



# „Artenschutz und Erlebnis sind für uns gleichberechtigt“

Im Interview erklärt **ZOO-CHEF ANDREAS CASDORFF**, wie sich der Tierpark im Laufe der Jahre verändert hat

Der Zoo Hannover wird im Mai 160 Jahre. Das feiert die Einrichtung mit verschiedenen Veranstaltungen. Im Interview erläutert Zoo-Chef Andreas Casdorff, worauf es bei der modernen Tierhaltung ankommt. Und warum die Einrichtung so viele Events anbietet.

## Herr Casdorff, die neue Sommersaison mit erweiterten Öffnungszeiten ist gestartet. Warum sollen die Menschen den Zoo besuchen?

Da gibt es zwei Aspekte: Die Besuchenden sollen einen schönen Tag und Spaß haben. Mit der Familie, mit dem Partner, mit Freunden. Auf der anderen Seite können die Besucher und Besucherinnen auch etwas mitnehmen: Begeisterung für die Tierwelt und eine Sensibilität für die Bedeutung der Vielfalt in der Tierwelt – durch Entdecken und Beobachten. Und weil es Informationen gibt, die man so vielleicht noch nicht wusste.

## Der Zoo Hannover unterliegt seit vielen Jahren einem radikalen Wandel. Sowohl was die Haltung als auch die Präsentation der Tiere angeht. Was ist die größte moderne Errungenschaft hier im Zoo Hannover?

Wir haben im Vergleich zu den Anfangsjahren unseres Zoos einen enormen Wissensfortschritt, welche Bedingungen die unterschiedlichen Tiere benötigen. In Bezug auf Futter, Ernährung und Klima, Bodenbeschaf-

fenheiten. Auch beim Erkennen von Tierkrankheiten sind wir heute viel weiter als noch vor gut 100 Jahren. Und: Der Mensch hatte früher eine ganz andere Rolle.

### Was meinen Sie damit?

Führer war der Mensch, vermeintlich dominierend. Präsent im Gehege. Heute versuchen wir ihn zurückzunehmen. Auch wenn er weiter ein wichtiger Teil bleibt, da er die Tiere ja versorgt. Das Thema Tierbeschäftigung hat sich in der Haltung ebenfalls erheblich verändert. Früher haben wir ein Gehege geschaffen, in dem das Tier steht und der Besucher es anschauen an. Heute haben wir Anlagen, in denen die Tiere den ganzen Tag beschäftigt und deren Neugierde befriedigt werden können. Das Tierwohl wird deutlich höher angesetzt als früher.

### Können Sie Kritik von Menschen nachvollziehen, die sagen, die Gehege sind zwar allgemein dem Tierwohl besser angepasst als früher, aber insgesamt immer noch zu klein und beengt?

Fühlt sich ein Tier wohl? Diese Frage wird häufig aus rein menschlicher Perspektive betrachtet. Beispiel Tiger. Der ist alleine im Gehege, weil er ein Einzelgänger ist. Der hat, bis auf einen kurzen Moment, gar kein Interesse, einen Partner immerzu um sich herum zu haben. Also ein ganz anderes Sozialverhalten als wir Menschen. Und wir



Will die Zoo-Besucher für die Tierwelt begeistern: Zoo-Chef Andreas Casdorff.

Foto: Florian Petrov

müssen Reviere schaffen, in denen Tiere alles finden, was sie benötigen. Das ist viel wichtiger als die reine Quadratmeterzahl.

### Wie stellen Sie fest, dass die Tiere sich wohlfühlen?

Natürlich kann ich mit den Tieren kein tiefenpsychologisches Interview führen. Wir sehen es aber bei der Fortpflanzung, wir sehen es am Alter der Tiere. Wir sehen es aber auch am Verhal-

ten. Die Ruhe, die ein Tier ausstrahlt, an den Bewegungen, die es macht. Ob das Tier artgerecht gehalten wird, sehen wir auch an der Interaktion mit anderen Tieren und mit Besuchern.

### Der Zoo Hannover steht in Konkurrenz zu anderen Freizeitparks und -einrichtungen. Längst gibt es auch im Zoo Veranstaltungen, die nichts mit der Tierpräsentation zu tun haben, wie die Kleinkunstabende „Nacht der Erlebnisse“ oder den „Zoo Run“. Sind Events und Tierpräsentation ein notwendiges Gesamtpaket geworden?

Wir haben hier Welten geschaffen, die mehrere Sinne ansprechen und das Gefühl vermitteln, sich in der Umgebung zu befinden. Am Ende des Tages sollen sie auch bilden. Aber: Niemand

wird in den Zoo kommen und sagen, ich muss mich mal wieder ein bisschen fortbilden. Der Antrieb ist, die Freizeit zu genießen, Spaß zu haben und etwas zu erleben. Nehmen wir den „Zoo Run“. Das ist der einzige Lauf in Hannover, bei denen die Laufenden während des Laufs Fotos von sich, der Landschaft oder den Tieren machen. Es dient am Ende des Tages alles dazu, Lernen als Spaß zu empfinden. Aber natürlich dient es auch dazu, unsere wirtschaftlichen Möglichkeiten als gemeinnützige GmbH zu verbessern. Wir haben einen extrem hohen Kostendeckungsgrad von 92 Prozent auch deshalb, weil wir solche Veranstaltungen anbieten.

### Wer sind eigentlich die typischen Zoobesucher? Familien?

Der große Schwerpunkt sind in der Tat Familien, wobei es auch Großeltern sein können, mit ihren Enkeln, Alter zwischen drei, vier Jahren und zwölf, 13 Jahren. Aber auch Paare ohne Kinder, die einfach das Ambiente genießen sind, eine wichtige Zielgruppe.

### An manchen Tagen kommen bis zu 10.000 Besucher und man bekommt den Eindruck, der Zoo stößt an seine Kapazitätsgrenzen. Gibt es Pläne zur Vergrößerung der Anlage?

Wir sind mit 22 Hektar tatsächlich gar nicht so groß. Aber wir haben früh angefangen mit der verwinkelten Wege-Führung, um unser Gelände optimal auszunutzen. Und wir haben noch freie Ecken, die momentan keiner auf dem Schirm hat, wie die alte Robbenanlage. Die größere Herausforderung ist es, ausrei-

chend Geld dafür zu haben, das alles umzubauen. Dadurch, dass wir den Eingang verlegt haben, haben wir viele Quadratmeter neu hinzugewonnen. Wir haben also noch reichlich Möglichkeiten.

### Natur und Artenschutz, Bildung, Forschung und Erholung. Das sind vier gesetzlich vorgeschriebenen Aufgaben eines Zoos. Legt der Zoo Hannover innerhalb dieser Vorgaben eigene Schwerpunkte?

Erlebnis und Spaß auf der einen, Artenschutz, Bildung und Forschung auf der anderen Seite, sind für uns gleichberechtigt. Wir haben eine Referentin, die kümmert sich ausschließlich um Artenschutz und Projekte in der Wildnis. Eine andere kümmert sich um die Forschung. Hier investieren wir, weil es wesentlichen Aufgaben eines modernen Zoos sind.

### Ein Blick in die Zukunft: Welche Tiere werden wir garantieren nicht im Zoo Hannover sehen?

Wir werden hier keine großen Aquarien aufbauen, die sind in der Unterhaltung zu teuer. Ich denke, wir werden auch keine Krokodile und Alligatoren halten. Die Anforderungen an die Tierhaltung sind sehr kostenintensiv.

### Abschlussfrage: Welches Tier wünscht sich der Zoo-Chef persönlich auf seiner Anlage?

Das Warzenschwein. Das ist mein ganz persönliches Wunschtier – sicherlich auch inspiriert durch „König der Löwen“. Gerne in Sambesi-Nord, zusammen mit den Nashörnern.

## ELEKTRO-FUNDGRUBE

Hausgeräte I. und II. Wahl

Perfekte Passform für Ihre Geräte, ohne Kompromisse!

Mit unserem Aufmaßservice\* wird Maßarbeit zur Leichtigkeit.

Königstr. 32  
Badenstedter Str. 60  
☎ 0511-31 99 12  
☎ 0511-41 48 37  
elektro-fundgrube-hannover.de

\*kostenpflichtig

BEKO Miele GRUNDIG BOSCH smeg AEG LIEBHERR

## Unter den drei Top-Zoos in Deutschland

65.000 Menschen haben beim „Parcsout Publikums Award“ abgestimmt

**HANNOVER.** Der Erlebniszoo kommt bei seinen Besuchern gut an. Das zeigt eine Abstimmung des Freizeitmagazins „Parkscout“. Rund 65.000 Menschen haben in verschiedenen Kategorien abgestimmt, und der Zoo Hannover hat es in dem Ranking unter die drei besten Zoos in Deutschland geschafft.

Das Ergebnis ist Teil des Parkscout Publikums Award

2024/2025, in dem Besucher darüber abstimmen, welche Ausflugsziele besonders lohnenswert sind. Zur Wahl standen unter anderem Freizeitparks, Zoos, Erlebnisbäder und Ferienparks. In 16 Kategorien konnten Nutzerinnen und Nutzer zudem über die besten Achterbahnen, Preis-Leistungs-Verhältnis, Gastronomie und Kinderfreundlichkeit in Freizeitparks abstimmen. Insgesamt

65.000 Menschen haben mitgemacht. „Vom 30. Januar bis zum 4. Februar 2025 konnten unsere Leser völlig frei in jeder der Kategorien Parks nominieren – von uns selbst wurde hier nichts vorgegeben“, erklärt Mike Vester aus der „Parkscout“-Redaktion. „Die in jeder Kategorie jeweils zehn Meistgenannten kamen dann in die eigentliche Abstimmung, die vom 10. Februar bis zum 24. Februar lief.“

In dieser letzten Abstimmung ging es dann darum, die meisten Stimmen zu vereinen. Der Zoo Hannover hat es also zunächst nicht nur unter die Top 10 in Deutschland geschafft, er landet in der Gesamtwertung sogar auf dem zweiten Platz. Nur die Zoom Erlebniswelt in Gelsenkirchen kommt bei Besuchern noch besser an. Dafür hat sich der Zoo in Hannover gegen den Kölner Zoo durchgesetzt, der im Ranking

den dritten Platz belegt. Mike Vester kann das gute Ergebnis für Hannover zumindest in Teilen einordnen. „Aus welchen Gründen für die jeweiligen Parks abgestimmt werden, können wir natürlich nicht sagen – da unter unseren Lesern der Anteil an Familien mit Kindern ziemlich hoch ist, liegt es aber nahe, dass die Familienfreundlichkeit und die Preisgestaltung eine wichtige Rolle spielen dürften.“

## Neuer Wohnraum in Hannover-Ricklingen: Ein Leuchtturmprojekt der Zusammenarbeit

WGH Herrenhausen, WBK Wohnbau Konzept Hannover und Longhi Immo/Consult übergeben nachhaltigen Neubau an künftige Bewohner

Während viele Bauprojekte in den vergangenen Jahren ins Stocken geraten sind, hat die WGH-Herrenhausen eG (WGH) in Hannover ein starkes Zeichen gesetzt: „Wir bauen weiter – auch wenn an anderer Stelle die Zeichen auf Stopp stehen“, betont Constantin Heinze, Vorstandsvorsitzender der traditionsreichen Genossenschaft. Am Ricklinger Stadtweg 3–5 wurde jetzt ein ambitioniertes Neubauprojekt erfolgreich fertiggestellt. Die entstandenen Mietwohnungen werden ab Mitte April an die neuen Mieter übergeben. In einer Zeit, in der steigende Zinsen, politische Unsicherheiten rund um das Heizungsgesetz und allgemeine Marktunruhe viele Bauträger zögern lassen haben, hat die WGH bewusst auf Kontinuität, Weitblick und Verantwortung gesetzt und in bezahlbaren Wohnraum mit Qualität und Nachhaltigkeit investiert.

### Genossenschaftliches Wohnen im KfW 40 Standard

Entstanden sind moder-

ne, energieeffiziente Wohnungen im KfW 40 Standard – vollständig ohne fossile Brennstoffe. Die Mieten bewegen sich zwischen 10,50 und 12,75 Euro pro Quadratmeter – ein starkes Signal für bezahlbaren Wohnraum in Hannover. Die WGH verfolgt damit weiterhin ihr genossenschaftliches Ziel: nachhaltigen Wohnraum für Singles, Familien und Senioren in zentraler Stadtlage zu fairen Mieten anzubieten. „Dieses Projekt zeigt, dass wirtschaftliche Vernunft, städtebauliche Verantwortung und soziale Fairness keine Gegensätze sein müssen“, sagt Constantin Heinze. Der Neubau in Ricklingen bietet nicht nur neuen Wohnraum, sondern stärke auch die Mikrolage durch die Integration von Dienstleistungsangeboten, medizinischer Versorgung und Gastronomie. „Ein echter Gewinn für den Stadtteil“, so Heinze. Wirtschaftlich gut umsetzbar war das Projekt unter anderem aufgrund der derzeit noch wirklichen Neubauförderungen mit beispielsweise Tilgungs-

zuschüssen aus dem KfW-Programm. Ohne diese Förderungen lässt sich bezahlbares Wohnen im freifinanzierten Segment zukünftig nicht realisieren.

### Starke Partnerschaften für starke Ergebnisse

Realisiert wurde das Projekt in bewährter Partnerschaft mit der Wohnbau Konzept Hannover GmbH (WBK) als verantwortlichem Bauträger. „Wir sind stolz, hier Stadt-reparatur im besten Sinne betrieben zu haben“, sagt WBK-Geschäftsführer Ardan Ossman. „Ein Grundstück mit einem Gebäude mit bau-fälliger Substanz wurde einer neuen, zukunftsweisen Nutzung zugeführt – in enger, vertrauensvoller Zusammenarbeit mit der WGH und der Longhi Immo/Consult.“ Unterstützt wurde das Trio von der Stadtplanung und Bauordnung der Landeshauptstadt, die in schwierigen Fragen gemeinsam konstruktive Lösungen erarbeitet haben. Daniele Longhi hat maßgeblich zur Entwicklung des ehr-



Fotos: Tanja Niestroj/ Daniele Longhi

geizigen Projekts beigetragen. Er erkannte früh das Potenzial des Grundstücks, begleitete die Akquise für die WBK und überzeugte schließlich auch die WGH von der Vision eines modernen, nachhaltigen Neubaus in Ricklingen. „Wir sind stolz darauf, beide Partner nicht nur vermittelt, sondern auch beratend über das gesamte Projekt hinweg begleitet zu haben“, sagt Longhi.

### Ein Leuchtturm für Hannover

Dass in einer schwierigen

Marktphase ein solches Projekt überhaupt umgesetzt wurde, ist ein starkes Signal – für den Standort Hannover, für den Stadtteil Ricklingen und für eine funktionierende, verantwortungsvolle Wohnungswirtschaft. Alle drei Partner – WGH, WBK und Longhi Immo/Consult – blicken mit Stolz auf ein Projekt, das in jeder Hinsicht als Leuchtturm bezeichnet werden darf.

„Die Zusammenarbeit war von Anfang bis Ende professionell, konstruktiv und ge-

## Verbunden

mit unserer Stadt



prägt von einem gemeinsamen Ziel: Wohnraum zu schaffen, der sowohl ökologisch als auch ökonomisch Sinn ergibt – und für Menschen gemacht ist“, heißt es abschließend von Seiten der Projektbeteiligten.

**WGH** Wohnbau-Genossenschaft Herrenhausen

WGH - Herrenhausen eG  
Königsrather Platz 2  
30167 Hannover  
Telefon (0511) 971 96-91  
E-Mail:  
petrescu@wgh-herrenhausen.de  
www.wgh-herrenhausen.de



Viel diskutiert: Die neuen Fußgängerbereiche der Lister Meile. Fotos: Christian Behrens

# Streit um Fußgängerzone Lister Meile

EINE LÖSUNG für die Lister Meile WAR IN SICHT – doch nun gibt es Zoff zwischen dem OB Onay und der SPD

**HANNOVER.** Einigkeit besteht immerhin darüber, dass es mehrere Treffen zur Lister Meile gegeben hat. Spitzenkräfte von SPD, Grünen und Stadtverwaltung sind in den vergangenen Monaten mehrfach zusammengekommen, um über Lösungen für die 2024 zwischen Weißekreuzplatz und Seumestraße erweiterte Fußgängerzone zu diskutieren, die mit vielen Problemen verbunden war. Jetzt liegen Vorschläge auf dem Tisch. Dennoch ist der Streit groß. Oberbürgermeister Belit Onay (Grüne) wirft der SPD Wortbruch vor.

Hintergrund seines Ärgers ist ein Antrag der SPD-Ratsfraktion zur Aufwertung der Lister Meile, den diese – flankiert von einer Pressemitteilung – am Freitag, 28. März, öffentlich gemacht hat. Laut Onay war aber vereinbart worden, zusammen eine Lösung zu präsentieren. „SPD-Chef Adis Ahmetovic ist mit dem Wunsch auf uns zugekommen, ein gemeinsames Projekt zur Lister Meile zu realisieren“, sagt Onay. Ein weiterer Vorwurf des Oberbürgermeisters: Die SPD habe Ideen der Bauverwaltung als ihre eigenen präsentiert. „Das Vorgehen hat dort für viel Frust gesorgt. Man hat das Gefühl, die SPD nutzt die Ideen der Verwaltung wie einen Selbstbedienungsladen“, kritisiert Onay.

Nach seinen Angaben haben sich beide Seiten in den Gesprächen darauf verständigt, „dass alle die Füße still halten, bis wir eine gemeinsame Lösung präsentieren können. Wir als Verwaltung haben uns daran gehalten.“

Auch, wenn die Leute vor Ort das Gefühl hatten, dass die Stadt nichts tut.“ Dass dann am Freitag der Antrag der SPD und die Pressemitteilung veröffentlicht worden seien, „hat bei uns zu Irritationen geführt. Das ist auch auf einer persönlichen Ebene maximal frustrierend“, so Onay.

Das sieht auch Mona Sandhas so, Vorsitzende der Grünen in Hannover. Sie berichtet von einem Spitzengespräch mit SPD-Chef Ahmetovic im Januar, bei dem dieser vorgeschlagen habe, aus der Umgestaltung der Lister Meile „ein rot-grünes Projekt zu machen“. Über den Alleingang der SPD sei sie „erstaunt“. Sandhas sagt, sie frage sich, „wie man noch Dinge auf den Weg bringen will, wenn man sich nicht an Absprachen hält“.

Die SPD widerspricht der Darstellung des Oberbürgermeisters und der Grünen-Chefin. „Es hat auf keiner Ebene die Vereinbarung gegeben, dass wir etwas gemeinsam zur Lister Meile machen“, beteuert Fraktionschef Bala Ramani. Es sei die SPD gewesen, die das Thema schon lange vorangetrieben habe. Er verweist auf viel Veranstaltungen und Treffen, die seine Partei dazu organisiert habe. Zudem habe es unzählige Gespräche mit Bürgerinnen und Bürgern sowie Gewerbetreibenden gegeben. „Das Resultat daraus ist unser Antrag. Und es ist unser gutes Recht, diesen als demokratisch gewählte Vertreter im Rat zu stellen“, sagt Ramani. „Wir wollen SPD pur. Deshalb wird es keine gemeinsamen Anträge geben.“

ne gemeinsamen Anträge geben. Weder mit den Grünen noch mit der CDU und FDP.“ Das habe man auch Onay mitgeteilt.

Es sei auch „nicht überraschend“, dass es Übereinstimmungen mit den Vorschlägen der Verwaltung gebe. „Denn die Probleme der Fußgängerzone sind doch offensichtlich“, meint der SPD-Fraktionschef. Nach der Einrichtung der Zone wurde diese regelmäßig illegal von Autos und Radverkehr befahren. Zudem parkten dort viele Autofahrer weiterhin verbotenerweise. Ein wesentlicher Kritikpunkt war, dass zwar eine Fußgängerzone ausgemacht worden war, diese aber gar nicht so aussah.

SPD-Parteichef Ahmetovic zeigt sich „verwundert über die Empörung seitens der Grünen“, dass es nun „einen ersten Aufschlag der SPD-Fraktion“ gegeben habe, der auf Basis einer breiten Beteiligung entstanden sei. Er habe Onay „die Hand gereicht“ und sieht sich „diesbezüglich in einem guten Austausch“. Letztlich solle es „immer um Verbesserungen für die Menschen gehen“ und „egal sein, ob diese am Ende mit einer Drucksache der Verwaltung oder einem Antrag aus dem Rat vorangebracht werden“.

