

SILIKONFUGEN

vom Fachmann seit 35 Jahren

- im Fliesen- und Natursteinbereich
- an Badewanne und Dusche
- auf Terrasse und Balkon

- im Schwimmbad
- am Glasfalz
- an Fassade und Fenster



VORHER



NACHHER

Wir erneuern auch gerissene und schimmelige Silikonfugen

der fuger
Lohkamp 44a
30855 Langenhagen
Tel.: 0511/7852460
Fax: 0511/7852461
www.derfuger.de

Wir erledigen auch Kleinaufträge

Noltemeyer APOTHEKE

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie

10 % Rabatt*

auf Ihren nächsten Einkauf

*ausgenommen sind Zuzahlungen, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Bücher und unsere TOP-Angebote.

Noltemeyer-Apotheke
Podbielskistr. 315
Gehaplatz
30659 Hannover
www.noltemeyer-apo.de

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

Deine Patenschaft schließt keine Mine.

Aber holt Ricardo dort heraus.



kindernothilfe.de





BIRKENSTOCK

STOCK-SCHUHE

GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

11290601_002624

Leckere Grillwaren, aus Ihrer Region!



Heimann

Fleischerei • Partyservice



Aus eigener Schlachtung!
Wir kochen für Sie jeden Mittwoch: Eintopf

Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24
Di., Do., Fr.: 8 - 12.30 Uhr und 15 - 18 Uhr • Mi.: 8 - 12.30 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

Ludwig Fresenius Schulen

Jetzt bewerben und last Minute in die Ausbildung starten!

Unsere Ausbildungen in Hannover, Minden und Stadthagen:

- Ergotherapeut/in
- Kosmetiker/in (auch mit Zusatzqualifikation Make-up Artist)
- Pharmazeutisch-technische/r Assistent/in (PTA)
- Pflegefachmann/-frau (Verkürzung möglich)
- Physiotherapeut/in
- Rettungssanitäter/in

Unsere Weiterbildungen in Stadthagen:

- Bau-, Elektro-, Maschinentechniker/ in

Alle Aus- und Weiterbildungen u.a durch Jobcenter oder Arbeitsagentur förderfähig

regelmäßige Infoveranstaltungen

Was? Wann? Wo?
www.ludwig-fresenius.de

Praxisnahe Aus- oder Weiterbildung mit hervorragenden Zukunftsaussichten gesucht? An den Ludwig Fresenius Schulen in Hannover, Minden und Stadthagen finden Menschen mit unterschiedlichen Interessen und Voraussetzungen das passende Bildungsangebot aus den Bereichen Therapie und Wellness, Pflege, Medizin und Labor oder Technik. Bewerbungen für den Start in diesem Jahr sind noch möglich.

Die Ludwig Fresenius Schulen in der Region bilden bereits seit vielen Jahren erfolgreich angehende Fachkräfte aus. Besonderen Wert legen sie dabei auf eine praxisnahe Ausbildung. Ihr Wissen setzen Schüler daher von Anfang an in den schuleigenen Übungsräumen um. Dank der Zusammenarbeit mit zahlreichen Kooperationspartnern erhalten Schüler außerdem spannende Einblicke in spätere Arbeitsfelder und knüpfen frühzeitig Kontakte für den erfolgreichen Berufseinstieg.

Weitere Infos, Adressen, Termine und Online-Bewerbung unter:
www.ludwig-fresenius.de

Mit dem Segelboot um die Welt

AUTORIN LAURA PAPE und ihr FREUND ARNE WEIDTKE erfüllen sich einen Lebenstraum

HANNOVER. Segelboot statt Wohnung? Manch einer hält das vielleicht für einen wunderschönen Traum, und so war es es auch für Laura Pape (30) und Arne Weidtke (34), zumindest fünf Jahre lang. Jetzt aber haben die beiden all ihre Ersparnisse geplündert, die Wohnung in der Südstadt aufgelöst und sind auf ihr Schiff gezogen. Ihr Plan: Sie wollen über die Meere segeln und an den schönsten Orten der Welt leben.

Ihr neues Zuhause ist eine 13 Meter lange, zweimastige Stahlketch. Die holländische Van de Stat ist knapp vier Meter breit, wiegt 18 Tonnen und heißt „Moana“. Auf Polynesisch bedeutet das so viel wie die Weite des Meeres. „Warum nicht einfach mal all unseren Mut zusammennehmen, etwas riskieren und die Möglichkeit schaffen, unsere Träume nicht nur zu träumen, sondern wahr werden zu lassen?“, fragt Laura Pape.

Segeln gelernt hat das Paar – die beiden sind seit acht Jahren zusammen – auf dem Maschsee. „Es heißt doch: Wer auf dem Maschsee segeln lernt, kann überall segeln“, scherzt Arne Weidtke. Der Sportmanager, der bis zuletzt bei Eichel Events gearbeitet hat und dort weiter als freier Mitarbeiter beschäftigt ist, erklärt das mit einem Schmunzeln: „Das liegt daran, dass man auf dem Maschsee ständig Manöver fahren muss!“ Hannovers Haussee ist einfach überschaubar, dabei aber recht voll.

Die Liebe zum Meer liegt bei Weidtke in der Familie: Der Opa hat gesegelt, sein Vater war bei der Marine, Weidtke selbst hat schon mit zwölf Jahren seinen Tauchschein gemacht. Von einer kleinen Erbschaft hat er sich den Segelschein geleistet. Doch schon nach der ersten Theorie- und Praxisstunde stand für ihn fest, dass Segeln genau das Richtige auch für seine Freundin Laura ist: „Ich habe sie überredet mitzukommen. Außerdem brauchte ich ja einen Vorschoter!“ Sein Gespür war richtig: „Den Segelschein hat sie als Beste abgeschlossen.“

„Wir sind alles andere als Landratten“, bekräftigt Laura Pape. Sie ist wie ihr Lebensgefährte Apnoetaucherin, kann auch ohne Sauerstoffflasche sehr lange unter Wasser bleiben und dabei tief tauchen. Sie habe sich schon immer am Meer am wohlsten gefühlt, erzählt Pape.

Und so sei die Idee entstanden, auf dem Meer zu leben. Zunächst hätten sie es als halbes Sabbatjahr geplant, doch dann



Auf ins große Abenteuer: Laura Pape und Arne Weidtke stechen in See. Eine Rückkehr ist zunächst nicht geplant.

Foto: Laura Pape

sei der Traum zu ihrem größten Lebensprojekt gewachsen. „Wir wollen nicht unser Leben lang einen Nine-to-five-Job im Büro ausüben. Und wenn wir das jetzt nicht machen, dann wird da nie etwas draus! Jetzt sind wir motiviert und fit“, macht sich Pape selbst Mut für das Abenteuer.

Eine tierische Mitseglerin haben sie auch, die Katze Aurora, ihre „Katztänin“, wie beide sie nennen. „Sie war eine Wohnungskatze und genießt das Leben auf dem Schiff sehr. Sie hat sogar eine eigene Rettungs- und Lifeline“, erzählt Pape.

Über ihre Reise berichten die beiden auf Instagram, Pape berichtet in vielen Reels und Storys von ihrem Alltag auf dem Schiff. Ihr fällt das leicht, schließlich ist das ihr Job, sie hatte schon in der Schulzeit mit dem Schreiben begonnen.

Ihr erstes Buch veröffentlichte sie mit 20 Jahren. „Lebenshunger“ heißt es, darin berichtete sie über ihre Erfahrungen mit Magersucht und wie sie selbst aus der Krankheit herausgefunden hat. Mit dem Buch wollte sie anderen Betroffenen Mut machen und wurde in zahlreiche Talkshows eingeladen.

Später startete sie eine erfolgreiche Petition, in der sie Heidi

Klum und den Sender Pro Sieben aufforderte, in der Castingshow „Germany's Next Topmodel“ über die Gefahren von Essstörungen und Unterernährung aufzuklären. Mehr als 16.000 Unterschriften sammelte sie damals. Sie machte eine Ausbildung als Kauffrau für Dialogmarketing bei der Verlagsgesellschaft Madsack und arbeitete einige Zeit als freie Mitarbeiterin bei der Zish-Redaktion der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung mit. Anschließend wechselte sie zu Radio 21.

Zuletzt hat sie bei einer Enercity-Tochtergesellschaft im Veranstaltungsmanagement gearbeitet. „Wir werden auf dem Schiff weiter in unseren alten Jobs arbeiten, auf selbstständiger Basis als Freelancer“, erklärt Pape. „Seit Corona hat sich ja im Remote-Arbeiten zum Glück viel getan.“

An Bord leben und arbeiten? „Klar geht das“, gibt sich Pape überzeugt. Sie haben Satelliteninternet, Strom beziehen sie von den fast 1000 Watt starken Solarpanels samt Batteriespeicher, Trinkwasser bekommen sie von einem Hydrogenerator.

Vor ihrer Reise haben beide noch ein „Higher Safety Rescue Training“ absolviert. „Wenn et-

was auf See passiert, müssen wir uns selbst helfen können, da sind wir auf uns allein gestellt. Das nächste Krankenhaus ist ja nicht um die Ecke. Beispielsweise eine Wunde zunähen müssen wir schon selbst können“, berichtet Pape. Und dann räumt sie auch gleich mit einem Vorurteil auf: „Segeln ist harte Arbeit. Wir liegen nicht nur in der Sonne auf dem Deck und haben Happy Life!“

An Borkum vorbei soll es zunächst durch den englischen Kanal und den Golf von Biskaya gehen. „Dafür haben wir einen Monat eingeplant. Seglerisch ist das schon herausfordernd. Dann schauen wir weiter, wohin die Reise geht“, erläutert Weidtke.

Vermutlich warten sie dieses Jahr erst einmal im europäischen Raum den Winter ab und steuern unter anderem die Kanarischen Inseln, Madeira und Marokko an, um dann im kommenden Jahr über die sogenannte Barfußroute Richtung Karibik zu starten.

„Wir haben ja keinen Zeitstress, das kann sich alles noch ändern. Wie heißt es so schön bei den Seglern? Unsere Pläne sind in Sand geschrieben!“ Bei aller Vorfreude gibt es auch

Wehmut, vor allem, was die Familie betrifft. „Mein Großvater ist 89 Jahre alt, von ihm habe ich alles gelernt. Wir haben beide geweint“, verrät Weidtke. Besonders schwer sei ihm das letzte Treffen gefallen, weil keiner wisse, ob sie sich je wiedersähen.

Auch Pape geht es so mit ihrer Oma. Und auch bei der Verabschiedung von der Mutter liefen Tränen. Immerhin: Aus ihrem Freundeskreis kam schon mehrmals das Versprechen, sie auf dem Schiff zu besuchen. „Wir haben auch eine Gästekabine, wir freuen uns über Besuch“, sagt das reiselustige Paar.

Aber jetzt heißt es erst mal, den Hafen in Leer zu verlassen. Denn ein wenig läuft nun doch die Zeit weg, Richtung Herbst wird das Segeln auf ihrer bisherigen Route herausfordernder. Ursprünglich wollten sie bereits im April oder Mai gestartet sein, doch immer wieder tauchten noch Probleme am Schiff auf, zuletzt am Stevenrohr, einer wichtigen Verbindung zwischen Antrieb und Propeller, das immer wieder heiß wurde.

Aber jetzt hoffen die beiden, dass sie endlich die Leinen lösen und ihrem Traum entgegengehen können.

Vom Boulderblock zum Beachfeld

„Bewegungs(T)räume Innenstadt“ bieten kostenlose Sportangebote für alle

HANNOVER. Das Programm „Bewegungs(T)räume Innenstadt“ wurde kürzlich eröffnet und bietet in seiner dritten Auflage wieder die Möglichkeit, kostenlose Sportangebote in Hannovers City zu nutzen. Bei der vom städtischen Fachbereich Sport, Bäder und Eventmanagement durchgeführten Aktion gibt es sowohl die Möglichkeit, an angeleiteten Übungen und Spielen teilzunehmen als auch an drei temporär eingerichteten Bewegungsplätzen – je nach Verfügbarkeit – ohne vorherige Anmeldung aktiv zu werden.

Auf dem Marktkirchenplatz (Am Markte) stehen im Fun-sport-Bereich ein Beachfeld, ein Boulderblock sowie eine Tischtennis- und eine Tegelplatte zur Verfügung. Auf dem Holzmarkt am Leibnizhaus kann eine Tischtennisplatte genutzt werden. Sportequipment (unter anderem Tischtennisschläger und -bälle, Volley- und Basketball) kann kostenlos bei „Gottfried's Feinkiosk“ im Leibnizhaus, Holzmarkt 6, zu den Öffnungszeiten ausgeliehen werden. Auf dem Goseriedeplatz gibt es einen 3x3-Basketball-Court, eine Tischtennisplatte sowie Calisthenics-

Angebote. Passende Sportausrüstung gibt es zur kostenlosen Ausleihe bei Moca Café & Rösterei, Goseriede 4, zu den Öffnungszeiten.

Neu in diesem Jahr ist, dass ein neues größeres Beachfeld aufgebaut wurde. Die Bewegungs-, Spiel und Sportflächen werden zudem von Begrünungselementen und Sitzgelegenheiten flankiert, die (Groß-)Eltern, Aktive und Passanten zu Begegnung sowie zum Zuschauen, Ausrufen und Verweilen einladen. Das Rauchen sowie Konsum alkoholischer Getränke ist an den Aktionsflächen nicht gestattet.

Das Projekt verfolgt das Ziel, das Potenzial des innerstädtischen Raumes als Ort für Bewegung, Spiel und Sport zu nutzen, monofunktionale Strukturen zu überwinden und die Aufenthaltsqualität in der Innenstadt vor allem für Familien, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zu verbessern. „In Bewegung kommen, miteinander Sport treiben, ist gut für Körper und Geist und stärkt die Gemeinschaft. Darüber hinaus leisten Projekte wie die „Bewegungs(T)räume“ einen wichtigen Beitrag, die Innenstadt neu zu beleben, anders zu nutzen,

anders zu erleben und zu erfahren“, erklärte Oberbürgermeister Belit Onay (Grüne) bei der Eröffnung der Aktionsfläche an der Marktkirche.

Die Angebote laufen bis zum 15. September, am Holzmarkt bis zum 31. Oktober. Die Nutzung sämtlicher Aktionsflächen ist täglich von 8 bis 22 Uhr kostenfrei und grundsätzlich ohne Reservierung möglich. Neben der Möglichkeit der freien Nutzung finden auf den Aktionsflächen unter dem Titel „Sport im Park goes City“ vielfältige angeleitete Sport- und Bewegungsangebote statt. Diese Veranstaltungen werden sowohl vor Ort als Aushang als auch im Internet unter sportimpark-hannover.de aufgelistet und fortlaufend aktualisiert. Bitte beachten: Während der Durchführung dieser „Sport im Park goes City“-Angebote ist die jeweilige Anlage nicht oder nur eingeschränkt nutzbar. Auch über ausgebuchte Termine und kurzfristige Ausfälle informiert die Internetseite.

Das Angebot „Sport im Park“ ist bereits Ende Mai gestartet und macht die ganze Stadt zum Sportraum für alle – für jedes Alter und jedes Fitness-Niveau. Vom Kindertanz bis zum sanften Sport für Ältere, von Workouts im Maschpark über Yoga in Herrenhausen, Drachenboot auf dem Maschsee, Kung-Fu in Linden, bis hin zu Zumba in der Südstadt stehen im Jahr 2024 mehr als 1800 Sport- und Bewegungsangebote kostenlos zur Auswahl.

Angeboten wird das Programm von hannoverschen Sportvereinen, dem Zentrum für Hochschulsport, weiteren Einrichtungen und lizenzierten selbstständigen Übungsleiterinnen und -leitern.

RHR

sportimpark-hannover.de



Eröffnung an der Marktkirche: Oberbürgermeister Belit Onay (Mitte) sieht in dem kostenlosen Sportangebot eine Möglichkeit, die Innenstadt neu zu beleben.

