burn-out bezieht sich speziell auf Phänomene im beruflichen Kontext und sollte nicht zur Beschreibung von Erfahrungen in anderen Lebensbereichen verwendet werden.“



Zu viele Aufgaben, wenig Zeit – der Burn-out in der Arbeitswelt ist bekannt. Doch auch im Privatleben fühlen sich immer mehr Menschen überlastet. Gibt es auch ein **SOCIAL BURN-OUT?**

ZU VIELE SOZIALKONTAKTE ALS FLUCHT VOR PROBLEMEN

„Selbstverständlich kann ein ‚Ausgebranntsein‘ auch im privaten Kontext entstehen. Diese Symptomatik würde man im klinischen Sinne jedoch nicht als Burn-out, sondern vielmehr als Probleme bezogen auf bestimmte Lebenskontexte ansehen“, erklärt die Psychotherapeutin Anke Pielsticker. Dass durch den Begriff soziales Burn-out das Burn-out-Syndrom aus dem Bereich Beruf auf die Freizeit übertragen wird, hält die stellvertretende Vorsitzende der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung für „unpassend“.

Auch der Psychotherapeut Benedikt Waldherr steht dem Begriff kritisch gegenüber: „Ich bin generell ein Gegner von zu vielen Diagnosen und von Selbstdiagnosen“, sagt der Vorsitzende des Bundesverbands der Vertragspsychotherapeuten und fügt hinzu: „In manchen sozialen Netzwerken kann es sogar schick oder bedeutungssteigernd sein, auszubrennen oder psychische Probleme zu haben.“ Das sei ein Nebeneffekt der Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen. Einige Menschen nutzten Diagnosen – auch selbst im Internet recherchierte –, um zu erklären, warum sie manche Anforderungen



Das Gefühl des Ausgebranntseins kann auch im privaten Kontext existieren. Symbolfoto: Karolina Grabowska / Pexels

des täglichen Lebens nicht so hinbekommen, wie sie es gern wollen – oder um den Versuch auch gleich ganz sein lassen. „Ich will jetzt aber kein Drückebergersyndrom erfinden. Das wäre der nächste Fehler“, wirft der Psychotherapeut ein. Wer von Termin zu Termin hetzt, sollte über die Gründe für dieses Verhalten nachdenken. „Ich habe den Eindruck, manche Menschen mit vielen Sozialkontakten machen das, um sich von anderen Dingen abzulenken“, sagt Waldherr, „aber man sollte sich vielleicht auch mal trauen, ein schwieriges Gefühl zu ertragen und selbst zu erforschen.“ Grundsätzlich sei jeder Mensch

gut damit beraten, auf die eigenen Grenzen zu achten – im Berufsleben genauso wie im Privatleben. Ob eine psychische Erkrankung vorliegt und wie schlimm sie ist, müssten Psychiater, Psychiaterinnen, Psychotherapeuten oder Psychotherapeuten feststellen. Diese Fachpersonen können im nächsten Schritt dann beim Gesundwerden helfen.

UNTERSCHIEDLICHE GRÜNDE

Wie verbreitet es ist, sich sozial ausgebrannt zu fühlen, dazu hat noch niemand Zahlen erhoben. Ich frage meine 370 Follower bei Instagram, ob sie Erfahrungen

mit dem Thema haben. „Mit mehreren Kindern hat man manchmal zu viele soziale Termine und Verpflichtungen, finde ich“, schreibt jemand. „Ich habe das Gefühl beim Dating. Ständig soll man Zeit haben – das stresst mich“, antwortet eine andere Person. Jemand Drittes erzählt von Phasen, in denen WhatsApp-Nachrichten lange unbeantwortet bleiben: „Ich habe dann das Gefühl, dass es mir gerade zu viel ist. Ich brauche einen kleinen Social Detox, und nach ein paar Wochen geht es wieder.“

Wer in seiner Freizeit von Termin zu Termin hetzt, kann dafür also ganz verschiedene Gründe haben. Manche fühlen sich durch ihre Kinder dazu verpflichtet. Andere haben Angst, dass das Gegenüber eine Absage persönlich nehmen könnte. Einige mögen nicht allein sein. Und bei ein paar Menschen handelt es sich wahrscheinlich um eine extreme Form der „Fear of missing out“, kurz Fomo. Diese Menschen haben Angst, etwas zu verpassen.

Einige meiner Follower haben Strategien gegen Freizeitstress für sich entdeckt. Sozial ausgebrannt fühle sie sich, wenn sie ihren „Gammeltag“ am Wochenende nicht einhalte, schreibt jemand. Eine andere Person berichtet davon, sich nach jedem Termin mit Menschen, die sie besonders anstrengend findet, einen freien Tag zur Erholung zu gönnen. Ich selbst verabrede mich nur noch maximal jeden zweiten Tag. Mich zwischendurch mit einem Buch auf die Couch zu fläzen hilft mir, ausgeglichen zu sein. Außerdem freue ich mich seitdem meist auf Verabredungen – und hake sie nicht einfach auf der inneren To-do-Liste ab.

WAS GEGEN EIN SOCIAL BURN-OUT HilFT

Was vorbeugend gegen ein soziales Burn-out helfen kann, beschreibt die klinische Psychologin Amelia Aldao auf der Onlineplattform „Psychology Today“. Ihre Strategien basieren auf der kognitiven Verhaltenstherapie.

► **Priorisieren:** Ihren Patientinnen und Patienten rät Aldao, all ihre Aktivitäten und Aufgaben aufzulisten. Danach sollen sie sie in die Kategorien „Muss ich machen“, „Wäre schön, wenn es klappt“ und „Total anstrengend“ einordnen. „Ziel ist es, die meisten Dinge aus diesen Kategorien zu erledigen“, erklärt die Psychologin. Wohlgemerkt, die meisten und nicht alle. Denn es sei normal, dass nicht immer alles klappt. Zu selbstkritisch mit sich zu sein führe in eine Abwärtsspirale.

► **Kalender führen:** Wer nur von Woche zu Woche schaut, kann den Eindruck gewinnen, dass es nur die nächsten Tage stressig wird – und übersieht, wenn auch im kommenden Monat kaum Zeit zum Entspannen bleibt. Aldao rät, neben Ereignissen und Aufgaben auch Zeitpuffer und freie Tage im Kalender einzutragen. „Eine realistische Zeitplanung und Pausen sind der Schlüssel, um einem Burn-out vorzubeugen“, schreibt sie.

► **Erwartungen dämpfen:** „Nicht jedes Event wird extrem interessant sein“, gibt Psychologin Aldao zu bedenken. Es kann schon helfen, Kleinigkeiten zu ändern, zum Beispiel Verabredungen kürzer zu halten oder sich mit weniger Menschen gleichzeitig zu treffen. Und: Manchmal gefallen uns der Töpferkurs oder das Mittagessen in der Kantine mit dem sonst so ernst dreinblickenden Kollegen viel besser, als wir es erwartet hätten.



Medizin

- Anzeige -



Hilfe aus der Apotheke
„Mir wurde Gasteo in der Apotheke empfohlen, nachdem ich wegen meinem Blähbauch um Rat gefragt habe. Seitdem habe ich es immer zuhause. Gasteo wirkt einfach hervorragend,“ erzählt eine Apotheken-Kundin!

Das hilft, das wirkt, das spürt man

Der Blähbauch

Jede dritte Frau fühlt sich nach jeder Mahlzeit dicker als sie ist. Die Körpermitte spannt und drückt. Erste Hilfe leisten Gasteo Magen-Tropfen mit therapeutischen Bitterstoffen und beruhigendem Gänsefingerkraut. Dass sich die eben flache Mitte plötzlich ballonartig aufbläht, erleben viele Frauen verstärkt ab den Wechseljahren. Die Ursache: Der sinkende Östrogen-Spiegel macht das Magen-Darm-System träge. Die Nahrung bleibt länger im Verdauungstrakt und gärt, bevor sie ausgeschieden wird. Dieser Gärprozess erzeugt den unangenehmen Blähbauch. Schon beim ersten Kontakt mit der Zunge aktivieren therapeutische

Bitterstoffe die Verdauungssäfte. Die Fettverdauung kommt in Schwung. Die gesunde Eigenbewegung von Magen und Darm wird angeregt. Belastende Gase werden diskret abtransportiert, neue vermieden. Ade Blähbauch! Das krampflösende Gänsefingerkraut beruhigt derweil den gesamten Magen-Darm-Bereich. Das Wohlfühlgefühl kehrt zurück. Gasteo wird am besten direkt nach dem Essen eingenommen.



Gasteo® Flüssigkeit zum Einnehmen. Wirkstoffe: Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Benediktenkraut, Wermutkraut, Kamillenblüten. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden (z.B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält 40 Vol.-% Alkohol. (Stand: 11/2022) Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunnattstraße 20, 76532 Baden-Baden



Umdenken in der Medizin

Die Innovation in der Schlaf-Therapie

NEU

Zügiges Einschlafen & gutes Durchschlafen in der Nacht. Am Tag inneres Wohlbefinden mit Leistungsfähigkeit. Im Zentrum der Wissenschaft steht das neue Lioran für Nacht & Tag mit der Passionsblume, das innerhalb kurzer Zeit beginnt, seine einzigartige Wirkung im Körper zu entfalten.

In den vergangenen Jahren hat sich ein neues Verständnis für Ein- und Durchschlaf-Störungen entwickelt. Die Wissenschaft hat erkannt, dass bei Betroffenen die gesamte Lebensqualität negativ beeinflusst ist. Kaum im Bett, springt das Gedanken-Karussell an und macht die Nacht zum

Albtraum. Am Tag quälen verminderte Leistungsfähigkeit, Stimmungs-Schwankungen und Müdigkeit. Die ganzheitliche Behandlung ist gefordert. Das neue Lioran für Nacht & Tag kann diesen Anspruch erfüllen. Es wurde vom Bundesamt für Arzneimittel – Deutschlands höchster Gesundheits-Instanz – soeben zugelassen.

Die Wirkung ist spürbar

Wohliges Moment, wenn der Körper schwerer und schwerer wird. Jetzt nur noch einen Augenblick, dann verschwindet der Strom des Bewusstseins unter dem Mantel der Nacht. Endlich erholsam schlafen. Wer wünscht

sich das nicht. Tipp: Zwei Lioran-Kapseln eine halbe Stunde vor dem Schlafengehen einnehmen. Am besten, bevor man sich „bettfertig“ macht. In kurzer Zeit entfaltet sich der einzigartige Passionsblumen-Wirkstoff im Körper. Die Gedanken kommen zur Ruhe. Man wird spürbar müde und ist bereit für den erholsamen Schlaf in der ganzen Nacht.

Die ganzheitliche Wirkung

Das neue Lioran sorgt rund um die Uhr für inneres Wohlbefinden. Gelassen und mit innerer Ausgeglichenheit kommt man auch am Tag durch diese Zeit. Die maximale Einnahme-Dosis sind 4 Kapseln in 24 Stunden.

Endlich in deutschen Apotheken

Lioran für Nacht & Tag kann das Therapie-Spektrum bei Schlafstörungen sinnvoll erweitern, so die Experten. Als pflanzliches Arzneimittel natürlich bei bester Verträglichkeit, ohne Abhängigkeit und Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten. Damit eignet sich das neue Lioran auch für die Langzeit-Einnahme.