Laut Ahmetovic gab es noch strittige Punkte – zur Frage der Führung des Radverkehrs bis zur Fertigstellung der im Umfeld geplanten Veloroute, zur Beteiligung sowie zur Absicherung des Projekts im Haushalt. Die SPD hatte sich mit Blick auf das Jahr 2030 einen umfassenden Umbau der Lister Meile gewünscht, der laut Schätzungen rund 10 Millionen Euro kosten würde.

„Das stimmt einfach nicht“, widerspricht Grünen-Fraktionschefin Elisabeth Clausen-Muradian. „Zu genau diesen Punkten haben wir uns geeinigt.“ Es sei nur noch darum gegangen, „Feinheiten abzustimmen“. Einen dafür vereinbarten Termin habe die SPD jedoch platzen lassen. Übereinstimmung habe es auch zu kurzfristigen Maßnahmen gegeben – unabhängig von der durch die SPD favorisierten großen Lösung. „Wir haben völlig unnötig Zeit verloren. Wir hätten die Pläne der Verwaltung schon vor Wochen präsentieren können“, ärgert sich OB Onay. Dass es diese Absprachen und Vereinbarungen gegeben habe,

sei „auch schriftlich hinterlegt“. SPD-Parteichef Ahmetovic betont, er setze auf eine fraktionsübergreifende Einigung. Dieses „große und wichtige Projekt“ solle „nicht durch unnötige Partei-Taktierereien überschattet werden“. Die strittigen Punkte würden sich „sicherlich im Beratungsverlauf auflösen“.



Oberbürgermeister Belit Onay wirft der SPD Wortbruch vor beim Thema Fußgängerzone Lister Meile.

**Kribbeln, Brennen, taube Füße?**  
Beratungstag (auch telefonisch möglich) zum Thema Polyneuropathie am Donnerstag, dem 10.04.2025. Jetzt anmelden und Testangebot sichern!  
**friedenstal apotheke**  
Apothekerin Kathrin Thum  
Hannoversche Str. 102, 30627 Han.  
**Telefon: 0511 - 9 56 20 35**

**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

**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

**Wir erneuern auch gerissene und schimmelige Silikonfugen**

**der fuger**  
Lohkamp 44a  
30855 Langenhagen  
Tel.: 0511/78 52 460  
Fax: 0511/78 52 461  
**www.derfuger.de**

**Wir suchen Verkäufer (m/w/d)**

**Heimann**  
Fleischerei • Partyservice

**Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24**  
**fleischerei-heimann@t-online.de**  
Di., Do., Fr.: 8 - 12.30 Uhr u. 15 - 18 Uhr • Mi.: 8 - 12.30 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

**1.500 GRATIS Parkplätze**

**So spannend GLÜCK BEIM OSTER-SHOPPING**

**24.3. – 19.4. Mitmachen und 3x 100€ gewinnen**

**CCL CITY CENTER LANGENHAGEN**

Shoppens • Parkens • So einfach

Entdecken Sie unsere guten Seiten: Lokales • Sport • Unterhaltung **hallo** wochenende

## SNELLES NETZ FÜR HANNOVER Glasfaser bietet viele Vorteile

Aktuell starten die Arbeiten zum Ausbau des hochmodernen Glasfaser-Netzes in den Stadtteilen **Hannover Mitte, Herrenhausen, Burg, Stöcken, Heideviertel, Kleefeld, Mühlenberg und Linden Süd**. Damit können ca. 47.300 Haushalte und Unternehmen einen direkten Glasfaser-Anschluss bis in die Wohn- oder Geschäftsräume erhalten. Die Verlegung der Anschlüsse wird im Auftrag der Telekom durchgeführt. Im Stadtteil Ahlem werden aktuell 5.800 Haushalte ausgebaut. Hier läuft das Aktionsangebot noch bis zum 28.04.2025.

**Schnell sein lohnt sich**  
Wer jetzt einen Glasfaser-Tarif bei der Telekom beauftragt, bekommt den Glasfaser-Hausanschluss kostenlos und spart damit 799,95€¹. 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. 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 Ausbaubereich 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: Die Glasfaser-Tarife bieten viel Bandbreite zum fairen Preis. Dabei profitieren Sie mit Glasfaser von einer höheren Upload-Geschwindigkeit und einer besseren Stabilität bei der Nutzung Ihres Anschlusses, unabhängig davon, wie viele Nutzer\*innen in Ihrer Umgebung gerade im Netz unterwegs sind.



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.

**Beratersteam vor Ort**  
Im Ausbaubereich ist ein Beratersteam 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 330 9765 zur Verfügung.

**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)
- **Shops:** [telekom.de/terminvereinbarung](https://telekom.de/terminvereinbarung)
- **Webseite:** [telekom.de/glasfaser](https://telekom.de/glasfaser)
- **Info Blog Hannover:** [www.telekom.de/glasfaser-hannover](https://www.telekom.de/glasfaser-hannover)
- Eine **Info-Veranstaltung** findet am **23.05.2025** ab 17:00 Uhr statt. Adresse: Hölderlin Eins Kulturhaus Kleefeld, Hölderlinstr. 1, 30625 Hannover.
- Ein **Informationsnachmittag** findet am **09.04.2025** ab 11:00 Uhr im Telekom Shop Megastore statt. Adresse: Bahnhofstr. 3, in 30159 Hannover.

**connect TESTSIEGER**  
FESTNETZTEST BUNDESWEITE ANBIETER  
Telekom HANNOVER

**Connecting your world.**

¹Aktion gilt bis 30.06.2025. Für die Bereitstellung eines Telekom Glasfaser-Tarifs ist ein Glasfaser-Hausanschluss erforderlich. Sofern noch nicht vorhanden, wird dieser 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 nicht widersprechen und die finale Prüfung den Ausbau bestätigt. Als Glasfaser-Tarif gilt z.B. Glasfaser 150. Dieser Tarif kostet für Breitband-Neukunden, die in den letzten 3 Monaten keinen Breitbandanschluss bei der Telekom hatten in den ersten 3 Monaten 19,95 €/Monat, danach 44,95 €/Monat. Bei Bestellung im Internet gilt der reduzierte Monatspreis 6 Monate. Bei Miete eines Routers im Endgeräte-Service-Paket (i. H. v. 7,95 €/Monat) erfolgt eine Router-Gutschrift i. H. v. 100 €.

# „Mentale Gesundheit ist so wichtig wie Zähneputzen“

**NORA HILLE** hat ein Kinderbuch über psychische Erkrankungen geschrieben. Die Motivation nimmt sie auch aus ihrer Erkrankung.

**HANNOVER.** Gretas Opa trauert um seine verstorbene Frau. Er kann nicht mehr essen, nicht mehr schlafen, nicht mehr lachen. „Es fühlt sich an, als ob die ganze Zeit ein dicker schwarzer Elefant auf meinen Schultern sitzt“, sagt Opa.

„Opas schwarzer Elefant“ ist eine von fünf Kurzgeschichten im Kinderbuch „Wenn unsere Seele Hilfe braucht“ von Nora Hille. Die hannoversche Autorin will damit über das Thema mentale Gesundheit aufklären, Stigmatisierung abbauen und ermutigen. „Und es geht um Prävention – dass Kinder möglichst früh lernen: Es gibt mentale Gesundheit, und sie ist genauso wichtig wie körperliche Gesundheit, genauso wichtig wie das tägliche Zähneputzen“, sagt Hille.

In Deutschland ist der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde zufolge mehr als ein Viertel der Erwachsenen psychisch erkrankt. „Das Thema betrifft uns alle – ob direkt oder im Umfeld“, sagt Hille.

Die Autorin spricht auch aus persönlicher Erfahrung. Mehr als 20 Jahre lang hat sie ihre bipolare Erkrankung aus Angst vor Stigmatisierung geheim gehalten. Der Wendepunkt kam, als sie vor fünf Jahren die besorgte Mutter eines psychisch erkrankten jungen Mannes kennenlernte. „Da bin ich über meinen Schatten gesprungen und habe ihr von mir berichtet. Dass ich auch mit Anfang 20 erkrankt bin, aber trotzdem studiert habe

und einem spannenden Job nachgegangen bin. Dass ich eine mehr als 20-jährige glückliche Partnerschaft führe, mit zwei gesunden Kindern“, erzählt sie.

Heute ist Hille Botschafterin für mentale Gesundheit und Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen. Sie schreibt viel über das Thema und ihre eigenen Erfahrungen – in Büchern, einer Kolumne für ein Onlinemagazin und bei Instagram.

Und nun eben ein Kinderbuch. Eigentlich habe sie den Zaradiso-Verlag mit einer ganz anderen Idee kontaktiert, doch der Verleger habe ihren Instagram-Auftritt gesehen und stattdessen ein Buch über Depressionen vorgeschlagen. „In den letzten Jahren hat hierzu schon sehr gute Öffentlichkeitsarbeit stattgefunden, das Stigma nimmt ab“, sagt Hille. So entstand die Idee,



**„Wenn unsere Seele Hilfe braucht“: Autorin Nora Hille aus Hannover hat ein Kinderbuch über psychische Erkrankungen geschrieben.**

Foto: Zaradiso Verlag

verschiedene psychische Erkrankungen und Krisen wie Trauer, Angststörung oder auch ein gestörtes Körperbild in der Pubertät zu thematisieren.

Für ihr Buch hatte Hille ein ganz besonderes Lektorat: 160 Kinder der Grundschule Lüneburger Damm im hannoverschen Heideviertel. Den Viertklässlern hat sie die Geschichten vorgelesen, um zu erfahren, ob sie verständlich für die Altersgruppe sind. „Es war sehr berührend zu sehen, wie die Kinder in die Themen eingestiegen sind und wie groß ihr Bedürfnis war, sich dazu zu äußern“, erzählt Hille.

Um das abstrakte Thema greifbar zu machen, beschreibt die Autorin im Buch vor allem die Symptome. So zeigen sich die Stimmungsschwankungen bei einer bipolaren Störung bei Beckys Papa dadurch, dass er manchmal nachts alleine zu lauter Musik tanzt und manchmal wochenlang nicht aus dem Bett kommt. Die lebhaften Illustrationen von Theresa Viehhauser machen das Ganze noch anschaulicher.

Eines war Hille besonders wichtig: „Ich wollte keine Geschichten erzählen, in denen am Ende alles in Butter ist.“ Stattdessen zeigt sie erste Schritte für einen Genesungsprozess und Hilfsangebote auf. Im Vorwort finden sich zudem Erklärungen und die Nummer gegen Kummer – für Kinder und Eltern.

„Wenn unsere Seele Hilfe braucht“ (40 Seiten, 4 Euro) erschien am Internationalen Tag



**„Wenn unsere Seele Hilfe braucht“: Autorin Nora Hille aus Hannover hat ein Kinderbuch über psychische Erkrankungen geschrieben.**

Foto: privat

der Bipolaren Störung am 30. März und ist erhältlich auf der Website des Zaradiso-Verlags.

Am heutigen Sonnabend, 5. April, liest Nora Hille beim Mut Café im Pavillon um 14.30 und 16

Uhr. Anmeldung via E-Mail an anmeldung@habmutzeiggesicht.de.

## Informationen zum Wohngeld

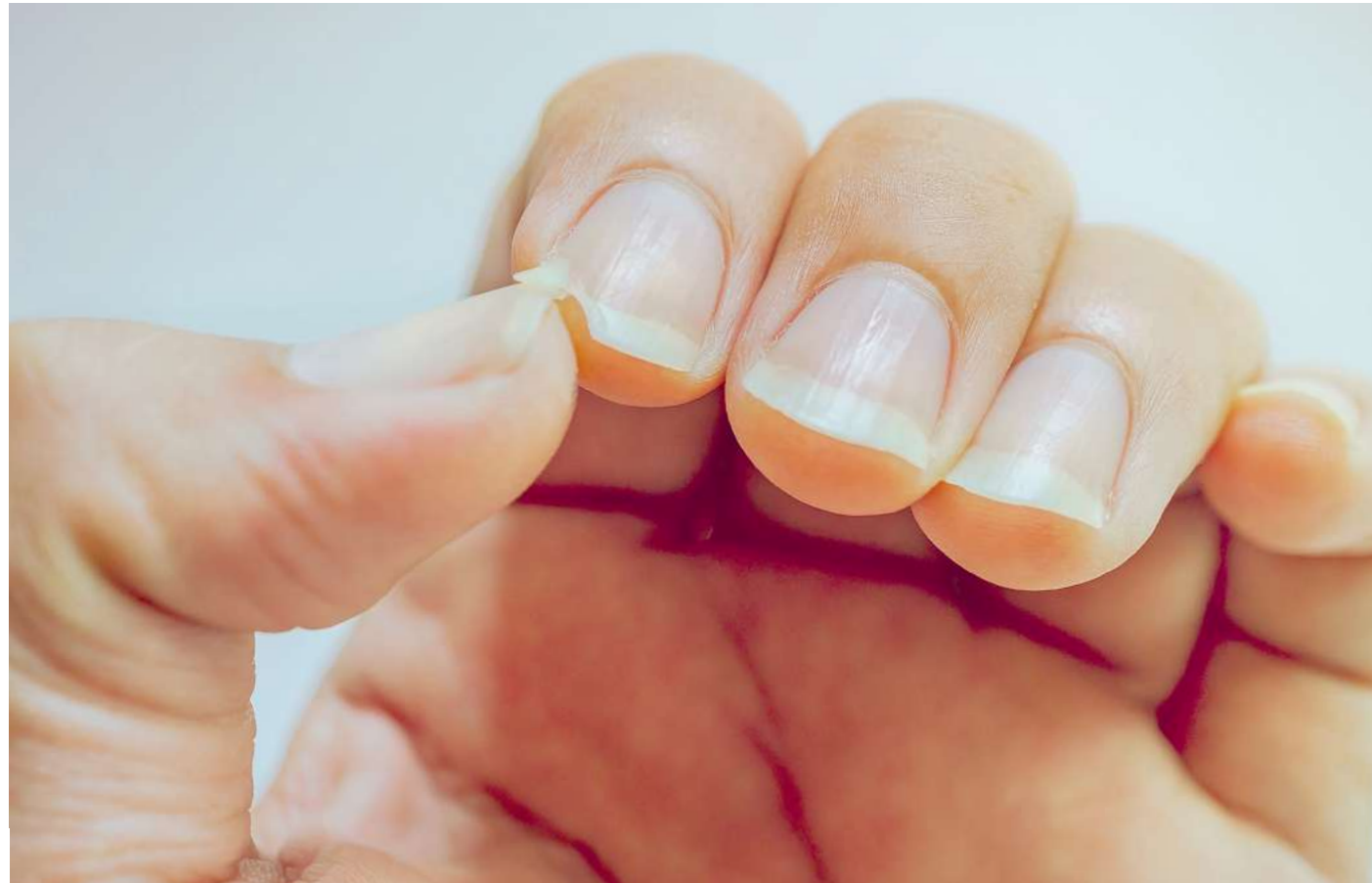
**HANNOVER.** Viele Menschen wissen nicht, dass sie Anspruch auf Wohngeld haben – sei es für eine Mietwohnung oder eine eigene Immobilie. Die Seniorenarbeit der AWO Region Hannover lädt daher zu einem Vortrag mit dem Leiter der Wohngeldstelle der Landeshauptstadt Hannover ein. Der Referent gibt einen Überblick über mögliche Wohngeldansprüche und beantwortet individuelle Fragen. Der Vortrag richtet sich insbesondere an Rentnerinnen und Rentner, die erfahren möchten, ob sie zusätzlich zu ihrer Rente Wohngeld erhalten können. Die Veranstaltung ist kostenfrei zu besuchen und findet am Freitag, 11. April, ab 14.30 Uhr in der AWO-Begegnungsstätte Andernten, Walter-Clemens-Platz 1, statt. Interessierte werden gebeten, sich bei Khatia Rauer unter der Telefonnummer 0159 01918336 oder per E-Mail an khatia.rauer@awo-hannover.de anzumelden. **RED**

## Vortrag über Solarenergie

**HANNOVER.** In seinem Vortrag „Strom von der Sonne“ am Donnerstag, 10. April, ab 18.30 Uhr in der VHS, Burgstraße 14, erklärt Professor Dr.-Ing. Rolf Brendel, wie eine Solarzelle funktioniert und mit welchen Innovationen das Institut für Solarenergieforschung (ISFH) und die Leibniz Universität Hannover (LUH) zu der rasanten technologischen Entwicklung beigetragen haben. Der Referent ist Professor am Institut für Festkörperphysik der LUH und Wissenschaftlicher Leiter des niedersächsischen Instituts für Solarforschung. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist erforderlich und online auf uni-hannover.de möglich. **RED**

# Ihre Nägel sind spröde und reißen leicht ein?

Oft findet sich die Antwort im **Nährstoffhaushalt!**



Gepflegte Fingernägel sind ein wichtiger Teil eines schöneren Äußeren. Leider brechen sie oft ab oder reißen ein. Der Wunsch nach festen Nägeln muss aber nicht unerfüllt bleiben.

Der Erhalt schöner Nägel kann durchaus zur Herausforderung werden. Vor allem wenn sie bereits von Natur aus spröde sind. Auch äußere Umstände wie häufiges Händewaschen und der Kontakt mit Putzmitteln können dazu beitragen, dass sie

austrocknen und dadurch abbrechen. Wir haben uns angesehen, wie man gegensteuern kann.

### TIPPS GEGEN SPRÖDE NÄGEL

Als erste Sofortmaßnahme kann es helfen, die Hände und speziell die Nägel mit geeigneten Cremes zu pflegen. Sie versorgen die spröden Nägel mit Feuchtigkeit von außen und bewahren auch die Nagelhaut vor dem Einreißen.

Ein weiterer Tipp ist, Nagellacke zu nutzen, die sich ohne die Verwendung von Lösungsmittelhaltigen Nagellackentfernern wieder abbekommen lassen – denn auch solche Nagellackentferner entziehen den Nägeln wertvolle Feuchtigkeit. Keine Empfehlung kann hingegen für sogenannte Nagelöle ausgesprochen werden: Im Gegensatz zur weitverbreiteten Meinung können diese nicht in den Nagel eindringen und ihn somit auch nicht regenerieren.

### PROBLEMZONE: NÄHRSTOFF-HAUSHALT

Wer sich mit dem Thema auseinandersetzt, stößt auch immer wieder auf die Behauptung, dass ein Mangel an Vitaminen und anderen Mikronährstoffen für die spröden Nägel verantwortlich sein kann bzw. das Problem noch verstärkt. Tatsächlich ist es so, dass bei einem Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt zufriedenstellende Ergebnisse ausbleiben – ganz

egal wie intensiv man die Nägel von außen pflegt. Auch Experten sind sich einig: Die Zufuhr der richtigen Nährstoffe ist eine der erfolgversprechendsten Optionen bei spröden Nägeln. Diese gelangen über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo Zellteilung und Regeneration stattfinden. Sie unterstützen somit genau dort, wo es am effektivsten ist. Doch welche Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sollte man nun konkret einnehmen?

### FÜR NÄGEL, DIE MAN GERNE HERZEIGT

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für KonsumentenInnen nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen können. Umso vertrauenserweckender ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen. So empfiehlt etwa eine deutliche Mehrheit der österreichischen Apotheker Dr. Böhm® Haut Haare Nägel.\* Es enthält eine ausgewogene Zusammensetzung essenzieller Nährstoffe für ein gesundes Nagelwachstum; darunter etwa

- **Silizium** (aus Goldhirse und Kieselerde) als wichtiger Bestandteil fester Nägel. Das Spurenelement trägt auch zur Elastizität bei, was gerade bei spröden Nägeln wichtig ist.

- **Natürlicher Schwefel** (oft als „MSM“ abgekürzt) befindet sich von Natur aus im Körper und ist ein Strukturelement der Nägel. Steht nicht ausreichend davon zur Verfügung, werden sie spröde.

- **Biotin** zur Erhöhung des Keratin-Anteils im Körper, der die Nägel festigt.