Fotos: Landeshauptstadt Hannover

Erinnerungen an Hannovers wilde Zucker-Zeiten

Das „Sugar“ und das „Depot“ prägten in den Achtzigerjahren **HANNOVERS NACHTLEBEN**: DJ Roger Lang erzählt im Buch „Tiefenrausch“ von den legendären Clubs, Fotograf Burkhardt ED Rump liefert die Bilder dazu

HANNOVER. „Es ist an der Zeit, die 1980er-Jahre mit ihren Licht- und Schattenseiten sichtbar zu machen“, schreibt Fotograf Burkhardt ED Rump (71) im Vorwort eines Buches, das eine ganze Generation in Hannover elektrisieren könnte. Die Schlagworte: „Sugar“ und „Depot“, zwei Musikclubs, die Maßstäbe setzten. Die Akteure: Roger Lang, der damals noch Wolf-Rüdiger Lange hieß, außerdem seine Freunde Hannes und Hummel. „Wir waren das Dream-Team“, erzählt Lang in schwelgerischem Tonfall. Auf 172 Seiten haben er und Rump festgehalten, wie die selbst ernannten „Sugarboys“ eine Stadt im Höhenflug erlebten. Das Werk „Tiefenrausch“ erzählt von Ekstase, Eskapaden, Existenzkrisen. Seine Haare sind immer noch lang und schwarz, wobei die Natürlichkeit der Farbe angezweifelt werden darf. Um sein Alter macht er ein Geheimnis. „Ich bin DJ und Entertainer“, sagt Roger Lang, der Ende der Siebzigerjahre Hannovers Musikszene seinen Stempel aufgedrückt haben dürfte. Wer „Tiefenrausch“ aufblättert, bleibt hängen bei Bildern von Lang, die ein wenig an den früh verstorbenen Doors-Frontman Jim Morrison (†27) erinnern – dunkle Locken, breites Lachen, tief aufgeknapptes Hemd. „Wir haben gut ausgesehen, hatten coole Sprüche drauf, der Laden war jeden Abend proppenvoll“, erzählt Lang von sich, Hannes, Hummel und dem „Sugar“ und lässt einen seligen Seufzer folgen. Am 20. November 1978 öffnete der Club, weil Lang und sein Kumpel Hannes keine Lust mehr auf ihre Taxiunternehmen

hatten. „Ich habe erst mit 24 das Abitur auf dem Wirtschaftsgymnasium nachgeholt. Ich wollte etwas machen, das Spaß bringt“, erinnert sich Lang. In der Herschelstraße („Da wo heute das Parkhaus der Ernst-August-Galerie steht“) übernahmen sie eine Kellerr disco, bauten sie um. Und sorgten für Furore. **KELLERDISCO IN DER HERSCHELSTRAßE** Eine Bar in Blau, verspiegelte Wände, eine Projektionswand, auf der Dias von Gästen des vergangenen Wochenendes zu sehen waren. „Das war Neuland“, schwärmt Lang noch heute. Schlagerstar Udo Jürgens (†80) tanzte hier nach einem Konzert, ein nicht weiter ausgewiesener Adliger benahm sich daneben. Im Buch vermeidet Lang es an vielen Stellen, Namen zu nennen – „wer es liest, weiß, wer gemeint ist“. Die Feiernden reisten auch aus Berlin oder München an. „Der Club war eine Geldmaschine.“ Auch „weil wir die geilste Musik hatten“. Hummel, der dritte „Sugar-boy“, stieß als DJ dazu – „wir haben ihn aus Bodo Linnemanns ‚Casa‘ abgeworben. Hummel und ich haben uns um die Musik und die Mädels gekümmert, Hannes hat die Finanzen geregelt“. Wobei Lang im Buch andeutet, dass nicht immer alles sauber gelaufen sei. Schuld sei er auch selbst gewesen, „ich war leichtgläubig“. Nach etwa dreieinhalb Jahren war Schluss mit den Zucker-Zeiten – ein hartnäckiger Interessent hatte einen Koffer Bargeld auf den Tresen gelegt und den Club gekauft.



Und dann? Sonnenbaden in Brasilien – und irgendwann die große Langeweile. „Ich bin zurück und habe mich auf die Suche gemacht“, erzählt Lang. Nur einen Steinwurf vom immer noch florierenden „Sugar“ entfernt fand er einen Lagerraum an der Herrenstraße. Wieder ein Keller, in den eine lange Treppe führte (deshalb heißt das Buch auch „Tiefenrausch“), aber diesmal 800 Quadratmeter groß. Das Trio investierte

500.000 Mark in den Club „Depot“, importierte italienischen Marmor für die Tanzfläche, brach alle Dimensionen. „Die Jungs haben aus dem Vollen geschöpft“, bestätigt Burkhardt ED Rump, der damals mit seiner Hasselblad-Kamera das Nachtleben der Stadt einfing. Die Erfolgskurve war steil, brach aber jäh ab. „Wir waren zu arrogant, wir dachten, wir hätten Narrenfreiheit“, sagt Lang, der auch im Buch offen mit sei-

nen Fehlern umgeht. Denn von Anfang an habe es Ärger mit den Nachbarn und Lärmbeschwerden gegeben. „Aber die Briefe kamen ungeöffnet in die Ablage, bis die Polizei vor der Tür stand. Unser Größenwahn hat uns das Genick gebrochen.“ Doch zu dem Zeitpunkt konnte Lang schon von Glück reden, dass er überhaupt noch lebte. Denn bei einer Auseinandersetzung an der „Depot“-Kasse hatte er etliche Messerstiche in den

Das gemeinsame Werk: Der größte Teil der Texte in „Tiefenrausch“ stammt von Roger Lang (rechts), die Bilder hat Burkhardt ED Rump zusammengestellt
Foto: Elena Richert

Bauch abbekommen. „Ich hatte ein Prozent Überlebenschance.“ Doch der Mann mit der schwarzen Mähne ist ein Überlebenskünstler. Das „Depot“ endete zwar „mit einem großen Knall“, er und Hannes verkrochen sich vor den Gläubigern erst mal auf die spanische Insel Formentera und ließen eine Anwältin alles regeln. Aber Lang stellte sich irgendwann der Realität. „Ich habe in Berlin eine Ausbildung zum Koch gemacht und als Küchenchef in einigen Restaurants gearbeitet. Ich habe viele Jahre die Schulden abgetragen.“ Und zwischendurch Musik gemacht. Allerdings war der Start in das Leben als DJ und Entertainer holprig. „Ich habe die schlechteste Silvesterparty aller Zeiten gemacht“, gibt Lang zu – „Ich hatte den Übergang von Vinyl zu CDs verpasst und hatte nicht das richtige Equipment.“ Aber die richtige Ausstrahlung. „Die Leute haben zu mir gesagt: Du musst auf die Bühne.“ In Berlin sei er dann „fast berühmt geworden“. Aus der Tasche kramt er eine CD aus dem Jahr 1996 hervor. „Wenn du lachst“ heißt der Song, mit dem er sich als Roger Lang („ich brauchte einen Künstlernamen“) um den Eurovision Song Contest bewerben wollte. Es wurde nichts daraus, im Jahr 2000 kehrte er nach Hannover zurück. Wie die Idee zum Buch über „Sugar“ und „Depot“ ent-

stand? „Roger hat auf der Party zum 50. Geburtstag meines Schwagers aufgelegt – so sind wir uns wieder über den Weg gelaufen“, berichtet Fotograf Rump. Er hatte gerade mit „Wilde Zeiten“ in der Galerie für Fotografie (GaF) in der Eisfabrik einen Erfolg gefeiert. Und mit den Bildern aus Hannovers Nachtleben Emotionen geweckt. „Die Leute lagen sich in den Armen, haben Erinnerungen ausgetauscht.“ Das wollen Lang und Rump nun auch mit „Tiefenrausch“ auslösen. „Denn es war ein Rausch. Alles drehte sich um Musik und die Schönheit der Menschen“, sinniert Lang. Er versichert: „Es gibt noch eine Nachlese.“ Denn sieben Tage nachdem das Buch in Druck gegangen war, tauchte im Keller der Billardbar „Chicago“, die nach dem „Depot“ an der Herschelstraße eingezogen war, eine „olle Kiste“ auf. „Da waren 800 Dias drin, ein echter Schatz“, frohlockt der DJ. Außerdem hätten Menschen nach der Vernissage Umschläge mit alten Aufnahmen vorbeigebracht. „Wir haben ein Schneebrett losgetreten, jetzt wird es eine Lawine“, mutmaßt Fotograf Rump. Und sogar Totgelaubte leben wieder, weil die beiden Autoren mit „Tiefenrausch“ viel Staub aufgewirbelt haben: „Wir dachten, Hummel wäre gestorben, ich habe das auch im Buch angedeutet. Aber vor zwei Wochen hat mir jemand seine Nummer gegeben. Wir haben telefoniert und eine Stunde nur gelacht“, erzählt Lang. Es wird wohl noch einige zuckersüße Geschichten zu erzählen geben.

Medizin

ANZEIGE

Ihr Weg zu männlicher Stärke

Wertvoller Nährstoff-Komplex begeistert Männer

Je älter Man(n) wird, desto wichtiger ist es, den Körper mit speziell abgestimmten Nährstoffen zu versorgen. Genau deshalb haben Experten Neradin *aktiv* entwickelt – eine kraftvolle Formel, die auf die besonderen Bedürfnisse des Mannes zugeschnitten ist, um ihm in intimen Momenten mehr Sicherheit zu geben.

„Mit der ersten Packung kam tatsächlich wieder einiges in Schwung.“
(Georg T.)

Neradin *aktiv* enthält roten Ginseng-Extrakt, der in der traditionellen Pflanzenkunde als belebendes Stärkungsmittel bekannt ist, sowie eine einzigartige Kombination aus spezifischen Nährstoffen: Zink zur Aufrechterhaltung eines normalen Testosteronspiegels und Selen für eine normale Spermatogenese. Zusätzlich trägt Magnesium zu einer normalen Muskelfunktion und einem normalen Energiestoffwechsel bei, während Folsäure einen normalen Homocystein-Stoffwechsel unterstützt. Neradin *aktiv* ist in Apotheken oder online erhältlich.

Neradin aktiv
Der Manneskraft-Booster

Für Ihre Apotheke:
Neradin aktiv
(PZN 16809560)

www.neradin.de

(Name geändert)

Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell¹

Das geht mit flüssigem Ibuprofen in Kapselform

Wenn der Schmerz überhandnimmt, dann sollte es schnell gehen. Der Griff zu Ibuprofen ist für viele Schmerzgeplagte obligatorisch. Häufig greifen wir einfach aus Gewohnheit zur herkömmlichen Schmerztablette. Doch seit ein paar Monaten greifen immer mehr Schmerzgeplagte zur innovativen Flüssigkapsel von Spalt Forte, die doppelt so schnell¹ Schmerzen bekämpft wie herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Ein Pochen an der Schläfe, ein Stechen im Knie, ein dumpfes Dröhnen im Kopf – Schmerzen kennt jeder von uns. Besonders häufig treten Kopf- und Gelenkschmerzen auf. Manchmal begleiten uns die Schmerzen Stunden, manchmal Tage und manchmal bleiben sie sogar dauerhaft. Egal wo der Schmerz sitzt und welcher Art er auch ist, der Wunsch der Betroffenen ist immer derselbe: den Schmerz schnell abzuschalten!



Schneller schmerzfrei mit Spalt: flüssiges Ibuprofen in Kapselform

Seit über 88 Jahren vertraut Deutschland auf Spalt, wenn es um Schmerzen geht. Mit Spalt Forte hat die Expertenmarke eine Flüssigkapsel entwickelt, die mit flüssigem Ibuprofen einen deutlich schnelleren Wirkeintritt ermöglicht als herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Das Besondere: 400 mg vollständig gelöstes Ibuprofen

wurden in eine einen Millimeter dünne, weiche Hülle in einer innovativen Flüssigkapsel eingeschlossen. Im Gegensatz zur Tablettenform liegt der flüssige Wirkstoff Ibuprofen deutlich schneller frei verfügbar vor, denn er muss nicht erst im Dünndarm aufgelöst werden. So wird die maximale Konzentration von Ibuprofen im Blutplasma doppelt so schnell¹ erreicht wie bei Ibuprofen in Tablettenform. Das Ergebnis: schneller schmerzfrei mit langanhaltendem Effekt.

Fragen Sie gezielt nach Spalt Forte

Neben der extra schnellen Schmerzlinderung bekämpft Spalt Forte zusätzlich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen und Fieber. Zudem sind die kleinen Kapseln leicht einzunehmen und gut zu schlucken. Kein Wunder, dass Spalt Forte Flüssigkapseln in Deutschland so beliebt sind. **Spalt – schaltet den Schmerz ab, schnell!**



★★★★★
„Es gibt viele Schmerzmittel mit Ibu, aber Spalt Forte wirkt am schnellsten bei mir.“
(Norbert L.)

Spalt®



Von dem deutschen **Klassiker** bei Schmerzen



- ✓ **Doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs vom Körper¹**
- ✓ **Bekämpft auch entzündlich bedingte Schmerzen**
- ✓ **Wirkt langanhaltend**
- ✓ **Rezeptfrei**

Unsere Empfehlung bei Schmerzen



Jetzt Spalt Forte auf **pureSGP.de** bestellen und bis zu **20%* sparen!**

*gilt beim Kauf von mehreren Packungen

LA ROCHE POSAY

VICHY

3€
RABATT²

AUF ALLE SONNENPRODUKTE

(*Aktion gilt für La RochePosay und Vichy Sonnenschutz-Produkte. Gültig 31.08.2024. Nur möglich durch Abgabe eines original Rabatt-Coupons gemäß dessen Bedingungen. Nur in teilnehmenden Apotheken. Nicht mit anderen Rabatt-Aktionen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Von der Aktion ausgeschlossen sind: Anthelios Lippenstick LSF 50+ 4,7 ml, Anthelios Stick für empfindliche Hautpartien LSF 50+ 9 g, Posthelios After-Sun-Gel 200 ml, Posthelios Hydra Gel 200 ml, Autohelios Selbstbräunungsgel 100 ml, Anthelios KA+Med 50 ml.)

Eucerin®

3€
RABATT¹

*3€ Rabatt beim Kauf eines Eucerin® Sun Produktes gegen Vorlage des Coupons an der Kasse. Coupon nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Nur ein Coupon pro Kauf einlösbar. Vervielfältigungen werden nicht akzeptiert. Eine Barauszahlung erfolgt nicht. Nur in teilnehmenden Apotheken in Deutschland. Gültig bis 30.09.2024.

PIERRE FABRE

Avène Thermalwasser*
350 ml Spray

Sie sparen 26%

9⁹⁵
statt 13,50**
(Preis pro 1000 ml 28,43)

BAYER VITAL

Bepanthen*
50 g Wund- und Heilsalbe

Sie sparen 32%

8⁴⁵
statt 12,59**
(Preis pro 1000 g 169,00)

A. NATTERMANN

Thomapyrin classic*
20 Tabletten

Sie sparen 34%

5⁶⁵
statt 8,69**

GSK OTC

Fenihydrocort 0,5%*
15 g Creme

Sie sparen 32%

6⁹⁵
statt 10,26**
(Preis pro 1000 g 463,33)

HEXAL

Lopedium akut*
10 Hartkapseln

Sie sparen 36%

3⁴⁵
statt 5,47**

HERMES

Anti- Brumm forte*
150 ml Pumpzerstäuber

Sie sparen 16%

16⁴⁵
statt 19,70**
(Preis pro 1000 ml 109,67)

VERLA PHARM

Magnesium Verla N*
200 Dragees

Sie sparen 25%

13⁴⁵
statt 18,10**

A. NATTERMANN

Dulcolax*
100 magensaftresistente Dragees

Sie sparen 26%

15⁴⁵
statt 20,99**

RATIOPHARM

Paracetamol-ratiopharm 500mg*
20 Tabletten

Sie sparen 33%

2⁴⁵
statt 3,70**

BAYER VITAL

Bepanthen*
10 g Augen- und Nasensalbe

Sie sparen 28%

5⁹⁵
statt 6,29**
(Preis pro 1000 g 595,00)

ALMIRALL HERMAL

Ciclopoli*
3,3 ml Nagellack

Sie sparen 22%

22⁹⁵
statt 29,65**
(Preis pro 1000 ml 6954,55)

URSAPHARM

Hylo-Care*
10 ml Augentropfen

Sie sparen 23%

12⁹⁵
statt 16,95**
(Preis pro 1000 ml 1295,00)

ENGELHARD

Tyrosur*
5 g Gel

Sie sparen 24%

5²⁵
statt 6,96**
(Preis pro 1000 g 1050,00)

ORTHOMOL

Orthomol Vital F/M*
30 Trinkfläschchen/Kapseln

Sie sparen 17%

55⁹⁵
statt 67,85**

HEXAL

Ibuhexal akut 400mg*
20 Filmtabletten

Sie sparen 34%

4⁴⁵
statt 6,84**

HEXAL

Naratriptan Hexal 2,5mg*
Filmtabletten

Sie sparen 37%

5⁹⁵
statt 9,50**

RATIOPHARM

Vitamin B-Komplex-ratiopharm*
60 Kapseln

Sie sparen 33%

15⁹⁵
statt 23,95**

RATIOPHARM

Reisetabletten-ratiopharm 50mg*
20 Stück

Sie sparen 32%

3⁷⁵
statt 5,53**

RATIOPHARM

Diclo-ratiopharm*
100 g Gel

Sie sparen 38%

8⁹⁵
statt 14,49**
(Preis pro 1000 g 89,50)

MIBETEC

Bite Away neo*
1 Stichheiler

Sie sparen 21%

25⁹⁵
statt 32,95**

BEIERSDORF

Eucerin UreaRepair plus 10%*
100 ml Fußcreme

Sie sparen 21%

11⁹⁵
statt 15,25**
(Preis pro 1000 ml 119,50)

COUPON

20% RABATT auf den gesamten Einkauf

(ausgenommen sind verschreibungspflichtige Arzneimittel, Rezepturen, Zuzahlungen, Gutscheine, Dienstleistungen sowie andere Rabattaktionen und unsere Angebote. Gültig für alle vorrätigen Artikel und nur solange der Vorrat reicht.)
Gültig bis zum 31.08.2024

* Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten. Angebote gültig vom 01.07.2024 bis zum 31.07.2024. Abbildung ähnlich. Preise in Euro. **Unser bisheriger Verkaufspreis.