Rezeptfrei in Apotheken
9,90 Euro, 20 Kapseln (AVP)
PZN 18 45 32 45

Lioran® classic für Nacht und Tag die Passionsblume. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Unterstützung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält Lactose. (Stand: 12/2022) Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunnattstraße 20, 76532 Baden-Baden

ÜBER
15.000
ARTIKEL
SOFORT DIREKT
AB LAGER

Exklusiv in Hannover
BLACK EDITION
die Neuauflage des
Retro Klassikers
MALIBU
mit neuen Farben und
Absetzungen mit
schwarzen Griffen und
schwarzen Füßen

Vitrine Malibu
statt 379,-

349,-
Aktionspreis

MALIBU – DIE NEUE BLACK EDITION

5 verschiedene Modelle in 4 neuen Farben. Korpus und Front MDF (Mitteldichte Faserplatte), Oberfläche farbig echt lackiert, Griffe und Füße Metall schwarz.

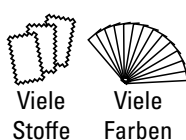
- DESIGNER VITRINE** mit 1 Tür mit Glaseinsatz, 2 Einlegeböden, B/H/T ca. 50x143x41 cm. 02180001-16, 17, 18, 19. Aktionspreis statt 379,- **349,-**
- KOMMODE MIT 4 SCHUBLÄDEN** B/H/T ca. 60x92x41 cm. 02180001-00, 01, 02, 03. Aktionspreis statt 379,- **339,-**
- KOMMODE MIT 2 TÜREN** und 1 breiten Schubkasten, 1 Einlegeboden, B/H/T ca. 86x92x41 cm. 02180001-12, 13, 14, 15. Aktionspreis statt 379,- **339,-**
- KOMMODE MIT 4 BREITEN SCHUBLÄDEN** B/H/T ca. 86x92x41 cm. 02180001-04, 05, 06, 07. Aktionspreis statt 399,- **369,-**
- SIDEBOARD** mit 2 Türen und 4 Schubladen, 2 Einlegeböden, B/H/T ca. 146x92x41 cm. 02180001-08, 09, 10, 11. Aktionspreis statt 699,- **599,-**



Elementgruppe
statt 999,-

ELEMENTGRUPPE NALANI

Pflegeleichter Bezugsstoff in Cord türkis, Kunststofffüße, Wellenunterfederung und Schaumpolsterung, 2 Rückenissen, Sofarücken im Originalstoff bezogen, B/H/T ca. 273x74x100 cm, Sitzhöhe ca. 44 cm, Sitztiefe ca. 74 cm. 05920027-00, 99.



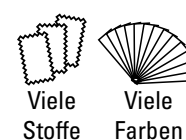
799,-
Aktionspreis



Elementgruppe
statt 799,-

ELEMENTGRUPPE HILARY

Pflegeleichter Bezugsstoff in Cremeweiß, Füße Metall schwarz, Schaumpolsterung, Stahlwellenunterfederung, mit 3 großen Rückenissen, B/H/T ca. 276x85x173 cm, Sitzhöhe ca. 43 cm, Sitztiefe ca. 60 cm. 42990020-00, 99.



699,-
Aktionspreis

Auf über 2.000 m²
Gartenwelt
by HESSE

Highlights unserer GARTENMÖBEL- KOLLEKTIONEN hier entdecken!



Gültig bis 13.5.2023. Alles Abholpreise ohne Deko. Zwischenverkauf vorbehalten. Alles solange der Vorrat reicht. Alle Maße sind ca.-Maße. Nicht mit anderen Aktionen und Rabatten kombinierbar. Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten.



Von der Sehnsucht nach einem Leben in einem anderen Körper: „The Making of Pinocchio“. Foto: Tiu Makkonen

Über Gefühle sprechen

13 Produktionen von Künstlerinnen und Künstlern aus zehn Ländern präsentiert das **FESTIVAL THEATERFORMEN**, das vom 22. Juni bis zum 2. Juli stattfinden wird

HANNOVER. Eine Straßensperre wird es geben. Aber die allgemeine Aufregung darüber dürfte nicht so groß sein wie vor zwei Jahren, als die Verantwortlichen des braunschweigisch-hannoverschen Festivals Theaterformen beschlossen hatten, das Festivalzentrum in Hannover mitten auf der Raschplatzhochbrücke einzurichten. Bei der neuen Ausgabe der Theaterformen, die vom 22. Juni bis zum 2. Juli vorwiegend auf den Bühnen des Schauspiels Hannover stattfinden wird, soll nur die Prinzenstraße vor dem Schauspielhaus für den Autoverkehr gesperrt werden. Dort wird das Festivalzentrum errichtet, das vom britischen Kollektiv „The DisOrdinary Architecture Project“ entworfen wird. Die Gruppe hatte auch das Festivalzentrum der vorigen Ausgabe

in Braunschweig gestaltet. In Hannover wollen sich die Architekturoperntinnen und -exper-ten wieder besonders für die Be-lange tauber Menschen einset-zen. Im Zentrum soll es „Sound-massagen“ geben und „Silent Discos“, bei denen Musik über Kopfhörer und über vibrierende Bassgürtel übertragen wird. Im Festivalzentrum wird auch ein sogenannter Feeler unter-wegs sein. Der taube Künstler Daniel Kotowski wird dort den Kontakt zu – hörenden wie we-niger hörenden – Festivalbesu-chern und -besucherinnen auf-nehmen. Im Programm heißt es über ihn: „Feeler wandert unter den Menschen umher und nimmt ihre Emotionen in sich auf. Er versucht, seine eigenen Gefühle zu äußern und über sie zu sprechen. Er benennt sie, zeigt sie und erlebt sie gemein-sam mit Ihnen. Die Frage nach den eigenen Gefühlen ist manch-mal herausfordernd, und die Antwort kann intim ausfal-len oder auch nicht.“ Überhaupt werden die Zu-schauerinnen und Zuschauer bei dem Festival, das 13 Produktio-nen von Künstlerinnen und Künstlern aus zehn Ländern zeigt, viele Möglichkeiten haben mitzutun. In „Spin“ (am 30. Juni und 1. Juli auf der Cumberlan-dschen Bühne) lädt die taube Tän-zerin Anna Seymour mit ihrem Team (drei Performerinnen und ein DJ) das Publikum zum Mit-tanzen ein, im Festivalzentrum wird es an fünf Abenden eine „Silent Disco“ geben, und in der „Toolbox“ können Besucher an-geregt von den Produktionen über das Thema „Fragilität“ sprechen, und zu einigen Pro-duktionen werden Nachgesprä-che angeboten. Eröffnet werden die hanno-verschen Theaterformen am Donnerstag, 22. Juni, mit einer Arbeit der chilenischen Theater-macherin Manuela Infante. Ihre Vampirgeschichte „Was ihr nicht sehen könnt“ entsteht ge-rade im Zusammenarbeit mit dem Schauspiel Hannover. Im Schauspielhaus soll das Stück auch in der kommenden Spiel-zeit zu sehen sein. **MYTHOS DES PERFEKTEN KÖRPERS** Die Fragilität des menschlichen Körpers, seine Verwundbarkeit und die Würde des nicht perfek-ten Körpers stehen im Zentrum der meisten Produktionen des Festivals. In „Zer-Brech-Lich“ von Alessandro Schaittarella wollen drei behinderte Perfor-merinnen und Performer „eige-ne und fremde Identitäten“ er-forschen. Die Produktion, eine Zusammenarbeit des Festivals mit der Staatsoper Hannover, ist am 23., 24. und 25. Juni im Ball-hof 1 zu sehen. Eine Perfor-mance zum Thema Geschlechts-umwandlung ist am 1. und 2. Juli im Ballhof „The Making of Pi-nocchio“ von „Cade & MacAs-kill“ aus Glasgow. Auf der Cumberlandschen Bühne tanzt Mohamed Toukabri zusammen mit seiner Mutter in „The Power (of) The Fragile“. In dem Stück, das am 23. und 24. Juni zu sehen ist, geht es um Träume von einem anderen Le-ben und die Schwierigkeiten der Migration. In „Thank You Very Much“ der schottischen Cho-reografin Claire Cunningham setzen sich behinderte Tänzerin-nen und Tänzer (am 28. und 29. Juni) mit dem Mythos des per-fekten Körpers auseinander. Zeitgenössischer Tanz grun-diert auch die Produktion „Aphasia“ von Jelena Jureša. Die Filmemacherin lässt ihr Pu-blikum am 26. und 27. Juni in die Atmosphäre eines Nachtclubs eintauchen, in dem eine Frau er-kennt, dass es sich bei dem DJ um einen Kriegsverbrecher han-delt, der bisher der Verurteilung entgangen ist. Im Programm steht dazu der in vielerlei Hin-sicht bedenkliche Satz: „Jeder Genozid hat seinen Sound-track.“

Weitersagen lohnt sich!

Leser/in werben & Prämie sichern!

Denn wenn Sie einen neuen HAZ- bzw. NP-Leser werben, können Sie sich ein Geschenk Ihrer Wahl aus unseren wechselnden Prämien aussuchen – ganz gleich, ob Sie selbst HAZ- bzw. NP-Abonnent sind.

Online unter

abo.haz.de/leser-werben

abo.neuepresse.de/leser-werben

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland



Anna Müller, die künstlerische Leitung des Festivals Theaterformen bei der Programmvorstellung für das Festival in Hannover. Foto: Rainer Droese

Last Christmas Musical in Hannover

Das Weihnachtsmusical mit einer bewegenden Liebesgeschichte

HANNOVER. Das Musical „Last Christmas Miracle“ entführt am Sonntag, 7. Januar 2024, 19 Uhr im Theater am Aegi die Besucher in eine bewegende Liebesgeschichte rund um die weltbekannten Weihnachtshits von Dean Martin zu den mitreißenden Pop-Weihnachtssongs von Mariah Carey, Kelly Clarkson, Michael Bublé, Elton John und Ed Sheeran und vielen anderen. Jeder der beliebten Songs findet seinen passenden Platz. Es ist die einzige Produktion weltweit, die die großen Weihnachtshits in einer mitreißenden Musical-Produktion vereint. Die Story spielt im vorweihnachtlichen New York und ist angelehnt an eine wahre und - um nicht zu viel zu verraten - traurig-glückliche Begebenheit und lässt auf jeden Fall kein Auge trocken. Die Handlung beschreibt das Leben von Angelica, die sich mit Aushilfsjobs über Wasser hält und mit 29 Jahren noch auf der Suche nach ihrem „Mr. Right“ ist. Dabei macht sie tiefgreifende Erfahrungen mit dem Schicksal, kommt aber dabei aber auch immer wieder in Situationen, über die der Zuschauer stark schmunzeln muss. Inszeniert wurde die Produktion vom bekannten deutschen Schauspielern und Theaterproduzenten Bernd Gnann, bekannt aus Filmen wie „Schiller“, diversen Hauptrollen im „Tatort“ so-wie von Inszenierungen der Musicals über das Leben von Queens’ Freddie Mercury, des Bon Jovi-Musicals „Bed of Roses“, oder des Musicals „Elvis“. Mit seiner aufwändigen Dekoration, Schneemaschinen und einer Drehbühne verwandelt das Musical „Last Christmas Miracle“ jede Konzerthalle in einen winterlich-funkelnden Weihnachtsmarkt in New York. Unterm Strich ein prickelnder Weihnachtsrausch, aus dem man am liebsten nicht aufwachen möchte. Die Songs werden natürlich alle live performed. Die gesprochenen Texte sind in deutscher Sprache. Nur bis zum 1. Juni gilt ein Ultra-Frühbucherrabatt für Leser von 10 Prozent auf die Ticketpreise. Karten für diese Veranstaltung sind erhältlich bei der HAZ unter (0511) 12 12 33 33, an allen bekannten VVK-Stellen und online unter www.bestgermantickets.de

Szene aus dem Musical „Last Christmas Miracle“. Foto: Igor Link

HANNOVER. Aus den Lautsprechern tropft es. Nicht flüssig, nur akustisch. Ein Rhythmus? Nicht zu erkennen. Wassertropfen auf Synthesizerflächen sind der musikalische Wegweiser für drei Tänzerinnen, die sich auf dem glatten Boden des Schwarzen Saals in der Commedia Futura auf dem Eisfabrik-Gelände bewegen. Fließend, treibend, unterschiedliche Bewegungsmuster miteinander verknüpfend, manchmal zu einem dreiköpfigen Körper verschmelzend.