Die Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken



*„Ich habe meine Hände oft versteckt, da meine Fingernägel immer abspalten und regelrecht abgeblättert sind. Endlich wachsen sie normal und sind richtig kräftig geworden.“*

Johanna S. (42)\*\*

erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende AnwenderInnen mit überzeugenden Ergebnissen.

### GEDULD ZAHLT SICH AUS

Da die Nägel mehrere Monate Zeit benötigen, um sich vollständig zu erneuern, sollten die Mikronährstoffe zumindest über 8 bis 12 Wochen hinweg eingenommen werden, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen. Dafür gibt es Dr. Böhm® Haut Haare Nägel jetzt auch in der attraktiven 3-Monats-Packung zum Vorteilspreis. Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach.

\*Apothekenabgabe Mittel für Haare und Nägel IT IOVIA Österreich OTC Offtake MAT 01/2025. \*\* Name und Alter geändert

## JETZT NEU zum Vorteils-Preis



Nahrungsergänzungsmittel

- ✓ **Silizium** aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ **Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin** für bruchfeste Nägel
- ✓ **Die österreichische Nr. 1** bei spröden Nägeln\*

**Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur.** Für Ihren Apotheker.  
**3-Monats-Kur - 180 Stk. PZN: 19485477** UVP 49,90 €  
Monatspackung - 60 Stk. PZN 15390975, UVP 19,90 €

\*Apothekenabgabe Mittel für Haare und Nägel IT IOVIA Österreich OTC Offtake MAT 01/2025.

# „Orcas sind unglaublich effektiv“

Interview mit Tierfilmerin **CHRISTINA KARLICZEK** über Faszination und das einseitige Image der „Killerwale“

Kamerafrau Christina Karliczek dreht Tierfilme unter Wasser. In der Arktis kommt sie Walen und Haien so nah wie nur wenige. Im Interview warnt sie vor zunehmenden Gefahren für Schwertwale.

**Frau Karliczek, nehmen Sie mich mal gedanklich mit zu einem Dreh unter Wasser. Was macht Ihre Arbeit so herausfordernd?**

Ich drehe vorwiegend in arktischen Gewässern. Das Wasser ist ziemlich kalt, sechs bis acht Grad. Das Licht muss mitspielen. Während der Polarnacht gibt es da nur ein kurzes Zeitfenster. Ich habe keine klassische Tauchausrüstung an, um möglichst schnell und wendig zu sein. Ich versuche, möglichst vorsichtig ins Wasser hineinzugleiten. Meine Fingerspitzen werden schnell kalt, dann wird es umso schwieriger, die Knöpfe auf der Kamera zu drücken. Und ich muss sehr geduldig sein, bis sich ein guter Moment ergibt, sich den Tieren zu nähern.

**Bemerken die Tiere Sie unter Wasser?**



Kamerafrau Christina Karliczek im Wasser. Foto: Luana Knipfer

Natürlich wird meine Anwesenheit bemerkt. Es ist mir sehr wichtig, sie so wenig wie möglich durch meine Arbeit zu stören. Ich passe Momente ab, in denen es für sie okay ist, dass ich dazukomme. Aufnahmen sind erst dann richtig gut, wenn sie etwas von dem erzählen, was das Tier erlebt – und nicht nur irgendein Bild von einem vorbei schwimmenden Orca entsteht. Am faszinierendsten finde ich die Momente, in denen wir beide aufeinander neugierig sind.

**An welche Situation denken Sie da beispielsweise?**

Beim Dreh in Nordnorwegen gab es mehrere Momente, in denen die Orcas von ihrer Route abgewichen und zu unserem Boot gekommen sind. Wir haben uns gegenseitig in die Augen geschaut. Sogar eine Mutter ist mit ihrem Kalb vorbeigekommen. Das Junge hat vor unseren Augen an der Mutter gesäugt. So etwas hatte ich noch nie gesehen.

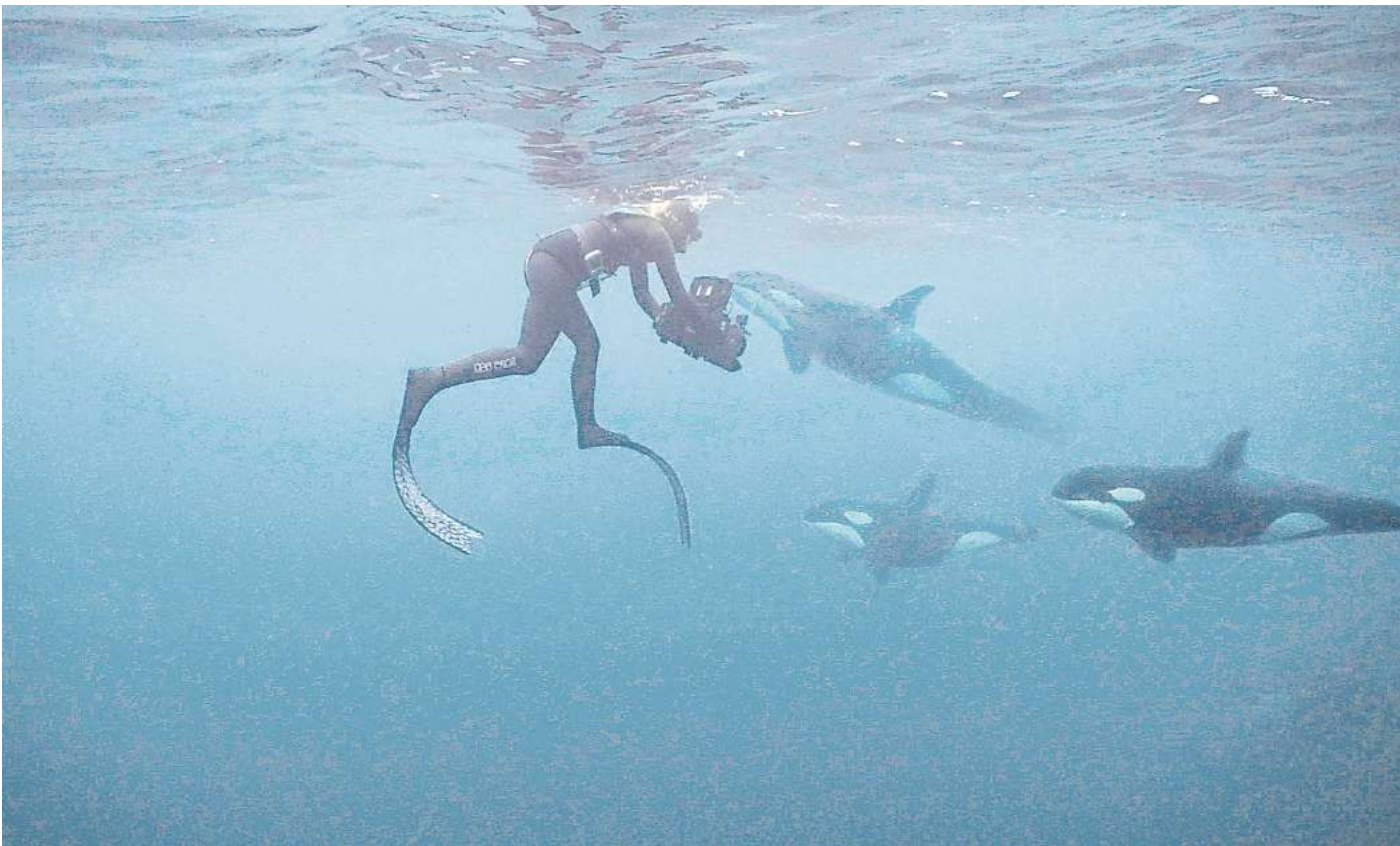
**Bei aller Faszination – beim Dreh im Wasser mit Orcas**

**kann es bestimmt auch zu gefährlichen Situationen kommen.**

Es gibt keine bekannten tödlichen Unfälle mit Schwertwalen in freier Wildbahn. Es gibt nur tödliche Unfälle mit Orcas in Meereszoos. Die Tiere werden da so gehalten, dass sie nicht mehr zurechenbar sind. Das größte Risiko sehe ich, wenn es zum großen Fressen kommt. Wenn ich also beim Tauchen in einen Heringsschwarm geriete, den die Orcas zusammentreiben, um effektiv fressen zu können. Da entsteht quasi Chaos unter Wasser. Manchmal kommen dann von tief unten auch noch Buckelwale dazu, öffnen ihre riesigen Mäuler und nehmen einen größtmöglichen Schluck mit Heringen zu sich. Da könnte ich leicht übersehen werden. Aber natürlich will ich ja gerade solche Situationen filmen. Bislang ist mir nichts passiert.

**So dicht wie Sie sind nur wenige an Orcas dran. Was haben Sie beobachten können, was weniger bekannt über die Tiere ist?**

Orcas sind unglaublich effektiv an ihre Umgebung angepasst. Sie stehen an der Spitze der Nahrungskette und haben keine natürlichen Feinde. Sie jagen andere Wale, greifen sogar weiße Haie an. Der Erfolg einer Orca-Gruppe hängt stark davon ab, wie erfahren und geschickt das leitende weibliche Tier ist. Die Söhne bleiben ihr Leben lang bei der Mutter und bilden so eine perfekte Jagdeinheit. Diese weibliche Stärke, das ist etwas, was kulturell in unserer Gesellschaft kaum erzählt wird. Frauen wird nicht die Stärke zugeschrieben, die sie eigentlich haben.



Auf Augenhöhe mit den Orcas

Foto: Kjettel Astrup

**Das Image des Orcas geht in eine andere Richtung: Sie gelten als besonders gefährlich und aggressiv.**

Das Bild von Orcas als gefährliche Killerwale, die Boote angreifen, ist sehr eindimensional. Wir sollten davon wegkommen, solche Tiere als bedrohlich und gefährlich zu beschreiben. Natürlich leben Orcas davon, andere Tiere zu töten. Das mag aus menschlicher Perspektive grausam aussehen. Aber Orcas nehmen nur so viel, wie sie benötigen. Wir Menschen sollten uns daran ein Beispiel nehmen. Gewisser-

maßen sind wir selbst die Killer. Wir sollten die Meeresbewohner schützen, insbesondere vor uns selbst – statt sie zu dämonisieren.

**Steht es also schlecht um die Schwertwale?**

Wir sind kurz davor, einige dieser Orcapopulationen auszurotten. Wir wissen nicht, wie sich der menschliche Einfluss in Zukunft auf diese Tiere auswirkt. Durch den Klimawandel und die Erwärmung der Meere, durch Überfischung und durch die Verschmutzung der Meere. Giftstoffe sammeln sich in den Tie-

ren an. Und es ist unglaublich laut im Meer geworden – durch den Schiffsverkehr. Auch das verändert nachweislich das Verhalten der Orcas. Die Kommunikation in der Gruppe wird gestört. Jungtiere haben schlechtere Voraussetzungen, sich gut zu entwickeln.

**Haben Orcas eine besondere Funktion im Ökosystem?**

Sie sind eine Art Gärtner. Sie düngen das Meer durch das, was sie ausscheiden. Sie bieten damit eine Grundlage für andere Lebewesen in den Ozeanen. Sie tragen etwas zum Austausch

von CO2 in den tieferen Bereichen der Ozeane bei. Das ist ein System, mit dem wir vorsichtig umgehen müssen.

**Sind Sie hoffnungsvoll, dass die Orcas bleiben?**

Ich weiß, dass wir Menschen uns sehr gut anpassen können. Wenn wir uns zugunsten von mehr Meeresschutz verändern, wirkt sich das auch positiv auf unsere Lebensqualität aus. Je länger wir warten, umso teurer wird es. Ich würde mir wünschen, dass wir endlich verstehen, dass die Meere auch ein Teil der Erde sind, auf der wir stehen.

## Gutschein

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

ohne Greencard\* 10% Rabatt

mit Stanze Greencard\*\* 15% Rabatt

\*Gültig bis 11.04.2025. Gilt nicht für bereits reduzierte Artikel, Verlagserzeugnisse, Geschenkgutscheine, lebende Tiere, Motorgeräte und Artikel von Weber. \*\*Der Greencard Preis ist nur in Verbindung mit der Stanze Greencard gültig.



2 000001 347836



### Unsere neue Beilage ist Online



QR-Code scannen und in unserer aktuellen Beilage stöbern.

#### COMPO SANA Classic

Qualitäts-Blumenerde, 40 l

Hochwertige Qualitäts-Blumenerde für Zimmer-, Balkon- und Gartenpflanzen. Angereichert mit speziellem Wurzel-Aktivator Agrosil. Perlite Atmungslocken sorgen für eine lockere, luftige Struktur.



Unser Top Preis 11.99 € / 0.25 € / l

Stanze Greencard Preis\* 9.99 € / 0.18 € / l

14% sparen

#### Weber Spirit EP-435R

Gasgrill Stealth Edition

Exklusive Sonderedition im schwarzen Design mit roten Akzenten. Leistungsstarker 4-Brenner-Grill mit Sear Zone und Seitenbrenner.



inkl. Crafted Plancha + Drehspieß im Wert von 294,97 €

999.- 979.-

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

32778702\_002624

## Rasen SEMINAR

### Stanzes Gartenseminare 2025

Infos unter: [www.stanze-gartencenter.de/veranstaltungen](http://www.stanze-gartencenter.de/veranstaltungen)

### Ihr Weg zum grünen Traumgarten!

10. April, 16:00 - 18:00 Uhr

### Im Stanze Gartencenter

Karoline-Herschel-Straße 1  
30966, Hemmingen

### Lernen Sie alles über:

- Rasenanlage und Pflege
- Unkraut- & Moosbekämpfung
- Düngemethoden & Saatgutauswahl

Mit Rasenexperte Manfred Schwickerath erhalten Sie wertvolle Tipps für einen gesunden, sattgrünen Rasen!



[www.stanze-gartencenter.de/veranstaltungen](http://www.stanze-gartencenter.de/veranstaltungen)



**Brauchen Sie Unterstützung zu Hause?**

Wir bieten professionelle Hilfe im häuslichen Bereich – zuverlässig, einfühlsam und individuell.

**Unsere Leistungen:**  
Pflege und Betreuung • Haushaltshilfe • Alltagsbegleitung

Kontaktieren Sie uns:  
**Am Klagesmarkt 22, 30159 Hannover**  
**Tel: 0176 60012755 | 0511 37395971**  
**G.A. LEBENSHILFE – Ihr Partner für ein würdevolles Leben zu Hause.**

12345678901\_002625

**Hahne Tagespflege**  
Heidehaus

12345678901\_002625

## Wussten Sie schon..?

Pflegebedürftige erhalten ein Sonderbudget für den Besuch in der Tagespflege. Ihre ambulanten Leistungen bzw. das Pflegegeld sind davon unberührt.

Wenn Sie das Budget nicht nutzen, verfällt es. Kontaktieren Sie deshalb die Hahne Tagespflege für einen unverbindlichen Probetag – inklusive Abholung, leckerer Mahlzeiten und Freizeitangebote!

heidehaus@hahne-tagespflege.de  
Tel.: 0511 36736-1003  
www.hahne-tagespflege.de/heidehaus

12345678901\_002625

**bloomest**  
SMART LAUNDRY  
PROPERTY: Miele

**Miele-Qualität für Bettdecken, Topper & mehr**

Riesige Kapazität, unschlagbare Preise – der einzige **Waschsalon** in Garbsen!

- ✓ Waschmittel, Desinfektionsmittel & Weichspüler inklusive – automatische Dosierung
- ✓ Preise ab 5,50 €

Nord-West-Zentrum  
Haveler Str. 2-8,  
30823 Garbsen

☎ 05161 / 9492915  
🌐 www.smart-laundry.de  
✉ service@realbay-gmbh.de

12345678901\_002625

**KÖRPERWELTEN**

Nur noch bis **4. Mai**

**HANNOVER ALTE DRUCKEREI**

Hannoversche Allgemeine magaScene 21 eventim co.ro

**Die aktuelle Wochenendzeitung**

10083301\_002625

# Lupine statt Koffein – Eine besondere Rösterei

Die **PFLANZE KANN AUCH ALS KAFFEEERSATZ** dienen:  
Ein regionales Unternehmen vertreibt die Produkte in Hannover und im Umland

**HANNOVER.** „Man kann den ganzen Tag Kaffee trinken ohne Nebenwirkungen, das ist wirklich toll.“ Wenn Cordula Senne über ihren Lupinenkaffee spricht, ist die Frau aus Sachsenhagen in der Nähe des Steinhuder Meers kaum zu bremsen. Und das ganz ohne anregendes Koffein. Die Vorteile der Hülsenfrucht liegen für sie auf der Hand: „Man hat eine ganz tolle regionale Alternative, die von Natur aus koffeinfrei ist und auch keine Säure enthält.“

Bereits vor dem Genuss hätten die Lupinen einen unschätzbaren Vorteil: „Diese Pflanze, also eine Leguminose, sammelt Stickstoff aus der Luft und gibt das an den Boden ab. Sie wurde früher auch oft zur Düngung eingesetzt. Unsere Pflanzen werden zwar angebaut, um sie zu ernten. Aber dabei düngen sie gleichzeitig den Boden.“ Das freut auch die drei Landwirte, die die Hülsenfrüchte für Senne & Co. anbauen. Darüber hinaus weiß die Unternehmerin: „Die Lupine nennt man das Soja des Nordens. Man kann alle Produkte herstellen, die man auch aus Soja herstellen kann: Fleischprodukte, Milchersatzprodukte.“ Und eben Kaffee.

Dass die Bankkauffrau überhaupt auf den Geschmack gekommen ist, verdankt sie einer Freundin, die ihr vor fünf Jahren den Lupinenkaffee als richtiges Kaffee untergeschoben hatte. „Ich wusste noch gar nichts über diese Pflanze und habe mich gewundert, weil ich ja gar keinen Unterschied geschmeckt habe.“ Und so schob Cordula Senne kurze Zeit später ihrerseits Ehe-



Die Ehepaare Christian und Felicia Heurich sowie Cordula und Andreas Senne (v.l.) haben aus einer Schnapsidee ein Unternehmen gemacht. Mit regional angebaute Lupine rösten sie in Eigenherstellung Lupinenkaffee, der schmeckt wie normaler Kaffee.

Foto: privat

mann Andreas und dem befreundeten Pärchen Felicia und Christian Heurich den Lupinenkaffee unter. Und siehe da, er schmeckte allen.

Aus dem Tasting wurde schließlich eine – letztlich gelungene – Schnapsidee zu Silvester in der Corona-Zeit 2020/2021. Der Gedanke: Die Pflanzen regional von Landwirten anbauen zu lassen und regional zu vertreiben. „Das ist doch wirklich ein

tolles Produkt, das in die Zeit passt. Die Menschen wollen wissen, woher ihre Lebensmittel kommen.“

Gedacht, gesagt, getan: Das Unternehmen S&H Lupinenprodukte UG entstand, das Produkt bekam den Namen Luvine Lupinenkaffee. Natürlich haben die vier zwischen 35 und 45 Jahren nicht alles dafür hingeworfen, sondern sind auf dem Boden beziehungsweise in ihren Berufen geblieben.

Die aber durchaus nützlich sind für den Nebenerwerb.

### ALLE HABEN HANDFESTE BERUFE

Cordula Senne als gelernte Bankkauffrau, die Wirtschaftswissenschaften studiert hat, kümmert sich um Finanzen, Steuern, rechtliche Dinge. Ehemann Andreas Senne ist Wildnispädagoge, hat Tischler ge-

lernt und „ein bisschen Bio und Chemie studiert. Er ist dadurch unser Produktentwickler, weil er sich sehr gut mit den Produkten auskennt“. Er sei es auch gewesen, der „dieses besondere Rösterverfahren für unseren Lupinenkaffee entwickelt hat, mit dem wir wirklich sehr nah an den klassischen Bohnenkaffee-Geschmack herankommen“.

Felicia Heurich ist Gärtnerin, „daher die Liebe zu Lupinen“ und ihr Mann Christian „ist als Bergmann für unsere handwerklichen Dinge zuständig“. Mittlerweile ist Felicia Heumann die erste der vier, die im Unternehmen als Vollzeitkraft arbeitet, zwei Minijobber wurden zusätzlich angestellt.

Und es gibt sogar eine Betriebsstätte, nachdem man mit einem kleinen Röster angefangen hatte, der „aber immer nur drei Kilogramm produzieren konnte“. Nun ist man bereits bei sechs Tonnen jährlich, da benötigte man einen größeren Röster und Platz dafür. Den fanden die vier in Beckedorf bei Bad Nenndorf. Vermieter Globo Fair Trade „röstet selbst Kaffee von einer kleinen Plantage in Peru“, erzählt die zweifache Mutter Cordula Senne.