City Apotheke

pharmacie internationale

Angebote Juli 2024*

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



Demenz-Wohngemeinschaft
Gemeinsam Leben statt einsam leben

- 12 moderne, barrierefreie Zimmer, eigenes Duschbad
- Großzügige, offene und freundliche Räumlichkeiten
- Kostenübernahmen durch Sozialämter und Pflegekassen
- Wir helfen Ihnen bei der Organisation
- Pflege und 24-Stunden-Betreuung aus einer Hand
- Gemeinsame Mahlzeiten, verschiedene Freizeitangebote
- Selbstbestimmung und Sicherheit im Alter

www.diakovere.de/demenz-wg

Tel.: 0511 8603 165
Hannelore-Kunze-Str. 8
30539 Hannover



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

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

Marktstraße 17
Burgdorf
Tel.: 05136-22 28

von 08.07. bis 13.07.2024

Zum Wochenanfang von Montag bis Mittwoch:
Asia-Honig-Geflügelpfanne mit Wokgemüse 100 g **1,39 €**

NEU! von Montag bis Mittwoch erhältlich:
- 300 g Mett Halb & Halb
- 400 g Asia-Honig-Geflügelpfanne
- 2 Putenwiener & Schlauch Kartoffelsuppe **Tüte nur 11,60 €**

Montag bis Samstag

Schweinefilet Butterfly
in leicht pikanter Grillbuttermarinade,
im Spezialschnitt für Grill o. Pfanne
100 g **1,99€**

vom Strohschwein für den Grill
Nackensteak gewürzt:
Paprika oder Kräuter 100 g **1,59 €**

zart geröstet
Entrecote oder Rib Eye Steak
100 g **2,99 €**

Roastbeef von der Färs
100 g **3,20 €**

handwerklich hausgemachte Salate
Gyros-Salat 100 g **1,19€**
Partysalat 100 g **0,89€**

hausgemachte Mettwurst im Aufschnitt
- Heidemettwurst mild geräuchert
- Salami Mailänder Art, luftgetrocknet
- Putensalami mit Rindfleisch 100 g **2,20 €**

zum Wochenende von Donnerstag bis Samstag
Gyrosspieß 100 g **1,89 €**
Zimmermanns Burger, saftig lecker für den Grill & Pfanne 2 Stück à 150 g **4,44 €**

Jedes zweite Grundschulkind kann nicht schwimmen

DLRG schlägt zu Beginn der Urlaubszeit Alarm: Intensivkurse und Sonderprogramme helfen – aber nicht genug

HANNOVER. Immer weniger Kinder können in Niedersachsen sicher schwimmen. Mit den sommerlichen Temperaturen steigt damit die Gefahr von Badeunfällen. Der Staat gibt Millionen für Sonderprogramme aus, Schulen bieten Intensivkurse für Nichtschwimmer an, aber die nachhaltige Wirkung bleibt aus, weil viele Familien einfach nicht mehr ins Schwimmbad gehen. Warum eigentlich nicht?

Etwa die Hälfte der Kinder in Niedersachsen können nach Angaben der Deutschen Lebensrettungsgesellschaft (DLRG) am Ende der Grundschulzeit nicht oder nicht richtig schwimmen. „Diese Zahl hält sich derzeit, wird aber auch nicht spürbar weniger“, sagt DLRG-Sprecher Christoph Penning. Die Gründe dafür seien vielfältig: Schwimmbäder seien geschlossen worden, teils auch wegen einer Gas-mangellage, damit hätten Grundschulen und Schwimmvereine keinen Badezugang, und der Weg zum nächsten Schwimmbad sei zu weit. Das Gelernte könne sich nicht festigen. Habe das Kind das Seepferdchen bestanden, sollten Eltern regelmäßig weiter schwimmen gehen, damit es auch das Bronzeabzeichen ablegen kann. Erst danach gelte es als sicherer Schwimmer.



Stadt und Land bieten Ferienkurse für Kinder an: Wer einmal Schwimmen gelernt habe, sagt Niedersachsens Kultusministerin Julia Willie Hamburg (Grüne), verlerte es nie wieder. Foto: Fabian Sommer

Doch viele Familien gingen weder nach dem Seepferdchen noch davor mit ihren Kindern baden. So berichten Lehrkräfte der Leonore-Goldschmidt-Schule in Hannover-Mühlenberg, die seit 2022 einen Intensivkurs für Fünftklässler anbietet, den 50 Prozent des Jahrgangs wahrge-nommen haben, dass einige

Zehn- und Elfjährige überhaupt noch gar nicht ans Wasser ge-wöhnt gewesen seien. Doch je unerfahrener, desto mühsamer der Weg zum Abzeichen.

Kultusministerin Julia Willie Hamburg (Grüne) sagt: „Wer einmal richtig schwimmen ge-lernt hat, verlerte es ein Leben lang nicht. Grundfertigkeiten im

Schwimmen sind elementar und sie können Leben retten. Hinzu kommt die soziale Komponente beim gemeinsamen Schwim-men – ob im Verein oder mit Freundinnen und Freunden in der Freizeit.“

Laut Lehrplan sollten Kinder in der Grundschulzeit ins-gesamt 40 Stunden Schwimmunterricht

haben, meist finde dies in der dritten oder vierten Klasse statt, wenn denn ein Schwimmbad vorhanden sei. Ziel solle es sein, dass die Schüler danach die Grundlagen einer Schwimm-technik beherrschen und 200 Meter ohne Pause zurücklegen können. Zudem sollte man ab-tauchen und einen Gegenstand aus schulertiefem Wasser he-raufholen können.

Um die Lücken aus der Corona-Zeit aufzuarbeiten, sind laut Sozialministerium über das Pro-gramm „Startklar in die Zukunft“ zusammen mit Landessport-bund, DLRG und Landes-schwimmverband rund 2,54 Mil-lionen Euro in die Ausbildung von Übungsleitern investiert worden. Für rund eine Million Euro wur-den daneben knapp 2000 Was-sergewöhnungskurse mit mehr als 11.300 Teilnehmenden orga-nisiert. Auch in diesem Jahr läuft die Schwimmoffensive weiter.

Die Stadt Hannover bietet in den Sommerferien aktuell in drei Schwimmbädern Kurse für ins-gesamt 156 Kinder an. Mobile Schwimmcontainer an Grund-schulen, wie sie etwa in Nord-rhein-Westfalen im Einsatz sind, hält die Verwaltung jedoch für nicht sinnvoll. Einen entspre-chenden Prüfauftrag hatte der Schulausschuss im vergangenen Herbst erteilt.

„Schwimmen ist wie Schnürsenkel binden“

Mit einem Intensivkursus im Ricklinger Bad macht die Leonore-Goldschmidt-Schule Kinder fit im Schwimmen.

HANNOVER. Jedes zweite Kind, das bis zu den Sommerfe-rien den Jahrgang fünf der Leo-nore-Goldschmidt-Schule am Mühlenberg besucht hat, kann nicht sicher schwimmen. Damit

dies nicht so bleibt und in der sechsten Klasse möglichst viele Schülerinnen und Schüler das Silberabzeichen schaffen kö-nen, bietet die Gesamtschule seit 2022 einen 14-tägigen In-tensivkursus im Ricklinger Bad an.

Zwei Wochen lang haben die Kinder jeden Tag 45 Minuten Schwimmunterricht. Zehn Lehr-kräfte, Studenten und junge Menschen, die ein freiwilliges Jahr absolvieren, unterstützen sie dabei. Rund 120 Schüler ha-ben am diesjährigen Durchgang teilgenommen, zwischen 30 und 35 Kinder waren zeitgleich im Wasser. Wir haben beobach-tet, was mit den Kindern im Becken passiert.

„Es ist toll zu sehen, mit wel-cher unglaublichen Freude sie ins Wasser gehen“, sagt Daniel Fleischmann, Fachbereichsleiter Sport an der Gesamtschule. „Die Freude und Motivation, schwimmen zu lernen, sind riesengroß.“ Ausgelacht werde niemand: „Alle sitzen sozusagen im gleichen Boot, im Wasser konzentriert man sich auf sich selbst.“

Eine Nichtschwimmerquote von 50 Prozent sei nicht unge-wöhnlich hoch, sagt der Lehrer. Von Jahr zu Jahr könnten immer weniger Kinder schwimmen. Die

Corona-Krise habe diesen Nega-tivtrend allerdings noch einmal verschärft. „Jedes Jahr wird das Problem noch ein bisschen grö-ßer“, so Fleischmann. Und die Zahl derjenigen Kinder, die hö-here Schwimmabzeichen wie Silber oder Gold tragen, sei ver-schwindend gering. Nicht mehr als ein bis zwei Kinder pro Klasse, schätzt er.

Doch die Mühe der Schwimm-aktion im Ricklinger Bad lohne sich. Von Tag zu Tag werde der Fortschritt sichtbarer, sagt Fleischmann. Dabei hätten es Kinder, die zuvor noch gar keine Wassererfahrung gemacht hät-ten, deutlich schwerer.

Kinder lernen schnell in einem solchen Schwimmkursus, wenn Eltern ihren Nachwuchs früh an Wasser gewöhnen, mit ihnen



Einzeltraining: Für Kinder ohne Wassererfahrung nehmen sich die Trainer besonders viel Zeit. Foto: Christian Behrens

spielen, erstes Gleiten, Tauchen und Springen üben. Wieso waren manche Zehnjährige noch nie im Schwimmbad oder am Teich? Darüber können Lehr-kräfte nur spekulieren. Die Pan-demie und der lange Lockdown haben es Eltern zwischen 2020 und 2022 nicht leicht gemacht, Schwimmbäder zu besuchen, geschweige denn, einen Kursus für ihre Kinder zu finden. Es gab jahrelange Wartezeiten. Mal mag die Zeitnot der voll berufs-tätigen Eltern ein Grund sein, mal der kulturelle Hintergrund. Ein Junge erzählt, er komme aus Pakistan. Dort gebe es keine öf-fentlichen Schwimmbäder so wie in Deutschland. Im Rick-linger Bad hat er gerade sein Seepferdchen bestanden.

Als sichere Schwimmer gelten Kinder erst, wenn sie mindes-tens das Bronzeabzeichen be-standen haben. Dazu müssen sie 15 Minuten schwimmen und dabei mindestens 200 Meter zu-rücklegen, davon 150 in Bauch-oder Rückenlage und 50 Meter in einer anderen Körperlage. Sie müssen einen Gegenstand aus zwei Metern Tiefe holen und vom Startblock oder Einmeter-brett springen. Urwa (12) hat das gerade geschafft und ist stolz darauf. Am schwierigsten sei das Tauchen gewesen, sagt

sie. Das bestätigt auch Mitschü-ler Nico (11). Und Medina (11) berichtet, dass sie zunächst Angst vor tiefem Wasser gehabt habe, doch das sei längst vorbei.

„Alle wollen schwimmen ler-nen“, betont Sportlehrer Ger-hard Tripke. Und das sei das Wichtigste: „Ich kann ihnen das nicht beibringen. Ich kann ihnen Tipps geben, aber lernen müs-sen sie es selbst.“

Auch Laura Schwarz (19), die an der IGS gerade ein freiwilliges soziales Jahr absolviert, schwärmt von der Motivation der Fünftklässler: „Es ist total schön, wie sie jeden Tag ein Stückchen weiterkommen und wie die Augen leuchten, wenn sie die Prüfung geschafft ha-ben.“ Maysa al Mahmoud, die ebenfalls hier ihren Freiwilligen-dienst macht, sagt: „Es macht Spaß zu sehen, wie die Kinder immer weiter kommen.“

Daniel Fleischmann kann am Ende der zwei „unglaublich in-tensiven Wochen“ auf eine be-eindruckende Erfolgsbilanz bli-cken: 78 Fünftklässler haben das Bronzeabzeichen abgelegt, 38 Schülerinnen und Schüler das Seepferdchen. Nur sechs Kinder müssen noch etwas weiterüben. Das lasse sich gut in den regulä-ren Schwimmunterricht integrieren, sagt der Sportkoordinator.

Die aktuelle Wochenendzeitung





KRESS MODEZENTRUM

top MARKEN heiße PREISE

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

KRESS Kunden parken kostenlos direkt am Geschäft

www.kress-mode.de

1898201_002624

Wilde Expedition Truck zu Hammerpreisen sofort verfügbar!

Mit Allrad, Lithium-Batterien, Solar, pistenfester Möbelbau, Echtholz etc.

ab 165.000,- € inkl. UST



Auto Wilde GmbH
Vienenburger Str. 12
38640 Goslar

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



Fuso + Daily



15746301_002624

- ✓ Leasing mit allen Anbietern möglich
- ✓ Riesige Marken-Auswahl
- ✓ Kompetente Fachberatung
- ✓ Service-Werkstatt

stadler

Deutschlands größte Rad-Auswahl

Super Bike-SALE

Solange Vorrat reicht



ABUS

Purl-Y

UVP 89.⁹⁵
23.⁹⁵ € SPAREN
66.-



Bike-Shirt
Bici
Technical
Tee

44.⁹⁵***
19.⁹⁵ € SPAREN
24.99



Bike-Shorts
Zermatt Cordura

129.^{***}
52.- € SPAREN
77.-

PUKY
READY FOR LIFE.

besonders leicht

Ultraleicht-Jugendrad

LS-Pro 26-8

- gewichtsoptimierte Teile und Superlight-Alurahmen für extrem niedriges Gewicht und exzellenten Leichtlauf
- 8 Gang Shimano Schaltung
- Puky-Topqualität
- Made in Germany
- perfekt für Kids von 140 bis 170 cm

Best-Nr.: 132116



27 % sparen

UVP 549.-

402.-

SCOTT

Mountainbike

Aspect 930

- edles Performance-MTB mit erstklassigen Laufeigenschaften
- präzise 20 Gang Shimano Deore-Schaltung
- 100mm Suntour XCR Federgabel mit Lenker-Fernbedienung
- hochwertige Syncros-Parts
- Modell 2024

Best-Nr.: 97202



221.- sparen

ehem. UVP 999.-

778.-

E-Mountainbike

Evo 500 / Eva 500

- stärkster Bosch Performance CX Sportmotor mit 85 Nm
- elegant integrierter 500 Wh Bosch Powerakku für bis zu 120 km Reichweite
- präzise 10 Gang Shimano Deore Schaltung
- in vielen Größen als 27.5 und 29er lieferbar
- Hydraulische Tektro Scheibenbremsen
- Sportlich-komfortable Rahmengeometrie für jeden Einsatzzweck
- Optionales Zubehör für Straßen- und Alltagseinsatz erhältlich

Best-Nr.: 126635 Komfort-Rahmen
126630 MTB-Rahmen



Das smarte System
BOSCH
CX 85 Nm Drehmoment



MonkeyLink Licht- und Zubehörsystem vorbereitet

1477.- sparen

UVP 3699.-

2222.-

Enduro E-Fully

Sonic EN-SL 1

- besonders niedriges Gesamtgewicht von ca 22 kg durch Highend-Carbonrahmen inkl. Carbon-Hinterbau und -wippe
- leistungsstarker 85 NM Shimano EP8 Motor mit natürlichen Fahrgefühl
- carbonummantelter 725Wh Fullsize Akku für große Reichweite
- präzise Gangwechsel durch 11 Gang Shimano XT Di2 Schaltgruppe mit FREE SHIFT-Automatik
- geschmeidiges 160/150mm RockShox Lyrik-/SuperDeluxe-Fahrwerk
- Remote-Dropperpost sowie Licht-Vorbereitung
- gripstarke Schwalbe Big Betty/Magic Mary Bereifung

Best. Nr. 127132



SHIMANO
EP 8
85 Nm Drehmoment
725 Wh



Sonic SL Serie:
Die leichtesten
Fullpower E-Fullys

Carbonrahmen

Elektronische
11-Gang Shimano XT
Di2 Schaltung

2707.- sparen

UVP 6699.-

3992.-



HANNOVER Hanomag Gelände, Zweirad-Center Stadler Hannover GmbH, Göttinger Straße 16, 30449 Hannover Mo - Fr 10:00 bis 19:30 Uhr, Sa 10:00 bis 19:00 Uhr www.zweirad-stadler.de

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

Selbstversorgung aus dem Garten

OBST UND GEMÜSE SELBST ANBAUEN: Ernte und Gartenpflege im Juli am besten auf Morgen- und Abendstunden legen

HANNOVER. Wer Obst und Gemüse anbaut, kann sich in diesem Monat zuweilen selbst versorgen. Ernte und Gartenpflege legen Sie am besten auf Morgen- und Abendstunden und verbringen möglichst viel Zeit an einem schattigen Platz im Grünen Entspannen im Schatten: Ernte und Gartenpflege legen Sie in diesem Monat am besten auf Morgen- und Abendstunden.