Genauso hat sich Alma Edelstein das vorgestellt, jedenfalls fast. Die 40-jährige Choreografin sitzt konzentriert am Rand, gibt kleine Korrekturhinweise. Sie sei sehr detailverliebt, wird sie später sagen, und feile gern an Kleinigkeiten wie der Stellung der Finger oder der Zehen. Alma Edelstein ist eine der zentralen Figuren des „8. Tanzoffensive“-Festivals in der Eisfabrik, das am 5. Mai startet. Sie choreografiert nicht nur am 3. Juni das Abschlussstück „Baobab“ mit den drei Tänzerinnen Ludovica Ballarin, Nina Melcher und Susanna Ylikoski, sondern auch den Auftaktabend mit zwei Uraufführungen ihrer Edelstein Feinsilber Dance Company.

Das Publikum soll und wird sie kennenlernen, und das hat einen Grund: Denn die aus Argentinien stammende Tänzerin wagt nach vielen Jahren Arbeit in Österreich und Berlin einen Neuanfang und verlegt ihren Lebensmittelpunkt gerade nach Hannover. Für Wolfgang A. Piontek von der Commedia Futura ein absoluter Glücksfall: „Alma wird eine absolute Bereicherung für die Tanzszene in Hannover sein.“

Für Edelstein wiederum ist Hannover ein neuer Kick. Sie habe zuletzt in Berlin keine Impulse mehr gespürt, dagegen habe sie die erste Begegnung im Tanzpunkt Hannover sofort tief berührt: „Nina Melcher und Bettina Paletta begrüßten mich, gingen ins Studio, und das erste, was sie taten: Sie umarmten



Choreografin **ALMA EDELSTEIN** prägt das Festival „Tanzoffensive“ – und zieht nach Hannover

Die Tanzchoreografin Alma Edelstein.



Proben für das Festival „Tanzoffensive“ in der Eisfabrik: Susanna Ylikoski (von links), Ludovica Ballarin und Nina Melcher. Fotos: Uwe Janssen

sich. Und ich stand da, sah ihnen einfach zu und dachte: Ich will an einem Ort arbeiten, wo Menschen sich umarmen.“ Ein Zeichen – die praktizierende Budhistin glaubt an solche Winke des Schicksals. Symbolik spielt genau wie die Natur auch eine große Rolle in ihrem künstlerischen Schaffen. Das traf im Tanzpunkt einen Nerv. Die Frauen mussten nicht lange reden, um herauszufinden, ob sie miteinander arbeiten wollen. Sie wollten. Edelstein sucht gerade eine Wohnung in Hannover.

Ihre berufliche Reise, die nun also in der niedersächsischen Landeshauptstadt vorerst stoppt, begann mit einem Versprechen ihrer Mutter. Der Deal:

Wenn sie die Schule beendet, zählt Mama ein Flugticket nach Europa. Gesagt, getan: Bei ihrer mehrmonatigen Rundreise nahm sie Tuchfühlung mit dem Kontinent auf, der später ihre Wahlheimat werden sollte.

Dass sie Tanzen zu ihrem Beruf machen würde, wusste sie schon viel früher: „Als ich vier war, gingen wir am Strand spazieren, und ich hab’ meine Mutter am Kleid gezogen und gesagt, dass ich Tänzerin werden will.“ Nach

einem Tanzstudium in ihrer Heimatstadt Buenos Aires wechselte sie nach Europa, schloss an der Anton-Bruckner-Privatuni in Linz ihr Studium ab und arbeitete anschließend auch an vielen deutschen Häusern, unter anderem am dreispartigen Stadttheater Hildesheim.

Nun also die „Tanzoffensive“, im Fall von Alma Edelstein gleich doppelt: Als Neustartmotto für ihre Zukunft in Hannover – und als Festival, auf dem sie in zwei

Stücken zeigen wird, auf was Hannovers Tanzfans sich freuen können. Zwei Stücke voller Symbolik und Natur. Man kann davon ausgehen, dass es bis dahin viele Umarmungen geben wird.

Festival Tanzoffensive: 5. Mai bis 3. Juni. Neben den Tanzabenden an den Wochenenden wird am 10. Mai nebenan in der Galerie für Fotografie eine Ausstellung mit Bildern des Staatsballetts Hannover eröffnet, fotografiert von Ralf Mohr.

tanzoffensive-hannover.de

BI Leinemasch lädt zum Konzert

HANNOVER. Unter dem Titel „Ein großes Fest für die Leinemasch“ lädt die Bürgerinitiative (BI) Leinemasch am Sonntag, 7. Mai, zu einem „Markt der Möglichkeiten“ in das Kulturzentrum Pavillon, Lister Meile 4, ein.

Auf dem Programm steht ein Konzert von Grupo Sal, das von einer Multimedia-Show umrahmt wird. Zu lateinamerikanischer Musik dokumentieren Bildprojektionen von Johannes Keitel positive Beispiele für den Erhalt der Natur in der Welt. Neben den Live-Beiträgen und Diskussionen gibt es Infostände, an diesen beteiligen sich die Bürgerinitiative Leinemasch, Leinemasch bleibt, BUND Hannover, Heinrich-Böll-Stiftung, Nabu, Ökostadt e.V., Solidarische Landwirtschaft Wildwuchs, Südamerikazentrum und der Verband Entwicklungspolitik Niedersachsen. Der „Markt der Möglichkeiten“ findet ab 19 Uhr im Foyer des Pavillons statt und wird auch in der Konzertpause von den Beteiligten besetzt sein. Die Konzertlesung steht unter dem Zeichen eines gesellschaftlichen Zusammenschlusses, der sich dafür engagiert, eine weitere Rodung im zweiten Bauabschnitt des Südschnellweges zu verhindern. Der Eintritt zu der Veranstaltung ist frei. **RED**

Schwimmbausbildung mit neuen Angeboten

HANNOVER. Die Landeshauptstadt Hannover weitet ihre Bemühungen zur Schwimmbausbildung aus: Im Sommer startet im Ricklinger Bad ein dauerhaftes Kursangebot für Kinder und Erwachsene, organisiert gemeinsam mit dem Quartiersmanagement Mühlenberg. Im Lister Bad wird es vor den Ferien noch vier Bronze-Kurse geben, zudem werden dem Stadtsportbund (SSB) Kurse für die Aktion „Schwimmoffensive“ zur Verfügung gestellt. Im Nord-Ost-Bad wird es Ferien-Schwimmkurse geben.

Bereits in den zurückliegenden Osterferien fanden im Stöckener Bad vier Schwimmkurse statt, weitere Schwimmzeiten wurden dem SSB für die „Schwimmoffensive“ zur Verfügung gestellt. Im Nord-Ost-Bad fanden ebenfalls vier Kurse mit 24 Kindern statt, einer davon in Kooperation mit dem Heimverbund Hannover (Wohngruppe Sutelstraße) und der St. Joseph Jugendhilfe. Im Vahrenwalder Bad wurden vier

Kurse durchgeführt, einer davon in Zusammenarbeit mit dem Flüchtlingswohnheim Sahlkamp und den Johannitern. Im Stadionbad wurden spezielle Zeiten für den SSB und seine Kurse zur Verfügung gestellt.

Der Landeshauptstadt (LHH) ist die Schwimmbausbildung von Kindern besonders wichtig. Aber auch Erwachsene, die bislang nicht schwimmen können, sollen ermuntert werden, dies zu erlernen.

Im Jahr 2022 haben insgesamt 998 Kinder und 43 Erwachsene an Schwimmkursen der LHH teilgenommen. Im ersten Quartal 2023 waren es bereits fast 400 Kinder und 20 Erwachsene. **RED**

Kurse können online über reservierung-baeder-hannover.de fünf Wochen vor Kursbeginn gebucht werden. Die Kosten betragen für zehn Kurseinheiten zu je 45 Minuten 50 Euro zuzüglich Eintrittsgeld, 20 Einheiten kosten 90 Euro, ebenfalls zuzüglich Eintritt.

Die Welt der Kunst – exklusiv für Sie. In Kooperation mit **ars mundi**

Sichern Sie sich **jetzt** ihr Lieblingsstück.



Künstler-Armbanduhr Mondrian: „Tableau Nr. IV“

Begrenzt durch das runde Edelstahlgehäuse entfaltet Mondrians ikonisches Werk eine harmonische Wirkung. Durch die klare Gliederung und die sparsam eingesetzten Farbakzente in den Primärfarben Rot, Gelb und Blau lässt sich die Zeit auf den ersten Blick erfassen. Quarzuhrwerk von Miyota. Mineralglas. Das schwarze Lederarmband sichert ein angenehmes Tragegefühl.

Wasserdicht bis 3 atm. Gehäuse Durchmesser 40 mm, Höhe 7 mm.

Mit graviert Künstler-Signatur auf dem Gehäuseboden. Mit Zertifikat. **ars mundi** Exklusiv-Edition. **Bestell-Nr. ME-892347**

statt **168,-Euro** Vorteilspreis **148,-Euro¹**



Vincent van Gogh: Seidenschal „Iris“

Nicht ohne Grund gehören van Goghs Blumendarstellungen zu den bedeutendsten Werken seiner Zeit. Farbenfroher Schal nach dem Werk „Iris (Schwertlilien)“ von 1889, in 19 Farben auf 100% reiner Seide produziert und gerollt. Format 150 x 40 cm. **Bestell-Nr. ME-769865**

statt **88,-Euro** Vorteilspreis **79,-Euro¹**



Claude Monet: Bild „Garten in Giverny“ (1902), gerahmt

Den Lebensraum eines eigenen, von ihm selbst gestalteten Gartens konnte Monet erst mit dem Umzug nach Giverny 1883 verwirklichen. Das Anwesen war ihm eine unerschöpfliche Quelle von Inspirationen.

Original: Öl auf Leinwand, Wien, Österreichische Galerie im Belvedere.

Edition im Fine Art Giclée-Verfahren auf Künstlerleinwand übertragen und auf Keilrahmen gespannt. Limitierte Auflage 980 Exemplare, nummeriert, mit Zertifikat. Gerahmt in weiß-goldfarbener Massivholzleiste. Format 64,5 x 65,5 cm (H/B). **ars mundi** Exklusiv-Edition. **Bestell-Nr. ME-940127**

statt **490,-Euro** Vorteilspreis **460,-Euro¹**

Mosaikfigur „El Toro Mosaico II“

Dieser Stier ist unverwechselbar durch Gaudi inspiriert. Mit seinen „Trencadis“, den Mosaiken aus Keramikscherben, machte er seine Architektur unsterblich. Tierskulptur aus Polyresin in typischer „Trencadis“-Optik. Format 16 x 24 x 10 cm (H/B/T). **Bestell-Nr. ME-942995**

138,-Euro¹



Petra Waszak: Schmuckset „Mille Fiori“

Tiefgründig und geheimnisvoll präsentiert sich das Schmuckset „Mille Fiori“. Die blumige Farbenpracht der flachen Muranoglasperlen wird intensiviert durch feine, mit 24 Karat vergoldete Messingelemente. Ein strahlendes Accessoire, das die Garderobe perfekt ergänzt.