### NUN AUCH MIT ECHTEM KAFFEE

Und so gibt es nun auch ein weiteres Produkt neben den beiden Lupinenkaffees mild („schmeckt nussig“) und kräftig („kommt dem Kaffeeengeschmack sehr nahe“), nämlich einen mit echten Kaffeebohnen verschnittenen Lupinenkaffee. Manchmal muss es eben doch Koffein sein.

# Himmelfahrt: „City Kirmes“ in Hannover

Vier Tage Volksfest in der Innenstadt vom 29. Mai bis 1. Juni mit Karussells und Buden

**HANNOVER.** „Jazz auf dem Trammplatz“ und eine „City Kirmes“: Rund um das Himmelfahrtswochenende Ende Mai/Anfang Juni wird es voll in Hannovers Innenstadt. An vier Tagen, vom 29. Mai, bis einschließlich 1. Juni, herrscht Volksfeststimmung in der City – etwa mit Karussells, Wurfuden und Zuckerwatteständen. Das familienfreundliche Fest „Hannover City Kirmes“ soll täglich ab 11 Uhr starten, Donnerstag bis Sonnabend bis jeweils 22 Uhr dauern, Sonntag dann bis 21 Uhr.

Diese Eckdaten hat das städtische Eventmanagement jetzt der Politik vorgestellt, gleichzeitig aber betont, dass Planungen und Genehmigungen noch nicht abgeschlossen seien. Das gilt ebenso für ein umfangreiches Sicherheitskonzept. Auch bei den Angeboten befinde man

sich noch in der Feinabstimmung, so die Stadt. Als Flächen für die „City Kirmes“ kommen die Innenstadt mit Opernplatz, Kröpcke, voraussichtlich auch der Platz der Weltausstellung, die Georgsstraße in Richtung Steintorplatz bis Schillerdenkmal in Betracht – festgezurr sei das aber ebenfalls noch nicht.

Veranstalter von „Hannover City Kirmes“ ist die Arbeitsgemeinschaft für Volksfeste Hannover. Die Schausteller planen etwa mit Autoscooter, Kinderfahrgeschäften, Ausschank, süßes und deftiges Essen, mit Buden für Ball- und Pfeilwerfen, Greifautomaten, Losbuden sowie Entenangeln. Auch ein Riesenrad ist in der Planung, doch das gestaltet sich offenbar schwierig. Die statische Prüfung seitens Stadt und Üstra hatte ergeben, dass ein Riesenrad weder auf dem Opernplatz, noch auf

dem Steintorplatz möglich ist. Grundproblem ist die Untertunnelung von Hannovers Innenstadt durch die U-Bahn.

„Vor allem für Familien und junge Menschen wollen wir ein Innenstadterlebnis bieten, ge-

meinsam mit City-Gemeinschaft und der Stadt“, sagt Gregory Laubinger von der Arbeitsgemeinschaft für Volksfeste. Bis zu fünf Fahrgeschäfte wolle man gerne aufbauen, was aber abhängig sei von der Statik des Untergrunds.

Auch der Platz der Weltausstellung könnte Teil von „Hannover City Kirmes“ werden, dann aber mit Schwerpunkt Gastronomie und eher als ruhige Zone.

„Hannover City Kirmes“ geht auf eine Initiative der SPD zurück – als Idee, um die Innenstadt zu beleben. Auch deshalb legt die Stadt den Termin parallel zum „Jazz auf dem Trammplatz“ am Donnerstag, 29. Mai, Himmelfahrt. „Nach dem Jazzkonzert können Besucherinnen und Besucher dann noch ein paar Runden Karussell auf dem Kröpcke fahren“, sagt Florian Spiegelhauer, der wirtschaftspolitische Sprecher der SPD. Das jetzt vorgestellte Konzept sei hervorragend dazu geeignet, um den Handel und die Innenstadt über diese vier Tage zu beleben. „Es wäre schön, wenn sich diese Veranstaltung in den kommenden Jahren verstetigen würde.“



Bald wieder da: Lebkuchenherzen mit flotten Sprüchen.

Symbolfoto: dpa

**Wilde Expedition Truck**  
zu Hammerpreisen sofort verfügbar!

Allrad, Untersetzung, Diff-Sperren, 900 Ah LiFePo4 Batterie, 820 W Solar, min. 1,3 t Zuladung, alte FSK3, 4/5 Gurtplätze, reisefertig

**Fuso ab 165.000,- € inkl. UST**  
**Daily ab 210.000,- € inkl. UST**

**WILDE Expedition Truck**

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

3916701\_002625

# stadler

## Deutschlands größte Rad-Auswahl

# BIS -50% RAD-RABATT WAHNSINN

Aktion bis 25. April, solange Vorrat reicht

### LITTLE DAX KINDERRAD 16"

Timmy  
• leicht und stabil  
• Top Ergonomie und Qualität  
• 10 Jahre Rahmengarantie  
Best-Nr.:  
133635 gelb  
133632 blau  
133641 rot

ab 4 Jahren

Auch in 18" + 10 €

UVP 199,-

30 € SPAREN

169,-

### PUKY KINDERFAHRRAD 20"

Skyride 20-3  
• tief gezogener Alu-Rahmen  
• wartungsarme 3 Gang Nabenschaltung  
• StVZO Vollausstattung mit  
Nabendynamo-LED-Licht  
und Gepäckträger  
Best-Nr.:  
96559 blau  
96561 grün

ab 5 Jahren

Besonders langlebige Verarbeitung

UVP 559,-

ÜBER 160 € SPAREN

392,-

### BULLS

#### ALLROUND MTB 27.5"/29"

Raptor Disc  
• hochwertiger Alurahmen mit  
abgesenktem Oberrohr  
• 100mm Sport-Federgabel  
• perfekt für Freizeit, Sport und Schule  
• verschleißarme Scheibenbremsen  
• viele Rahmengrößen passend ab 9 Jahren  
• Befestigungsmöglichkeiten für optionale  
Straßenausstattung und Gepäckträger  
Best-Nr.:  
132999 orange  
126701 silber  
126696 schwarz

Viele Größen von  
9 Jahren bis zum  
Erwachsenen

Top-Performance zum  
unschlagbaren Preis

UVP 779,-

ÜBER 280 € SPAREN

498,-

### PEGASUS

#### E-TREKKINGBIKE

EVO CX

- stärkster 85 Nm Bosch Performance CX Motor für Schub in jeder Lage
- hochwertiger hydroforming-Rahmen mit integrierter Kabelführung
- hydraulische Scheibenbremsen
- Comodoro Sattel für besten Langstreckenkomfort
- Safety-Set mit Rahmenschloss, Kette und 4 Schlüssel

Best-Nr.:  
126795 Wave  
126792 Trapez  
126798 Herren

BOSCH Performance CX Motor

Das smarte System  
BOSCH  
CX 85 Nm Drehmoment  
625 Wh

Preis-Sensation

UVP 3989,-

ÜBER 1590 € SPAREN

2392,-

### HERCULES

#### FALT-E-BIKE 20"

Rob Fold R8

- flexibel und mobil bei allen Platzverhältnissen
- besonders fahrstabil und 100% alltags-tauglich
- pat. Klappmechanismus & Höhen-Schnellverstellung
- Premium-Komponenten für höchste Zuverlässigkeit
- Gepäckträger und Front-träger-Interface

Best-Nr.: 133207

Das smarte System  
BOSCH  
Active Line Plus  
400 Wh

Perfekt für Camping,  
ÖPNV oder beengte  
Platzverhältnisse

UVP 3199,-

ÜBER 200 € SPAREN

2989,-

Leasing-Partner alle Anbieter

0 % Finanzierung OHNE Zinsen<sup>1)</sup>

21x in Deutschland

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

Irrtümer, Druckfehler, Preisänderungen und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Teilweise keine Originalabbildungen. Angebote nur solange der Vorrat reicht. \*\* ehemalige UVP \*\*\* Preis entspricht unserem Markteinführungspreis der aktuellen Saison 1) Kaufpreis entspricht dem Nettodarlehensbetrag; Gebundener Sollzinssatz (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

In sozialen Medien begeistert **ASTROLOGIE** Tausende Menschen

**BERLIN.** Passen wir zusammen? Um das herauszufinden, legen manche TikTok-User ihr Horoskop mit dem ihres Partners übereinander. Andere lehnen ein Date auf Instagram mit einem „Widder“ ab, weil er nicht mit dem eigenen Sternzeichen kompatibel ist. Und wieder andere erklären, was eigentlich einen „echten“ „Wassermann“ ausmacht.

Die Astrologie scheint auch viele Nutzerinnen und Nutzer sozialer Medien in den Bann zu ziehen, wenn man von dem enormen Angebot auf Plattformen wie Tiktok oder Instagram ausgeht. Aber was wissen die Sterne eigentlich wirklich über uns?

gegenüber, wie eine Studie aus dem Jahr 2021 zeigt. Demnach interessieren sich 46 Prozent der Befragten nicht für ihr Horoskop. Doch es gibt auch diejenigen, die regelmäßig einen Blick in die Sterne werfen: 39 Prozent der Befragten lesen immerhin in unterschiedlicher Regelmäßigkeit ihr Horoskop. Aber warum?

„Der Glaube an Horoskope steht im Zusammenhang mit unserem Grundbedürfnis nach Orientierung und Sicherheit“, erklärt Elisabeth Dallüge, psychologische Psychotherapeutin und kooptiertes Mitglied des Bundesvorstands Deutsche Psychotherapeuten Vereinigung (DPTV). Das gelte vor allem in heutigen Zeiten, in denen wir mit vielen Unsicher-

etwa, weil man selbst dafür verantwortlich war, so Dalügge. Auf diese Weise können Horoskope ein Gefühl der Überforderung reduzieren.

Außerdem hilft die Astrologie manchen Menschen bei der Suche nach einem Sinn. „Es gibt in der gesamten Menschheitsgeschichte viele Konzepte, die das Bedürfnis nach Sinnfindung oder einer emotionalen Stütze befriedigen. Horoskope gehören für einige Menschen dazu und geben ihnen so das Gefühl, dass es einen größeren Plan gibt“, sagt Dalügge. Ob jemand an Horoskope glaube, hänge aber auch davon ab, wie sehr jemand seine Sicherheit oder sein Kontrollbedürfnis von externen Faktoren abhängig mache.

## WANN HOROSKOPE ZUM PROBLEM WERDEN

Die Expertin weiß aber auch: „Der Glaube an Horoskope kann selbstverständlich auch problematisch werden – und zwar dann, wenn Menschen ihre Entscheidungen stark davon abhängig machen.“ Das habe nichts mit der Wertigkeit, der Qualität oder der Vorhersagbarkeit von Horoskopen zu tun. „Es ist immer schlecht, wenn wir unsere eigenen Entscheidungen stark von äußeren Faktoren abhängig machen.“ Schwierig wird es Dalügge zufolge vor allem dann, wenn der Verlauf des Tages davon abhängig ist, was im Horoskop steht. Dann besteht die Gefahr, dass unsere Entscheidungen nicht an unsere wirklichen Bedürfnisse anknüpfen. „Es ist wie bei so vielem“, sagt Dalügge. „Die Dosis macht das Gift. Ein gesunder Umgang mit Orientierung ist, dass man diese immer auch hinterfragen sollte.“

vorstands Deutsche Psychotherapeuten Vereinigung (DPTv). Das gelte vor allem in heutigen Zeiten, in denen wir mit vielen Unsicherheiten wie Kriegen oder der Klimakrise konfrontiert seien. Vielleicht ist das der Grund, warum die Astrologie in den sozialen Medien gerade so beliebt ist.

„Solche Entwicklungen wecken das Bedürfnis nach einfachen Erklärungen – auch wenn diese nicht wissenschaftlich belegbar sind“, so Dalügge. „Jeder Mensch hat den Wunsch nach Sinn und Struktur. In zufälligen Ereignissen Muster erkennen zu wollen, ist eine sehr natürliche Eigenschaft unseres Gehirns.“

An Horoskope zu glauben, kann aber auch eine emotionale Entlastung darstellen, weiß Dalügge. Denn es ist eine Möglichkeit, Verantwortung abzugeben. Es sei für manche Menschen leichter, zu glauben, dass der Tag wegen einer bestimmten Sternkonstellation besonders schlecht gewesen sei – und nicht



**Astrologie und Horoskope geben manchen Menschen ein Gefühl von Sicherheit.** Symbolfoto: Mikhail Nilov / Pexels

# HELFER IN SCHWEREN STUNDEN

## DAS GIBT ANGEHÖRIGEN HALT



Rituale können dabei helfen, den Abschied zu erleichtern und das Andenken zu bewahren.  
Foto: The Good Funeral Guide/Unsplash

## Kleine Gesten mit großer Bedeutung

Persönliche Gedenkrituale für den Alltag – Erinnerung bewahren, Trauer bewältigen

Der Verlust eines geliebten Menschen hinterlässt eine spürbare Leere, die sich oft in vielen kleinen Momenten des Alltags zeigt. Neben klassischen Trauerprozessen suchen viele Menschen nach individuellen Wegen, die Erinnerung lebendig zu halten und eine Verbindung zu dem Verstorbenen zu bewahren. Persönliche Gedenkrituale können in dieser Phase eine wertvolle Stütze sein. Sie helfen, Trauer bewusst zu verarbeiten, Trost zu finden und sich dem Verstorbenen weiterhin nah zu fühlen.

### Rituale als Brücke zwischen Vergangenheit und Gegenwart

Rituale haben seit jeher eine große Bedeutung in der Trauerkultur. Sie geben Halt und Struktur, insbesondere in Zeiten des Verlusts. Während traditionelle Rituale wie das Anzünden einer Kerze am Grab oder das Aufstellen eines Fotos weit verbreitet sind, entwickeln viele Menschen eigene, individuell passende Formen des Gedenkens. Dabei können auch kleine Gesten große Wirkung entfalten.

Ein weiteres Ritual ist das bewusste Einbeziehen von Musik. Ein Lieblingslied des Verstorbenen kann zu bestimmten Anlässen gespielt oder in stillen Momenten gehört werden.

### Erinnerung im Alltag verankern

Ein Gedenkritual kann sich bewusst in den Alltag integrieren und zu einem persönlichen Moment der Verbindung werden. Ein Beispiel ist das Tragen eines Erinnerungstücks, sei es ein Schmuckstück mit Gravur, ein geerbtes Kleidungsstück oder ein Gegenstand mit besonderem ideellem Wert. Diese kleinen Begleiter vermitteln ein Gefühl der Nähe und bewahren eine spürbare Erinnerung.

Ein weiteres Ritual ist das bewusste Einbeziehen von Musik. Ein Lieblingslied des Verstorbenen kann zu bestimmten Anlässen gespielt oder in stillen Momenten gehört werden. Musik hat die Kraft, Erinnerungen zu akti-

vieren und emotionale Nähe herzustellen.

Auch das Führen eines Erinnerungstagebuchs kann eine wertvolle Geste sein. In einem solchen Buch können Gedanken, Erinnerungen oder sogar Briefe an den Verstorbenen festgehalten werden. Diese schriftliche Auseinandersetzung mit der Trauer kann nicht nur Trost spenden, sondern auch helfen, Emotionen zu verarbeiten und die Beziehung zur verstorbenen Person auf eine neue Weise weiterzuführen.

### Gemeinsame Rituale mit Familie und Freunden

Gedenkrituale müssen nicht ausschließlich im Stillen stattfinden. Der Austausch mit Familie

und Freunden kann die Trauer auf eine unterstützende Weise begleiten. Ein gemeinsames Essen mit Lieblingsgerichten des Verstorbenen oder ein regelmäßiges Treffen zur Erinnerung kann helfen, das Andenken zu wahren und miteinander Trost zu finden.

Auch symbolische Gesten können eine Rolle spielen. Das Pflanzen eines Baumes im Gedenken an den geliebten Menschen oder das regelmäßige Ablegen einer Blume an einem besonderen Ort verbindet das Erinnern mit einer greifbaren Handlung. Diese Form des Gedenkens schafft eine dauerhafte und sichtbare Erinnerung.

### Gedenken im Wandel der Zeit

Mit der Zeit können sich Rituale verändern oder neue hinzukommen. Während manche Menschen bestimmte Rituale über viele Jahre hinweg beibehalten, finden andere mit der Zeit neue Ausdrucksformen des Erinnerns. Dabei gibt es keinen richtigen oder falschen Weg – entscheidend ist, dass das Ritual stimmig ist und eine persönliche Bedeutung trägt.



Kerzen und Lichter auf Gräbern oder an Gedenkortern sind eines der bekanntesten Rituale zur Erinnerung an Verstorbene. Foto: Shox/Pexels

## Gedenkbäume pflanzen

Ein wachsendes Denkmal für die Ewigkeit

Das Pflanzen eines Baumes im Gedenken an einen verstorbenen Menschen gewinnt als Ausdruck individueller Erinnerung zunehmend an Bedeutung. In einer Zeit, in der traditionelle Formen der Bestattungskultur immer stärker durch persönliche und naturnahe Alternativen ergänzt werden, stellt der Gedenkbaum eine stille, aber kraftvolle Möglichkeit dar, das Andenken an einen geliebten Menschen zu bewahren.

### Leben und Verbindung

Ein Gedenkbaum symbolisiert Leben, Wachstum und die Verbindung zwischen Erde und Himmel. Während ein Grabstein ein festes Denkmal ist, verkörpert der Baum ein lebendiges Andenken – er verändert sich mit den Jahreszeiten, wächst, spendet Schatten und bleibt über Jahrzehnte hinweg ein Teil der Landschaft. Diese Form

des Gedenkens ist eng mit dem Wunsch vieler Menschen verbunden, etwas Dauerhaftes zu schaffen, das gleichzeitig einen positiven Beitrag zur Umwelt leistet.

Zunehmend bieten Friedwälder, Ruheforste und andere naturnahe Bestattungsorte die Möglichkeit, Urnenbeisetzungen mit der Pflanzung eines Baumes zu verbinden. Doch auch außerhalb formeller Bestattungsorte kann ein Gedenkbaum gesetzt werden – etwa im eigenen Garten, auf Privatgrundstücken oder im Rahmen von Gedenkprojekten in öffentlichen Parks.

Die Auswahl der Baumart erfolgt häufig mit Bedacht. Regionale, robuste Arten wie Eiche, Buche oder Linde stehen oft für Beständigkeit und Stärke. Kirsch- oder Magnolienbäume hingegen symbolisieren Schönheit und Vergänglichkeit. Auch persönliche Vorlieben oder biografische Bezüge des Verstorbenen fließen in die Entscheidung mit ein.

Ein Gedenkbaum ist nicht nur ein Ort der Erinnerung, sondern kann auch Raum für Trauer, Rückzug und stille Zwiesprache bieten. Er lädt dazu ein, regelmäßig aufzusuchen, verweilen zu dürfen und im Wandel der Natur Trost zu finden.