Zugegeben, ob der Juli in diesem Jahr viele Hochsommertage bieten wird, ist noch reine Spekulation. Sicher ist hingegen, dass Sie sich glücklich schätzen dürfen, wenn Sie einen Garten haben und sich dort eine schattige Oase schaffen können. Die kann man immer gebrauchen.

Dabei reicht es oft schon aus, zu improvisieren: Wenn der Liegestuhl im Schatten des Apfelbaums steht, müssen Sie dafür nicht gleich einen Sitzplatz anlegen – im Gegenteil: In der Wiese oder auf dem Rasen ist es deutlich kühler als auf einer gepflasterten Fläche. Auch der Schatten eines Baums ist angenehm, denn die warme Luft kann nach oben abziehen. Außerdem verdunstet Feuchtigkeit an den Blättern und kühlt so die Umgebungsluft.

Falls Sie die Sommerfrische woanders suchen und verreisen, könnten Sie durstige Topfpflanzen an einen schattigeren Ort

und etwas kühleren Platz im Garten stellen. Dann müssen die Nachbarn und Nachbarinnen nicht so oft gießen. Sie haben ein Bewässerungssystem? Umso besser. Benutzen Sie es schon in den Wochen vor dem Urlaub und testen Sie, ob alles funktioniert. Das beruhigt die Nerven und spart Ihnen auch im Alltag Arbeit.

LAVENDEL ERNTEN

Der Zwergstrauch nimmt mit kargen, durchlässigen Böden vorlieb, verträgt Trockenheit, zieht Schmetterlinge an, und seine hübschen Blüten duften. Echter Lavendel (*Lavandula angustifolia*) macht viel Freude bei wenig Aufwand. Wenn Sie den Duft seiner Blüten auch im Winter genießen möchten, sollten Sie den ohnehin fälligen Sommerschnitt mit der Ernte verbinden.

Am intensivsten duftet Lavendel, der gerade aufgeblüht ist. Sie können aber mit dem Rückschnitt ein wenig warten, bis das Lavendelblau in Blaugrau übergeht: Dann beginnt der Lavendel zu verblühen. Er duftet auch dann noch intensiv, hat den Garten länger geschmückt, und Schmetterlinge, Wildbienen und andere Insekten kamen auch in den Genuss seiner Blüte. Schneiden Sie rund ein Drittel der Pflanzen zurück und hängen Sie die Blütenbündel kopfüber zum Trocknen auf.

Falls Sie die Lavendelblüten nicht nutzen, können Sie mit diesem Rückschnitt auch warten, bis er vollständig verblüht ist und Samen gebildet hat. An geeigneten Standorten sät er sich selbst aus, ohne lästig zu werden. Sollte der Nachwuchs wirklich stören, lässt er sich leicht jäten oder noch besser: eintopfen und verschenken.

GURKEN PFLEGEN

Wer es geschafft hat, die Jungpflanzen der Gurken vor Schneckenfraß zu schützen, kann ab diesem Monat wahrscheinlich Früchte ernten. Damit die aus den Tropen stammenden Pflanzen viele Früchte liefern, brauchen sie besonders viel Wasser. Egal, ob im Gewächshaus oder Freiland: Der Boden sollte möglichst gleichmäßig mit Feuchtigkeit versorgt werden und nicht austrocknen.

Der Juli bringt mit etwas Gärtner-Geschick frische Gurken aus dem Garten auf den Tisch.

Foto: Markus Spiske / Pexels



Schattenplätzchen gesucht: An warmen Juli-Tagen sollte man tagsüber lieber den Platz unter Bäumen genießen.

Foto: Lars Patzek

Bienenweide. Zur Blütezeit ist meist ein Brummen und Summen rund um die Pflanze zu hören. Ist der Steppen-Salbei verblüht, lohnt sich ein beherzter Griff zur Schere. Das radikal anmutende Einkürzen der Pflanze auf rund eine Handbreite über den Boden belohnt die Pflanze mit einer Nachblüte im Spätsommer. Wer noch keinen Steppen-Salbei im Garten hat und ihm einen vollsonnigen Standort

bieten kann, kann ihn nach dem Sommer Wurzeln schlagen lassen. Ab September beginnt für ihn, wie für die meisten Stauden, die ideale Pflanzzeit.

BEEREN KÜRZEN

Direkt nach der Ernte ist der ideale Zeitpunkt, um die Sommerhimbeeren zu schneiden. Diese Himbeeren tragen an den zweijährigen Trieben. Daher

werden alle Triebe, die in diesem Jahr getragen haben, direkt über dem Boden abgeschnitten. Übrig bleiben die einjährigen Triebe.

Sie werden im nächsten Jahr Früchte liefern. Wenn auch nach diesem Rückschnitt noch mehr als sieben bis acht Pflanzen pro Meter übrig bleiben, lichten Sie die Himbeeren etwas aus und entfernen sie überzählige Pflanzen. Die einzelnen Triebe, die



Nach der Himbeer-Ernte sollte man sich ans Zurückschneiden machen.

Foto: Tetiana Padurets / Unsplash

auch Ruten genannt werden, brauchen nämlich genug Licht und Luft für eine gute Ernte.



Zur Ernte die ganzen Stiele des Lavendel abschneiden.Foto: RND

Gartentipp: Wasser effizient nutzen

Mit Bedacht wässern und etwas an der Bepflanzung ändern

HANNOVER. Die gute Nachricht für alle, die Arbeit und Wasser sparen wollen: Im Garten wird häufig mehr gegossen als eigentlich notwendig. Die meisten Pflanzen entwickeln durch das richtige Gießverhalten sogar eine gewisse Toleranz für trockene Phasen. „Lieber weniger häufig gießen, dafür dann aber richtig“, rät Corinna Hölzel vom Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND). „Wenn man jeden Tag etwas gießt, dann führt das dazu, dass die Pflanzen daran gewöhnt werden und keine tiefen Wurzeln ausbilden.“

Die beste Zeit zum Gießen ist morgens. Mittags zu gießen ist hingegen ein No-Go, denn dann verdunstet das Wasser schnell und die Pflanzen können in der Hitze verbrennen. Außerdem sinnvoll: Regenwasser sammeln und zum Gießen nutzen. „Man spart damit auch Leitungswasser oder Grundwasser, je nachdem, wo das Frischwasser dann herkäme“, sagt Hölzel. Und auch die Pflanzen bevorzugen Regenwasser, da es kalkarm und weicher ist als Leitungswasser.

Und was ist mit Hilfsmitteln, etwa Rasensprenganlagen? Beim Rasensprengen geht viel

Wasser verloren und die Gefahr ist groß, Pflanzen falsch zu gießen. Bei Tomaten ist es etwa keine gute Idee, von oben zu wässern. Da bietet es sich eher an, zum Schlauch oder zur Gießkanne zu greifen. Die Wassermenge kann hier nach Bedürfnis der Pflanzen reguliert werden.

Und wer bei Trockenheit und Hitze doch mal zum Rasensprenger greift, sollte den nachts anschalten, wenn wenig Wasser verdunstet. Außerdem so, dass

man nicht mit dem Rasensprenger einmal oder mehrfach über die Pflanzen hinweggeht, sodass viel verdunstet und dann die Blätter nass sind, empfiehlt Hölzel. Grundsätzlich sei es besser, „am Stamm zu gießen, also möglichst im Wurzelbereich, da, wo die Pflanze das Wasser braucht“, also auch beim Sprengen.

Tropfenbewässerung ergründet es, das Wasser direkt an die Wurzeln zu bringen. Eine eingebaute Timerfunktion kann

sinnvoll für den Urlaub sein – und dafür sorgen, dass man anschließend nicht auf vertrocknete Pflanzen trifft.

Auch die richtige Bepflanzung spielt beim Wassersparen eine Rolle. Im Staudenbeet sollte man etwa der geringeren Verdunstung wegen so dicht pflanzen, dass es wenig oder keine freien Bodenstellen gibt. „Da gibt es auch den positiven Effekt, dass man das Unkraut nicht ständig weghacken muss“, sagt Hölzel.

Zudem wachsen viele heimische Pflanzenarten, die nicht nur wenig Wasser benötigen, sondern auch Nahrung für Insekten bieten – Glockenblumen, Ringelblumen, Wiesensalbei und Sonnenröschen etwa. Wegwarten und Margeriten halten pralle Sonne aus und blühen trotzdem schön. Auch Zwiebelgewächse wie Lauch kommen gut mit Trockenheit und Hitze zurecht.

Und noch ein Tipp, der Wasser und Arbeit – nämlich Rasenmähen – spart: Bleibt der Rasen etwas länger, wird Wasser besser gespeichert und verdunstet nicht so schnell. Hat man einen elektrischen Rasenmäher, spart man durch das seltenere Mähen zusätzlich noch Energie.



Die beste Zeit zum Gießen ist morgens.

Foto: Filip Urban / Pexels

Moin Sicht + Sonnenschutz

Terrassendach Klassik Design

2 Pfosten-Modell | 8mm VS-Glas | LED-Spots-Dimmbar

Jetzt Anrufen!

0511 270 216 71

500x300cm

4249,-

inkl. 19% MwSt. zzgl. Montage

10 JAHRE GARANTIE

MADE IN GERMANY

Moin Sicht + Sonnenschutz | Max-von-Laue-Str. 21 30966 Hemmingen

0511 270 216 71 | info@moin-sonnenschutz.de | moin-sonnenschutz.de

Blitz-Blank

25 % Neukundenrabatt

Vorher

Nachher

Steinreinigung

Spezial verfugen

Pflasterarbeiten

Dachreinigung

- Steinreinigung - Fassadenreinigung

- Dachreinigung - Spezial verfugen

- Tor- & Zaunreinigung

- Streicharbeiten - Gartenarbeiten

- Terrassenreinigung - Trockenbau

- Dachrinnenreinigung

Wir arbeiten mit 80% Druckluft und 20% Wasser durch unsere Heißwasserreinigung ohne chemische Zusätze. Wir entfernen Moos, Unkraut, Pilz, Flechten, Algen und Grünspoon Belag. Anschließend wird die Fläche mit Nano-Langzeit-schutz (5 Jahre) versiegelt. Wir kommen kostenlos und unverbindlich vorbei und erstellen Ihnen ein Angebot inklusive Probereinigung. Anruf genügt!!!

Professionelle Stein- & Dachreinigung

Lange-Feld-Str. 58 • 30926 Seelze/Letter • stein.dach@gmx.de

Tel.: 0511 / 10 59 28 81

Für weitere Informationen können Sie uns gerne anrufen!

Anruf genügt - kostenlose Beratung vor Ort inkl. Probereinigung!

Ehrenamtlicher Lebensretter im Lebenslauf?

Das Johanniter-Team heißt dich willkommen.

Teamarbeit rettet Leben!

- Rettungseinsätze im Bevölkerungsschutz
- Schnelle Erstversorgung bei Großschadensereignissen
- Sanitätswachdienste bei Großveranstaltungen

Hast du Lust? Dann komm vorbei!

Wir stellen dir unsere verschiedenen Gruppen vor und beantworten gern alle deine Fragen.

Ortsverband Hannover-Wasserturm

Kabelkamp 3, 30179 Hannover

Tel. 0800 0511-112

einsatz.hannover@johanniter.de

JOHANNITER

www.johanniter.de/hannover-wasserturm

Nachzahlung trotz gesunkener Gaspreise

Mietern droht eine böse Überraschung bei **HEIZKOSTENABRECHNUNG 2023**

VON FRANK-THOMAS WENZEL

BERLIN. Mieterinnen und Mieter müssen mit erheblichen höheren Heizkosten rechnen, wenn ihnen die Nebenkostenabrechnung für 2023 zugestellt wird. Aus Hochrechnungen des Immobiliendienstleisters Ista, die dem RedaktionsNetzwerk Deutschland (RND) vorliegen, geht hervor, dass ein Allzeithoch erreicht werden könnte. Hauptursache ist ein Verzögerungseffekt: Die extrem hohen Kosten für den Einkauf der Brennstoffe insbesondere im Jahr 2022 machen sich erst mit Verspätung bemerkbar. Ista ist einer der Dienstleister, die im Auftrag der Vermieter die Heizkostenabrechnungen machen. Diese werden auch für 2023 zwischen Mai und Dezember erstellt. Das Unternehmen hat bereits die ersten 800 000 Abrechnungen abgewickelt und einen eindeutigen Trend ausgemacht: Im Vergleich zu 2022 stiegen die Kosten je Kilowattstunde für Fernwärme im Schnitt um rund 7 Prozent. Erheblich heftiger fallen die



Aufschläge mit 34 Prozent bei Öl und 44 Prozent bei Erdgas aus. So muss für eine 70 Quadratmeter große Wohnung, die mit Gas oder Fernwärme beheizt wird, nach Ista-Berechnungen mit Heizkosten von mehr als 800 Euro gerechnet werden. Bei unsanierten Altbauten könne es durchaus auch in den vierstelligen Bereich gehen. Bei Ölheizungen würden für die 70 Quadratmeter durchschnittlich um die 1100 Euro fällig. Wurden die Abschlagszahlungen nicht angepasst, werden entsprechende Nachzahlungen fällig. Zwar haben Verbraucherportale in den vergangenen Monaten beständig eine Entspannung bei den Heizkosten signalisiert, aber das bezieht sich immer auf Neuverträge. Der Durchschnitt der tatsächlich abgerechneten Kosten werde damit nicht widerspiegelt, erklärt Ista-Chef Hagen Lessing: „Die aktuellen Preisniveaus kommen mit erheblichem Zeitversatz bei den Verbrauchern an.“ Der Hintergrund: Aktuell kostet eine Kilowattstunde Erdgas zur Lieferung im Juni am wich-

tigsten europäischen Großhandelsplatz (TTF) rund 3,5 Cent. Vor genau zwei Jahren waren es 5,6 Cent. Und vor allem: Zwischendurch kletterte die Notierung wegen des Angriffs Russlands auf die Ukraine zeitweise noch einmal um mehr als das Fünffache. Die Gaspreisbremse glied das nur zum Teil aus. Stadtwerke und andere Versorger mussten in der Hochpreisphase neue Lieferverträge abschließen, die sie quasi als Rucksack noch mitschleppen. Dies bekommen insbesondere Bestandskunden zu spüren – vor allem, wenn die Vermieter sich nicht um einen günstigeren Liefervertrag gekümmert haben. „Die tatsächlichen Abrechnungsdaten geben leider keinen Anlass zur Entwarnung“, sagt

Lessing, im Gegenteil: „Viele Mieterinnen und Mieter werden für die Heizung ihrer Wohnung mehr zahlen als jemals zuvor.“ Das sei keine Schätzung oder Prognose, sondern Ergebnis der bisher ausgewerteten 800 000 Abrechnungen für das vergangene Jahr. Lessing warnt vor bösen Überraschungen, weil die Kostensteigerungen und die Erwartungen der Verbraucher extrem auseinanderliefen. So hat eine repräsentative YouGov-Umfrage im Ista-Auftrag ergeben, dass rund zwei Drittel der Befragten nicht mit steigenden, sondern mit sinkenden oder zumindest stabilen Kosten rechnen. Auch der langfristige Trend sieht bei Erdgas- und Heizölkosten nicht erfreulich aus. Aus

einer Erhebung der Vergleichsplattform Check24 geht hervor, dass Gaskunden im Vergleich zum April 2021 aktuell 84 Prozent mehr zahlen. Etwas weniger heftig fiel die Steigerung beim Heizöl aus. Neben dem Ukraine-Krieg bringen die politisch gesetzten CO2-Preise Aufschläge: 2021 waren es 25 Euro pro Tonne Kohlendioxid, heute sind es 45 Euro. Rechnerisch sind damit die jährlichen CO2-Kosten in den drei Jahren von 108 auf 194 Euro gestiegen. Dieser Posten wird nach Check24-Berechnungen auf rund 280 Euro steigen, wenn die Bundesregierung wie geplant die CO2-Preise erhöht. Beim Heizöl würde dieser Posten im Musterhaushalt von derzeit 287 Euro sogar auf 414 Euro steigen.