Collier: längenverstellbar 40,5-46 cm, Karabinerhaken. Armband: längenverstellbar 20-22 cm, Karabinerhaken. Ohrhänger: Länge je 3 cm, Klappbrüser.

Auch einzeln zum Vorteilspreis erhältlich Bestell-Nr. ME-772907

statt **388,-Euro** Vorteilspreis **350,-Euro¹**

Exklusiv für Sie

Limitiert, individuell und hochwertig

DIE WELT DER KUNST **ars mundi**

erhältlich auf www.arsmundi.de/efsshop



oder unter der Bestellhotline: **(0511) 348 43 43**

¹(alle Preise inkl. MwSt. zzgl. Porto, Vorteilspreise gültig bis 31.5.2023)

DVD-TIPPS



EIN MUSIKALISCHES UND BILDGEWALTIGES ABENTEUER

Der 17-jährige Tim, Gesangs-schüler am legendären Mozart-Internat in den österreichischen Alpen, entdeckt eines Nachts ein jahrhundertaltes geheimes Portal, das ihn in die fantastische Welt von Mozarts „Die Zauberflöte“ katapultiert. Als Prinz Tamino begegnet er dort dem gewitzten Vogelfänger Papageno, mit dessen Hilfe er von nun an jede Nacht gefährliche Abenteuer bestehen muss, um Prinzessin Pamina aus den Fängen des Fürsten Sarastro zu befreien. Aber auch tagsüber ist Tims Schulalltag nicht langweilig, denn er versucht, die begehrte Hauptrolle in der jährlichen Schulaufführung der „Zauberflöte“ zu ergattern, und lernt auch noch die taffe Sophie kennen, die ihm mächtig den Kopf verdreht. Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).



BEREIT FÜR DIE HEIßESTE SHOW DES JAHRES?

Mike Lane tritt nach einer längeren Auszeit wieder als „Magic Mike“ auf. In der Hoffnung auf eine letzte große Nummer reist Mike nach London, nachdem ihm eine reiche Society-Lady ein Angebot macht, das er nicht ablehnen kann. Doch seine Auftraggeberin scheint ganz eigene Ziele zu verfolgen. Alles steht auf dem Spiel, als Mike erfährt, was sie eigentlich vorhat. Wird es ihm gelingen, eine Gruppe heißer neuer Tänzer in Form zu bringen, um ihren Plan in die Tat umzusetzen? Neben spektakulären Tanzszenen knistert es gewaltig zwischen Salma Hayek und Channing Tatum in einer ungleichen aber umso leidenschaftlicheren Beziehung. Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).

KI, Konzerte und fliegende Tüten

Die 14. Ausgabe der **KUNSTFESTSPIELE** Herrenhausen präsentiert über 100 Veranstaltungen ab dem 11. Mai

HANNOVER. Rund 100 Veranstaltungen, 18 Festivaltage und unzählige magische Momente und Begegnungen: Die Kunstfestspiele Herrenhausen laden vom 11. bis 28. Mai wieder zu Konzert, Theater, Tanz, Zirkus und Installationen ein.

Zu den vielen Highlights gehört die Deutschlandpremiere **„Verwandlung eines Wohnzimmers“** (19. und 20. Mai, jeweils 19.30 Uhr, DHC-Halle)

und des japanischen Theater-machers Toshiki Okada in engem Austausch mit dem Komponisten Dai Fujikura, einem der wichtigsten zeitgenössischen Komponisten Japans.

Zum Auftakt erwartet das Publikum mit **„O Sentimental Machine“** (12. Mai, 19 Uhr, Orangerie) eine Zeitreise in eine fantastische, vergangene Welt. Drei Größen ihres Fachs, der bildende Künstler William Ken-tridge, der Komponist François Sarhan und das Musik-Ensemble Ictus haben eine betörende Mischung aus Video-Animationen, Konzert und expressionistischer Pantomime geschaffen.

Leonidas Kavakos kommt mit einem ganz besonderen Programm in die Galerie Herrenhausen: den kompletten Sonaten und Partiten für Solo-Violine von Johann Sebastian Bach, an zwei Abenden – 24. und 25. Mai, jeweils ab 19.30 Uhr.

Das Team von Feinkost Lampe präsentiert in seiner Konzertreihe Stimmen mit deutlicher politischer Haltung. Die vier Sängerinnen von **Yagody** (21. Mai, 21 Uhr, Galerie) entwickeln aus ukrainischen Liedern ihren eigenen

Sound. Punk-Energie und Performance bringt die in Schweden lebende Iranerin **Nadia Tehran** (17. Mai, 21 Uhr, Galerie) mit. **Yusef Kekkha** (21. Mai, 15.15 und 19 Uhr, Probephöhle Großer Garten) verpackt Themen wie Feminismus, Gender-Identität und die Suche nach neuen Ausdrücken von Männlichkeit in warme Elektronikongs. **Bia Ferreira** (27. Mai, 21 Uhr, Galerie), Aktivistin für Antirassismus und die LGBTQ+ Community, definiert ihre Musik als MMP: „Música de Mulher Preta“ (Musik der Schwarzen Frau) – inspiriert von Blues, Samba und Afrobeat, mit deutlichen Einschlägen von Rap und Reggae.



Live: Bia Ferreira
Foto: Camila Tuon

Am 21. Mai, ab 11 Uhr, kann endlich die bereits für 2020 angekündigte, dann von der Pandemie verhinderte, große **Gustav-Mahler-Symphonie** im HCC stattfinden. Die hannoverschen Chöre bringen zusammen mit der NDR Radiophilharmonie und dem Orchester der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover unter der Leitung von Ingo Metzmacher Mahlers selten zu hörende Achte Symphonie („Symphonie der Tausend“) zur Aufführung.

Im Zirkustheater legen **Bitbybit** (18. Mai, 15 Uhr; 19. Mai, 19.30 Uhr, 20. Mai, 15 Uhr) von dem Performance-Künstler Kasper Vandenbergh und den Brüdern Simon und Vincent Bruyninckx das erzählerische Potenzial von Akrobatik offen. Nur über ein Stahlseil und lederne Mundstücke sind die beiden miteinander verbunden und erzählen vom engen Band zwischen zwei Brüdern.

Die Arbeiten des Musikers, Tänzers und Choreografen Simon Mayer bewegen sich im Kosmos von Volkstänzen und Volksmusik, wobei Mayer die Tradition humorvoll mit der Moderne konfrontiert. In **„Sons of Sissy“** (14. Mai, 18 Uhr, Orangerie) brechen die Performer und Musiker radikal und humorvoll traditionelle männliche Rollenbilder im Brauchtum auf.

„Nachmittag eines Föhns“ der französischen Theatermacherin Phia Ménard ist ein kleines Juwel für Kinder ab fünf Jahren. Der Ausgangspunkt der Vorstellung in der Orangerie ist einfach: eine Plastiktüte, ein unspektakulärer Alltagsgegenstand, der eigentlich Abfall ist. Doch mit Fantasie, Geschick und einer Schere kann man mehr daraus machen. Wie der Faun im berühmten Ballett **„Nachmittag eines Fauns“** aus dem Schlaf erwacht, erwachen aus der Plastiktüte geschnittene, charmante Figürchen zum Leben. Mit Hilfe von Ventilatoren wirbeln und tanzen sie wie kleine Lebewesen zu Claude Debussys berühmtem Werk. Termine: Sonnabend, 27. Mai, 14 und 15.30 Uhr, Sonntag, 28. Mai, 14, 15.30 und 17 Uhr.

Im Arne Jacobsen Foyer stellt Justine Emard ihre Installation **„Supraorganism“** vor – und greift damit das Thema der Künstlichen Intelligenz (KI) auf. Diese wurde so programmiert, dass sie mündgeblasene Glasskulpturen steuert. Sie reagieren auf die Anwesenheit des Publikums, wechseln Farben und kreieren Geräusche. Die Metapher für einen lebenden Organismus schlägt so einen Bogen zum Verhältnis von Natur und Technik.

Zwei Outdoor-Installationen sind während des gesamten Festivalzeitraums zu erleben: Am Ihme-Zentrum installiert der nie-



Verzauberndes Kindertheater: Die Compagnie Non Nova zeigt Phia Ménards „Nachmittag eines Föhns“.

Foto: Jean-Luc Beaujault

derländische Künstler Dries Verhoeven mit **„Happiness“** eine spezielle Apotheke, in der ein humanoider Roboter Auskunft über die Wirkung von Drogen gibt. Im Großen Garten ist ab dem Eröffnungswochenende die Klanginstallation **„A memory of, memory of, memory of“** des griechischen Künstlers Kostas Ioannidis zu hören, in der er die aussterbende Sprache des Pfeifens in griechischen Bergdörfern hörbar macht

und diese in Echtzeit auf die Smartphones der Anwesenden übersetzt.

Der **Kunstfestspieletag** am 21. Mai bietet wieder ein familienfreundliches Programm, bei dem der Eintritt pro Produktion nur 5 Euro kostet.

Das vollständige Programm, Eintrittspreise und nähere Informationen zum Vorverkauf stehen online auf kunstfestspiele.de.

In- und Outsider

HANNOVER. Das Sprengel Museum zeigt ab Sonnabend, 6. Mai, die Ausstellung „Welche Moderne? In- und Outsider der Avantgarde“. Im Fokus steht eine Ausstellung, die im Jahr 1937 während der Weltausstellung in Paris Beachtung fand: „Les mai-



Christian Schad: Lotte (Die Berliner), 1927/28, Öl auf Holz.

Christian-Schad-Stiftung / VG BildKunst Bonn, 2021.

Foto: Herling/Gwose, Sprengel Museum Hannover

tres populaires de la réalité“ zeigten unter anderem Werke von Henri Rousseau, Séraphine Louis, André Bauchant und Camille Bombois. Sie selbst hatten die Kunstschaffenden nie als einheitliche Gruppe verstanden, galten jedoch als populäre Gegenbewegung zu anderen Stilen wie beispielsweise der Klassischen Moderne. Nachdem die Aufmerksamkeit im Anschluss an die Weltausstellung wieder abgeklungen war, galten die meisten der dort gezeigten Kunstschaffenden und ihre Arbeit als „naive“, „moderne Primitive“ oder „Outsider Art“.

Öffnungszeiten: Dienstag von 10 bis 20 Uhr, Mittwoch bis Sonntag von 10 bis 18 Uhr. Der Eintritt kostet 7, ermäßigt 4 Euro. Freien Eintritt gibt es für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre, mit Hannover-Aktivpass und Juleica, sowie jeden Freitag. Die nächste Führung durch die Ausstellung findet am Dienstag, 9. Mai, ab 18.30 Uhr statt. Die Teilnahme kostet 1 Euro zuzüglich Museumseintritt.

Worte, Noten und Gedenken

HANNOVER. Mit „Worte und Noten im Licht“ präsentiert die Villa Seligmann eine musikalisch-theatrale Inszenierung zum Gedenken an den 90. Jahrestag der nationalsozialistischen Bücherverbrennung vom 10. Mai 1933. Die Inszenierung von Corinna Luedtke greift das Phänomen der Bücherverbrennung auf und nimmt es als Anlass zum Erinnern und als Mahnung für Gegenwart und Zukunft. Mittels verschiedener künstlerischer Ausdrucksformen – Worte, Musik und Schauspiel – entsteht ein einzigartiger Kunstraum.