Symbolische Bedeutung: Ein Gedenkbaum kann einen persönlichen Bezug zum Verstorbenen haben.  
Foto: Thirdman/Pexels



**BESTATTUNGSDIENST  
LUTZ BIERWISCH**  
Erd-, Feuer-, Seebestattungen  
eigene anonyme Grabanlage • Friedwald • Ruheforst  
Wunstorfer Str. 49 • 30453 Hannover  
Tel.: 0511 / 590 31 33 • Mobil: 0171 / 841 87 49  
Ronnenberg - Hannover - Lehrte  
[www.bierwisch-bestattungen.de](http://www.bierwisch-bestattungen.de)



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



**Kolumbarium  
Hl. Herz Jesu**



Würdevolle Urnenbeisetzungen  
in der Kirche Hl. Herz Jesu  
Max-Kuhlemann-Str. 13 • 30559 Hannover  
Info-Telefon: 0511 9 59 28-0  
[www.kolumbarium-hannover.de](http://www.kolumbarium-hannover.de)



**Bestattungen  
Werner Georg**

Sehnder Str. 5, 30559 Hannover-Anderten  
Victor-Schulte-Straße 2, 30539 Hannover-Bemerode  
Tel.: 0511 / 51 28 28  
[info@bestattungen-georg.de](mailto:info@bestattungen-georg.de)  
[www.bestattungen-georg.de](http://www.bestattungen-georg.de)

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

**JÖCKS BESTATTUNGEN**

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

Inh. Anja Lentze-Jöcks



**FROMM**  
Familienbetrieb seit 1908

Pieperstraße 14 • 30519 Hannover  
Telefon 0511 - 86 26 91  
[info@fromm-bestattungen.de](mailto:info@fromm-bestattungen.de)  
[www.fromm-bestattungen.de](http://www.fromm-bestattungen.de)

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



**Behling  
BESTATTUNGEN**  
125 Jahre Vertrauen durch Kompetenz  
-wenn Sie uns brauchen, haben wir Zeit!

ERD-, FEUER-, SEE- UND WALDBESTATTUNGEN  
BERATUNG IM TRAUERHAUS - VORSORGE - EIGENE TRAUERHALLE

30659 Hannover-Buchholz  
Sutelstr. 69

30629 Hannover-Misburg  
Waldstraße 12

Telefon **0511-6478014**  
e-mail: [ab@behling-bestattungen.de](mailto:ab@behling-bestattungen.de) - [www.behling-bestattungen.de](http://www.behling-bestattungen.de)

**Unterstützung mit  
Herz und Verständnis.**

**BESTATTUNGEN  
Warnecke**

Tag & Nacht Tel. 0511-53 03 60  
Breithauptstr. 3 • Hannover  
[www.warnecke-bestattungen.de](http://www.warnecke-bestattungen.de)

Raum und Zeit für den Abschied

**BÖKER**  
Bestattungen Tischlerei

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

Beekestraße 66/68, 30459 Hannover-Ricklingen  
**0511 / 42 17 17**  
[bestattungen@boeker-hannover.de](mailto:bestattungen@boeker-hannover.de)  
[www.boeker-hannover.de](http://www.boeker-hannover.de)



**Gebr. Lautenbach  
Bestattungshaus**

**WIR SIND FÜR SIE DA!**  
Ihre Hilfe im Trauerfall –  
digital & jederzeit

-  **Abmelde-Assistent**  
Ihr digitaler Formalitätshelfer
-  **Gedenkseite**  
Gemeinsam trauern & sich erinnern
-  **Trauerfeier-Musik**  
der Soundtrack eines Lebens  
u.v.m

**Filialen**

- Linden
- Ricklingen
- Mühlengberg
- Hemmingen

**0511 – 92 99 10**

[www.lautenbach-bestattungen.de](http://www.lautenbach-bestattungen.de)

# Hannover im Vinyl-Fieber

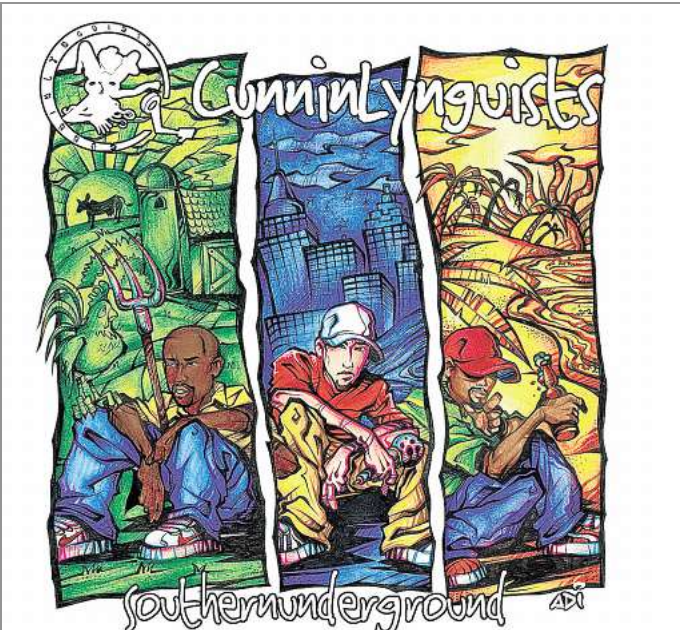
Die **magaScene** hat wieder einen Tipp parat: **RECORDS STORE DAY 2025**

Die gute alte Schallplatte liegt schon länger wieder voll im Trend und gewinnt immer mehr an Popularität. Auch junge Käufer und Käuferinnen haben das Medium für sich entdeckt und sind ständig auf der Jagd nach neuem Stoff für ihre Sammlungen. Wenn es so etwas wie einen Feiertag in der Vinyl-Gemeinde geben würde, wäre es sicher der Record Store Day, kurz RSD, der seit 2008 jedes Jahr im April stattfindet, 2025 am 12. April. Es wird in diesem Jahr über 400 exklusive Veröffentlichungen geben, die Sammlerherzen höherschlagen lassen, in Deutschland, Österreich und der Schweiz sind rund 280 Plattenläden mit dabei. Bei uns in Hannover nehmen sogar gleich drei Läden am RSD teil. Eine Übersicht

über alle Veröffentlichungen zum RSD 2025 gibt es hier: [www.recordstoredaygermany.de](http://www.recordstoredaygermany.de).  
**ROCKERS RECORDS (WECKENSTR. 1) – WWW.ROCKERS.DE**  
Rockers-Chef Christoph Stadtmüller freut sich schon auf den 12. April: „Der RSD macht Spaß, es ist viel los im Laden, es kommen viele neue und alte Kunden vorbei und es ist ein umsatzstarker Tag. Die Vorbereitung bedeutet aber auch viel Arbeit und in der Regel Nachschichten an den Tagen kurz vorher.“ Auf die Frage, was man eventuell besser machen könnte, sagt Christoph: „Mir machen manche Preise Sorgen, leider sind einige Veröf-

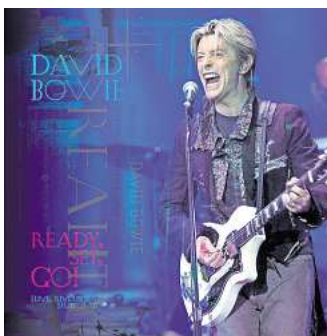
fentlichungen echt teuer geworden. Ich kann da die Preispolitik mancher Labels oder Vertriebe nicht nachvollziehen.“  
**Christophs RSD-Highlights:**  
► **Smashing Pumpkins – Siamese Dream**  
► **Sister Nancy – One, Two**  
► **CUNNINLYNGUISTS – Southern Underground**

**OHRWURM CDS (DEISTERSTR. 32) - WWW.OHRWURM-CDS.DE**  
Olaf Töpelmann von Ohrwurm CDS: „Der RSD ist für uns als Plattenladen schon wichtig, da er auch immer neue und oft überregionale Kunden in den Laden bringt. Es macht Spaß, im Vorfeld aus dem Angebot der Veröffentlichungen die hoffentlich in-



ein ganz besonderer Tag. Wir möchten ihn nicht missen.“ Kritisch sieht Ralph folgendes: „Die Preise sowie die Menge an Veröffentlichungen könnten angepasster sein.“

**Ralphs RSD-Highlights:**  
► **Art Of Noise – Impressions Of Forever**  
► **David Bowie – Ready, Set, Go!**



teressantesten herauszufiltern. Und natürlich ist es auch spannend zu sehen, welche Scheiben man bekommt und welche am gefragtesten sind.“ Auf die Frage, was noch besser werden könnte, meint Olaf: „Für uns wäre es schön, wenn es ein paar mehr Veröffentlichungen auf CD gäbe, die gehören ja auch zu einem Record-Store. Ich denke da an gut gemachte Werkschauen mit ordentlich Bonusmaterial, Maxi-Versionen etc., dafür sehe ich nach wie vor Potenzial.“

**Olafs RSD-Highlights:**  
► **David Bowie – Ready, Set, Go! (Cover rechts)**  
► **Sampler – Wiener Blut- rausch 1 (Cover unten)**



**25 MUSIC (KRONENSTR. 12) - WWW.25MUSIC.DE**

Last but not least wird auch 25 Music wieder mit dabei sein. Dort gibt es am 12.4. sogar ab 13 Uhr Live-Musik von der Band Chicago Lane, die mit Glam- und Hairmetal im Stile der 80er punkten werden. Ralph Bochmann zum RSD: „Der RSD hat sich als eine der wichtigsten Größen in unserem Jahresplan etabliert. Die Planung bedeutet für uns über Monate viel Arbeit, aber auch Abwechslung vom Alltagstrott. Der RSD, als Highlight, ist dann wie Weihnachten für Plattenliebhaber, Sammler und auch für den Plattenladen

Also – nichts wie los zum RSD am 12. April. Euch erwarten spannende und gut gemachte Re-Releases längst vergriffener Alben, Veröffentlichungen, die erstmals auf Vinyl zu haben sind und einiges mehr.



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

## Zwei neue Selbsthilfegruppen

**HANNOVER.** In der neuen Selbsthilfegruppe „Trauer um Haustiere“ treffen sich Menschen, die den Verlust eines geliebten Tieres verarbeiten. Die Gruppe möchte gegenseitiges Verständnis und Austausch erleben und richtet sich an alle, die Gleichgesinnte suchen. Die Treffen finden montags um 17.30 Uhr einmal im Monat statt. In einer zweiten Gruppe geht es

um das Thema „Schizoaffektive Störung“. Betroffene jeden Alters sind willkommen, die Gruppe möchte Wege aufzeigen und entwickeln, mit dieser Diagnose umzugehen und ein weitgehend selbstbestimmtes Leben zu führen. **RED**

► **Anmeldung und Information bei der KIBIS, (0511) 666567 [kibis-hannover.de](http://kibis-hannover.de)**

## LeibnizLAB: Bus voller Experimente

**HANNOVER.** Experimente aus den Bereichen Physik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik für Schülerinnen und Schüler aller Altersstufen: Das LeibnizLAB – der Experimente-Bus der Leibniz Universität Hannover – kann wieder für Termine von April bis September 2025 gebucht werden. Für die Klassenstufen 3 bis 13 werden Unterrichtsbesuche unter anderem zu den Themen Bauingenieurwesen, Biologie/Biochemie, Elektrotechnik, Informatik, Maschinenbau und Physik angeboten. Studierende der MINT-Fächer fahren mit dem Experimente-Bus zu Schulen in der

Stadt und der Region Hannover und bringen den Schülerinnen und Schülern naturwissenschaftlich-technische Phänomene durch spannende Experimente näher. Das Ziel ist es, Kindern und Jugendlichen die Vielseitigkeit dieser Fachrichtungen aufzuzeigen und sie schon frühzeitig für Wissenschaft zu begeistern. Die Unterrichtsbesuche des LeibnizLABs sind für die Schulen kostenlos. **RED**

► **Lehrkräfte können ihre Klassen oder Lerngruppen online auf [unihannover.de/leibnizlab](http://unihannover.de/leibnizlab) anmelden. Dort gibt es eine Übersicht der angebotenen Themen.**





**NUR BIS SAMSTAG 12. APRIL**

**IHR RABATT 20,- €**

Rabatt ab 99,90 €  


Gültig ab einem Einkauf von 99,90€ bei CB bis zum 12. April 2025 gegen Vorlage des Coupons. Einmalig einlösbar und nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar, keine Barauszahlung und keine nachträgliche Vergütung auf bereits gekaufte Ware. Ausgenommen ist der Kauf von Geschenkgutscheinen.

**NEUERÖFFNUNG**

**IM EINKAUFSPARK KLEIN-BUCHHOLZ**

**ERHALTEN SIE 20€ RABATT AUF IHREN EINKAUF GEGEN VORLAGE DES RABATT-COUPONS!**

**cbmode.de**

**HANNOVER · EINKAUFSPARK KLEIN-BUCHHOLZ**  
2 X LÜBECK · KIEL · SCHWENTINENTAL · FLENSBURG

**ONLY** **Street One** **TOMMY JEANS** **Calvin Klein** **OPUS** **CECIL** **MAC** **camel active**

**JACK&JONES** **VERO MODA** **someday.** **TOM TAILOR** **LINDBERGH** **PME LEGEND** **u.v.m.**

11798501\_002025

# „Wir haben alle dasselbe Gen“

BNI – INTERNATIONALES UNTERNEHMERNETZWERK mit Exklusivcharakter

**REGION HANNOVER.** Thomas Rätzke, Exekutivdirektor der Region Hannover, fasst das Konzept des Unternehmensnetzwerks Business Network International – kurz BNI – in einem knackigen Satz zusammen: „Wir befreien den Erfolg vom Zufall, weil dahinter eine Strategie steht.“ Eine Strategie, die offensichtlich komplett aufgeht, denn in der Region Hannover hat sich die Zahl der Mitgliedsunternehmen von 2022 bis heute verdoppelt. Waren es vor drei Jahren noch 103 Mitglieder, so sind es jetzt an die 200. „Ende 2026 wollen wir 300 erreicht haben“, gibt Rätzke, Chef des Um-

weltdruckhauses in Langenhagen, die Marschrichtung vor. Weltweit sind es sogar 341.000 Mitglieder. Sieben so genannte Chapter gibt es in der Region, einmal in der Woche treffen sich die Mitglieder regelmäßig gleich frühmorgens, um sich auszutauschen. „Dabei geht es um klassisches Empfehlungsmarketing. Neue Kontakte sind das A und O. Unser Motto lautet: ‚Wer gibt, gewinnt‘“, sagt Mitglied Michael Möhne. Teilnehmer am BNI-Marketingprogramm zu sein, bedeutet vor allem, Unterstützung beim Vermarkten der eigenen Dienstleis-

tung oder der eigenen Produkte zu haben. Dafür werden weder Gehälter noch Provisionen gezahlt. Ein Alleinstellungsmerkmal ist dabei die so genannte Fachgebietsexklusivität, das heißt jede Branche ist in jedem Chapter nur einmal vertreten. Und die gewonnenen Kontakte als menschlicher Gewinne schlagen sich auch in einem monetären Gewinn nieder. Rätzke: „Jedes BNI-Mitglied in der Region Hannover macht im Jahr etwa einen Mehrumsatz von 60000 Euro.“ Die Mitgliedsunternehmen kommen seit drei Jahren einmal im Monat zu einem Jahrestreffen zusammen. Mehr als 600 Unternehmen trafen sich am Abend im VIP-Bereich der Heinz von Heiden Arena, um zu netzwerken, sich miteinander auszutauschen und natürlich auch zu feiern. Bei diesem Netzwerkevent BNI 19 überreichte Thomas Rätzke auch einen Scheck über 1.000 Euro an „Business vor Kids“. Mehr als 1.800 Kinder haben dank des Engagements des Vereins schon ihr Seepferdchen- und Bronzeabzeichen abgelegt.

Dieses Mal gab es mit einer BNI-Messe am Nachmittag aber auch noch eine Neuerung. Unternehmen, die noch nicht BNI-Mitglied sind, waren eingeladen, um sich ein Bild des internationalen Netzwerks zu machen. 33 Mitgliedsfirmen stellten sich und ihre Produkte und Dienstleistungen vor. Einige von ihnen erläuterten, was für sie die Mitgliedschaft bei BNI so reizvoll macht. „Es ist das einzige Netzwerk, das über Geschäftskontakte geht und wo es auch funktioniert“, sagt Holger Mahlstedt aus dem hannoverschen Chapter „Ferdinand Braun“, der schon fast 20 Jahre bei BNI ist. Peter Embscher, Geschäftsführer der Internetagentur YTPi, ist seit 14 Jahren Mitglied. „Angefangen habe ich allein, jetzt habe ich 20 Mitarbeiter. Einen Teil meines Wachstums habe ich auch BNI zu verdanken“, sagt das Mitglied des hannoverschen Chapters „Wilhelm Röntgen“.

Erst seit Anfang des Jahres ist der Langenhagener Philipp Ries bei den Treffen des „Hannover Airport BNI“ in der Flughafenstadt mit von der Partie. „Ich ver-

spreche mir vom Austausch mehr Sichtbarkeit und mehr Interesse anderer Branchen sowie die Erweiterung meines Netzwerks.“ Steter Tropfen höhle hier den Stein, und Philipp Ries ist überzeugt davon, dass sich mittel- und langfristig sicherlich monetärer Erfolg einstellen werde.

Erst seit Spätsommer vergangenen Jahres ist Malermeister Marian Dornseiff aus dem hannoverschen Chapter „Leinewald“ BNI-Mitglied. Und der 28-Jährige bereut die Entscheidung nicht. „Ich habe seitdem viele interessante zwischenmenschliche Kontakte geknüpft und auch jede Menge Empfehlungen bekommen“, sagt Dornseiff. Der Langenhagener Marc-Alexander Hinz-van Schwarmen empfiehlt jedem, der sich selbstständig macht, das Netzwerk. „Beziehungen und Kontakte sind das Allerwichtigste. Ohne sie geht es nicht“, sagt der Inhaber von Pin.my.Reviews. Für Geistheilerin Friedrike Garlich aus dem Chapter „Ferdinand Braun“ ist BNI seit sieben Jahren die „richtige Art des Netzwerkens“, sie mache enorm viel

Umsatz über die Kontakte. Garlich: „Es gibt so viele interessante und unterschiedliche Menschen und Branchen, aber wir alle haben dasselbe Gen. Für mich gibt es immer eine richtige Telefonnummer.“



**1000 Euro für den Verein „Business for Kids“: Thomas Rätzke (Mitte) übergibt den Scheck an die Vorstandsmitglieder Andreas Bausch (links) und Joachim Wehrmann.**  
Foto: Raphael Michalek

## Wegen seiner Bilder fühlen sich Menschen wunderschön

Straßen-Fotograf „floztu“ macht Fotos von Passanten und veröffentlicht deren emotionale Reaktionen in Sozialen Medien

Darf ich Ihnen ein Kompliment machen? Sie sehen total toll aus, total sympathisch“, sagt Florian Stumpf (27) einer 86-jährigen Passantin, als er in der hannoverschen Innenstadt unterwegs ist. Die 86-Jährige lacht und antwortet: „Und das, obwohl es mir gar nicht so gut geht.“ Stumpf stellt sich ihr als Fotograf vor, der spontan Bilder von Menschen macht, die ihm unterwegs begegnen, und fragt, ob er auch sie fotografieren dürfe. Kurz darauf weist Stumpf die 86-Jährige an, wie sie sich am besten positionieren kann. „Das haben Sie gut gemacht“, sagt die Passantin, als sie einen Blick auf die Bilder wirft. Auf dem Foto rollt ihr eine Träne über die Wange. Zu sehen ist die Interaktion mit der 86-Jährigen in einem Video auf Stumpfs Instagram-Kanal, hochgeladen am 6. März.

„Die Gespräche sind das, was die Videos ausmachen“, sagt Stumpf. „Das Schöne ist der Gesichtsausdruck der Menschen, wenn man sie anspricht und ihnen ein Kompliment macht.“

zunehmen. Doch am Ende kommentieren die Protagonisten das eigene Bild meist mit einem Lächeln. Auch der Göttinger Wolfgang Pick wird von Stumpf in der Göttinger Innenstadt fotografiert. „Es hat mich noch nie jemand angesprochen, um ein Foto von mir zu machen“, sagt Pick und lächelt. „Ich habe ihn ausgewählt, weil er ein besonderes Aussehen hat und die Farben seiner Mütze gut mit dem Hintergrund harmonisieren“, sagt Stumpf. Als Dankeschön druckt der 27-Jährige die Bilder aus und kommt

Florian Stumpf ist Straßen-Fotograf in Göttingen, Kassel und Hannover.  
Foto: Christine Mühlberg



währenddessen mit den Fotografierten ins Gespräch über das, was ihnen gerade auf dem Herzen liegt. Nicht selten werden diese Unterhaltungen emotional – das kommt gut an bei den Followerinnen und Followern.

### INTERAKTION MIT MODELS BERÜHRT FOLLOWER

Das erste Video lud der Fotograf im Dezember 2022 hoch, mit der Motivation, seine Fähigkeiten in der Porträtfotografie zu verbessern. „Seitdem haben sich meine Videos schon sehr verändert“, sagt er.

Damals sei es ihm mehr um die Fotos und weniger um den Dialog mit den Menschen gegangen. „Aber ich habe gemerkt, wie gut diese Interaktionen bei den Zuschauern ankommen.“ Reaktionen und Kritik an seinen Bildern bekomme er seither weniger. Viel mehr kommentieren Nutzer die Reaktion der Fotografierten. „Ich bin eigentlich eher Interviewer als Fotograf“, sagt Stumpf.