Bei der Heizkostenabrechnung für 2023 wird es für viele Haushalte zu hohen Nachzahlungen kommen. Symbolfoto/Collage: Gerd Altmann / Pixabay

Sparkasse will 18- bis 30-Jährige ansprechen

Junge Beratungsteams sollen die „gleiche Sprache“ wie jüngere Leute sprechen

HANNOVER. Das Geldinstitut will sich verstärkt um Kundinnen und Kunden im Alter von 18 bis 30 Jahren kümmern. Es gibt nun spezielle Beratungsteams mit jungem Personal, das in einer ähnlichen Lebensphase ist und die „gleiche Sprache“ sprechen soll. Der Vorstand sieht schon Erfolge. Auf die Frage nach einer Visitenkarte reagieren Jannik Buß, Mert Orbeyi und Arjanita Jaha von der Sparkasse Hannover mit einem Schmunzeln. Denn wenn sie Gesprächstermine mit Kundinnen und Kunden haben, werden Kontaktdaten natürlich digital mit dem Smartphone ausgetauscht – nicht mehr mit einem Stück Pappe, wie es im Geschäftsleben bei Generationen üblich war. Vertriebsdirektor Buß und die beiden Teamkoordinatoren stellen auch klar, dass sich die Beschäftigten des „Beratungszentrums Direkt für junge Erwachsene“ im Sparkassengebäude am Raschplatz in Hannover und ihre Kundschaft meist duzten. Da versteht sich auch von selbst, dass hier die Kleiderordnung legerer ist als früher in klassischen Sparkassenfilialen und die Beschäftigten etwa bedenkenlos Sneaker tragen können.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dieses „Beratungszentrums Direkt“ haben sich auf die Betreuung jüngerer Kundinnen und Kunden spezialisiert. Die Zielgruppe liegt im Alter von 18 bis 30 Jahren. Ähnliche Beratungszentren mit vergleichsweise jungem Personal, das sich um junge Erwachsene kümmern soll, betreibt die Sparkasse Hannover in Gehrden und Langenhagen. Insgesamt sind in diesen Zentren mehr als 40 Beraterinnen und Berater beschäftigt.

TELEFONBERATUNG UND VIDEOCALLS

Die Belegschaft sei eine „Mischung aus Rasselbande und erfahrenen Junggebliebenen“, sagt der für das Privatkundengeschäft zuständige Sparkassenvorstand Markus Lehnemann. „Wir wollen den Menschen auf Augenhöhe begegnen“, sagt Vertriebsdirektor Buß, der selbst 32 Jahre alt ist. Die Beraterinnen und Berater seien oft in der gleichen Lebensphase wie ihre Kundschaft, hätten ähnliche Interessen und sprächen die gleiche Sprache. Die 26 Jahre alte Teamkoor-

dinatorin Arjanita Jaha beschreibt ihren Anspruch so: „Wir beraten Kundinnen und Kunden so, als wären sie unsere Freunde.“ Junge Leute können sich bei den Beratungszentren etwa über Kontoführung, Sparpläne oder Vermögensaufbau informieren – oftmals am Telefon oder mit Videocalls. „Es gibt ja kaum noch jemanden, der nicht weiß, wie man mit Skype oder Teams umgeht“, sagt Lehnemann. Häufig geht es nach Angaben des Kreditinstituts allerdings darum, wie Verbraucherinnen und Verbraucher aus dem Minus auf dem Konto herauskämen. Zahlreiche jüngere Menschen hätten Defizite beim Finanzwissen, sagt Lehnemann bedauernd. Die Sparkasse versucht, dem etwa mit Seminaren und Informationsvideos im Internet entgegenzuwirken. Obwohl diese Generation mit dem Internet und der Onlinekommunikation bestens vertraut ist, finden die Beratungstermine oftmals in den Räumen des „Beratungszentrums Direkt“ statt. Solche Gespräche bei der Sparkasse sind nach Terminvereinbarung möglich. Dass die Sparkasse Hannover sich verstärkt um junge Erwachsene bemüht, hängt auch mit der sogenannten Badewannenkurve zusammen. Damit ist eine Grafik gemeint, die die Marktanteile von Sparkassen je nach Alter der Kundschaft wiedergibt – mit hohen Anteilen bei Kindern und Jugendlichen sowie Älteren, aber geringeren bei den Altersgruppen dazwischen. An den Enden ist die Linie also höher als in der Mitte. Kinder und Jugendliche haben ihr Konto oft noch bei einer Sparkasse, doch später wechselt ein erheblicher Teil von ihnen zu einer Direktbank. Dabei dürften auch die Kontogebühren eine Rolle spielen, die für Erwachsene bei der Sparkasse fällig werden. Das hannoversche Institut weist aber darauf hin, dass die Gebühren in der Regel nicht mehr ausschlaggebend seien, wenn die Kundschaft Beratungen in Anspruch genommen habe und ihr die Leistungen der Sparkasse bewusst seien. Mit der speziellen Beratung erziele die Sparkasse Erfolge, betont Lehnemann. Die Zahl der jungen Erwachsenen, die ihr Konto bei der Sparkasse kündigten, sei deutlich gesunken.

porta

Heiße Preise

BIS ZU 70% reduziert in vielen Abteilungen

Zwischenverkäufe vorbehalten

Knallt ganz schön:
Sommerschlussverkauf bei porta.

20% AUF ALLE MÖBEL ohne Wenn und Aber *

Nur gültig im Einrichtungshaus.

EXKLUSIV FÜR DICH

KNALLER PREIS

UVP 24,99 je 12,99 FEDER-KOPFKISSEN

Bei diesem Aktionsangebot ist der Rabatt bereits berücksichtigt. Abholpreis, nur solange der Vorrat reicht.

DEUTSCHES INSTITUT FÜR SERVICE-QUALITÄT GmbH & Co. KG

1. PLATZ

Testsieger Möbelhäuser Service

TEST Mai 2024 14 Anbieter

www.disq.de Privatwirtschaftliches Institut

KOPFKISSEN, 80x80 cm, Füllung: 1000 g, 100% Federn, Bezug: 100% Baumwolle 0722689.00

30916 Hannover/Altwarmbüchen • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Hannover • BAB-Abfahrt Lahe/Altwarmbüchen • Opelstraße 9 Tel.: 0511 47566-0 | 30880 Hannover/Laatzen • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Laatzen • Lüneburger Straße 3 Telefon: 05102 7361-0 Öffnungszeiten: Mo-Sa 10-19 Uhr

* Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen. Gilt nur für Neukäufe und gegen Vorlage des Coupons bis 13.07.2024.

DVD-TIPPS

ATEMBERAUBENDE KAMPFSZENEN UND GIGANTISCHE SPECIAL-EFFECTS

Der epische Kampf der Titanen geht weiter im Heimkino! Nach dem Megaerfolg „Godzilla vs. Kong“ präsentiert Regisseur Adam Wingard ein brandneues Action-Spektakel aus dem MonsterVerse. Zum Inhalt: Gemeinsam kämpfen oder vom Aussterben bedroht sein! In diesem explosiven und actiongeladenen Abenteuer dringt Kong auf der Suche nach seinen Artgenossen tief in die unentdeckten Schichten der Hohlerde ein. Was er dort findet, entfesselt unbeabsichtigt die tödlichste Bedrohung, die die Menschheit jemals gesehen hat – eine Gefahr, die nur die vereinten und immer gewaltiger werdenden Kräfte von Kong und Godzilla abwehren können. Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).

DER GRUELSPAß FÜR DIE GANZE FAMILIE

Tammi ist genervt. Statt nach Formentera, von wo sie ihren Followern schon traumhafte Fotos versprochen hat, muss sie mit Mutter Simone zur Beerdigung des ihr völlig fremden Opas Jackel irgendwo in die Pampa, inklusive Kennenlernen von Tante Britta und deren Kindern. In dem total uncoolen Freizeitpark gibt es nicht mal Handy-Empfang und mit Cousin Umbo nebst Cousine Keks kann sie wenig bis nichts anfangen. Doch dann erwachen bei einem Gewitter drei abgehalfterte Geisterbahnfiguren zum Leben: Hexe, Riese und Rumpelstilzchen. Hervorragende Verbündete für ein ordentliches Chaos, glaubt Tammi, um endlich aus dieser Einöde zu entkommen. Nur leider hat sie die Rechnung ohne die Familie und den Eigensinn der Geister gemacht. Plötzlich wollen alle den Freizeitpark übernehmen... Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).



Raus ins Grüne

GEFÜHRTE TOUREN in Hannover und der Region machen den Tagesausflug zum besonderen Erlebnis

HANNOVER. Bei einer Tour durchs Grüne lässt es sich wunderbar entspannen. Und wenn man dabei auch noch Musik genießen, heilsame Pflanzen kennenlernen oder spannende Tiere entdecken kann, wird daraus ein ganz besonderes Erlebnis. In der Stadt sowie in der Region Hannover warten zahlreiche Angebote, die unter fachkundiger Führung den Tagesausflug zu etwas Besonderem machen. ► Das Team des Schulbiologiezentrums Hannover, Vinnhorster Weg 2, lädt am Sonntag, 7. Juli, ab 10.30 Uhr zu einem Vortrag in der Apothekegarten ein, in dem es unter anderem um Naturmedizin geht. Ina Bartels und Verena Bedenik thematisieren Phytopharmaka, Homöopathie, Anthroposophie und Bachblüten. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und der Eintritt ist frei. ► Mit dem Veranstalter NaTour-Wissen geht es am Sonntag, 7. Juli, ab 14 Uhr auf einen Rundgang zu den vielfältigen Naturstein-Fassaden in der Innenstadt. Am 13. Juli führt ab 15 Uhr die Tour „Aussichtshügel und Expo-Projekt“ zum Kronsberg bei Bemerode und geht dabei auf Siedlung, Kalkmagerrasen und Erdölpumpen ein. Die Teilnahme kostet 15 Euro, ermäßigt 12 Euro, eine Anmeldung für alle Termine ist auf natourwissen.de möglich. ► Auch die Waldstation Eilenriede, Kleestraße 81, bietet naturkundliche Erkundungen an. Für Kinder von sechs bis zwölf Jahren steht der Workshop „Keschern am Teich“ auf dem Programm am Mittwoch, 10. und 24. Juli, jeweils von 13 bis 15 Uhr. Es geht – je nach Wetterlage – ins das Tierreich im Wasser oder im Waldboden. Die Teilnehmerspendenanzahl ist begrenzt und eine Anmeldung per E-Mail an waldstation@hannover-stadt.de (mit Angabe von Adresse und Telefonnummer) erforderlich. ► Ebenfalls an der Waldstation startet eine familienfreundliche Einführung in die geheimnisvolle Welt der Fledermäuse. Fledermausexperte Bernd Rose und Nabu-Jugendwart Hans-Jürgen Sessner zeigen am Freitag, 12. Juli, von 20.30 bis 22 Uhr die heimischen Fledermausarten bei ihren Jagdflügen in der Dämmerung und Dunkelheit und vermitteln dabei Wissen auf unterhaltsame Art. Die Teilnahme kostet pro Person 3 Euro, eine Anmeldung ist erforderlich per E-Mail an waldstation@hannover-stadt.de unter Angabe von Adresse und Telefonnummer.

RAUF AUFS RAD

► Das Neue Ensemble bittet zum Fahrrad-Konzert am Sonntag, 7. Juli, ab 14.30 Uhr. Mit Guides, die unterwegs mit Geschichte und Geschichten unterhalten, geht es an drei ausgewählte Orte in Hannover, an denen dann musikalische Darbietungen zu erleben sind. Auf dem Programm stehen Ständchen für Kurt Schwitters, Arnold Schönberg und Sophie Charlotte sowie ein Mitmach-Ständchen für den Nachbarn. Start der Tour ist am Ernst-August-Platz, eine Buchung muss vorab erfolgen. Tickets gibt es online für 25 Euro, für Kinder bis 14 Jahren und Studierende ermäßigt 18 Euro auf visit-hannover.com. ► Über die gleiche Internetseite können auch geführte Radtouren durchs grüne Hannover gebucht werden. Die nächsten Termine sind am 6. und am 27. Juli, jeweils von 14 bis 17.15 Uhr. Bei Bedarf können Leihfahrräder vermittelt werden.

REGION ENTDECKEN

► Eine Entdeckungsreise mit Schatzsuche wartet am Montag,



In der Natur gibt es viel zu entdecken. Geführte Touren rund um das grüne Hannover vermitteln dabei Unterhaltsames und Wissenswertes. Symbolfoto: Jake Melara / Unsplash

8. Juli, im Klosterwald Loccum auf Familien. Der Klosterwald mit seinem alten Baumbestand und den verschiedenen Wasserflächen ist ein wahrer Genuss bei heißen Sommertemperaturen. Treffpunkt für die Teilnehmenden ist am Eingang Torbogen Kloster Loccum, Am Markt 18. Anmeldungen nimmt das Team des Naturparks Steinhuder Meer per E-Mail an anmeldung@naturpark-steinhuder-meer.de entgegen. Die Teilnahme kostet pro Person 5 Euro, ermäßigt 3 Euro. ► Wie gelingt der nachhaltige Anbau von Blaubeeren auf Flächen, die gleichzeitig Bienen

tes Moor geht es immer freitags von 10 bis 12 Uhr bis zum 18. Oktober. Moore sind beeindruckende Lebensräume. Die Teilnehmenden lernen etwas über die „Spezialisten“ Torfmoos, Sonnentau und Wollgras und erleben die für Pflanzen, Tiere und Klima bedeutende Landschaft. Treffpunkt ist die Alte Moorhütte (Parkplatz 11, Nähe Bushaltestelle, 31535 Neustadt-Marldorf). Anmeldungen nimmt das Naturparkteam per E-Mail an anmeldung@naturpark-steinhuder-meer.de entgegen. Die Teilnahme kostet pro Person 5 Euro, ermäßigt 3 Euro. ► Wie gelingt der nachhaltige Anbau von Blaubeeren auf Flächen, die gleichzeitig Bienen

und anderen Insekten einen Lebensraum bieten? Das erfahren die Gäste beim rund einstündigen Spaziergang mit Blick hinter die Kulissen des Bickbeernhofs in Brokeloh, Brokeloher Hauptstraße 37, am Donnerstag, 11. Juli, ab 14.30 Uhr. Die Führung ist kostenlos. Im Anschluss besteht gegen Entgelt die Möglichkeit im Hofladen einzukaufen, im Café Blaubeer-Spezialitäten zu genießen oder selbst Bickbeeren zu pflücken. Eine Anmeldung ist erforderlich und kann während der Büro-Öffnungszeiten mittwochs bis sonntags unter Telefon (05033) 939134 oder per E-Mail an anmeldung@naturpark-steinhuder-meer.de erfolgen. **R/HR**

Schatzsuche im Sea Life

HANNOVER. Ahoi, Piraten Nachwuchs! Im Sea Life Hannover geht es im ganzen Monat Juli auf große Entdeckungstour, denn Kapitän Haizahn hat doch tatsächlich seinen Schatz verloren. Seine Mannschaft ist darüber nicht besonders erfreut. Nun ist der Freibeuter auf der Suche nach seiner verstreuten Beute. Kleine und große Gäste sind herzlich dazu eingeladen, dem tollpatschigen Kapitän zu helfen. Wer kann alle Teile des Schatzes finden, alle Rätsel lösen und am Ende vielleicht sogar selbst Beute machen? Unter dem Piraten-Motto dreht sich im Sommer alles um die Freibeuter der Meere mit zahlreichen Aktivitäten für die ganze Familie, darunter Aktionen wie Kinderschminken und Ballonschwärz-Basteln. Auf dem Weg durch die Meeres-Welten des Sea Life lässt sich nicht nur die Piratenschatzkarte ausfüllen, sondern ganz nebenbei auch Spannendes zu den Ozean-Lebewesen erfahren.