Das Programm umfasst eine Lesung mit Gedichten, Briefen und Auszügen aus Tagebüchern und veranschaulicht die prekäre Lage von Kurt Tucholsky, Ernst Toller, Joachim Ringelnatz, Stella Hershan, Erich Mühsam und anderen zur Zeit des Nationalsozialismus und auch darüber hinaus. Das Trio Delyria erinnert mit ausgewählten Musikstücken an die vertriebenen und verbannten Musi-

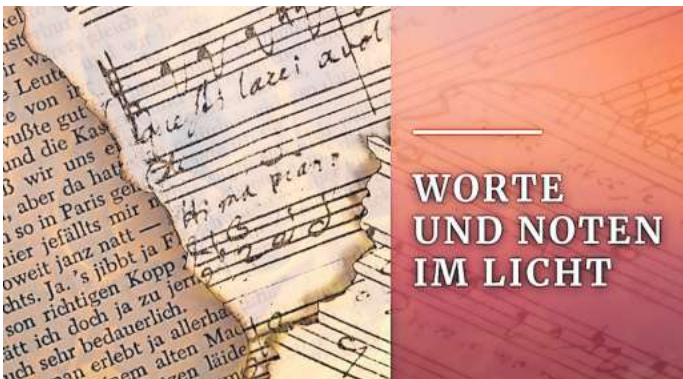
sikerinnen und Musiker. Zudem wird im Schauspiel der jüdische Musiker Konrad Latte dargestellt.

Am 10. Mai jährt sich zum 90. Mal der Tag der nationalsozialistischen Bücherverbrennung. Es wurden Bücher von jüdischen, marxistischen, liberalen und pazifistischen Autorinnen und Autoren verbrannt. Auch Noten und Schallplatten verfemter Musikschaffender fielen dem Feuer zum Opfer.

Die Inszenierung beginnt am Dienstag, 9. Mai, um 19 Uhr in der Villa Seligmann, Hohenzollernstraße 39.

Der Eintritt kostet 10 Euro, Reservierungen sind online möglich sowie per E-Mail an karten@villa-seligmann.de oder telefonisch unter (0511) 844887200 erhältlich. Spenden werden erbeten.

Nähere Informationen und Reservierung: villa-seligmann.de



Quelle: Villa Seligmann

Clinch-Festival startet

HANNOVER. Vier Tage Festival mit Workshops, Performances, Diskussionen, Lesungen, Konzerten, experimentellen Formaten, Raum für Empowerment, Vernetzung und Zusammenkommen: Das vierte Clinch-Festival beginnt am Donnerstag, 11. Mai, um 17 Uhr im Pavillon, Lister Meile 4. Das Festival stellt Perspektiven von BIPOC (Black, Indigenous, People of Colour), Jüdinnen, Juden und Menschen mit Migrationshintergrund in den Mittelpunkt. Am Eröffnungsabend gibt es einen Panel-Talk zu pluraler Erinnerungskultur, eine Performance von Snob mit anschließender Diskussion für Menschen mit Behinderung und neurodiverse Menschen, ein Konzert von Apsilon und die Vernissage zur begleitenden Ausstellung mit Arbeiten von Bérivan İbni, Melek Halici, Nima Schaper, Savo Merivani, Sarah Ama Duah, Rebecca Korang und Anna Ehrenstein.

Vollständiges Programm und Tickets: clinchfestival.de

Groovige Frauenpower

HANNOVER. Die Saxophonistin Gaby Schenke und die Pianistin Béatrice Kah gastieren mit ihrem Programm „Frauenpower – back to the roots“ am Sonnabend, 6. Mai, ab 20.30 Uhr im Jazzclub, Am Lindener Berge 38. Als grooviges Jazz-Quartett mit Christian Diener (Kontrabass) und Kristof Hinz (Schlagzeug) präsentieren sie eine Mischung aus Eigenkompositionen, Songs aus ihrem Erfolgsalbum „99 – Neue Deutsche Welle meets Jazz“ sowie interessant arrangierten Covern. Der Eintritt an der Abendkasse kostet 25, ermäßigt 15 Euro. Einlass ist ab 19.30 Uhr.



Live: Beatrice Kahl und Gaby Schenke
Foto: Jazz Club

Bühnenreife „Bruch/stücke“

HANNOVER. Ein neues junges Veranstaltungsformat unter dem Titel „Bruch/stücke“ bringt der Kulturtreff Roderbruch, Rote-kreuzstraße 19, auf die Bühne am Sonnabend, 6. Mai. Ab 19 Uhr gibt es ein Überraschungsprogramm der Rookies des Kulturtreffs: Bei Snacks und kühlen Getränken in chilliger Atmosphäre reihen sich (je maximal zehn Minuten dauernde) Programmpunkte aneinander: von Literatur bis Lifehack, von Singer-Songwriter bis Serientipp, von Diashow bis Denkanstoß, Klavier bis Kochrezept, von Quatsch bis Quiz. Eintritt: 3 Euro, frei mit Aktivpass und Schülerausweis der IGS Roderbruch.



ANDREW LLOYD WEBBER MUSICAL GALA
25. Januar 2024: Theater am Aegi

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Kunstfestspiele Herrenhausen
Diverse Termine: Diverse Orte

Nashville Live!
27. Mai 2023: Theater am Aegi

Hannover 96 - Holstein Kiel
28. Mai 2023: Heinz von Heiden Arena

Hans Klok
Diverse Termine: Theater am Aegi

La Vela Puerca - 20 Jahre in Europa
02. Juni 2023: Faust - 60er Jahre Halle

Def Leppard & Mötley Crüe
03. Juni 2023: EXPO Plaza

Rudolf Buchbinder
03. Juni 2023: Großer Sendesaal

Naft - Support: Knarf Rellöm Arkestra
03. Juni 2023: Cafe Glocksee

Vor Ort für Sie da:

In den HAZ & NP Geschäftsstellen
Hannover, Lange Laube 10
Neustadt, Am Wallhof 1
Burgdorf, Marktstraße 16
Langenhagen, im CCL, Marktplatz 5
Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2



Telefonische Bestellannahme: 0511 12123333, online: tickets.haz.de // tickets.neuepresse.de

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.

Die Erledigung einer wichtigen Angelegenheit nicht hinauszögern! Je schneller Sie es hinter sich bringen, desto mehr Platz entsteht für Neues.

WAAGE 24.9.–23.10.

In beruflicher Hinsicht kann es leider zu Missverständnissen kommen. Nicht gleich aufgeben! Versuchen Sie, die Situation weitgehend zu klären.

STIER 21.4.–20.5.

Seien Sie zurückhaltender bei Ihrer Terminplanung. In nächster Zeit könnte es einige Programmänderungen geben, auf die Sie nicht gefasst sind.

SKORPION 24.10.–22.11.

Gefühlsregungen könnten Sie in eine falsche Richtung lenken. Bei der Beurteilung einer Angelegenheit sollten Sie den Verstand sprechen lassen.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.

Eine eher passive Zeit geht nun ihrem Ende entgegen. Unvermittelt haben Sie die breite Palette Ihrer Möglichkeiten wieder ganz klar vor Augen.

SCHUTZE 23.11.–21.12.

Eine Nachricht sollte Sie nicht zu sehr verwirren. Lassen Sie sich vor allen Dingen nicht durch die Meinung einiger Besserwisser beeinflussen.

KREBS 22.6.–22.7.

Eine Meinungsverschiedenheit wird am Ende nicht so schlimm sein, wie sie Ihnen im Moment erscheint. Quälen Sie sich nicht mit Selbstvorwürfen.

STEINBOCK 22.12.–20.1.

Halten Sie sich mit spontanen Versprechungen zurück. Sie könnten unter Umständen in die Situation kommen, diese wieder zurücknehmen zu müssen.

LÖWE 23.7.–23.8.

Klammern Sie sich nicht an überholten Dingen fest. Manchmal ist es besser, ein kleines Wagnis einzugehen, als immer dem alten Trott zu folgen.

WASSERMANN 21.1.–19.2.

Wenn Ihre Erwartungen nicht erfüllt werden, dann reagieren Sie ungeduldig. Üben Sie sich etwas mehr in Gelassenheit, das beugt dem Stress vor.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.

Eine private Beziehung entwickelt sich nicht gerade in die Richtung, in der Sie es gern gesehen hätten. Lassen Sie die Zeit für sich arbeiten.

FISCHE 20.2.–20.3.

Manchmal ist es besser, den Rückzug anzutreten, vor allem dann, wenn Sie das Gefühl beschleicht, dass der gewählte Weg nicht der richtige ist.


GEWINNRÄTSEL

Stern-deutung	dauerhaft niederlassen	sehr trocken (Sekt)	Kamm-macher-werkzeug	Kose-wort für Groß-mutter	türk. Groß-grund-herr	deutsche Vorsilbe: schnell	Schorn-stein	scheues Waldtier	Dünger aus Vogel-mist	Film von Steven Spiel-berg			
							Moment		Nutztier der Lappen	7			
Schaum-wein		islam. Rechts-gelehr-ter			Annonce		4						
			5	ägypti-scher Sonnen-gott	florie-ren					englisch: nach, zu			
										1			
Ab-schieds-wort		Fluss durch Nord-italien						arge Lage	Sprech-form eines Monats				
alter Ton-träger (Abk.)		2						engli-sche Gast-stätte		kalter Wind an der Adria			
Welt-organi-sation (Abk.)	altöm. Längen-maß (30 cm)	Stelle	Nach-folger der KSZE	Bundes-kriminal-polizei der USA	Mon-golen-dorf	kleines Längen-maß (Abk.)	6	persön-liches Fürwort (3. Fall)	arabi-scher Artikel	süd-deutsch: Haus-flur			
Lager-stelle für Briefe								Orien-tale		Kfz-Z. Bamberg			
stark metall-haltiges Mineral			schlen-der, flanie-ren		3					Insel der griech. Zauberin Circe			
keimfrei							1	2	3	4	5	6	7

Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Ein bildgewaltiges und musikalisches Abenteuer – „The Magic Flute – Das Vermächtnis der Zauberflöte“ / Bereit für die heißeste Show des Jahres? – „Magic Mike – The Last Dance“. Auf eifrige Rätselfreunde warten 3 mal 1 DVD als Gewinn.

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

Alle Lösungen, die bis Donnerstag, 11. Mai, 17 Uhr, eingehen, nehmen teil.



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

APOTHEKEN

SONNABEND 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Apothek Schwarzer Bär,
Tel. 447651, Deisterstr. 11

Apothek am Denkmal,
Tel. 490020, Badenstedter Str. 214

Apothek in der Lister Passage OHG,
Tel. 629267, Lister Meile 86

Neue Apotheke Mittelfeld,
Tel. 864573, Lehrter Platz 3

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR

Annen-Apothek,
Tel. 701878, An der Lutherkirche 19

Lotus-Apothek,
Tel. 9887397, Geibelstr. 31

Rathaus-Apothek,
Tel. 440305, Falkenstr. 29

EMPELDE: Apotheke am Wohn-park,
Tel. 462940, Berliner Str. 23

FULMINAN

Für sichtbar schöne und strahlende Haut



Der Wunsch einer jeden Frau: schöne Haut! Doch mit dem Alter erschläft die Haut an den typischen Problemzonen wie Gesicht, Dekolleté, Arme und Oberschenkel. Der Grund: Die körpereigenen Kollagenspeicher leeren sich. Doch Sie können etwas tun! Der beliebte Kollagen-Drink Fulminan (Apothek) gibt reifer Haut, was sie braucht: Er führt dem Körper bioaktive Kollagen-Peptide zu, die Kollagenspeicher werden wieder aufgefüllt!