Nach welchen Kriterien der Lehramtsstudent seine Models auswählt? „Ich schaue nach Leuten, die aus der Masse herausstechen, weil sie etwas Besonderes

haben“, sagt er. „Das kann die Kleidung oder das Gesicht sein.“

Auf fremde Menschen zuzugehen, sei anfangs noch eine Herausforderung für ihn gewesen. „Ich bin eigentlich gar kein extrovertierter Mensch“, sagt Stumpf. Inzwischen sei der Kontakt mit fremden Menschen jedoch zur Gewohnheit geworden – und eine gute Übung, um für den Beruf als Lehrkraft Selbstvertrauen aufzubauen.

Um die Videos zu drehen, hält er sich meist in belebten Seitenstraßen auf. Größere Menschenmengen seien zwar praktisch, weil dort mehr potenzielle Models unterwegs sind, „andererseits brauche ich dafür Ruhe“, sagt Stumpf.

Wie viele Menschen er an einem Nachmittag fotografiert und filmt, ist immer unterschiedlich. Manchmal ist er vier Stunden unterwegs und kann nur zwei Videos verwenden. An anderen Tagen fotografiert er mehr als zehn Menschen in zwei Stunden. „Pro Video kommen dann noch zwei bis vier Stunden Schnitt und Bearbeitung dazu.“

Seine Liebe für die Fotografie entdeckte Stumpf, als er die Spiegelreflexkamera seines Va-

ters benutzen durfte, sagt der Lehramtsstudent. Zunächst sei das Hobby dann im Sand verlaufen, bis ihn vor drei Jahren schließlich erneut die Motivation gepackt habe. Die nötigen Fertigkeiten und das Fachwissen habe er sich selbst angeeignet, sagt Stumpf. Inzwischen könnte sich der 27-Jährige vorstellen, beruflich den Fokus auf die Fotografie zu legen. „Ich fotografiere auch gerne Hochzeiten oder Veranstaltungen.“ Hauptsache Menschen“, sagt er.

Die Straßenfotografie möchte er nach Möglichkeit fortsetzen. „Es ist ein schönes Gefühl, wenn ich den Menschen etwas zurückgeben kann. Denn die Leute geben mir etwas von sich.“

### STRAßEN-FOTOGRAF: 120.000 FOLLOWER BEI INSTAGRAM

Florian Stumpf alias „floztu“ steht als Straßen-Fotograf für gewöhnlich hinter der Kamera und bittet fremde Menschen in Göttingen, Kassel und Hannover, ein Porträtfoto von ihnen aufnehmen zu dürfen.

Die Interaktion mit den Passanten filmt der 27-Jährige nebenbei und veröffentlicht die Videos in den Sozialen Medien. Inzwischen folgen Stumpf mehr als 120.000 Menschen auf Instagram, fast 180.000 sind es bei TikTok (Stand 10. März).

In den Videos ist zu sehen, wie die Passanten anfangs oft skeptisch auf die Frage von Stumpf reagieren, ob er sie fotografieren dürfe. Einige geben an, sich nicht fotogen genug zu fühlen. Anderen fällt es sichtlich schwer, die Komplimente des Fotografen an-



**Die 86-jährige Passantin hat Stumpf in Hannover fotografiert.**  
Foto: Florian Stumpf

## Blitz-Blank

**Vorher**

**Nachher**

**Steinreinigung**

**Pflasterarbeiten**

**Spezial verfugen**

**Dachreinigung**

**25 % Neukundenrabatt**

**- 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-Langzeitschutz (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!

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

**MIX Markt**

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

Mix Markt 122 OHG  
Lange Weihe 65  
30880 Laatzen

**Mix Markt 18 OHG**  
Vahrenheider Markt 6  
30179 Hannover-Vahrenheide

Mix Markt Hannover  
Schierholzstr. 128  
30655 Hannover

Angebote gültig von Mo. 07.04. bis Sa. 12.04.2025

**Schweinenaeken ohne Knochen 1 kg**

**7.29**

**Schweinenaeken mit Knochen 1 kg**

**6.29**

**Schweine-Schulter ohne Knochen 1 kg**

**5.99**

**Schärrippen vom Schwein 1 kg**

**3.99**

**Marinierter Schaschlik vom Schweinenaeken 1 kg**

**7.99**

**Schweinenaeken mariniert ohne Knochen in Scheiben 1 kg**

**7.99**

**Marinierte Schärrippen vom Schwein 1 kg**

**4.99**

**Marinierte Holzfallersteaks aus der Schweine-Schulter 1 kg**

**4.29**

**Fleischtomaten Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1 kg**

**2.79**

**Zucchini weiß Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1 kg**

**2.49**

**Einlegegurken Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1 kg**

**2.29**

**Auberginen Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung 1 kg**

**1.99**

**Handgemachte Manty nach sibirischer Art – Teigtaschen mit Schweinefleischfüllung oder Teigtaschen mit Schweine- und Rindfleischfüllung „Semejnie“, tiefgefroren 1/1,6 kg Btl., 1 kg = 7,99 / 5,00**

**7.99**

**Frische Eier aus Bodenhaltung, 20 Stück, Güteklasse A, Gewichtsklasse M 20 St. Pack., 1 St. = 0,23**

**4.49**

**Polnisches Krautgericht mit Fleischmischung „Bigos“ 500 g Gl., 1 kg = 4,98**

**2.49**

**Eiscreme mit Vanille- oder Schokogeschmack im Waffelbecher 780 ml Pack., 1 L = 4,86**

**3.79**

**„J. Chylak“ Mürbekekse, verschiedene Sorten je 450 g, 1 kg = 4,43**

**1.99**

**Schwarzkaviar oder Lachskaviar „Tsarskaya Kaviar“ – Imitat aus Fischfond und Alginathuelle je 220 g Gl., 1 kg = 10,41**

**2.29**

DVD-TIPP

NIEDLICHES ABENTEUER ÜBER RIVALITÄT, FAIRNESS UND FREUNDSCHAFT



Die festliche Zeit rückt näher und Niko möchte unbedingt in die Fliegende Truppe der Rentiere aufgenommen werden. Schweren Herzens verlässt er seine Heimat, denn es geht um seinen größten Traum: Er möchte den fliegenden Schlitten ziehen und dabei zu einem Helden werden – genau wie sein Vater Prancer. Doch plötzlich taucht das Rentiermädchen Stella auf und macht Niko seinen Platz streitig: Sie fordert ihn heraus, und es beginnt ein erbitterter Wettkampf um den einzigen freien Platz im Team. Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).

Klassiker des Musical-Films

**HANNOVER.** Ein Musical-Klassiker mit Judy Garland und Fred Astaire kommt auf die große Leinwand zurück: „Osterspaziergang“ wird am Donnerstag, 10. April, ab 15 Uhr im Kino im Künstlerhaus, Sophienstraße 2, gezeigt. Die Musik von Irving Berlin erhielt 1949 einen Oscar. Der Eintritt kostet 8 Euro, es gibt diverse Ermäßigungen. Karten können per E-Mail an kokikasse@hannover-stadt.de reserviert werden.

Vorpremiere: Grüße vom Mars

**HANNOVER.** Vorpremiere: Die Regisseurin Sarah Winkenstette ist anlässlich des jährlich am 2. April begangenen Welt-Autismus-Tags am Sonntag, 6. April, ab 11 Uhr zu Gast im Kino am Raschplatz, um ihren Film „Grüße vom Mars“ vorzustellen. In dem Familienfilm geht es um die großen Ziele eines Außenseiters, dessen Andersseins gleichzeitig seine heimliche Stärke ist. Toms Leidenschaft ist der Weltraum, und er hat einen Traum: Er will der erste Mensch auf dem Mars sein. Jedoch kommt er nicht damit klar, für ein paar Wochen bei den Großeltern auf dem Land zu leben, als die Mutter überraschend nach China muss. Diese schenkt ihm ein Logbuch und schlägt vor, den Aufenthalt als Probe-Marsmission zu dokumentieren.

Die Vielfalt aktueller Comics

Das **WILHELM-BUSCH-MUSEUM** präsentiert Graphic Novels und viel Kinderprogramm

**HANNOVER.** Die Ausstellung „Vier auf einen Strich“ in den Gästezimmern des Museums Wilhelm Busch, Deutsches Museum für Karikatur und Zeichenkunst, zeigt vom 6. April bis zum 4. Mai die große Bandbreite des Graphic-Novel-Genres. Dafür werden die Arbeiten von Katia Fouquet, Joris Bas Backer, Oliver Grajewski und E. S. Glenn gegenübergestellt – sie erhielten 2024 die „SchreibZeit“-Stipendien der Stiftung Niedersachsen. Katia Fouquet setzt sich in ihrer künstlerischen Arbeit mit stereotypen Bild- und Rollenwelten auseinander und hinterfragt gesellschaftliche Zustände. Ihre Arbeit „Women with weapons“ wurde in Frankreich, Berlin und im Brandenburgischen Museum für moderne Kunst gezeigt. Ihre Bilderzählungen erschienen unter anderem in der New York Times. Außerdem erschienen die Graphic Novels „Jonas oder der Künstler bei der Arbeit“ nach Albert Camus und „Ach, als Blobbel hat man's schwer“ nach Philip K. Dick (Büchergilde Gutenberg). Joris Bas Backer beschäftigt sich mit Sehnsucht, Identität und Geschlechterrollen. Er wuchs in Den Haag, Bukarest, New York und einer niederländischen Kleinstadt auf und studierte in Amsterdam und Rhode Island. Er lebt und arbeitet seit 2003 in Berlin. Für seine Kurzgeschichten wurde Joris Bas Backer bereits für den Plastikpen Plunk und den GINCO Award nominiert. E. S. Glenn lebte viele Jahre in New York und verkaufte seine Comics in der Underground- und Indie-Szene. Seit 2020 arbeitet er als Cartoonist für den New Yorker. Im selben Jahr erschien sein Debüt „Unsmooth #1“ im Verlag Floating World Comics. 2021 folgte „Unsmooth #2: BUM“. Neben seiner künstlerischen Arbeit unterrichtet E. S. Glenn Comic und Illustration unter anderem an der Princeton University und der Hochschule Hannover. Oliver Grajewski lebt in Berlin und zeichnet Comics für Tageszeitungen, Magazine, Filme, Galerien und Museen. Neben seiner konzeptionellen Arbeit hat er sich vor allem einen Namen mit seinen zahlreichen Publikationen, wie „Tigerboy“ (Verbrecher Verlag), „Der Tag im Moor“ und „Abend im Abendland“ (beides Breitkopf Editionen), gemacht. Zu der Sonderausstellung gibt es ein vielfältiges Begleitprogramm. Der erste Termin ist eine Podiumsdiskussion am Sonntag,

6. April, ab 17 Uhr, in der die Comic-Künstler Joris Bas Backer und Oliver Grajewski mit dem Journalisten Markus Pfalzgraf und dem Kunsthistoriker Jens Meinrenken über ihre Zeichnungen im Kontext der gesellschaftlichen Entwicklungen sprechen. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung erforderlich. Sonntagsführungen gibt es am 6. April, 20. und 27. April, jeweils ab 11.30 Uhr. Jetzt schon vormerken: Am 26. April wird im Künstlerhaus, Sophienstraße 2, im Rahmen der Ausstellung das Comic-Fest stattfinden, bei dem ab 16 Uhr Lesungen und Performances rund um Comic, Literatur und Theater auf dem Programm stehen.

KINDERAKTIONEN IM WILHELM-BUSCH-MUSEUM

Beim japanischen Erzähltheater wird am Dienstag, 8. April, ab 16 Uhr die Geschichte „Für Hund und Katz ist auch noch Platz“ von Julia Donaldson und Axel Scheffler, den Köpfen hinter dem berühmten Gruffelo, präsentiert. Das beliebte Bilderbuch handelt von Freundschaft, Hilfsbereitschaft und Mut. Gemeinsam reisen eine Hexe und ihre tierischen Freunde auf einem Besen durch die Lüfte. Doch als ein hungriger Drache auftaucht, wird es brenzlig. Ein Abenteuer für Kinder ab vier Jahren – der Eintritt kostet 7 Euro, ermäßigt 3 Euro. Bei den „Busch-Minis“ für Kinder von vier bis sechs Jahren entstehen am Sonnabend, 12. April, ab 11 Uhr bunte Osterkarten. Dafür werden mit Acrylfarben Eier, Hasen und Blüten aus Papier bemalt. Die Teilnahme kostet 6 Euro, mit Aktivpass 3 Euro. Das Figurentheater Marmelock zeigt am Sonntag, 13. April, ab 10.30 Uhr „Ach du Schreck - das Ei ist weg!“, eine fröhlich ga-



Graphic Novels stehen im Fokus der neuen Ausstellung. Quelle: Joris Bas Backer, Graphic Novel „Falsch Gestorben“

ckernde und mit Froschchor und zwei Schafen daherkommende Geschichte vom Hühnerhof. Kinder ab drei Jahren können Hund Holmes erleben, während er einen kniffligen Fall löst. Denn ein ganz besonderes Ei ist verschwunden und die Aufregung ist groß. Der Eintritt kostet 7 Euro, ermäßigt 5 Euro. Das Thema der „Busch-Babys“ für kleine Bilderfans bis 18 Monate ist am Montag, 14. April, ab 9.30 Uhr „Farben und Formen“. Erwachsene zahlen 6 Euro, ermäßigt 4 Euro.

Für Kinder ab vier Jahren zeigt das Erzähltheater mit Bildkarten am Dienstag, 15. April, die Geschichte „Elefanten im Haus“ von Stephanie Schneider und Astrid Henn. Es geht um trampelnde und quietschende Nachbarn, Offenheit und das Miteinander und darum, warum es schön ist, verschieden zu sein. Der Eintritt hierzu ist frei.

**Zur Teilnahme an den Veranstaltungen im Kinderprogramm ist eine Reservierung online erforderlich auf karikatur-museum.de.**



Im Kinderprogramm: Eine Geschichte vom Hühnerhof zeigt das Figurentheater Marmelock. Foto: Figurentheater Marmelock

Konzerte im Musik-Kiosk

**HANNOVER.** Als Frontfrau von Tok Tok Tok stand sie 15 Jahre lang auf der Bühne, seit 2012 wechselt sie solo zwischen Soul, Folk, Jazz – und ganz viel Poesie. Tokunbo nimmt ihr Publikum mit auf eine Reise in die Welt des Folk Noir beim „Soundcheck 0511“, dem Live-Podcast mit Stimmen aus Hannovers Musikszene. Los geht's am Dienstag, 8. April, um 17 Uhr im Musik-Kiosk, Georgstraße 35. Der Eintritt ist frei.



Live: Tokunbo Foto: Anne de Wolff

mieren Bildtafeln im Außenbereich über die Musikstadt Hannover, und ab Ostern steht eine Konzertbühne bereit. Zudem gibt es Beratungsangebote, zum Beispiel über die Kurse an der Musikschule. Geöffnet ist Dienstag bis Sonntag ab 12 bis 18 Uhr. Weitere Highlights: Am Dienstag, 8. April, ist ab 18.30 Uhr die libanesische Pianistin und Komponistin Marie Awadis zu Gast. Sie ist bekannt für ihren expressiven und poetischen Ansatz in der zeitgenössischen Klaviermusik. Ihre Werke erkunden die Verbindung zwischen Klang, Emotion und Erzählkunst – mitunter inspiriert von armenischen Volksharmonien und melodischen Verzierungen. Im Mittelpunkt steht

das Klavier, durch das sie authentische menschliche Emotionen vermittelt und sowohl klassische als auch moderne Einflüsse aufgreift. Das Duo Marea bringt am Freitag, 11. April, ab 18.30 Uhr eine bunte Mischung bewegender Musik mit Elementen aus der Klassik, aus Latin, Flamenco und Jazz mit. Marea, das bedeutet „Ebbe und Flut“, ein Naturereignis. Und mit der von ihm gegründeten Gruppe wollte Wolfgang Stute (Gitarre, Percussion) ein solches Ereignis musikalisch nachempfinden. Selbst komponierte Titel waren der Ausgangspunkt. Sie überzeugen nicht nur durch technische Perfektion und souveränes Zusammenspiel, sondern auch durch ihre ungebrochene Spielfreude. Auch zu diesen beiden Konzerten ist der Eintritt frei.

**Nähere Informationen zum Programm: hannover.de/UNESCO-City-of-Music/Musik-Kiosk**

Marathon Hannover

**HANNOVER.** Eines der größten Frühjahrs-Laufevents führt die Teilnehmenden an den schönsten Plätzen Hannovers vorbei: Der Maschsee, das Neue Rathaus und die Herrenhäuser Gärten sind nur einige Highlights am Rande der Strecke des ADAC Hannover Marathons am Sonntag, 6. April. Es gibt Wettbewerbe im Marathon, Halbmarathon, Handbike-Halbmarathon, 10-km-Lauf, 10 km Walking/Nordic Walking, Fun Run und Kinderlauf. Los geht's mit dem 10-km-Lauf ab 9 Uhr, der Startschuss für den Marathon fällt um 10 Uhr. Wie immer werden Tausende Zu-

schauende erwartet, dazu gibt es ein Rahmenprogramm an der Strecke. Eine Auswahl: Die Samba-Gruppe „Orchestra Batucada“ bringt ans Rudolf-von-Benning- Ufer/Riepestraße mitreißen- de Beats, ebenso wie „Samba For Ya“ an der Nienburger Straße. Die „Funkenartillerie Blau- Weiss“ und der „hannoversche carnaval club“ sorgen für familiäre Party-Stimmung am Döhrener Turm. Auf dem Busparkplatz vor dem Zoo können Sechs- bis Zehnjährige ein Motocross-Schnuppertraining erleben.

**marathon-hannover.de**



Hannover steht beim Marathon 2025 wieder im Zeichen des Laufsports. Foto: Eichels

Ruby Tuesday: Deafdeafdeaf

**HANNOVER.** Aus Manchester kommend, bringen Deafdeafdeaf am 8. April energiegeladenen Postpunk fernab von Indie-Klischees mit zum Ruby Tuesday im Café Glocksee, Glockseestraße 35. Intensive Live-Shows vereinen sich mit echten Emotionen und rauer Dynamik. Das Konzert beginnt um 21.15 Uhr, Einlass ist ab 20 Uhr für alle ab 18 Jahren. Der Eintritt ist frei.

Konzert: Nicole Johännntgen

**HANNOVER.** Die Jazz-Saxophonistin und Sängerin Nicole Johännntgen stellt ihr neue Album „Labyrinth II“ am Dienstag, 8. April, ab 20 Uhr bei einem Konzert im Kanapee, Edenstraße 1, vor. Mit Jon Hansen (Tuba) und David Stauffacher (Percussion, Drums) spielt sie improvisationsstarken Jazz, der die Blues-Tradition klar erkennen lässt, aber auch viel Raum für locker-leichten Groove und Weltmusik-Einflüsse lässt. Zwischen Poesie und Trance-Szenarien bewegt sich das Trio scheinbar mühelos in einem großartigen Zusammenspiel.

**Reservierung erforderlich auf kanapee.de**

Lesung: Was Frauen wollen

**HANNOVER.** „Was wollt ihr denn noch alles?!“ lautet der Titel einer Lesung mit Alexandra Zykunov am Sonntag, 6. April, ab 20 Uhr in der Warenannahme / Faust, Zur Bettfedernfabrik 3. Die Bestsellerautorin zeigt anhand realer Zahlen, Studien und vieler Absurditäten, wo Frauen auch heute noch benachteiligt werden und wodurch ihr Leben anstrengender, ärmer und im Zweifelsfall lebensgefährlicher wird. Oder wussten Sie schon, dass Algorithmen Frauen automatisch kleinere Kredite gewähren? Und dass deutsche Gesetze Väter daran hindern, Kindkranktage zu nehmen? Alexandra Zykunovs Sachbuch „Wir sind doch alle längst gleichberechtigt!“ und der Folgeessayband „Unlearn Patriarchy 2“ offenbart unfaire Geschlechterrollen schonungslos. Einlass ist ab 19 Uhr, der Eintritt kostet an der Abendkasse 23 Euro.