Das Sea Life, Herrenhäuser Straße 4a, ist im Juli täglich von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Garantierten Einlass gibt es nur mit Onlinetickets, die vorab gekauft werden müssen. Bitte beachten: Die Mit-

nahme von Bollerwagen, Buggys und Fahrradanhängern ist an Wochenenden und in den Ferien nicht erlaubt. **R/HR**

► [visitsealife.com/hannover](https://www.visitsealife.com/hannover)

Im Sea Life wartet ein Piraten-Schatz auf abenteuerlustige Landratten. Foto: Sea Life

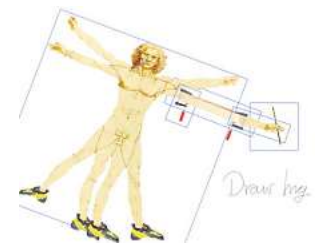


Kunst & Künstliches

HANNOVER. Welche Rolle spielt Autorschaft in der Kunst, wenn Maschinen einen Teil der Arbeit übernehmen? Diesen und anderen Fragen nach dem maschinellen Willen und der (Re-)Produktion von Kunst geht die Ausstellung „Draw Ing.“ nach. Noch bis zum 14. Juli zeigt der Kunstraum j3fm, Kollenrodtstraße 58, im Rahmen eines Seminars entstandene Zeichenmaschinen von Studierenden der Fakultät für Architektur und Landschaft an der Leibniz Universität Hannover. Die Arbeiten stammen von Breezie Allwright, Clemens Barther, Vanessa Behnsen, Ole Brederlau, Carolin Buhk, Jakob Lück, Michèle Tsetsegee und Ruiwen Zhang. Im Kontext des Hypes um sogenannte Künstliche Intelligenz werden darin Themen der Kunst und Kunstproduktion vor dem Hintergrund eines wenig beachteten Pfades der Mechanisierung neu verhandelt. In der Praxis sieht das dann so aus, dass zum Bei-

spiel kreiselnde Maschinen die Stifte zu Papier bringen und – mal bunt, mal schwarz – ring- und kreisförmige Figuren erschaffen. Aber tun sie es wirklich, und welche Rolle spielt der Mensch, der sie baut und bedient? Zwischen Konstruktionen, die oft mit der Einfachheit ihrer Materialien bestechen, lässt sich so manches Gedankenspiel entspinnen.

Die Galerie j3fm ist Freitag von 19 bis 20.30 Uhr sowie Sonntag von 14 bis 16 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei. **R/HR**



„Draw Ing.“: Zeichenmaschinen und Maschinenzzeichnungen Grafik: j3fm

Hamburger Elektro-Trio

HANNOVER. Beim Ruby Tuesday im Café Glocksee, Glockseestraße 35, sind am 9. Juli ab 21.15 Uhr (Einlass: 20 Uhr) Loop Machine aus Hamburg zu Gast. Der Sound des Trios vereint elektronische Sequenzen, Samples und akustische Instrumente zu tanzbaren Beats und Songstrukturen. Die Atmosphäre ihres neuen Albums „Night Mode“ spiegelt den Puls der Clubs in den Metropolen wider. Pulsierende, driftende Techno-Beats tragen verspielte Synth-Lines und Arpeggios. Der Eintritt zum Konzert ist frei. **RED**

Wissenswert: Science Slam

HANNOVER. Ein Hoch auf die Wissenschaft! Dass diese nicht nur uns alle etwas angeht, sondern auch richtig unterhaltsam sein kann, beweist der Science Slam am Freitag, 12. Juli, im Schloss Herrenhausen, Herrenhäuser Straße 5. Unter dem Motto „We love Science!“ präsentieren ab 18 Uhr kluge Köpfe ihre Forschungsprojekte für ein fachfremdes Publikum. Moderiert von Slam-Profi Jan Sedelies, dreht sich beim diesjährigen Science Slam der Volkswagenstiftung in den unterhaltsamen Kurzvorträgen alles um die Themenbereiche Klima, Umwelt und Energie. Das Publikum kürt am Ende den besten Vortrag mit kräftigem Applaus. Zum Abschluss treffen sich Publikum und Slammer auf der Dachterrasse des Schlosses zu einer kleinen Sommerparty mit herrlichem Blick über den Großen Garten. Der Eintritt ist frei. Den Livestream gibt es auf volkswagenstiftung.de. **R/HR**

Junge Wortwolken

HANNOVER. Das Ferienprogramm „Wortwolken“ für alle ab zehn Jahren findet vom 9. bis 11. Juli jeweils von 10 bis 15 Uhr im Kultur-Rathaus Vinnhorst, Vinnhorster Rathausplatz 1, statt. Es geht um Freude an kreative Wortkreationen, das Üben von freiem Vortrag und das Entwickeln eigener kleiner Texte. Die Teilnahme an dem dreitägigen Kurs kostet 12 Euro, mit Feriencard 9 Euro, mit Aktivpass frei. Anmeldung erforderlich! **RED**

► [Infos: kultur-in-vinnhorst.de](https://www.kultur-in-vinnhorst.de)

Nickes & Boh im Kulturpalast

HANNOVER. Party, Pöbel und Parolen: Nickes und Boh aus Hannover liefern ein Rap-Brett zum Mitgröhlen am Sonnabend, 6. Juli, ab 20 Uhr im Kulturpalast, Deisterstraße 24. „Am Block“ steht in den Startlöchern und möchte gefeiert werden – das zweite Album der Crew beflügelt durch Boombap Sound gemischt mit Up-Tempo Songs. Der Eintritt kostet an der Abendkasse 12 Euro. **RED**



LIZZ WRIGHT
10. März 2025 | Kulturzentrum Pavillon

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Felipe Baldomir
28. August 2024: Lux

Anka Zink
29. August 2024: TamTam Mühlenberg

LEA
04. September 2024: Swiss Life Hall

Ronan Keating
05. September 2024: Gilde Parkbühne

Julio - 20 Jahre „Es Ist Juli“ Live
06. September 2024: Capitol

The Tips
07. September 2024: Faust - Mephisto

King Dude
09. September 2024: Lux

Engin - Mesafeler Tour 2024
11. September 2024: Faust - Mephisto

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

Umsonst & draußen: die Jazz Matineen Langenhagen

HANNOVER/LANGENHAGEN. Freunde des Jazz und Swing können sich zum 33. Mal auf ein abwechslungsreiches Programm des Cultour & Co. e.V. freuen. Im idyllischen Innenhof des Rathauses Langenhagen am Marktplatz treten vom 7. Juli bis 25. August an acht aufeinander folgenden Sonntagen nationale und internationale Top-Acts auf. Los geht es bei den Jazz Matineen Langenhagen immer um 11 Uhr. Dabei sein lohnt sich, denn der Vorsitzende des Vereins, Horst-Dieter Soltau, hat gemeinsam mit seinem Team wieder großartige Künstler für sein

Publikum buchen können. Nicht umsonst zieht dieses Event jährlich rund 5.000 Besucher an. In diesem Jahr starten die Jazz Matineen am 7.7. mit den Sundown Skiffers aus Bremerhaven. Sie präsentieren neben traditionellen Skiffle-Stücken bekannte Oldies der 60er und 70er Jahre auch in plattdeutscher Sprache, musikalisch neu definiert, druckvoll mit Waschbrett, Piano, Gitarre, E-Bass und mehrstimmigem Gesang. Am 14.7. wird dann Jackpot auf der Bühne stehen. Das Kult-Orchester aus Dresden lässt sich in keine Schublade stecken. Seit 1995 gibt es die Band

und seitdem sind sie in den verschiedensten Genres zu Hause, von Dixie bis zu Klassikern der 70/80er Jahre ist alles mit dabei. International wird es am 21.7., wenn die Metropolitan Jazzband & Eva Emingerová zu Gast in Langenhagen sind. Die Band besticht durch perfekt arrangierte Bläusersätze; Vorbilder sind die schwarzen Jazzmusiker der 30er Jahre wie Louis Armstrong, Duke Ellington, Joe King Oliver oder Jonny Hodges. Aus Ungarn kommt am 28.7. das Don Lázi Swingtet. Trompeter und Sänger Don Lázi gilt als der ungarische Godfather des Swing und ist gemeinsam mit seiner Band immer ein Garant für erstklassige Unterhaltung.

Im August geht es am 4.8. weiter mit der Old Metropolitan Band & Ela Kulpa aus Polen. Die 1968 in Krakau gegründete Band spielt Standards des traditionellen Jazz und eigene Kompositionen und konnte schon mehrfach bei den Jazz Matineen das Publikum begeistern. Da an diesem Sonntag rund um den Marktplatz die Blaulichtmeile Langenhagen stattfindet, wird es ausnahmsweise ab 15 Uhr noch eine zweite Live-Band auf der Bühne im Innenhof des Rathauses geben. Die Hannoveraner von Frisco Five übernehmen diesen Part und spielen Klassiker aus Jazz und Swing. Der nächste Sonntagvormittag, also der 11.8., gehört dann ganz The Sazerac Swingers & Emily Rault. „Die Tanzfläche ist eröffnet“ – mit diesen Worten starten The Sazerac Swingers in jedes Konzert. Sie zeigen sofort, worum es ihnen geht: „Put the Jazz back in Jazz“ war nicht nur der Titel eines ihrer Alben; es ist ihre Mission, Jazzmusik zu ihren Wurzeln zurückzuführen, als Jazz noch reine Tanz- und Partymusik war. Exzessive Jazzparties mit dem Publikum sind das erklärte Ziel. Eine weitere Partyband steht am 18.8. auf der Bühne. Brazzo Brazzone & The World Brass Ensemble aus Hannover sind ebenfalls bekannt für brodelnde Partystimmung bei ihren Auftritten. Das Abschlusskonzert der diesjährigen Jazzmatineen bestreiten dann am 25.8. die Jazz Connection & Angela van Rijthoven aus Breda. Das Ensemble gilt als Nummer 1 Jumpin' Jive Band der Niederlande und wird für einen würdigen Ausklang sorgen.



Die Sundown Skiffers eröffnen die Jazz Matineen am 7. Juli.

Foto: privat

Stadtmagazin für Hannover
magaScene



Brazzo Brazzone stehen am 18. August auf der Bühne.

Foto: Isabelle Hannemann

„Den Tagen mehr Leben geben“

20 Jahre ehrenamtlicher Hospizdienst der Johanniter

HANNOVER. Im Ehrenamtszentrum in Hannover-Linden kamen ehren- und hauptamtliche Mitarbeitende, Kooperationspartner und weitere Gäste zum einem Festakt zusammen. „Ihr seid eine große Unterstützung für Sterbende und ihre Angehörigen – und für uns sowieso“, so Anika Jagodzinski zu den Ehrenamtlichen des ambulanten Hospizdienstes der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. (JUH) in Hannover. Gemeinsam mit Kollegin Jasmin Heinecke koordiniert sie das rund 40-köpfige Team, von denen viele zum Festakt gekommen waren. Die Ehrenamtlichen begleiten schwer Kranke und sterbende Menschen auf ihrem letzten Weg und spenden Trost. Raum lassen sie dabei für alle Gedanken und Gefühle – die guten wie die schlechten und die ambivalenten.

Michaela Michalowitz drückte als stellvertretende Regionspräsidentin ihre Wertschätzung aus. „Sie geben Kraft!“, sagte sie an die Engagierten gerichtet. „Durch Ihr Wirken verlieren die Gedanken ans Sterben einen Teil ihres Schreckens.“ Sie wünschte sich, dass das noch breiter in die Gesellschaft hinein wirke. Denn

noch immer sind Tod und Sterben mit Tabus belegt. Die Hospizbegleiterinnen und -begleiter wollen dem entgegenwirken. Johanna Schmidkunz gratulierte im Namen des Hospiz- und Palliativverbands Niedersachsen e. V. (HPVN) und erinnerte an den Grundgedanken der Hospizbewegung: „Den Tagen mehr Leben geben, nicht dem Leben mehr Tage.“ Das tun die Ehrenamtlichen mit Gesprächen oder Aktivitäten, indem sie letzte Wünsche erfüllen und oft einfach da sind. Auch bei der palliativen Pflege unterstützen sie.

Den hohen Stellenwert der ehrenamtlichen Sterbebegleitung für die JUH betonte Regionalvorstand Dr. Robin Schwerdtfeger: „Hospizarbeit ist satzungsgemäße Aufgabe der Johanniter, aber sie ist noch viel mehr: ein Akt der Nächstenliebe und als solcher fundamentaler Bestandteil unseres Selbstverständnisses.“ Er überreichte den Jasmin Heinecke und Anika Jagodzinski Blumen und drückte seine Anerkennung für das gesamte Team aus.

Um Liebe geht es auch für Mathias Winkler, der seit 2005 ehrenamtlicher Hospizbegleiter

ist. „Es ist ein Liebesdienst, den wir tun“, sagte er und berichtete von Begegnungen, die ihn besonders berührt haben: Von einem Herren, der seinen „letzten Gang“ durch den Garten machte, um noch einmal das dort wachsende Obst zu betrachten. Oder von einem schwer Kranken, dessen Hand Matthias Winkler hielt und fragte: „Hat der Herr sich schon gemeldet?“ Die Antwort lautete: „Er hat sein Zelt schon über mich gespannt.“

Für heitere Stimmung sorgten im Anschluss „Die bösen Schwwestern“ mit Liedern und Witzen über Krankheiten, Eierkörper, Schrumplhaut und das Leben im Altersheim. Bei guten Gesprächen ließen die Gäste den Nachmittag ausklingen, teilten Erinnerungen an die letzten 20 Jahre und schmiedeten Pläne für die Zukunft.



JOHANNITER

www.johanniter.de/hannover

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



Glückwunsch zu 20 Jahren ehrenamtlicher Hospizdienst der Johanniter: Hospiz-Koordinatorinnen Anika Jagodzinski (von links) und Jasmin Heinecke sowie Johanniter-Regionalvorstand Dr. Robin Schwerdtfeger.
Foto: Johanniter/Janna Schielke

Schnelles Netz für Hannover Hainholz

Glasfaser bietet viele Vorteile

Aktuell sind die Arbeiten zur Erweiterung des hochmodernen Glasfaser-Netzes in Hannover Hainholz in vollem Gang. Damit können 4.981 Haushalte und Unternehmen einen direkten Glasfaser-Anschluss bis in die Wohn- oder Geschäftsräume erhalten. Die Verlegung der Anschlüsse wird im Auftrag der Telekom durchgeführt.

Schnell sein lohnt sich

Wer jetzt einen Glasfaser-Tarif bei der Telekom beauftragt, bekommt den Glasfaser-Hausanschluss kostenlos und spart damit 799,95€! Sie gehören dann zu den Ersten, die an das schnelle neue Netz angeschlossen werden. Ein Internetzugang über Glasfaser bietet eine sehr schnelle und stabile Verbindung, auch wenn viele gleichzeitig im Netz sind. Das bedeutet grenzenloses Surf-Vergnügen, z.B. für

- **Freizeit und Spaß:** Musik- und Videostreaming, digitales Fernsehen und Gaming
- **Home-Office und Home-Schooling:** Video-Konferenzen und schneller Zugriff auf Web-basierte Anwendungen
- **Komfort und Sicherheit:** Steuerung von Heizung, Licht und vielem mehr

Und so einfach geht der Wechsel

Eine kurze Online-Abfrage über telekom.de/glasfaser zeigt, ob Ihre Adresse im Ausbaugebiet liegt. Gehört sie dazu, können Sie den Glasfaser-Tarif mit der gewünschten Geschwindigkeit buchen. Alles weitere erledigt die Telekom. Sofern Sie zur Miete wohnen, kontaktiert die Telekom ihre Vermieter*in, um das Einverständnis für die Verlegung des Glasfaser-Anschlusses einzuholen. Gut zu wissen: Preislich unterscheiden sich die Glasfaser-Tarife nicht von den DSL Internet-Tarifen der Telekom. Es gilt: gleiche Geschwindigkeit, gleicher Preis. Dabei profitieren Sie mit Glasfaser von einer besseren Leistung Ihres Anschlusses.



Der Wechsel von einem anderen Anbieter zur Telekom ist mit dem kostenfreien Wechsel-Service sehr einfach möglich. Die Telekom führt die Kündigung beim bisherigen Anbieter durch und stellt Ihren Anschluss zeitgerecht um.

Glasfaser für Unternehmen

Auch für Unternehmen ist Glasfaser sehr attraktiv, da Mitarbeiter*innen, Fahrzeuge und Anwendungen immer stärker miteinander vernetzt werden. Glasfaser bietet für aktuelle und kommende Geschäftsanwendungen, wie z.B. Anwendungen mit künstlicher Intelligenz, eine leistungsstarke und belastbare Netzanbindung.

Ihre Adresse ist noch nicht dabei?

Falls Sie an Ihrer Adresse noch keinen Glasfaser-Tarif buchen können, registrieren sie sich kostenlos auf telekom.de/glasfaser als Interessent*in. Sie werden benachrichtigt, sobald der Ausbau in Ihrem Adressengebiet geplant ist. Mit der Registrierung zeigen Sie den Bedarf nach

Glasfaser-Anschlüssen an Ihrem Ort auf und tragen damit zu einer möglichen Priorisierung beim weiteren Ausbau bei.

Glasfaser punktet bei Nachhaltigkeit

Die Telekom betreibt ihr Netz mit 100% Strom aus erneuerbaren Energien. Glasfaser ermöglicht gemäß einer Studie des Umweltbundesamtes eine besonders energiesparsame Übertragung von Daten, z.B. für Videostreaming.

Berater*in vor Ort

Im Ausbaugebiet ist ein Berater*in im Auftrag der Telekom unterwegs und ermöglicht Ihnen eine bequeme und sachkundige Beratung zu Hause. Die Kundenberater*innen können sich mit einem Dienstausweis legitimieren. Für Fragen zur Autorisierung steht die kostenlose Service-Nummer 0800 3309765 zur Verfügung.