Zusätzlich enthält Fulminan ausgewählte Vitamine und Mineralstoffe, die ein strahlendes Hautbild unterstützen können: Vitamin C fördert eine normale Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut. Kupfer, Zink und Biotin tragen u. a. zu einem normalen Bindegewebe bzw. zum Erhalt normaler Haut bei. Vitamin E schützt die Zellen vor oxidativem Stress.

Machen auch Sie den Kollagen-Drink zu Ihrem täglichen Beauty-Ritual und fragen Sie in Ihrer Apotheke nach Fulminan!

Mit wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen

Für Ihre Apotheke: (PZN 13306108)



www.fulminan.de

(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Kühlendes Cannabis CBD Gel

Hochdosiert mit 600 mg CBD

Die Cannabispflanze rückt immer mehr in den Fokus der Öffentlichkeit. Besonders in dem nicht berauschenden Inhaltsstoff CBD (Cannabidiol) sehen Wissenschaftler großes Potenzial. Von der Apotheken-Qualitätsmarke Rubaxx gibt es ein Cannabis Gel als Kosmetikum mit ~ 600 mg CBD frei verkäuflich in der Apotheke (Rubaxx Cannabis CBD Gel).

Cannabis ist eine der ältesten traditionellen Pflanzen. Schon seit tausenden



„DAS GEL IST DER HAMMER!“
(Robert S.)

von Jahren werden ihre Blüten vielseitig genutzt. Heute gilt Cannabis als zukunftsweisende Pflanze, die in der modernen Forschung in verschiedensten Bereichen zum Einsatz kommt. Insbesondere der nicht berauschende Inhaltsstoff CBD (Cannabidiol) begeistert Wissenschaftler und Verbraucher gleichermaßen.

Reines CBD, aufwendig isoliert

Auch Experten der Qualitätsmarke Rubaxx haben sich intensiv mit Cannabis beschäftigt. So ist es ihnen gelungen, eine spezielle Cannabispflanze der Sorte sativa L. mit hohem CBD-Gehalt zu finden. Aus ihr wird mittels eines komplexen CO₂-Verfahrens reines CBD isoliert und aufwendig im Rubaxx Cannabis CBD Gel aufbereitet. Neben ~ 600 mg CBD enthält das Gel zudem Menthol und Minzöl zur Pflege beanspruchter Muskeln und für einen kühlenden Effekt. Weiterer Pluspunkt: Die leichte Formel des Gels zieht schnell ein.

Geprüfte Qualität von der Pflanze bis zum Produkt

Die Herstellung des Gels findet unter höchsten deutschen Qualitäts- und Sicherheitsstandards statt. Das Gel wurde für die tägliche Anwendung entwickelt und ist dermatologisch getestet. Verbraucher können das CBD Gel je nach Bedarf mehrmals täglich auf die Haut auftragen. Es wird ganz einfach auf

die betroffene Stelle einmassiert. Anwender wie Johanna B. berichten über eine Erleichterung nach der Pflege mit dem hochwertigen CBD Gel: „Es ist wunderbar zum Auftragen und ich spüre die Erleichterung jeden Tag! Es tut mir einfach gut, dieses Rubaxx Cannabis CBD Gel!“

Probieren auch Sie Rubaxx Cannabis CBD Gel!



Von **98 %** der Anwender empfohlen!¹

Für Ihre Apotheke: **Rubaxx Cannabis CBD Gel** (PZN 16330053)



www.rubaxx-cannabis.de

¹Quelle: von 250 Anwendern auf kjero.com getestet, 11/2022, n=219 • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 600 mg CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

▶ VERANSTALTUNGEN ALLGEMEIN

Frühjahrs-offensive

„Wir können liefern“



Holiday

Heinz & Linse

Vermietung | Verkauf
Ernst-Abbe-Ring 15-17 | 31535 Neustadt
Telefon 05032-9667910 | www.holiday-heinz-linse.de

KNAUS WEINSBERG TABBERT EHYMER

Starke Caravan Partner im Doppelpack

Beim Kauf bis zum 10. Juni 2023 erhalten Sie die **Dachklimaanlage GRATIS**

- Über 300 Fahrzeuge verfügbar
- Über 150 Fahrzeuge sofort auf Lager

Ernst-Abbe-Ring 8a | 31535 Neustadt
Telefon 05032-9667931 | www.meermobile.de

MOOVEO MEERMOBILE ERLEBEN

DR. ROHRBACH SCHULEN

HANNOVER rohrbach-schulen.de



Tag der offenen Tür
13. Mai
11-14 Uhr
Studienberatung vor Ort

Komm zu uns und werde **Physio- oder Ergotherapeut:in!**

Ausbildungsbegleitendes Bachelorstudium möglich:
Physiotherapie B.Sc. | Ergotherapie B.Sc.

Heisenbergstraße 17 | 30627 Hannover | Tel. 0511 95 68 90



ALLE STARS. ALLE TICKETS. EIN SHOP!

HAZ Tickets NP

HAZ/NP Geschäftsstelle Hannover • Lange Laube 10

Info-Reihe Krebs 2023

Comprehensive Cancer Center Niedersachsen MHH

Veranstaltungsreihe für Betroffene & Interessierte
17 bis 18 Uhr, Teilnahme Online oder im Konferenzraum MHH-

15. **Hautkrebs – Wie kann ich mich schützen?**
K.-C. Klespe, Oberarzt, Hauttumorzentrum Hannover MHH

21. Juni **Prostatakrebs: Neues aus Diagnostik & Therapie**
PD Dr. med. N. N. Harke, Geschäftsführende Oberärztin, Leitung

Häufung von Tumorerkrankungen in der Familie – Veranlagung?
Dr. med. H. Wallaschek, Fachärztin, Koordinatorin Zentrum für familiären Brust- & Darmkrebs

Gesundheitsinformationen finden – wo kann ich
Bornemann, Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Institut für Epidemiologie, Sozialmedizin und Gesundheitssystemforschung, MHH

Weitere Termine & Infos unter www.mhh.de/ccn-hannover/veranstaltungen oder telefonisch unter 0511-532-3468

Eintritt frei



▶ FERIENHÄUSER / -WOHNUNGEN VERMIETUNG

13137101_000223



Ostsee/ Schlei, Kleinwaabs, Fe.Hs. für 4 - 5 Pers. und FeWo für 2 Pers., Hund erlaubt. ☎ (0 23 69) 20 66 30

Gemütl. FH in Wietzen bei Nienburg in idyllischer Landschaft wartet auf Gäste, 20€ /Tag, auch für Monteure. ☎ 05022/222

Grömitz, Fischerstr. gemütl. FeWo, 2-3 Pers., Balkon, Garage, ☎ (01 57) 33 86 88 68

Rügen-Sellin Fe-Ha-Hälfte ca. 50 qm, 3-4 Pers, 2 Schlz, gr. Terr, Pplz, strand-nah, ab Augst frei ☎ (0 51 31) 13 89

Kappeln zw. Ostsee und Schlei Fewos ab 49,-€ www.ferienanlage-kappeln.eu ☎ 0151-15737290

13016701_000123

Die aktuelle Wochenendzeitung

hallo wochenende

▶ BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

Wir 46/M 49 suchen In Hannover/ Isernhagen „nette Leute W 44- 59 zum erweitern unseres Freundes/ Bekann-tenkreises für gemeinsame Unterneh-mungen / Freizeitgestaltung. E Mail: Bi-bo.2018@web.de

Er, 44, interessanter, intelligenter Mann, su. tiefgründige, empathische Sie, 25-55 ☎ (01 62) 8 14 48 94

Den Frühling gemeinsam genießen magst du Spaziergänge in der Natur und Ausflüge? Er 51J./1.89 gr./schl. sucht nette schl. Sie für Beziehung ☎ 01 57 74 12 33 04

Er 83, 170, gesch., schlank, NR su. eine Frau ☎ 05 11 41 14 39

Mann, 48, 1.80, 77 sucht eine Frau bis 45 Jahre für schöne Zweisamkeit ☎ plan7411@yahoo.com

Er 55 J., 1.82, su. Sie für heiße Dates. ☎ (01 62) 9 46 94 81

Netter Er, 78J., 1.77m, sucht nette, zu-verl. Lebensgefährtin für Höhen und Tiefen zum Spazieren gehen, Faulenzen und vieles mehr. ☎ (01 77) 2 41 53 87

▶ VERSCHIEDENES

24/7 Cleaning Team GmbH, Ihr Rei-nigungsteam su. neue Aufträge für Bü-ro, Schulen, Praxen, Treppen uvm. ☎(0173) 7674455, info@cleaning-team.de

Fassadenanstriche mit Silikonharzfarbe o. Acrylputz, qm ab 18,00 €. Klinkerversiegelung, Gewebeputz, kostenlose Angebote **Fa. Kreh** ☎ (0 51 31) 5 62 37

Pummelchen, 62J. Ein unvergessliches Erlebnis, kein GV, ☎ (01 52) 18 20 95 31

Garagenflohmarkt: Windspiele, Segel-schiffe u. mehr, Sa./So. 06./07.05.23, Eichhornchensteg 13, ab 10 Uhr.

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

▶ AUTOZUBEHÖR VERKAUF

4 neue Sommerreifen Conti EcoCon-tact 6 215/50 R 19 T, 140€ ☎ (05 11) 7 61 48 83

▶ ANKAUF MOTORRÄDER



Suche altes Mofa Moped Motorrad auch de-fekt oder total verrostet ☎ (01 51) 11 52 02 65

14264101_000123

Ankauf von Rollern, Motorrädern, Mo-ped Aufsitzmäher. Auch defekt. 05121/2068883

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

▶ CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

Privates Ehepaar sucht ein Wohn-mobil. ☎ 0178-2913248

Su. dringend Wohnwagen od. -mobil auch rep.-bedürftig ☎ (0171) 3743474

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

Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohn-wagen! ☎ 0800-1860000 (kostenlos) www.ankaufwohnmobil.de

Meine Frau und ich suchen ein Wohn-mobil, ☎ (01 78) 7 60 84 61 Herr Richter

Camper sucht Wohnmobil oder Wohn-wagen 0175/3706428

Meine digitalen News. Meine Art zu lesen. Mein neues Tablet.

Freuen Sie sich auf das HAZ-E-Paper inklusive HAZ+ und Tablet.



Angebot sichern und **168 €** sparen!

Wissen, was **Hannover** und **die Welt** bewegt.

Hannoversche Allgemeine HAZ

Und so geht's: QR-Code scannen oder online bestellen unter abo.HAZ.de/zugreifen

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (RND)

hallo LESERREISEN

Urlaubsreisen 2023



Ihr Reisepreis ab **€749** pro Person im DZ

Königsstädte Südpolen

Oberschlesische Schönheiten mit Krakau & Breslau

Reisetermin 5-Tage-Reise/HP: Mo. 05.06. – Fr. 09.06.2023

In Oberschlesien erwartet Sie das Hotel Palac Izbycko, ein aus dem 17. Jahrhundert stammendes Schloss mit benachbartem Hotelgebäude, umgeben von einer herrlichen Parkanlage mit prächtigen alten Bäumen - ideal für erlebnisreiche Ausflüge in die Königsstädte.

So wohnen Sie: Im Schlosshotel Stubendorf**** im wunderschönen 11 Hektar großen Garten in Izbycko (20 km bis Oppeln). Hotelzimmer mit DU/WC, Klimaanlage, SAT-TV und WLAN (kostenlos) Das einzigartige Restaurant des Schlosses verwöhnt Sie mit schlesischer und polnischer Küche.