Spiele im Lister Turm

**HANNOVER.** Die Lister Kirchengemeinde und das Nachhaltigkeitsbüro der Landeshauptstadt Hannover bauen eine Ludothek mit Gesellschaftsspielen auf. Darin dreht sich alles um die Themen Demokratie, Gesundheit oder Natur. Am Mittwoch, 9. April, werden diese „Nachhaltigkeitsspiele“ ab 18 Uhr im Stadtteilzentrum Lister Turm, Walderseestraße 100, vorgestellt. Und natürlich darf auch gespielt und ausprobiert werden. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.



ULRICH TUKUR & DIE RHYTHMUS BOYS 04. Januar 2026 | Theater am Aegi

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

**Tino Bomelino** 22. April 2025: Apollokino

**MAKE A MOVE - Hol mich ab** 23. April 2025: Kulturzentrum Faust

**Mike + The Mechanics** 24. April 2025: Swiss Life Hall

**Anchors & Hearts** 25. April 2025: Lux

**ROLAND KAISER** 26. April 2025: ZAG-Arena

**Eläkeläiset** 26. April 2025: 60er Jahre Halle

**Seong-Jin Cho** 27. April 2025: Großer Sendesaal

**Heger, Brodowy & Momsen** 29. April 2025: Apollokino

Vor Ort für Sie da:

In den HAZ & NP Geschäftsstellen Hannover, Lange Laube 10 Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2 Hannover, Georgstr. 35 im Musik Kiosk Burgdorf, Marktstraße 16



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

# So klappt die Anzucht

Die wichtigsten Tipps für eine  
**ERFOLGREICHE AUSSAAT IN WOHNRÄUMEN**

**HANNOVER.** Die Tage werden wieder heller und die Vorfreude auf den Frühling wächst. Es ist die Zeit der Aussaat. Auf keinen Fall will man zu spät sein mit der Pflanzenkinderstube. Da nicht jeder ein Gewächshaus zu Hause hat, nutzen viele die Fensterbank zur Anzucht. Doch bevor man loslegt, sollte man die Anforderungen der keimenden Samen an den Standort betrachten.

Im Allgemeinen geht man davon aus, dass die kleinen Körner am besten keimen, wenn sie warm und feucht gesät werden. Das trifft aber nicht immer zu. „Man unterscheidet zum einen die sogenannten Kühlkeimer und zum anderen die Licht- und Dunkelkeimer“, sagt Annette Holländer, ausgebildete Samengärtnerin und Buchautorin.

Die Samen von Kühlkeimern wie beispielsweise Pfingstrosen, Alpenveilchen oder Bärlauch brauchen einen Kältereiz, damit die Entwicklung in Gang kommt. Dazu werden sie mit etwas feuchtem Quarzsand gemischt und in Tüten gefüllt. Diese legt man in das Gemüsefach im Kühlschrank oder direkt in den Gefrierschrank. Nach etwa vier bis sechs Wochen ist die Keimhemmung aufgehoben. Wer den Platz hat, kann die Samen auch im Spätherbst aussäen und die Gefäße über den Winter in das Frühbeet stellen.

Lichtkeimer wie etwa Basilikum brauchen Licht, damit die Keimhemmung abgebaut wird. Sie dürfen keinesfalls mit Substrat abgedeckt werden. Im Gegensatz dazu müssen Dunkelkeimer wie Kürbis und Schnittlauch entsprechend mit Substrat abgedunkelt werden.

„Der Kardinalfehler bei der Aussaat besteht darin, dass man zu früh mit der Aussaat anfängt“, sagt Gärtnermeisterin Hanna Strotmeier. Natürlich möchte man loslegen, und die Temperaturen in den Wohnräumen fördern die Keimung. Für Tomaten, Aubergine und Co. dauert es allerdings noch mindestens zwei Monate, bis sie ins Freie können. Sie wachsen, brauchen zusehends mehr Platz. Die Entwicklung der Pflanzen in der Wärme führt zu langen, weichen Trieben, Schädlingsbefall und mitunter sogar zum Stocken des Wachstums.

Daher rät die Gärtnermeisterin mit der Aussaat von Tomaten, Gurken und Kürbissen noch ein wenig zu warten. „Ideal ist für diese Gemüsearten eine Aussaat in der ersten Märzhälfte, weil man die Pflanzen vier Wochen später pikieren kann“, sagt Strotmeier. Aber es gibt auch Ausnahmen: Bei Paprika und Chili ist eine frühe Aussaat im Februar ebenso sinnvoll, wie bei Sellerie und Gemüsezwiebeln.

Die Keimung dauert trotz Wärme lang und die Pflanzen entwickeln sich langsam.

Wenn sich dennoch Ungeduld breit macht, gibt es vor der eigentlichen Aussaat wichtige Vorbereitungen zu treffen. Hat man die Arten und Sorten ausgewählt, heißt es, die Samentüten nach der Art der Keimung zu sortieren.

Damit die Anzucht der Pflanzen gelingt, ist ein Anzuchtsubstrat zu empfehlen. Man sollte keine gebrauchte Erde verwenden, denn darin können sich bereits Trauermücken vermehrt haben. „Sie schädigen die Wurzeln der Jungpflanzen mitunter stark“, sagt die Samengärtnerin Annette Holländer.

Die Vorteile von Anzuchterde? Eine gute Durchlüftung, ein geringer Nährstoffgehalt und eine gute Wasserspeicherfähigkeit. Die Töpfe, Schalen oder alternativen Anzuchtgefäße müssen sauber geschrubbt und anschließend desinfiziert werden. So vermeidet man die Übertragung von Schimmelpilzen und anderen Krankheitserregern.

Während der Keimung bevorzugen die meisten Arten Temperaturen zwischen 20 und 24 Grad Celsius. Das ist auf dem Fensterbrett meist gegeben. Wenn nicht, verlängert sich Hanna Strotmeier zufolge die Keimdauer. Das ist zunächst kein Problem. Aber werden die Saat-



Anzucht auf dem Fensterbrett: In Sachen Belichtung eignet sich für zarte Pflänzchen am besten ein Platz am Ost- oder Westfenster. Foto: Britta Pedersen/dpa-Zentralbild/dpa-tmn

schalen zu nass gehalten, entwickeln sich Schimmelpilze.

Zeigen sich die ersten grünen Spitzen, sollte die Temperatur gedrosselt und die Lichtintensität erhöht werden. „Ein Südfenster ist also keine gute Idee“, sagt die Gärtnermeisterin.

Die hohen Temperaturen führen zu einem Schock für die zarten Pflänzchen. Besser ist ein Ost- oder Westfenster für die Belichtung. Ansonsten sollte nach der Keimung die Umgebungstemperatur grundsätzlich gesenkt werden.

Das unbeheizte Schlafzimmer oder ein Flur sind geeignete Orte.

Mitunter fallen die gut gekeimten Jungpflanzen nach wenigen Tagen um und sterben ab. Annette Holländer erklärt: „Meist faulen die Sämlinge von der Wurzel ab.“ Verantwortlich dafür sind Pilze, die die sogenannte Umfallkrankheit verursachen. Sparsames Gießen lautet die Devise gegen dieses Problem.

Wer selbst aussät, muss frühzeitig bedenken, dass die Pflan-

zen von Woche zu Woche mehr Platz brauchen. Wenn sich etwa das zweite oder dritte Blattpaar am Haupttrieb zeigt, wird es Zeit, die Pflanzen zu vereinzeln. Der Fachmann nennt das Pikieren. Dabei werden die Sämlinge einzeln in Töpfe mit einem hochwertigen Pflanzsubstrat umgesetzt.

Grundsätzlich sollten die Jungpflanzen jetzt nicht zu feucht gehalten werden. Hanna Strotmeier erläutert, dass weniger Wasser die Pflanzen gedrungener wachsen lässt. Das Pikieren entfällt laut Annette Holländer bei Kürbissen, Gurken und Sonnenblumen, bei denen man die Samen leicht einzeln oder in einer kleinen Gruppe aussät.

Zum Abhärten der Pflanzen empfiehlt sich in den letzten Wochen ein heller und kühler Platz. Ideal ist beispielsweise ein Frühbeet mit einer Abdeckung, die vor den Nachtfrösten schützt, die meist in der ersten Maihälfte auftreten. Tagsüber können die Pflanzen bereits ungeschützt im Freien stehen.



Je mehr Pflanzen in Ballungsgebieten wachsen, desto besser und wirkungsvoller sind die Effekte von Begrünung für das Klima. Foto: Franziska Gabbert/dpa-tmn

## Der Balkon als grüne Oase

**HANNOVER.** Sonntags, halbschattig oder schattig? Das ist eine wichtige Frage, die es zu beantworten gilt, bevor man seinen Balkon bepflanzt. Denn die Lichtsituation bestimmt die Auswahl der Pflanzen mit.

Eine gute Planung ist also entscheidend, damit die Bepflanzung gelingt, erklärt Annika Dobbers von der Verbraucherzentrale. Denn nichts sei frustrierender als Pflanzen, die nicht gedeihen – etwa weil die Tomaten auf einem zugigen Nordbalkon stehen.

Wer nun denkt, er habe auf seinen Balkon nicht genügend Platz für eine Wohlfühlzone, dem gibt Dobbers einen Tipp: Kletterpflanzen einsetzen, die in die Höhe ranken. So ist es auch auf kleinstem Raum möglich, einen üppigen Balkongarten anzulegen. Stangenbohnen wachsen beispielsweise als Kletterpflanze auch im Topf.

Kletterpflanzen können zum Teil auch als Sonnen- oder Sicht-

schutz dienen. Damit die Gebäudewand keinen Schaden nimmt, sollte man aber vorsichtig sein mit selbst montierten Rankhilfen. Genauso wie mit Kletterpflanzen, die direkt an der Wand haften, etwa wilder Wein und Efeu. Da sollten Mieterinnen und Mieter vorher besser Rücksprache mit dem Vermieter halten.

So ein Balkongarten sieht übrigens nicht nur schön aus, sondern kann auch ein Gegengewicht zu den Hitzeinseln der Stadt bilden und für Abkühlung sorgen. Zudem bieten beplanzte Bereiche rund ums Haus Vögeln und Insekten Lebensraum und Nahrungsquellen. „Je mehr Pflanzen in Ballungsgebieten wachsen, desto besser und wirkungsvoller sind die Effekte von Begrünung für das Klima“, sagt Dobbers. „Jeder Blumentopf zählt.“

Übrigens: Die meisten Tomaten wachsen Dobbers zufolge im Topf sogar besser als im Gar-

tenbeet – wenn der Standort sonnig ist und kein direkter Regen von oben kommt. Auch Radieschen, Salat, Mangold eignen sich als Topfpflanzen. Genauso wie die meisten Kräuter. Wichtig bei Topfpflanzen sei nur, dass man die passenden Gefäße und Größen wählt. Der Vorteil von Blumentöpfen, bei einem Umzug kann man sie einfach mitnehmen.

Aber auch, wer keinen Balkon hat, kann einen Beitrag dazu leisten, dass Bienen und andere Insekten genügend Nahrung finden. Und zwar indem man Blumenkästen draußen auf das Fensterbrett stellt.

Kräuter wie Thymian oder Schnittlauch sind Dobbers zufolge wahre Insektenmagnete. Weitere insektenfreundliche Pflanzen, die im Blumenkasten zur heimischen Artenvielfalt beitragen, sind: pfirsichblättrige Glockenblume, Steinquendel, Wegwarte, Wiesen-Witwenblume und Storchschnabel-Sorten.

Mein Sterne-Hotel ist hier.  
**Mein Job gleich nebenan.**

Jobs für  
**NIEDERSACHSEN.de**

Jetzt Job finden unter:  
**www.jobsfuerniedersachsen.de**

Das Beste am Wochenende:  
Entdecken Sie unsere guten Seiten!

Lokales · Sport · Einkaufstipps

**hallo**  
wochenende

HOROSKOP

**WIDDER 21.3.–20.4.**

Wahrscheinlich hatten Sie in einer beruflichen Sache mehr Widerstand erwartet, aber die wird sich jetzt in bestem Einvernehmen regeln lassen.

**WAAGE 24.9.–23.10.**

Verlassen Sie sich einfach nur auf Ihr Gefühl. Sie haben die Chance, endlich den Menschen zu treffen, auf den Sie schon immer gewartet haben.

**STIER 21.4.–20.5.**

Vermeiden Sie Fehlinvestitionen. Auch kleine Summen werden Ihnen im Nachhinein in einer Situation bitter fehlen, in der Sie sie nötig hätten.

**SKORPION 24.10.–22.11.**

Ran an ein neues Zeitmanagement! Wenn es immer die gleichen Umstände sind, die uns wertvolle Zeit rauben, ist es geboten, diese zu entlarven.

**ZWILLINGE 21.5.–21.6.**

Eingefahrene Verhaltensmuster könnten dazu führen, dass Sie sich in einer wichtigen Sache auch nicht von den besten Freunden belehren lassen.

**KREBS 22.6.–22.7.**

Sie haben die nötige Energie, um sich jederzeit durchzusetzen. Was Sie einmal begonnen haben, sollten Sie nun auch konsequent zu Ende führen.

**LÖWE 23.7.–23.8.**

Hören Sie auf, von Idealen zu träumen. Anspruchsvolle Ziele mit den dazugehörigen Erfolgen sind schon greifbar nahe. Sie müssen nur zupacken.

**JUNGFRAU 24.8.–23.9.**

Versuchen Sie, kritische Situationen in den Griff zu bekommen. In der Liebe und in Freundschaftsbeziehungen sieht es ausgesprochen rosig aus.

**STEINBOCK 22.12.–20.1.**

Wer es sich leisten kann, der sollte Rücklagen bilden, denn es fällt Ihnen jetzt leichter als sonst, auf überflüssige Ausgaben zu verzichten.

**WASSERMANN 21.1.–19.2.**

Blockieren Sie Ihre Gefühle nicht, sonst wird es in Ihrer Beziehung etwas frostig. Gegenseitiges Verständnis ist augenblicklich sehr wichtig.

**FISCHE 20.2.–20.3.**

Sie sind hin- und hergerissen zwischen Ihrem Pflichtbewusstsein und dem, was Sie eigentlich möchten. Versuchen Sie, sich etwas zu entspannen.

GEWINNRÄTSEL

Teil der Wohnung	Lichtkranz	Einspruch	Vorname der Turner	ägypt. Gott der Wüstenwege	kurz für: um das	Metro-pole am Tiber	Last- und Reittier	helles englisches Bier	ärmellose Jacke	Zustimmung (Abk.)						
folglich (latein.)	Hauptstadt in Nordafrika	eingeschaltet	Eierpfannkuchen	ägyptische Sonnensäule	Kfz-Z. Beckum	Höhenzug im Weserbergland	ägyptischer Sonnengott	hin und ...	Ausgestaltung							
männlicher Artikel	ein Umlaut	spanischer Artikel	Aufgussgetränk	chinesischer Kochtopf	künstliche Welt-sprache	hochwertig, kostbar	Gattin des Ägirs	panischer Ansturm	Mutter der Nibelungen-könige	unbekanntes Flugobjekt						
Dementi	feierliches Gedicht	Apparat	Sohn (latein.)	erfolgreiches Lied	röm. Zahlenzeichen: zwei	Jetzt-Zustand	Reihe	1	2	3	4	5	6	7	8	9

**Länger im Blick bleiben:**

Hier Ihre Anzeige buchen auf [www.wochenblaetter.de](http://www.wochenblaetter.de)

Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Niedliches Abenteuer über Rivalität, Fairness und Freundschaft – „Niko – Reise zu den Polarlichtern“. Auf eifrige Rätselfreunde wartet 3 mal 1 DVD als Gewinn.

**ACHTUNG:** Jetzt QR-Code scannen und gewinnen! So können Sie gewinnen: Scannen Sie einfach diesen QR-Code, um an unserem Gewinnspiel teilzunehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Alle Lösungen, die bis Donnerstag, 10. April, 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 Kinderschutzhause	69 86 46
Hannöversche Aids-Hilfe	(07 00) 44 53 35 11	Sorgentelefon Kinder und Jugendliche	(08 00) 1 11 03 33
Telefonseelsorge	(08 00) 1 11 01 11	Hörgeschädigtenberatung	8 38 65 32
Epilepsie-Beratung	8 56 50 25	Sehgeschädigtenberatung	5 10 42 18

NOTDIENSTE

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

\* Keine Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen

TECHNISCHE NOTDIENSTE

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

hallo LESERREISEN Tagesfahrten 2025

Ihr Reisepreis **€94**

Tagesfahrt p. P. inkl. Programm

Museen im Ruhrgebiet, Foto: Bernd Boppert

Ihr Reisepreis **€79**

Tagesfahrt p. P. inkl. PG 5 So.

Foto: Bernd Boppert

„21 x 21. Die Ruhr-Kunst-Museen auf dem Hügel“ & Krupp Geschichte

Krupp Villa Hügel Essen

**Termin Tagesfahrt:**  
Mi. 30.04.25

**21 Museen, ein Ort - Erstmalig vereinen sich die RuhrKunstMuseen zu einer gemeinsamen Ausstellung in der Villa Hügel.** Unter dem Titel „21 x 21. Die Ruhr-KunstMuseen auf dem Hügel“ treten Werke moderner und zeitgenössischer Kunst aus den Sammlungen der 21 Museen in Themenräumen in Dialog miteinander. Krupp. Name und Tradition dieses Unternehmens, seiner Inhaber und der Familie sind untrennbar mit der Villa Hügel verknüpft. Mehr noch: Der Ort steht für den Lebensstil des Großbürgertums und damit für eine Epoche deutscher Geschichte. In Kooperation mit dem Folkwang Museum!

- Leistungen:**
- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
  - ✓ VIP-Eintritt Krupp Villa Hügel um 13 Uhr Ausstellung „21 x 21 Die RuhrKunstMuseen“ mit Führung & Innenbesichtigung Villa Hügel (90 Min. je Grp. 20 Pers.)
  - ✓ Aufenthalt in Essen bis 16.30 Uhr

Friedrichstadt-Palast Berlin

Die Grand Show „FALLING | IN LOVE“ - Letzte Gelegenheit die Show zu besuchen!

**Termine Tagesfahrt:**

Sa. 03.05.25*	So. 08.06.25
Sa. 17.05.25*	Sa. 21.06.25*
Sa. 31.05.25*	

**Die Grand Show „FALLING | IN LOVE“ ist eine blühende Fantasie. So traumhaft wie sie wahr sein könnte.** Unglaublich 100 Millionen SWAROVSKI Kristalle wurden für „FALLING | IN LOVE“ zur Verfügung gestellt. **Lassen auch Sie sich die Show nicht entgehen!**

- Leistungen:**
- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
  - ✓ Eintrittskarte Friedrichstadtpalast Grand Show FALLING | IN LOVE PG 5 um 15.30 Uhr

<b>Extrakosten pro Person:</b>	
Aufpreis Eintrittskarte PG 4.....	€ 30
Aufpreis Eintrittskarte PG 3.....	€ 40
Aufpreis Eintrittskarte PG 2.....	€ 50
Aufpreis Eintrittskarte PG 1.....	€ 60
Aufpreis Eintrittskarte PG Premium.....	€ 70
Aufpreis Eintrittskarte PG VIP.....	€ 100
Zuschlag Termine Sa.....	€ 10

GUSTAV KLIMT & HUNDERTWASSER

Immersive Kunst Port de Lumieres Hamburg

**Termine Tagesfahrt:**

So. 11.05.25	So. 18.05.25
--------------	--------------

**Das Port des Lumières ist das neue Ausstellungszentrum für immersive Kunst in Hamburg und zeigt zur Eröffnung eine Ausstellung, die den bedeutenden Persönlichkeiten der Wiener Kunstszene gewidmet ist.** Erleben Sie die Ausstellung Gustav Klimt sowie Hundertwasser, welche in über zehn Metern Höhe auf die Böden und Wände projiziert wird. Dieses künstlerische Eröffnungsprogramm lädt Sie ein, in die farbenfrohen und leuchtenden Werke von Gustav Klimt sowie in die Werke seiner Zeitgenossen und derer, die er inspiriert hat, einzutauchen.

- Leistungen:**
- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
  - ✓ Eintrittskarte Porte de Lumieres Hamburg um 13.00 Uhr/13.30 Uhr (Ticket beinhaltet drei immersive Shows: „Gustav Klimt - Gold und Farbe“ & „Hundertwasser - Auf den Spuren der Wiener Secession“ sowie die zeitgenössische Kreation „Journey“).
  - ✓ Rückfahrt aus Hamburg um ca. 17.30 Uhr

ABSCHIEDSSPECIAL BLUE MAN GROUP Berlin

Die Erfolgsshow am Potsdamer Platz hört auf!