QR-Code scannen,
um weitere Infos zu erhalten.



Wir sind für Sie da

Die Telekom berät Sie gerne telefonisch und in den Shops vor Ort zu allen Fragen rund um den Glasfaser-Anschluss.

- Telefon kostenlos unter **0800 22 66 100** (Privatkunden), **0800 33 01300** (Geschäftskunden)
- Shop: Telekom Shop, Bahnhofstr. 3, 30159 Hannover

- Webseite: telekom.de/glasfaser



Connecting
your world.



Glasfaser-Ausbaugebiet der Telekom in Hannover Hainholz

*Die Aktion gilt bis 30.09.2024 für Breitband-Neukunden, die in den letzten 3 Monaten keinen Breitbandanschluss bei der Telekom hatten. Glasfaser 300 kostet in den ersten 6 Monaten 19,95 €/Monat. Danach kostet Glasfaser 300 49,95 €/Monat. Bei Miete eines Routers im Endgeräte-Service-Paket (i. H. v. 7,95 €/Monat) erfolgt eine Router-Gutschrift i. H. v. 70 €. Hardware zzgl. 6,95 € Versandkosten. Der einmalige Bereitstellungspreis für einen neuen Telefonanschluss beträgt 69,95 €. Die Mindestvertragslaufzeit für Glasfaser 300 beträgt 24 Monate, für Hardware jeweils 12 Monate. Für die Bereitstellung von Glasfaser 300 ist ein Glasfaser-Hausanschluss erforderlich. Sofern noch nicht vorhanden, wird dieser bei einer verbindlichen Buchung des Tarifs Glasfaser 300 kostenfrei neu verlegt, vorausgesetzt, die Anschlussadresse für den Tarif ist mit der Adresse des mit Glasfaser anzuschließenden Gebäudes identisch. Die Bereitstellung erfolgt, wenn Hauseigentümer/Hausverwaltung dem Ausbau zustimmen und die finale Prüfung den Ausbau bestätigt. Durch Eingabe einer Adresse auf der Internetseite telekom.de/glasfaser kann geprüft werden, ob diese in einem Glasfaser-Ausbaugebiet der Deutschen Telekom liegt.
11.18.2021_000024

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Sparen Sie lieber mehr mit Kritik als mit Lob. Sie wissen zwar vieles besser, sollten sich anderen Ideen gegenüber jedoch nicht verschließen.

STIER 21.4.–20.5.
Träumen erlaubt! Malen Sie sich ruhig einmal aus, was Sie in Zukunft erreichen wollen. Je realistischer Ihre Vorstellungen sind, desto besser.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Pläne, die ins Auge gefasst wurden, sollten Sie vorsichtshalber noch einmal besonders sorgfältig auf deren Realisierbarkeit hin durcharbeiten.

KREBS 22.6.–22.7.
Seien Sie nicht traurig, wenn sich noch nicht der erträumte Weg abzeichnet. Pflegen und genießen Sie Ihre Freundschaften und gehen Sie hinaus.

LÖWE 23.7.–23.8.
Die Reaktionen auf Ihre Äußerungen könnten unterschiedlicher nicht sein. Mit Ihren Worten scheinen Sie mitten ins Schwarze getroffen zu haben.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Sie laufen Gefahr, sich im Ton zu vergreifen, also lieber zurückhalten. Was jüngst noch als problematisch empfunden wurde, verliert an Gewicht.

WAAGE 24.9.–23.10.
Ein Missverständnis könnte eine Verbindung gefährden. Bewahren Sie bei aufkommender Hektik Ihre Ruhe, greifen Sie notfalls nur schlichtend ein.

SKORPION 24.10.–22.11.
Mit Beständigkeit erreichen Sie jetzt viel. Schalten Sie in Sachen Freizeit einfach einmal das Gedankenkarussell ab. So lässt es sich genießen.

SCHUTZE 23.11.–21.12.
Mit Spannungen muss gerechnet werden. Zum Kräfteremessen eine denkbar ungünstige Zeit. Kompromissbereitschaft erleichtert jetzt vielen das Leben.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Nichts hält Sie zu Hause, Sie benötigen dringend einen Tapeetenwechsel. Ein spontaner Ausflug sorgt für Abwechslung und gibt Ihnen neue Impulse.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Sie tendieren zu Irrtümern und Illusionen. Bedenken Sie jedoch: Nur dort, wo Sie sich Klarheit verschaffen, sind die Konsequenzen überschaubar.

APOTHEKEN

SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

- Ahlemer Kronen Apotheke,** Tel. 482400, Richard-Lattorf-Str. 51
- Marien-Apotheke,** Tel. 3534070, Marienstr. 55
- Noltmeyer-Apotheke,** Tel. 6476789, Podbielskistr. 315

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

- Lentz-Apotheke,** Tel. 559988, Kirchröder Str. 89/90
- Sophien-Apotheke,** Tel. 69095533, Adolf-Emmelmann-Str. 5
- Tresckow-Apotheke,** Tel. 466010, Tresckowstr. 187
- Apotheke Alt-Laatzen,** Tel. 21375673, Hildesheimer Str. 71

GEWINNRÄTSEL

eine Wahl	eine Jacke	ein Werk Heines (... Troll')	Großmütter	gekochter Obstbrei	Zuckerrohrschnaps	ganz, sehr	Neuigkeiten (engl.)	Segeltau	US-Schauspieler	Gewichteinheit (Abk.)							
							Vorname der Derek	9	hebräisch: Nichtjude								
Konzentrationsübung		Nachterlebnis		3	unwahrscheinlich				7								
			Initialen Stallones		Bodenabtrag durch Wasser	5				englische Verneinung							
		1															
agieren		Initialen Astairs						englischer Gasthof	königlich								
englisch: von, aus								Geräusch	wertneutrale Zahl								
	8																
Feuerlandindianer	germanische Götterbotin	Hirnstromkurvenmesser	tiefe Wasserstelle	Figur aus Andersens Märchen	Halbton unter G	lateinisch: Recht	Fremdwortteil: halb	modern	deutsche TV-Anstalt (Abk.)	Initialen des Autors Ambler							
Naturwissenschaft						4	unwirklich										
Fremdwortteil: neu			Ruf, Ansehen	2				6	Welt-raum								
angriffslustig					10			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Länger im Blick bleiben:

Hier Ihre Anzeige buchen auf www.wochenblaetter.de

Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Atemberaubende Kampfszenen und gigantische Special-Effects – „Godzilla x Kong: The New Empire“ / Der Gruselspaß für die ganze Familie – „Spuk unterm Riesenrad“. Auf eifrige Rätselfreunde warten jeweils 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. Juli, 17 Uhr, eingehen, nehmen teil.



LEBENSHILFE

Drogenberatungsstelle	70 14 60	Selbsthilfegruppen (Kontaktstelle)	66 65 67
Drogenberatung Neues Land	33 61 17 30	Krisenberatung Mädchenhaus zwei 13	3 00 58 72
Alkohol- u. Medikamentenabhängige	70 03 10 90	Frauenhaus Hannover	66 44 77
Anonyme Alkoholiker	9 80 55 14	Frauen- und Kinderschutzhau	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

hallo
wochenende

LESERREISEN

Urlaubsreisen 2024

Ihr Reisepreis ab
€ 998
pro Person
im DZ

MIT
NEUEM
PROGRAMM!

Ihr Reisepreis ab
€ 989
pro Person
im DZ

Ihr Reisepreis ab
€ 1.289
pro Person
im DZ

Genießerurlaub am Fuße der Zugspitze

Herrliche Tiroler Bergwelt Berwangertal

Reisetermin 7-Tage-Reise/HP: Sa. 20.07. - Fr. 26.07.2024

Eines der landschaftlich schönsten Gebiete des nördlichen Alpenlandes ist die Gegend rund um die Zugspitze. Das Berwangertal hat schon seinen besonderen Zauber.

Leistungen:

- ✓ Transferfahrt im Komfortreisebus H/R Hannover
- ✓ Taxigutschein (Taxizone 1)
- ✓ 6 Übernachtungen im Komfortzimmer mit Frühstücksbuffet im Hotel Thaneller**** in Berwang-Rinnen
- ✓ 6 x 4-Gang-Abendessen mit Vorspeise, Salatbuffet und 3 Hauptgerichten zur Wahl sowie Dessert ✓ Begrüßungsschnaps
- ✓ Ausflug Linderhof, Oberammergau & Ettal mit Reiseleitung
- ✓ Ausflug Zugspitze & Garmisch-Partenkirchen
- ✓ 3-Pässe-Rundfahrt mit Reiseleitung
- ✓ Besichtigung Hausbrauerei Stadl-Bräu
- ✓ Musikabend im Hotel
- ✓ Benutzung der Saunalandschaft, Hallenbad, Dampfbad und Tepetarium im Hotel

Extrakosten pro Person:

EZ-Zuschlag.....€ 120

DZ zur Alleinbenutzung EZ.....€ 220

Eintritt und Führung Schloss Linderhof.....€ 13

Auffahrt auf die Zugspitze.....€ 55

Ausflug Schloss Neuschwanstein inkl. Eintritt und Führung.....€ 39

Fahrt mit dem Stadel-Express vor Ort zahlbar.....€ 10

Kurtaxe vor Ort zahlbar

Verwöhntage in Meran

Schöne Bergkulisse im Herzen Südtirols

Reisetermin 7-Tage-Reise/HP: So. 18.08. - Sa. 24.08.2024

GENIEßEN SIE DEN AUFENTHALT in der berühmten Kurstadt Meran, dem Herzstück Südtirols mit seinen herrlichen Promenaden und seiner zauberhaften Umgebung! Auf Grund seines milden und gesunden Klimas gilt Meran als einer der berühmtesten und beliebtesten Kurorte Europas. Freuen Sie sich auf erlebnisreiche Ausflüge in die Region!

Leistungen:

- ✓ Transferfahrt im Komfortreisebus H/R Hannover
- ✓ Taxigutschein (Taxizone 1)
- ✓ 6 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Alpotel Anatol**** in Meran
- ✓ 6 x 4-Gänge-Abendmenü mit reichhaltigen Salatbuffet
- ✓ Begrüßungstrunk
- ✓ Kulinarische Themenabende und Candle-Light-Dinner (i. R. d. HP)
- ✓ Nutzung des beheizten Außenpools (Saisonbedingt)
- ✓ Stadtführung durch Meran
- ✓ Weinstadt Bozen und Ritten mit Erdpyramide Klobenstein inklusive Reiseleitung
- ✓ Rundfahrt Große Dolomitenstraße & 2-Pässe-FahrtPordoi & Sella mit Reiseleitung
- ✓ Ausflug Haflinger Hochplateau mit Bergidylle Mölten & Etschtal Weindorf Terlan mit Reiseleitung
- ✓ 1 x Kaffee & Kuchen im Hotel

Extrakosten pro Person:

EZ-Zuschlag.....€ 180

Eintritt Gärten Schloss Trautmannsdorf.....€ 16

Weingut Schloss Tramitz mit Weinprobe Tag 2.....€ 20

Kurtaxe pro Tag vor Ort zahlbar!

Schweizer Dampfbahnromantik & Seenrundfahrt

Erlebniswelt Furka-Dampfbahn und Brienzer Rothornbahn

Reisetermin 6-Tage-Reise/HP: Mo. 19.08. - Sa. 24.08.2024

UNSERE NOSTALGIE-REISE IN DIE ANFÄNGE DER SCHWEIZER BERGBAHNEN. Atemberaubende Panoramen erwarten Sie auch auf den Alppässen, die Sie auf dem Weg zu den nostalgischen Bahnerlebnissen überqueren. Sie wohnen im eleganten Parkhotel/City Garden Hotel****Superior in Zug nur 400 m von der Seepromenade entfernt. Zimmer mit DU/WC, Fön, Schreibtisch, SAT-TV, Flachbildschirm, Safe, Heißwasserzubereitung mit Tee und Kaffee sowie kostenloses WLAN.

Leistungen: Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover ✓ Taxigutschein (Taxizone 1) ✓ 5 Ü-Frühstücksbuffet im Parkhotel/City Garden Hotel****Superior in Zug ✓ 5 x 3-Gang-Menü-Abendessen ✓ Inklusive Kurtaxe ✓ geführte Stadtbesichtigung Zug ✓ Rundfahrt Zugersee & Zuger Kirschtorte ✓ Große Seenschiffahrt Zugersee ca. 2,5 Std. ✓ Besuch in der Confitserie Speck inklusive Zuger Kirschtorten-Verkostung mit Kaffee ✓ Standseilbahnfahrt Zugerberg ✓ Ausflug Furka-Dampfbahn & Rhönegletscher ✓ Rundfahrt zum Vierwaldstätter See ✓ Fahrt mit der Furka Dampfbahn von Realp nach Oberwald ✓ Aufenthalt Aussichtspunkt Belvédère am Rhönegletscher ✓ Ausflug Berner Oberland mit Brienzer Rothorn-Dampfbahn / Berg- & Talfahrt Brienzer Rothorn-Dampfbahn auf das Brienzer Rothorn ab/bis Brienz am Brienzer See ✓ Panoramafahrt Sustenpass mit Fotostopp ✓ Besuch des berühmten Tell-Denkmal ✓ Ausflug nach Zürich & Maria Einsiedeln ✓ Aufenthalt in Zürich ✓ Besuch im Benediktiner Barockkloster Maria Einsiedeln

Extrakosten pro Person:

DZ zur Alleinbenutzung EZ.....€ 140

Stadtführung Zürich.....€ 35

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

3570301_002624

▶ WOHNUNGSMARKT GESUCHE



50% BEREITS
VERKAUFT

MUSTERHAUSERÖFFNUNG

BESICHTIGEN • KAUFEN • EINZIEHEN

KEINE BAUZINSEN | ECHT SCHLÜSSELFERTIG

Ihre Ansprechpartner für das Projekt
Tim Lohmann | M 0162 / 763 33 04
Christoph Wachholz | M 0176 / 640 30 906

werner-wohnbau.de

**WERNER
WOHNBAU**
... zum Glück!

10. JULI 2024
15 – 19 UHR

30519 HANNOVER-
SEELHORST
Friedhofsallee 4-8
(Haus 6)

Alleinst. ältere Dame sucht 2 Zi.-Whg., zw. 50- 55m², WM bis 580 €, gern in Garbsen/Berenbostel. 0176/25618740

Rentnerin sucht eine bezahlbare 1- 2 Zi.- Whg., gern auch möbliert ☎ (01 62) 5 99 25 34 oder ☎ (01 51) 75 04 42 10

Ich, weibl. 64J. 1.63m, su. eine bezahlbare 1-2Zi.-Whg., gern auch möbl., ☎ (01 52) 22 61 65 47

▶ EIGENTUMSWOHNUNGEN GESUCHE

Beamtin sucht ruhige 2 -3 Zimmer, Etagen- Whg., gerne DG, mit Balkon, in Hannover ☎ (01 77) 8 01 12 84

▶ BAUGRUNDSTÜCKE GESUCHE

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

▶ WOHNUNGSMARKT VERMIETUNG



Exklusiver Neubau - Wrringer Garten 1, 3, 5, u. 7 in Laatzen hell und großzügig geschnittene 2 - 3 Zimmer Wohnungen zwischen 50 - 100 m² zu mieten. Terrasse o. Balkon, offene Küche m. hochwertiger EBK, hell geflieste Duschbäder, Keller. Kommen Sie zu unser offenen Besichtigung am Samstag, den 13.07.2024 von 10 - 13 Uhr. Exposéeanfrage: t.kamprath@heinzvonheiden.de ☎ 05 11 - 7 28 43 18

Kühlungsborn/Ostsee 2 Zi FeWo noch Termine frei. ☎ 01 76 97 63 51 93

hallo

erscheint jeden Sonnabend/Sonntag

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

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

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

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Patrick Bludau

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

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

Leserbrief:
Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor. Alle vom Verlag gefertigten Entwürfe und Anzeigen sowie alle redaktionellen Texte und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung.

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

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

ADA
Auflagenkontrolle der Anzeigenblätter

BVDA

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

▶ VERANSTALTUNGEN ALLGEMEIN

SKAN-CLUB 60 plus

GOLDENE OSTSEEKÜSTE
Morada RESORT KÜHLUNGSBORN

8-Tage-Seniorenreisen

Direkt am Kühlungsborner Ostseestrand verwöhnt das MORADA Resort Kühlungsborn seine Gäste mit komfortabel ausgestatteten Zimmern, stilvollen gastronomischen Einrichtungen, Hallenbad, nostalgischer Lesecke, Einkaufspassage und vielem mehr.