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 4 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Schlosshotel Palac Izbycko**** in Stubendorf ✓ 3 x Abendessen aus der Schlossküche ✓ 1 x Grillabendessen inkl. 1 Glas Bier ✓ permanente Reiseleitung ab Tag 1 - Tag 5 lt. Programm ✓ Ausflug Krakau mit Tuchhallen mit Stadtrundfahrt/Rundgang ✓ Ausflug Breslauer Schönheiten mit Stadtrundfahrt/Rundgang ✓ Rundfahrt Oppeln & Tschenstochau

Extrakosten pro Person: Einzelzimmer-Zuschlag..... € 100
Eventuelle Eintrittskosten vor Ort zahlbar!



mit Danzig & Schifffahrt Oberlandkanal

Ihr Reisepreis ab **€1.189** pro Person im DZ

Zauberhaftes Masuren

Land der tausend Seen

Reisetermin 8-Tage-Reise/HP: Di. 13.06. - Di. 20.06.23

MASUREN, das Land kristallklarer Seen und dunkler Wälder, liegt im ehemaligen südlichen Ostpreußen. Der Landstrich an der Grenze zu Litauen und zum Königsberger Gebiet ist ein Ruhepol.

So wohnen Sie: In Stettin im Novotel Zentrum****, Danzig im Mercure Gdansk Old Town Stare Miasto**** zentrale Lage, in Mragowo im Panoramic Hotel Oscar**** und in Posen im Novotel Posen Centrum****. Zimmer mit Bad oder DU/WC ausgestattet.

Leistungen: ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 7 Übernachtungen mit Halbpension auf der Rundreise in: 1 x im Novotel Stettin Centrum****, 2 x im Mercure Hotel Old Town Gdansk****, 3 x im Panora-mic Hotel Oscar**** in Mragowo, 1 x im Novotel Posen Centrum**** in Posen ✓ Reiseleitung ab Tag 1 bis Tag 7 lt. für Ausflüge und Besichtigungen ✓ In-klusive Citytax/Kurtaxe ✓ Eintritt Marienburg ✓ Eintritt Basilika Oliwa inklusive Orgelführung ✓ Schifffahrt Oberlandkanal ✓ Schifffahrt auf dem Spirdingsee ✓ Stakenbootsfahrt Krutina-Fluss ✓ Planwagenfahrt Johannsburger Heide ✓ Stadtführungen in Stettin, Danzig, Thorn und Posen

Extrakosten pro Person: Einzelzimmer-Zuschlag..... € 220
Eventuelle Eintrittskosten vor Ort zahlbar!

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

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

5183601_000223

VERKAUF ALLGEMEIN

Esstisch ausziehbar + 6 Stühle Kirsche, 160 (220)x90 von Selva, Italien. Top Zustand, Neupreis 5000€. Abholpreis 1.500€, PLZ 31542, mobil: +4915906840

ANKAUF ALLGEMEIN

Achtung großer Ankauf !!!!!
Abendgarderobe, Pelze, Leder, Trachten, Kristall, Porzellan, Silber, Zinn, Bernstein, Möbel, Kunst u. Krepel, zum fairen Preis. ☎ (01 52) 15 23 78 11
Kaufe alte Armbanduhr, Taschenuhren auch defekt. ☎ (0162) 5319587
Flipperrautomat
Suche Flipperrautomaten aus den 60/70/80/90er Jahren. Zustand egal, gerne alles anbieten. 01523 3602679 mgm809@gmx.de
Su. Goblin Arbeiten 0162/5163439
Su. Uhren, auch defekt ☎0160/5319258
Su. Vorwerk-Staubsauger (01521) 9397180

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.

Orden, Urkunden, Helme Pickelhauben, Uniformen, Dolche, Säbel, usw. bis 1945 von ehrlichen SAMMLER gesucht. Tel.: 0151-12450151 VIELEN DANK!
Kaufe Münzen u. Briefmarken. ☎ (0162) 5779532
Kaufe Omas Geschirr, Möbel Gläser ☎ 0511/4581945 oder 0162/8624379
KAUFE ORDEN SÄBEL HELME, UNIFORMEN, BAJONETTE, VORDERLADER, FOTOALBEN usw. Hr. Röhl Tel. 05102/739927
Kaufe Fotoapparate u. Ferngläser ☎ (0162) 5319587
!!Kaufe Pelze!! Teppiche, Bekleidung, Münzen, H. Schulz ☎(05751) 8 96 19 61

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:
Björn Franz
E-Mail: redaktion@wochenblaetter.de

Redaktion Hannover:
Christian Käufer

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

Anzeigenschluss:
Für gestaltete Anzeigen donnerstags 10.00 Uhr

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 mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor.

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

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

Erscheinungsweise:
wöchentlich sonnabends, gemeldete verteilte Auflage lt. ADA: 305.245 Exemplare (Quart. IV/2022)
Es gilt die Preisinformation Nr. 83 ab 01.01.2023

GPZ
Geprüfte Prospektzustellung BVDA

ADA
Auflagenkontrolle der Anzeigenblätter BVDA

Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter **BVDA**

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

STELLENMARKT

Wir suchen Sie als Fahrer (m/w/d) in Teilzeit für unsere Fahrdienste in Lehrte.

Worauf Sie sich freuen können:

- 13 Monatsgehälter
- 30 Tage Urlaub im Jahr
- Sonn- und Feiertagszuschläge
- betriebliche Gesundheitsförderung

Alle Informationen unter: asb-stellenmarkt.de

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

WIR EXPANDIEREN & STELLEN EIN.

WERDE UNSER (M/W/D) SNACK-PROFI.

♥ Du bekommst einen unbefristeten Arbeitsvertrag.
♥ Du wirst flexibel und abwechslungsreich eingesetzt.
♥ In der Produktion, im Kassen- und Servicebereich.
♥ Oder werde unser Storemanager.

Komm einfach rein und bewirb dich persönlich. Oder schick uns deine Bewerbungsunterlagen als zusammengefasstes PDF per E-Mail an karriere@back-konzept.de. Die Unterlagen dürfen max. 5 MB groß sein. Alle Infos, weitere Jobs und Möglichkeiten zur Bewerbung auf: www.back-factory.de/karriere

BACK-FACTORY

Helfer m,w,d,Produkt.
Lohn Tarif +, Fahrtgeld/ Fahrkarte, unbefristet + Übernahme
team@work GmbH 0511-2206636-0

Für unsere Spielstätte in Hannover suchen wir freundliche Servicemitarbeiter/innen auf 520€ Basis und in VZ. Bewerbungen unter ☎ 0151/55480584

Hannoversche Allgemeine **Neue Presse**

Wir suchen Sie als: **Zeitungszusteller (d/w/m)**

Was Sie erwartet:

- Tätigkeit: tägliche Zustellung der Tageszeitung
- Arbeitszeit: montags bis samstags (zwischen 2 und 6 Uhr morgens)
- Voraussetzungen: mindestens 18 Jahre, Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit

Jetzt bewerben:
Tel: 0511 518 2556 www.lokalboten.de

WERDE TEIL UNSERES TEAMS!

Bewirb dich jetzt als Zusteller (d/w/m) in **Hannover** und **Region:**

- Zeitungszusteller
- Postzusteller
- Anzeigenblattzusteller

Meld dich bei uns!
bewerbungen@zustell-logistik.de
Tel: 0800 1234 399

lokalboten.de

BÄHRE Abbruch und Erdbau GmbH & Co. KG

Zur Unterstützung und Erweiterung unseres Teams suchen wir zu sofort:

Mitarbeiter (m/w/d) für die Abrechnung von Bauleistungen

Bautechnische Abrechnung von Neu- und Umbaumaßnahmen im Bereich Erd- und Tiefbau (Erfahrungen wünschenswert), Anfertigen von Mengenermittlungen, Abrechnung der Bauvorhaben sowie Prüfung von Baudokumentation.

Ihre Bewerbung senden Sie bitte per Mail an buer0@baehre-erdbau.de

Bähre Abbruch und Erdbau GmbH & Co. KG
Daimlerstr. 9
31275 Lehrte
Tel. 0 51 32 / 5 99 94 - 37

Telefonieren Sie gerne? Dann sind Sie bei uns richtig! Wir suchen Telefonisten/Telefonistinnen (m/w/d) gerne auch 50+ für telefonische Terminvereinbarung in Teilzeit oder Vollzeit. Voraussetzung sind sehr gute Kenntnisse der deutschen Sprache.
G-Ha Bau GmbH ab Montag 8.00 Uhr ☎ 05 11 54 20 53 21

KÜ-Hilfe & Service
Laatzen China Restaurant sucht KH & SE in VZ/TZ Tel. 0173 2165528

Reinigungskraft, w/m/d, deutschspr. für die Treppenhausräumung Teilzeit in Hannover gesucht. AZ: ab 7.00 Uhr.
Lucia DLS ☎ 0511-4738873 od. hannover@lucia-gmbh.de

KFZ-Mechatroniker (m/w/d) drängen zu sofort für freie Werkstatt in Hannover Badendstedt gesucht. ☎ 0511/494854

Wir suchen ab sofort eine flexible Spielhallenaufsicht in Voll- oder Teilzeit für unsere Halle in Laatzen, Hildesheimer Straße 67. Junau Betriebs-Service GmbH ☎ 05331-72005 E-Mail: info@spieldochmal.com

Meunier Gebäudeservice GmbH zuverlässig. Reinigungskraft (Deutschspr.) m. Erfahrung zu sofort. City: morgens von 07.45-09.20 Uhr (Montag-Samstag) Nordhafen: 16.00 Uhr-18.00 Uhr, Nordhafen: 1x Woche sonntags 2,5 Std., ☎ 0511-9666855 Frau Inceoglu

Für ein Objekt in Hannover (Podbielski-Str.) suchen wir zuverlässiges Reinigungspersonal (m/w/d). AZ: Mo - Fr ab 16:00 Uhr, 3,15 Std. täglich. Wir freuen uns auf Ihren Anruf! WISAG, Herrn Fazel ☎ 01523 / 8457051

Für ein Objekt in Hannover, Paderborner Straße suchen wir **Reinigungskräfte (m/w/d)**, ab 14.30 Uhr für wöchentlich ca. 15.00 Std. und ab 16.00 Uhr für wöchentlich ca. 22.00 Std. Bewerbung, Info unter ☎ (03 94 25) 31 72

Für ein Objekt in Hannover-Mitte (Lange Laube) 30159, suchen wir 2 zuverlässige **Reinigungskräfte (m/w/d)** für die Kücheneinrichtung, Spülservice, Geschirrservice ab sofort. (Gesundheitszeugnis erforderlich / Belehrung nach §43 Infektionsschutzgesetz) AZ: Mo- Fr, von 12:00 - 15:00 Uhr 3,0 Std. täglich Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Frau Adla Abdallah ☎ 0162/1943309

BÜV Niedersachsen
Güteüberwachung KSSR
Die Güteüberwachung KSSR sucht für die Prüfung von Gesteinsbaustoffen in Großburgwedel zu sofort einen **Laboranten / Baustoffprüfer (m/w/d)**

Sie sind handwerklich begabt, haben in diesem Arbeitsbereich keine Erfahrung, suchen aber einen sicheren Arbeitsplatz? Bewerben Sie sich als **Quereinsteiger**. Wir freuen uns über Ihre Bewerbung! bewerbung@gueteueberwachung.de
Telefon: 01702202350

Für ein Objekt in Engelbostel (Stadtweg) suchen wir zuverlässiges **Reinigungspersonal (m/w/d)**. AZ: 1. Mitarbeiter Morgens von Montag - Samstag 06:30 - 09:00 Uhr und 1. Mitarbeiter Abends von Montag - Samstag 19:30 - 21:00 Uhr Wir freuen uns auf Ihren Anruf! WISAG, Herr Abou Swerih ☎ 0173/2532627

www.drk-jobboerse.de

Pflegekraft
Wir suchen zu sofort oder später eine Pflegekraft in TZ (30h/ Woche) oder Aushilfe für die ambulanten Pflege im Spätdienst. FS Kl. B erf. Bewerbungen bitte an: Sanitas Pflegeteam GmbH ☎ info@sanitas-pflegeteam.de ☎ (05 11) 48 50 800

Wir stellen ein:
Zuverlässige Haushaltshilfen (m/w/d) für die Wohnungsreinigung in privaten Haushalten in Hannover

in Teilzeit oder Mini-Job
Sehr nettes Team | Gute Bezahlung | Zuschuss zum Job-Ticket

Wir freuen uns auf Sie!