**Termine Tagesfahrt:**

So. 25.05.25	Sa. 14.06.25
Mi. 11.06.25	So. 15.06.25

**Abschiedsspecial BLUE MAN GROUP erleben, da die Show in Berlin aufhört.** Der beeindruckende Mix aus rockiger Konzertatmosphäre, erstklassiger Comedy und faszinierenden technischen Effekten begeisterte bereits über 25 Millionen Zuschauer weltweit. Über 4 Millionen davon allein in Deutschland. Mit Ihrer unbändigen Energie und ansteckenden Power reißt BLUE MAN GROUP Menschen jeden Alters von den Sitzen und lässt sie ungläubig staunen. Erleben auch Sie diese einmalige Show, die man nicht wirklich in Worte fassen kann, aber unbedingt live gesehen haben muss.

- Leistungen:**
- ✓ Fahrt im Komfortreisebus ab/bis Hannover
  - ✓ Eintrittskarte Stage Show BLUE MAN GROUP im Stage BLUEMAX Theater Berlin um 15.00 Uhr (So.) und 17.00 Uhr (Mi. & Sa.) in PG 3
- Extrakosten pro Person:**
- Aufpreis Eintrittskarte PG 2..... € 10
  - Aufpreis Eintrittskarte PG 1..... € 20

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](http://www.puelmreisen.de)

STELLENMARKT

Arbeiten mit

# TEMPO & TEAMGEIST

Miteinander füreinander da sein. Das macht uns Johanniter aus. Sie ebenso? Dann kommen Sie in unser Team.

Wir erweitern unseren **medizinischen Fahrdienst** und **suchen ab sofort engagiertes Personal mit medizinischer Ausbildung (m/w/d)** in der Alten-, Gesundheits- und Krankenpflege, als Notfall-sanitäter oder als Medizinischer Fachangestellter.

**Ihre Vorteile:**

- / attraktive Vergütung
- / feste Arbeitszeiten
- / mehr Zeit für Patientinnen und Patienten
- / immer in Begleitung von einem Fahrer (m/w/d)

Weitere Infos unter:  
[johanniter.de/kvn](http://johanniter.de/kvn)

**JOHANNITER**

Jennifer K.  
Notfallsanitäterin



**116 117**

KVN  
Kassenärztliche Vereinigung  
Niedersachsen

**Kollegen gesucht!** (m/w/d)

**ZIMMERMANN**  
Mehr als Du denkst!

## Kassierer / Regalauffüller (m/w/d)

**in Vollzeit** für Hannover (Empelder Str.) und Seelze

**Aufgaben:**  
Kassieren, Ware präsentieren und verräumen

**Voraussetzungen:**  
freundlich, zuverlässig und motiviert, Berufserfahrung wünschenswert

**Interesse?**  
Schreib uns einfach eine E-Mail an [bewerbung@zimmermann.de](mailto:bewerbung@zimmermann.de)

Zimmermann Sonderposten GmbH  
Heidplackenweg 9 / 26209 Hatten  
Telefon: 0441 / 920700  
[www.zimmermann.de/dein-neuer-job](http://www.zimmermann.de/dein-neuer-job)



**Bundesanstalt für Immobilienaufgaben**

Labore  
Gewerbeflächen  
Bibliotheken  
Kasernen  
Truppenübungsplätze  
Museen  
Wälder  
Leuchttürme  
Ministerien

## Bundesimmobilien

und vieles mehr auf [www.bundesimmobilien.de](http://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:

### Immobilienkauffrau / Immobilienkaufmann (Mitarbeiterin / Mitarbeiter Betriebsmanagement) (w/m/d)

(bis EG 9a TVöD Bund / A 9m BBesG – Tarifgebiet West, Kennung MDFM265002)

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich online bis zum 24. April 2025 auf [www.interamt.de](http://www.interamt.de) unter der Stellen-ID 1281035.

[www.bundesimmobilien.de](http://www.bundesimmobilien.de)

## STELLE FREI!

Jetzt bist DU dran.

Wir suchen

### Rezeptionsfachkraft (m/w/d) mit Erfahrung

ab sofort oder später.

TZ 20/25 Stunden, Kenntnisse TheORG/IPRAX wünschenswert, sehr gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

**JETZT BEWERBEN** per Mail: [kontakt@physiowerk-hannover.de](mailto:kontakt@physiowerk-hannover.de)  
<https://physiowerk-therapie-training.de>



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

**Ich Suche eine Stelle** als Reinigungs-kraft ☎ (01 51) 16 55 85 56

**Produktionshelfer m,w,d**  
zu sofort, Maschinen bedienen, anzu- lernende Tätigkeiten. teilw. Schicht- dienst. Deutsch Voraussetzung  
[www.teamatwork-hannover.de](http://www.teamatwork-hannover.de)  
☎ (05 11) 22 06 63 60

**STELLENGESUCHE ALLGEMEIN**

**Putzstelle**  
Erf. Altenpflegerin sucht Arbeit, Haus- halt-Putzen-Grundpflege-Betreuung.  
☎ 01 52 27 73 76 48

**Alltagsbetreuung/Begleitung** von Han- nover Ricklingen, Kostenübernahme durch alle Pflegekassen oder Privat.  
Tel: 015560191957

**Gel. Gärtner** sucht Arbeit, Gartenpfl., Hecke, Zaun.- Terrasse, etc. ☎ (01 77) 7 06 75 68

**Suche Arbeit ...** Mauern und Fliesen le- gen. ☎ (05032) 9 01 1037

**Maler sucht Arbeit**, auch am Wochen- ende. ☎ (01 76) 40705700

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

**STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL**

**Fensterputzer**  
Erfahrener Fensterputzer sucht Arbeit priv.Haushalt 01771477987

**STELLENANGEBOTE MINIJOB**

Du willst Teil unsres Küchen- teams werden ? Dann...

bewirb dich bei uns:  
Arnold Jäger Holding GmbH  
**Aushilfe in Der Küche**

Wenn du zuverlässig, engagiert, motiviert und teamfähig bist dann passt du perfekt zu uns.

Deine Aufgaben: umfassende Unterstützung in allen Bereichen der Küche vom zubereiten des Essens bis zum reinigen der Be- triebsküche.

Bewerbung an:  
Lohweg 1, 30559, Hannover  
[v.lueerssen@jaegergroup.com](mailto:v.lueerssen@jaegergroup.com)  
+49 5115358183

12289401\_000125

**Aushilfskräfte (m/w/d) im Verkauf und Warenpflege für unsere Märkte mit Beet- und Balkonpflanzen** in Langen- hagen, Garbsen-Berenbostel u. Isern- hagen FB, in Voll- und Teilzeit gesucht. Saisonbedingter Verkauf vom 08.04. bis 25.06.2025. Mehr Informationen unter [noetel@baumschule-noetel.de](mailto:noetel@baumschule-noetel.de) oder von 16 bis 18 Uhr unter ☎ 0171 8522851.

**Raumpflegerin f. Büro. Nur Samstags von 11-15 Uhr ☎ 0175/5253544 Minijob**

**Raumpflegerin f. Büro N. Nordst. Mo- Fr. 8-11 + 17-19h. ☎ 612101**

**STELLENGESUCHE MINIJOB**

**Rentner mit PKW** sucht für Samstags Arbeit als Fahrer. ☎ (01 74) 1 70 15 59

**Erf. Gärtner sucht Stelle** im Garten- bereich. ☎ (01 76) 84 03 28 64

HÄUSER GESUCHE

**Seriöses Ehepaar (Ü50)** aus dem öf- fentlichen Dienst sucht Haus mit Gara- ge und Garten in Hannover / Region ☎ 01 76 39 97 84 59

**SUCHE HAUS** auch sanierungsbedürf- tig und älter oder zum abreißen. ☎ 01 76 86 09 98 68

**Suchen Haus** Stöcken und Umgebung. Bitte nur von Privat! 0172-89 44 99 1

**MÖBLIERTER WOHNRAUM GESUCHE**

**SuchenMessezimmer** mit U-bahn An- bindung zur Messe Hannover(max. Fahrzeit bis 20 min) ☎ 0 17 91 49 22 93

**HANDWERKER / BAUBEDARF**

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

**Fliesenleger sucht Arbeit** ☎ (01 76) 24 34 10 80

**DACHDECKER**

**Dachtechnik Nord.** Ihr Dachdecker- Meisterbetrieb für Dach- und Fassa- denarbeiten aller Art. Termine frei. ☎ (05 11) 87 59 24 46

**Kleinflick und Rinne** 0511/44497279

ENTRÜMPELUNG

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

[www.allesweg24.de](http://www.allesweg24.de)  
Der Fachbetrieb für Entrümpelung und Haushaltsauflösung mit Wertverrech- nung. ☎ (05 11) 49 94 95

[aktasderpacktdas.de](mailto:aktasderpacktdas.de) ☎ 0511/5347369  
Haushaltsauflösung mit Wertanrechng.

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

FLIESENLEGER

**Fliesenleger + Badsanierung**  
☎ 0160/97739654

## EINER FÜR ALLES!

**GUTSCHEIN**

**HAZ** **Tickets** **NP**

**Ticketgutscheine gibt's hier:**  
[haz-ticketshop.de](http://haz-ticketshop.de) • [np-ticketshop.de](http://np-ticketshop.de)



## Schülerjob gesucht?

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

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



## Freie Gebiete:

- Herrenhausen
- Ahlem
- Seelhorst
- Bult
- Nordstadt
- Bothfeld
- Misburg



## hallo wochenende

GÄRTNER

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

**Gartenpflege, Heckenschnitt & Baum- fällungen preisw. ☎ 01 72 179 01 01**

**Gartenarbeiten und Entsorgung aller Art. 30% Rabatt ☎ (01 73) 21 29 770**

**Heckenschneidung, Baumschnitt, Garten- pflege Preisw. ☎ (01 74) 1 84 42 80**

**Zaunbau, Baumschnitt, Pflasterarbei- ten, Rollrasen uvm. ☎(0157)52461902**

**Gartenpflege zum FP ☎ 0163/7709224**

**Gartenarbeit inkl. Ents. 0511/96774765**

**Gartenpfl. + Vertikutieren 01735656896**

**Gartenpflege inkl Ents. 0176 41467766**

**Gartenarbeit. Inkl. Ents. 051027370745**

HEIZUNG

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

MALER, TAPEZIERER

**Für Senioren** bequemes Renovieren. Wir gestalten Ihre Wohnung, räumen aus u. ein, hinterlassen ein saub. Heim. **Malerbetrieb Gebr. Maikowski GbR, www.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 Part- nern: 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**

Achtung Stellensuchende

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

Für verlorene eingegangene Einsendun- gen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

**Ihre Anzeigenabteilung**

## hallo wochenende

**erscheint jeden Sonnabend/Sonntag**

**MADSACK Medien**  
Hannover GmbH & Co. KG  
August - Madsack - Straße 1  
30559 Hannover  
[www.wochenblaetter.de](http://www.wochenblaetter.de)  
E-Mail: [info@wochenblaetter.de](mailto:info@wochenblaetter.de)

**Redaktionsleitung:**  
Christian Käufer  
E-Mail: [redaktion@wochenblaetter.de](mailto: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](http://www.wochenblaetter.de) können Sie uns ganz einfach mit zwei Klicks melden, wenn Sie die Zeitung nicht bekommen ha- ben.

**Druck:**  
Druckzentrum Niedersachsen  
Gutenbergstraße 1, 31552 Rodenberg

**Leserbriefe:**  
Anonyme Zuschriften werden nicht veröf- fentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender un- terschrieben 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 ge- schützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgegebe- ner Anzeigen oder Änderungen über- nimmt 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

Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter **BVDA**

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

Er 62/173 sucht eine Bodenständige Frau für Freundschaft, Freizeit, feste Be- ziehung ,schönes Leben gerne auch Polin Tel 015254391154

**Habe ich Dich gefunden?** Suche nette lebenswerte Sie reiselustig u. mit tol- lem Charakter für Partnerschaft Er/ 51/1,87/schl. ☎ 01 57 72 06 92 61

**Symph. Mann, sportl.,** sucht liebe, attr. Frau bis 45, ortsungebunden für Neuanfang auf dem Land. Neugierig ? Melde dich einfach. 016091755660

**Hannoveraner, 50, 1,80m, 75** sucht knackige Frau bis 55 Jahre. ☎ (01 76) 96 41 34 48

**Welche Sie** hat auf Lust zärtl., erotische Berührungen m. gepflegtem Ihm? ☎ (0176) 66341136

**Ab und zu Spaß und schöne Erotik** mit reifen lieben Mann. Welche Frau möch- te dies auch? ☎ 01 60 92 11 45 09

**Er, 55 sucht Sie** für Erotik, gern mollig, KFI. ☎ (01 78) 9 45 11 56

VERANSTALTUNGEN ALLGEMEIN

Dieter

# Nuhr 2026

Agentur Lühr präsentiert: Tickets unter eventim

**17.01.2026** Rattefänger Halle  
**13.03.2026** Swiss Live Hall  
**28.03.2026** Volkswagen Halle  
**06.11.2026** CongressPark

**HAMELN**  
**HANNOVER**  
**BRAUNSCHWEIG**  
**WOLFSBURG**

**LISA ECKHART**  
KAISERIN STASI DIE ERSTE

**10.10.2025** Congress Union  
**11.10.2025** Rattefänger Halle  
**16.10.2026** Volkswagen Halle

**CELLE**  
**HAMELN**  
**BRAUNSCHWEIG** (neues Programm!)

**TORSTEN STRÄTER**  
MACH MAL DAS GROßE LICHT AN

**12.02.2026 BRAUNSCHWEIG** Volkswagen Halle  
**13.02.2026** ZAG arena  
**HANNOVER**

**URBAN PRIOL**  
IM FLUSS

**WOLFSBURG**  
**10.10.2025** CongressPark

## Antik Markt

**Sonntag, 13.04.2025 ab 11:00 Uhr**

**Altwarmbüchen • A2 Center**

**Info unter Tel.: 0176 - 23 122 855**



VERKAUF ALLGEMEIN

**He-Fahrrad Velo De Ville A 400, 8 Gang, RH 56cm, Limegreen matt, neuwertig, VB 1000,-€ ☎ (01 52) 59 44 95 27**

ANKAUF ALLGEMEIN

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

**!! Achtung Seriöser Ankauf !! Pelze, Näh/Schreibmasch, Porzellan, Hand- tasch., Zinn, Bleikristall, Möbel, Da- menbekl., Schmuck, Münzen, Schallpl. Bücher ☎ (01 63) 6 24 89 11 Frau Kahl**

**Waffen-Sammler mit Erwerbsberech- tigung** sucht: Schreckschuss, Luft & Vorderlader, Deko & Salut, Karabiner, Bajonette, usw. ☎ (01 76) 96 45 42 33

**Ankauf: Modelleisenbahn** Alle Spuren. Auch gern größere Konvolute. ☎ 0171-3496890

**Suche Klapprad, Faltrad, Damenrad, ☎ 05 11 34 05 69 89**

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

**Stop! Nichts wegwerfen,** zahle fair für Trödel & Krempel ☎ 0 16 38 30 97 83

**Kaufe altes Silberbesteck,** auch versil- bert ☎ (01 77) 8 88 41 44

ANKAUF MOTORRÄDER

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

CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**  
0 39 44 3 61 60, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

VERSCHIEDENES

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

**Su. Stelle als Haushaltshilfe bei Senio- ren:** putzen, kochen, Arztbesuche, Ein- kaufsfahrten, PKW ist vorhanden, Be- treuung gerne auch nur zur Gesell- schaft. ☎ (01 63) 2 38 61 83

**Garage für Motorrad** Wer hat Platz in seiner Garage für ein Motorrad in Hannover-Anderten und Umgebung? Angebote bitte an: [garage-anderten@t-online.de](mailto:garage-anderten@t-online.de)

**Büchermarr** kauft einzelne Titel oder ganze Sammlungen. Themen: Weltkrie- ge, Geschichte 1918 - 1945, Philoso- phie. ☎ (0 56 41) 7 48 77 84

**Estschisch Kirsche massiv**  
mit 6 Stühlen Preis VB 210 Euro  
Mobil 015112302882

**Familie** sucht Wohnmobil oder einen Wohnwagen. Freuen uns über jedes An- gebot. ☎ (01 60) 7 58 92 01

**Fussball-Fan** sucht alte Autogramm- karten, Stadionzeitungen, Sammelbil- der, Panini u.v.a. ☎ (04 21) 32 25 73 53

**Fliesenleger su. Arbeit M.Klopp ☎ (0176) 70542530**

**Pummelchen.** Ein unvergessliches Er- lebnis, kein GV. ☎ 0152/1820 95 31

**Swarovski Kristallfiguren** gesucht auch Sammlungen ☎ 0 17 49 09 24 34

## Bei Anzeigen, die unter Chiffre erscheinen,

können wir über Auftrag- geber keine Auskunft geben.

Die Geheimhaltung des Auftraggebers ist jeweils verpflichtender Bestandteil des Anzeigen-Auftrages bei Chiffre-Anzeigen.



**Traummann,45J.Nordischer Typ,** sucht eine Freundschaft Plus mit einer gepflegten dis- kreten gutaussehenden Frau. Gehe gern tanzen und nett essen ☎ 017 13 53 27 80

STILVOLL, MODERN & EINZIGARTIG – BESUCHEN SIE JETZT UNSERE

**ESSZIMMER** *Welt* 

mit einer riesigen Auswahl an Tischen und Stühlen.

 **MÖBEL  
HEINRICH**



DAUERTIEFPREISE

**45%** <sup>1)</sup>  
Bis zu  
**SPAREN!**

Ihr Vorteil in den Abteilungen Möbel und Küchen:

Auf unsere **MEGA-MARKEN** bis zu

**300€** <sup>2)</sup>  
**EXTRA SPAREN**

**149.99** <sup>270.\*</sup>  
DAUERTIEFPREIS

ARMLEHNSTUHL,  
versch. Farben,  
180° drehbar,  
ca. 60x93x67 cm.  
1002 0022 00/01

**ab 1299.-** <sup>2542.\*</sup>  
DAUERTIEFPREIS

ESSTISCH,  
ca. 200/240x76x100 cm.  
Größere Variante gegen  
Mehrpreis. Ohne Deko.  
1002 0021 00/01



INKL.  
Lieferung  
& Montage



1) Dauertiefpreis. Nachlass ist bereits im Verkaufspreis berücksichtigt. 2) Gültig bis zum 22.04.2025. Gilt auf alle Möbel & Küchen der folgenden Marken Vilano, Venjakob, himolla, Hukla, hartmann, Mondo, Valmondo, Livin, Vito, Wöstmann, Decker, Schlaraffia, Ruf, Serta, Musterring, Henders & Hazel, XOON, Schöner Wohnen, Stressless, Set One, nolte, nolteneo, Miele, AEG, Bora, Bosch, Liebherr, Mondo, Quooker, Neff, Leonardo Living. Gilt auch auf Dauertiefpreise & Sale-Artikel, ausgenommen Werbeware. Erhalten Sie bei einem Einkaufswert von 2000€ einen 100 €-Bonus, bei einem Einkaufswert von 4000€ einen 200€-Bonus und bei einem Einkaufswert von 6000€ einen 300€-Bonus. Gilt nur für Neuaufträge. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. Nur ein Gutschein pro Einkauf einlösbar. 0996 1112 00-02.

**FILIALE BAD NENNDORF**  
Auf dem Wachtlande 2  
31542 Bad Nenndorf  
Tel.: 05723 947 - 0  
nenndorf@moebel-heinrich.de

**ÜBER 40.000 M<sup>2</sup> • 500 M VON DER A2**

**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
Montag - Freitag: 10.00 – 19.00 Uhr  
Samstag: 10.00 – 18.00 Uhr

   
Die Filiale **Bad Nenndorf** wurde  
auf Google mit 4,5 bewertet  
am 01.04.2025 | 2417 Rezensionen

Weitere Infos unter  
[www.moebelheinrich.de](http://www.moebelheinrich.de)

Folgen Sie uns:   

 **MÖBEL  
HEINRICH**