LEISTUNGEN

- Fahrt im Nichtraucherfernreisebus mit WC
- 7 Übernachtungen in Zimmern mit Dusche, WC und Bademantel
- 7 x reichhalt. MORADA-Frühstücksbuffet
- 5 x Abendessen als Buffet
- **Galabuffet u. Mecklenburgisches Buffet**
- Unterhaltungsabende
- **Kostenlose Nutzung des Hallenbades**
- Betreuung durch das SKAN-CLUB-Team
- Kofferservice im Hotel nach Bedarf
- WLAN und vieles mehr ...

ab €

575,-

pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension

Kein Einzelzimmerzuschlag! (begrenzte Anzahl)
Zuschlag für DZ-Alleinbenutzung: ab € 150,-
Preisnachlass bei Selbstanreise: € 50,- p. P.!

TERMINE 2024/2025
11.08., 08.09., 06.10., 20.10., 27.10., 22.12. (Weihnachten), 29.12. (Silvester), 12.01., 26.01.

8-TAGE-SONDERREISEN

Besondere Leistungen bei allen Sonderreisen:
Verschiedene Themenbuffets, 1 bzw. 2 Ausflüge, Kaffee- und Kuchennachmittag u.v.m. -
Preise pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension

JUBILÄUMSREISE
03.11., 10.11., 17.11., 24.11. ab € 488,-
www.seniorenreisen.de (0511)-314441

CHRISTMAS-PARTY
01.12., 08.12., 15.12.2024 ab € 415,-

SILVESTERFEIER
05.01.-12.01.2025 ab € 488,-

WINTERZAUBER
19.01.-26.01.2025 ab € 448,-

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

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

Morada HOTEL GOTHAER HOF THÜRINGEN, ERFURT, EISENACH

LEISTUNGEN:
2, 5 oder 7 x Übernachtung inkl. Halbpension, 2, 5 oder 7 x „All-inclusive-Getränke“ zum Abendessen von 18-19.30 Uhr, 1 x Welcome-Drink, 1 x Kaffeetafel mit 1 Kännchen Kaffee oder Tee und 1 Stück Kuchen, 1 x musikalischer Unterhaltungsabend
pro Person im Doppelzimmer, EZ-Zuschlag: € 13,-/Nacht
Free-call: 0800/123 39 39 täglich von 8-18 Uhr buchung.ev@morada.de

TERMINE 2023
3 Tage ab € 137,-
12.07., 19.07., 26.07., 02.08., 09.08., 16.08.
6 Tage ab € 271,-
14.07., 21.07., 28.07., 11.08., 18.08., 25.08., 01.09., 08.09., 15.09.
8 Tage ab € 355,-
14.07., 21.07., 28.07., 11.08., 18.08., 25.08., 01.09., 08.09., 15.09.

BLÜTENPRACHT & NATURERLEBNISSE
inkl. „egapark“ Erfurt

2, 3 oder 4 x Übernachtung inkl. Halbpension, 1 x Eintritt „egapark“ inkl. Fahrt mit dem „egapark“-Express, 1 x Eintritt Rennsteig-Garten Oberhof, 1 x Tageskarte Thüringer Waldbahn (Gotha - Bad Tabarz) inklusive Eintritt in die Marienglashöhle u.v.m.

3, 4 oder 5 Tage pro Person im Doppelzimmer ab € 172,-
Einzelzimmerzuschlag: € 13,-/Nacht
Free-call: 0800/123 18 18 gotha@morada.de wochentags von 8-18 Uhr, sa und so 9-18 Uhr
Hotelladresse: Weinumer Straße 13 · 98557 Gotha
Anbieter: MORADA Hotel „Gothaer Hof“ Bew-GmbH, Gehrenkamp 1 · 38550 Isenbüttel · www.morada.de

▶ FERIENHÄUSER / -WOHNUNGEN VERMIETUNG

Rügen Ostseebad Sellin, Fe-Ha.-Hälfte ca.50qm, 3-4 Per, 2 Schlz, Restplätze. standnah. ☎ (0 51 31) 13 89

Heiligenhafen, neue FeWo zu vermieten, sehr preiswert, kurtaxenfrei, Hund erlaubt, ☎ (0 43 65) 86 04

Kleine FeWo, 40 m², in Schönberg i. H. OT Kalifornien/Holm, zu verm., 600 m z. Strand, ab 7 U., Hund erl., ☎ (04320)1235

▶ VERSCHIEDENES

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

Haushaltsauflösung

Am Sonntag den 7. Juli von 12 bis 16 Uhr Haushaltsauflösung in Bemerode Lange Hop Str 149: Möbel, Hausrat, Bücher und mehr

Flipperautomat
Suche Flipperautomaten aus den 60/70/80/90er Jahren. Zustand egal, gerne alles anbieten. 01523 3602679 mgm809@gmx.de

Pummelchen. Ein unvergessliches Erlebnis, kein GV, ☎ 0152/18209531

▶ BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

nur Spaß haben, ohne Beziehungsstress welche Frau ist dabei? ganz lieber ER 67, ☎ 01 60 92 11 45 09

An alle Mädels ab 70! Liebe, beste Freundinnen für Stammtisch gesucht. Seid ihr jung im Herzen u. Äußeren, mit Herzenswärme u. Humor. Dann freue ich mich riesig, denn Freundschaft ist wie ein warmer Sonnenstrahl auf der Seele. ☎ 0511/37356422

Symp. Er. 57J., 1,85 m, NR und vorzeigbar su. Dich, nette, aufgeschlossene Sie, ab 55J., f. eine harmonische, liebevolle Partnerschaft. ☎(01516)1977547

Sympathischer Gentleman, 48, 1,80m sucht liebe Frau bis 45. 0176/96413448



ER, 45J, gutaussehend, blond & nett sucht eine diskrete gepflegte Frau für eine Freundschaft. Plus-Whats App vorhanden ☎ 01 57 37 65 49 80

Er, Sissy Bitch sucht Ihn, nur mit Bild ☎ (01 62) 5 72 42 61

Heike, 64 J., bin eine gepflegte, sehr hübsche Frau, mit guter Figur u. blonden Haaren. Habe keine Kinder, bin völlig unabhängig u. könnte auf Ihren Wunsch auch zu Ihnen ziehen. Ich bin gerne in der Natur, mag spazieren, Radtouren u. die Gartenarbeit. Interessiert? Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück Tel. 0800-7774050

Das Glück fliegt. Wer es fängt, der hat's. Wir, weibl., Anf. 60, wollen es fangen. Du auch? Dann melde Dich. Mit Bild wäre schön, ist aber kein Muss. ☎ 190 999

ER (R) in den 70igern mit Patina, aber nicht rostig. Welche SIE mit molliger Figur (auch jünger) würde das gern mal überprüfen. ☎ 0 17 25 46 57 83

Sie haben die Wahl

- Es gibt kleinformatige Wochenblätter, aber auch großformatige Wochenblätter

- Es gibt billige Wochenblätter, aber auch preiswerte Wochenblätter

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

Was wollen Sie mehr?

Zusammen!

Mit **2 €** die Welt verändern

misereor
GERMANIA GLOBAL GREET

Perspektiven schaffen

Die Berliner Stadtmission hilft Menschen in Not. Helfen Sie mit! Spendenkonto DE67 3702 0500 0003 1555 00 oder HILFF per SMS an 81190 senden und mit 5 € helfen.

Eine SMS kostet 5 € zzgl. Versandkosten - 4,83 € kommen unmittelbar den Projekten zugute.

Ich, weibl. 64J. 1.63m, su. eine bezahlbare 1-2Zi.-Whg., gern auch möbl., ☎ (01 52) 22 61 65 47

▶ MALER, TAPEZIERER

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

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

▶ POLSTERMÖBEL- / TEPPICHREINIGUNG

Fa. Schmeißer ☎ (05 11) 60 44 499

▶ SANITÄRINSTALLATEURE

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

▶ UMZÜGE

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

▶ ANKAUF PKW

Bernhardt GmbH kauft Dein Auto aller Art: Unfall, kein TÜV, zu fairen Preisen. Mo-So ☎ (05 11) 3 52 22 27

Junges Ehepaar sucht fahrbereites Auto mit TÜV von privat. ☎ (01 52) 36 44 02 01

▶ AUTOZUBEHÖR VERKAUF

Continental Premium Contact 6 Sommer 235/55R19V XL 300km gelaufen, da von Neuwagen. DOT 43/22 Profil neuwertig. 250€VB 0157 80828176

UniTec Basic 75339 Kupplungs-Fahrradträger für 2 Fahrräder, 50Kg Traglast ☎ (01 62) 6 47 77 79

▶ ANKAUF MOTORRÄDER

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

▶ CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

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

Privates Ehepaar sucht ein Wohnmobil. ☎ (01 76) 37 00 35 44

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



Die Berliner Stadtmission hilft Menschen in Not. Helfen Sie mit! Spendenkonto DE67 3702 0500 0003 1555 00 oder **HILFF** per SMS an **81190** senden und mit **5 €** helfen.

Eine SMS kostet 5 € zzgl. Versandkosten - 4,83 € kommen unmittelbar den Projekten zugute.

▶ 3-ZI.-WHG.-VERMIETUNG

Luxuswhg. mit elektr. Außenjalousien, 3 Zi.- Whg. in Laatzen-Zentrum, ca. 85 m², EG, zentrale Lage, gepfl. Wohnanlage, Terrasse 30 m², WM 1.300 €. ☎ 0176/52086057

▶ HÄUSER GESUCHE

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

▶ HANDWERKER / BAUBEDARF

Fassadenverfugung alt und neu, Firma Lada. ☎ (01 52) 58 56 79 36

▶ DACHDECKER

Dachdeckerarbeiten aller Art, Dachrinnenarbeiten 25% Neukundenabbatt. Firma Söhne ☎ (0 15 73) 2 30 99 12

Dachtechnik Nord. Ihr Dachdecker-Meisterbetrieb für Dacharbeiten aller Art. Termine frei. ☎ (05 11) 87 59 24 46

▶ ENTRÜMPELUNG

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. ☎ (05 11) 49 94 95

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

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

▶ GÄRTNER

Gartenarbeiten und Entsorgung aller Art. 30% Rabatt ☎ (015 51) 075 9979

Gartenpfl. inkl. Ents. 05102/7370745

Heckenschneidung, Baumfällung, Gartenpflege Preisw. ☎ (01 74) 1 84 42 80

Lassen Sie Ihren Garten nicht länger warten! Gartenarbeit von A-Z inkl. Entsorgung. Vereinb. Sie jetzt einen Termin mit Beratung. ☎ 01763797 59 33

Pflasterarbeiten aller Art, Baumfällung, Heckenschnitt, Gartenpfl. z. Festp. ☎ (01 57) 78 71 32 64

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

Gartenpflege inkl Ents. 0176 41467766

Gartenarb. inkl. Ents. 0511/96774765

Zaunbau, Baumfällung, Pflasterarbeiten, Rollrasen uvm. ☎(0157)52461902

Gartenpflege preisw. 01 72 179 01 01

▶ HEIZUNG

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

▶ STELLENMARKT



Bundesanstalt für Immobilienaufgaben

Labore

Gewerbeflächen

Bibliotheken

Wohnungen

Bunker

Kasernen

Truppenübungsplätze

Schlösser

Museen

Wälder

Leuchttürme

Ministerien

Bundesimmobilien
und vieles mehr auf www.bundesimmobilien.de

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

Anlagenmechanikerin/ Anlagenmechaniker für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik (Hausmeisterin / Hausmeister) (w/m/d)
(bis Entgeltgruppe 4 TVöD Bund – Tarifgebiet West, Kennung MDMF259905)

Zur vollständigen Stellenausschreibung gelangen Sie über unsere Homepage in der Rubrik Karriere.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich online bis zum 25. Juli 2024 auf www.interamt.de unter der Stellen-ID 1158724.

www.bundesimmobilien.de

Dein Job in Hannover & Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Buchholz
- Bothfeld
- Godshorn
- Krähenwinkel
- Südstadt
- Ahlem
- Vahrenwald
- Döhren

Heute eingestellt,
morgen zugestellt

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

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



MA (m/w/d) für Datenaufnahme/ - erfassung, 35€/Std. ☎ (0176) 5041 0341

Für ein Objekt in Hannover (Rendsburger Str.) suchen wir zuverlässiges Reinigungspersonal. AZ: Mo-Sa mit 3,0 Std. ab 17:00 Uhr. Wir freuen uns auf Ihren Anruf! **WISAG, Herr Fazel** 01523 / 8457051

Service techniker/ Wartungstechniker
für den Bereich Wartung von Großküchengeräten suchen wir zur Verstärkung einen Servicetechniker im Außendienst. Wir bieten Ihnen qualifizierte Schulungen, einen unbefristeten Arbeitsvertrag und ein tatkräftiges Team mit netten Arbeitskollegen. FS-Klasse B erforderlich. Ihre Bewerbung senden Sie bitte an:
ESW Wieczorek GmbH, Resser Str. 17, 30855 Langenhagen/Engelbostel, office.esw@gmail.com

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

Kraftfahrer/in CE, nat./int., VZ/TZ gesucht - leichte Tätigkeit auch für Rentner/in ☎ (01 78) 2 18 31 21

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

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

Anerkannte Alltagshilfe, nett u. voll zuverlässig. Kostenübernahme durch alle Pflegekassen o. Privat. 0151/5632 7365

Nette Altenpflegerin su. Arbeit bei älterer Dame, Betreuung, Einkaufen gehen usw., nur Region Hannover ☎ (01 76) 97 46 39 51

MA (m/w/d) für Datenaufnahme/ - erfassung, 35€/Std. ☎ (0176) 5041 0341

Gel. Gärtner su. Arbeit, Gartenpfl., Hecke, Zaun.- Terrasse, etc. ☎ (01 77) 3 67 36 09

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

STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL

2-P-Haushalt Kirchr su. ab sofort o. später Hilfe 2x wöchentl. ca. 4 Std. f. Reinigungsarbeiten u. Bügeln. Gute Deutschkenntnisse erforderl., Mini-Job o. gewerbl. e-mail: oi122@t-online.de ☎ 0 17 73 06 51 13

Reinigungskraft in H-Bothfeld gesucht Privathaushalt, 3 Stunden wöchentlich, ausschließlich vormittags. Zuverlässigkeit und Gründlichkeit werden vorausgesetzt. ☎ 01 52 09 04 65 84

STELLENGESUCHE HAUSPERSONAL

Suchen Sie eine Haushilfe? ☎ (0176)22702917 ab 09:00 Uhr

STELLENGESUCHE MINIJOBS

Sissy sucht Arbeit auf Pferdehof etc. ☎ (01 62) 5 72 42 61

Gärtner sucht Arbeit für Garten, Baum- und Heckenschnitt ☎ (05137)9860390

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

Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

Die aktuelle Wochenendzeitung

hallo
wochenende

AB SOFORT

Bis zu **45%**
SPAREN

MÖBEL
HEINRICH

Heinrichs DAUERTIEFPREISE¹⁾



ALT  NEU

AKTION³⁾

Kostenloser Polstertausch
beim Neukauf von Polstermöbeln,
Polster- und Boxspringbetten.
Ab einem Warenwert von
2.000 Euro.

Gültig für alle Neuaufträge vom
01.06. bis 31.08.2024



**10.000
ARTIKEL**

dauerhaft im
Preis gesenkt!



MEHRPREIS für motor. Verstellung, Bettfunktion, Sessel und Kopfstützen.

POLSTERGARNITUR, Stellmaß ca. 200x305x168 cm. Ohne Dekokissen und Decke. 0984 0169 | **INKL.** Lieferung & Montage

DAUERTIEFPREIS

2199.- ^{3989.-*}

AUSSERDEM: Auf frei geplante **MÖBEL & KÜCHEN**

Bis zu

25% + 20%
HAUSVORTEIL EXTRA-BONUS²⁾



Alle Infos unter
www.moebelheinrich.de/dauertiefpreis

Gültig vom 24.06. bis 07.08.2024. | 1) **Nachlass** ist bereits im Verkaufspreis berücksichtigt. | 2) **Extra-Bonus**. Auf Neubestellungen frei geplanter Möbel und Küchen ab einem Einkaufswert von 50 Euro. Gilt nur für Neuaufträge, ausgenommen Möbel folgender Hersteller: Musterring, Gallery M, Schöner Wohnen, Joop, Henders & Hazel und Xoon. Diesen persönlichen Gutschein bitte ausschneiden und mitbringen. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. 0996 1028 | 3) **Polstertausch**: Gültig bei gleichen Möbelstücken. Gratis Demontage und Mitnahme am Liefertag. 0997 1005 00-01

BAD NENNDORF

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

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

HAMELN

Werkstr. 19
31789 Hameln
Tel.: 05151 6095 - 0
hameln@moebel-heinrich.de

KIRCHLENGERN

Lübbecker Str. 137 - 143
32278 Kirchlegern
Tel.: 05223 98505 - 0
kirchl@moebel-heinrich.de



Weitere Infos erhalten Sie
unter www.moebelheinrich.de

Folgen Sie uns:   

MÖBEL
HEINRICH