ZAK
Zuhause Alles Klar
Alter Markt 2
30880 Laatzen
0511 - 920 49 409
www.zuhause-alles-klar.de

Minijob auf EUR-520-Basis (m/w/d).
Wir bieten Ihnen eine verantwortungsvolle Position im Porsche Zentrum Hannover.

Gartenpfleger/Hausmeister (m/w/d)
Sie haben Spaß an der Pflege von Grünflächen und Beeten.
Sie sorgen mit Ihrer Arbeitsleistung für ein perfektes äußeres und inneres Erscheinungsbild unseres Unternehmens.
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per E-Mail an karriere@porsche-hannover.de

Pflegekraft gesucht: Für meine liebe, pflegebedürftige Schwester in Groß-Buchholz, als 520 €-Minijob, befristet für 1 Jahr. Mail: dagi.senne@gmail.com

Zimmermädchen (m/w/d) auf 450-€-Basis für kleines Hotel im Zooviertel ab sofort gesucht, AZ: 8-12 Uhr 2x/Wo. ☎ (01 71) 3 36 19 41

Junge Landschaftsgärtnerin sucht Beschäftigung (Gartenarbeit) ☎ (01 51) 10 01 50 46

Gärtner su. Arbeit für Garten, Baum- und Heckenschnitt ☎ 05137 / 9860 390

Haushaltshilfe für Senioren, eigener Pkw ☎0176 - 17 52 48 47 - Frau Schmidt

FAMILIENANZEIGEN

D A N K E

Herzlichen Dank allen, die unserem lieben Entschlafenen das letzte Geleit gaben und uns im vielfältiger Weise ihre Anteilnahme bekundeten.

Gerhard Stahmann
*04.12.1950 †23.03.2023

In stiller Trauer
Brigitte Stahmann und Familie

Hannover, 26.04.2023

Ein großes Dankeschön an Bestattungsinstitut Dralle und Rednerin Frau Dr. Wohler.
Die Urnenbestattung fand im engsten Familienkreis statt.

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

HANDWERKER / BAUBEDARF
Schimmel, nasse Keller, Abdichtungen jeg. Art, Balkon, Fassadenarbeiten, Dämmung, Maler, Maurer, Zaun, Pflaster DWM-Bausanierung - 24-Std.-Notdienst, Festpreisgarantie. **0172-8560511**

IMMOBILIENMARKT ANGEBOTE
6 Zimmer | 149 m² | 219.900,- €
Festpreis Esprit 149, Rollläden, Sicherheitsfenster, inkl. Ausbaureserve, Wärmepumpe Finanzierungsservice ☎ 0531/877040 Westernmann Massivhaus GmbH, 38122 B5, Steinberganger 2 **westernmann-massivhaus.de**

Dachdecker Adolf aus Ihrer Region hat akt. Kapazitäten frei, Neukunden Rabatt 30 %. ☎ (01 51) 23 57 41 30

Handwerker hat Termine frei, Putz, Außen- Innen, Schimmel, Tapeten, nasse Wände, Fliesen, Anstriche, Holz, Altmeister Meyer ☎ (01 78) 4 66 01 00

Dacharbeiten aus Meisterhand, auch zum Festpreis, Fa. Bruns ☎0172-8560511

COMPUTER- UND TELEFONSERVICE
PC-Notdst.-24h-VorOrt 0178/3393085

DACHDECKER
Kleinflick und Rinne ☎ (0511) 44497279

ENTRÜMPELUNG
www.ihr-helferchen.de
Die faire Haushaltsauflösung & Entrümpelung. Vom Keller bis Dach. Mit fairer Wertverr. Wir arbeiten gründlich, besenrein & diskret. ☎ (05 11) 12 27 18 51

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

www.allesweg24.de
Der Fachbetrieb für Entrümpelung und Haushaltsauflösung mit Wertverrechnung. ☎ (0511) 49 94 95

Billiger gehts nicht ☎ (01 63) 9 13 49 70

FLIESENLEGER
Badsanierung ☎ 0160/977 396 54

GÄRTNER
Hecken schneiden, Baumfällung, Gartenpflege preisw. ☎ (01 74) 1 84 42 80
Gartenpfl. inkl. Ents. ☎05102/7370745

Baumfällung, Heckenschnitt
Gartenpf. z. Festp. ☎ 0163-7709224
Gärtner su. Arbeit, Baumfällung, Pflastersteine legen uvm. ☎(0157) 52461902

Pflasterarbeiten aller Art 0157-78713264
Gartenarb. inkl. Ents. 0511/96774765

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

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

Tapezieren u. streichen, Termine frei! **Fa. Hasani** 0511 2281020, 0177 5874281

POLSTERMÖBEL- / TEPPICHREINIGUNG
Fa. Schmeißer ☎ (05 11) 6 04 44 99

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

TISCHLER / ZIMMERER
Tischler-Service aus Meisterhand ☎ (05 11) 62 40 61 Horst Schwarzer

UMZÜGE
Umzüge m. Tischler ☎ (05 11) 74 10 47
Umzüge mit Tischler ☎ (05 11) 74 10 47
Umzüge, Entr., Transp. 0511/71657401

WOCHENENDHS. / GRDST. ANGEBOTE
Garten abzugeben 30974 Sorsum, ca. 600m2, Laube ca.30m2, Strom, Wasser, WC, Gerätehaus, 2 Terrassen, 2 Teiche, mit freiem Blick zu Deister, 4.900,-€ ☎ 0 17 11 63 37 69

IMMOBILIENMARKT GESUCHE
Wir kaufen Immobilien, auch renovierungs- und sanierungsbedürftig. Melden Sie sich bei uns. Makro Management GmbH - 05102 89 39 131

EFH oder MFH gesucht in Hannover oder stadtnah von privat als Familien-dwizil, gern mit Garagen, Neben-gelände oder Halle. Wir freuen uns über jedes Angebot! ☎ 01 70 -9 60 97 97

Haus gesucht! Ärztepaar mit 2 Kindern sucht Haus mit Garten in Kirchrode/ Bernerode/Kleeefeld Tel. 01754161437

Familie sucht Haus in Hannover und stadtnah, bis 500.000 €, nur von Privat ☎ (01 62) 7 46 97 09

EIGENTUMSWOHNUNGEN GESUCHE
Familie sucht ETW, in Hannover (Stadtteilbereich), ab 4 Zimmer, ab 100 m2, bis 500.000 €, nur von Privat ☎ 0 17 24 04 16 67

Suche Altbauwohnung in Hannover, ab 4 Zimmer, bis 500.000 €, nur von Privat ☎ 0 17 24 04 16 67

WOHNUNGSMARKT VERMIETUNG
Lagerraum in Bennisgen zu vermieten. Keine Fahrzeuge möglich. ☎ + 49 17 11 57 18 91

1-ZI.-WHG.-VERMIETUNG
Kl. möbl. 1 Zi.-App., mit Kü., Bad, ab 15.05., Landkreis Hannover zu verm., weitere Infos unter ☎ 0157/35174172

GARAGEN VERMIETUNG
2 Garagen Hannover Hainholz, Voltmerstr. Höhe Freibad. einzeln zu vermieten ☎ (05 11) 6 04 03 61

MESSE-WOHNRAUM GESUCHE
Suchen Messezimmer mit U-bahn Anbindung zur Messe Hannover (max. Fahrzeit bis 20 min). ☎ 0 17 91 49 22 93



Kolleginnen und Kollegen im Center Pattensen: Sven Höppner, Stefan Hoch, Adrian Jeske, Alina Kraft, Murat Atas, Jürgen Graf

Willkommen beim Team mit Lust auf Leistung

Nord-Ostsee Automobile startet in der Region Hannover durch

Eine aufregende Modellpalette, Top-Service und außerordentlich zufriedene Kunden machen Nord-Ostsee Automobile deutschlandweit zu einem der attraktivsten Mobilitätspartner.

Motor dieses Erfolgs ist das Team von mehr als 1.500 Mitarbeitenden in 30 Centern in Hamburg, Schleswig-Holstein, dem Land Brandenburg sowie der Region Hannover. Alle Menschen im Team verbindet die Lust auf Leistung und das gemeinsame Ziel, ihren Kunden immer eine Lösung zu bieten. Das Magazin FOCUS Money ist es, das Nord-Ostsee Automobile deutschlandweit zum

besten Arbeitgeber und zum besten Ausbildungsbetrieb seiner Branche kürt. Hier zeigt sich das besondere Engagement gegenüber seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die sich mit großer Loyalität und Einsatzbereitschaft einbringen.

Bester Arbeitgeber seiner Branche

Auch in den neu hinzugewonnenen Centern Pattensen und Garbsen in der Region Hannover investiert Nord-Ostsee Automobile kräftig und zündet den Job-Turbo: So entstehen hier noch mehr Stellen im Bereich Werkstatt und Service, um den Kunden ein erstklassiges Serviceerlebnis zu bieten.

Riesige Auswahl plus höchste Servicestandards

Wer auf der Suche nach einem sofort verfügbaren Angebot ist, wird zwischen mehr als 1.500 Fahrzeugen der Marken Mercedes-Benz, AMG, Aston Martin, Hyundai und smart garantiert fündig. Vor allem die große Anzahl AMG macht die Auswahl bei Nord-Ostsee Automobile äußerst gefragt. Höchste Qualitätsstandards sind auch beim Werkstattservice selbstverständlich: Sowohl technisch als auch handwerklich ist das Team Nord-Ostsee Automobile auf dem neuesten Stand und punktet mit attrak-

tiven Sparangeboten und maximaler Kundenorientierung – zum Beispiel dank der komplett online durchführbaren Terminbuchung.

Höchste Kundenzufriedenheit

Unabhängige Werkstatttests belegen dies regelmäßig und zeigen, dass Service gelebt wird. Sowohl der von Mercedes-Benz erhobene Kundenloyalitätsindex als auch Umfragen von AUTO BILD bescheinigen dem Händler regelmäßig eine außerordentliche Kundenzufriedenheit. Ein Besuch bei Nord-Ostsee Automobile lohnt sich somit gleich in mehrfacher Hinsicht.



Experte für Mercedes-Benz Pkw Sven Höppner



Freundlichkeit und beste Kundenbetreuung durch Serviceassistentin Milena Kussauer und ihre Kolleginnen und Kollegen



Großzügiger Showroom = große Auswahl vor Ort im Center Pattensen

Kontakt

Nord-Ostsee Automobile

Lust auf Leistung

Nord-Ostsee Automobile GmbH & Co. KG
Center Pattensen, Johann-Koch-Straße 3
30982 Pattensen, Tel. +49 5101 9197-0
Center Garbsen, Im Bahlbrink 1
30827 Garbsen, Tel.: +49 5131 703 0
dialog@nord-ostsee-automobile.de
nord-ostsee-automobile.de