

Rente und Steuern – Was muss ich wissen?

HANNOVER. Gesetzliche Renten sind steuerpflichtig. Ob eine Rentnerin oder ein Rentner tatsächlich Steuern zahlen muss, hängt aber von mehreren Faktoren ab: etwa dem Jahr des Rentenbeginns, der Höhe und Art der Rente und weiteren Einkünften. Wie sich das Steuerrecht im Berufsleben und danach konkret auswirkt, erklären Fachleute der Deutschen Rentenversicherung Braunschweig-Hannover am Donnerstag, 8. Februar, ab 16.30 Uhr, in einem Vortrag bei der Deutschen Rentenversicherung in Hannover, Berliner Allee 13. Interessierte können sich anmelden unter der Telefonnummer (0511) 829-1500.

Grüne rufen zur Teilnahme an Demo auf

HEMMINGEN. Das Bündnis „Bunt statt Braun“ ruft zu einer Kundgebung am Niedersächsischen Landtag auf. Die Demo findet am heutigen Samstag, 3. Februar, ab 13 Uhr am Platz der Göttinger Sieben in Hannover statt. Die Mitglieder von Bündnis90/ Die Grünen aus Hemmingen unterstützen die Kundgebung für Demokratie, Frieden und Menschenrechte und gegen Ausgrenzung und Hass ausdrücklich. Deshalb bieten sie allen Hemmingerinnen und Hemmingern an, am Samstag gemeinsam mit dem Fahrrad von Hemmingen nach Hannover zur Demo zu fahren. Treffpunkt am Samstag ist um 12.15 Uhr auf dem Rathausplatz in Hemmingen. Bei schlechtem Wetter wird mit der Stadtbahn gefahren.

Neue Kulturreihe bei „Victors“ in Laatzen-Mitte

Jürgen Gansäuer und Erwin Schütterle zählen zu den ersten Gästen bei „AUF EIN WORT MIT“ in Victors Residenz

LAATZEN. Wer prominente Menschen kennenlernen will und zugleich Lust auf Musik hat, kommt bei einer neuen Veranstaltungsreihe in Laatzen auf seine Kosten: Die Pflegeeinrichtung Victors Residenz in der Mergenthalerstraße lädt ab sofort einmal monatlich zur neuen Gesprächs- und Musikreihe „Auf ein Wort mit“ ein. Zu Gast sind bekannte Laatzenener wie der ehemalige niedersächsische Landtagspräsident Jürgen Gansäuer und Bürgermeister Kai Eggert (parteilos), aber auch Kulturschaffende und sozial engagierte Menschen. „Wir verbinden Musik und Interview mit Menschen aus Laatzen und Umgebung“, kündigt Victors-Direktor Adrian Grandt an. Vorbild sei eine ähnliche Veranstaltungsreihe in Hamburg. Die Besucher hätten immer auch die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Die Abende sollen jeweils etwa anderthalb Stunden dauern, musikalisch reicht das Spektrum von Klassik bis Jazz und Swing. Beginn ist jeweils um 19 Uhr.

Die Veranstaltungen im Überblick:

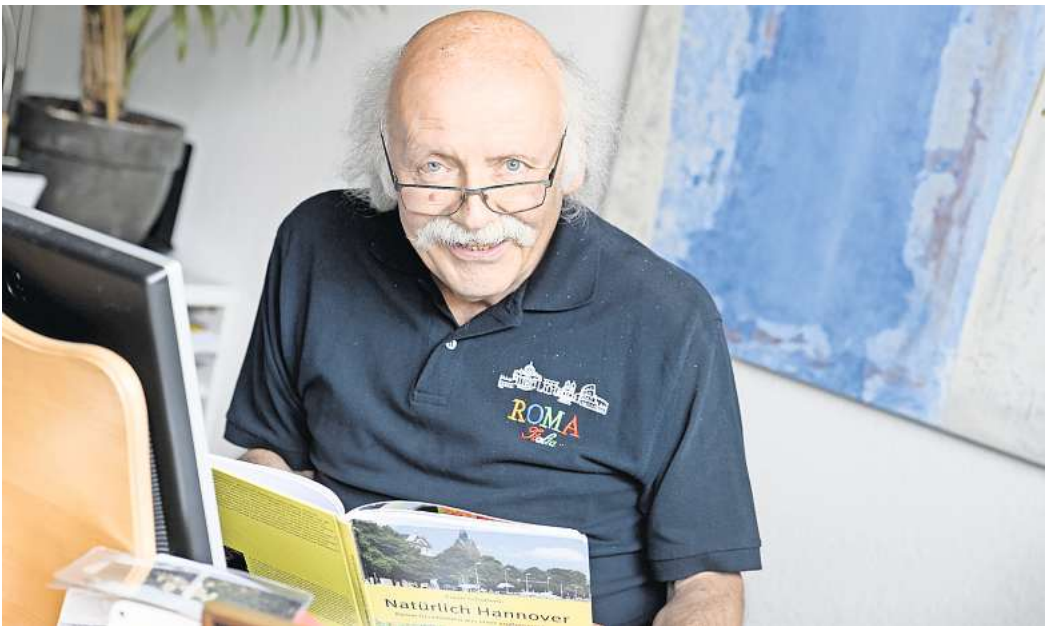
Zum Auftakt **am Mittwoch, 7. Februar**, kommt **Sophie Mühlmann** nach Laatzen. Die Journalistin ist Reporterin in der Redaktion Landespolitik im NDR-Funkhaus am Maschsee und berichtet vor allem über Bildungsthemen und soziale Fragen. Zuvor bereiste und arbeitete sie 13 Jahre als Asien-Korrespondentin für die Deutsche Welle, die „Welt“ und „NZZ am Sonntag“. Für Musik sorgt die Pianistin Stella Perevalova, die klassische Musik mit bekannten jüdischen Liedern verbindet – zum Mitsingen, Mittanzen und Mitträumen.

Am Mittwoch, 6. März, ist **Sylvia Jasion** bei Victors zu Gast. Die Sozialarbeiterin engagiert sich bei der Selbsthilfe für Wohnungslose in Hannover, unterstützt obdachlose Menschen in der Innenstadt und fördert die Wiedereingliederung polnischer Strafgefangener. Jasion ist gebürtige Polin – genau wie Monika Swiechowicz, die mit ihrem Akkordeon zu Victors kommt.

Am Mittwoch, 24. April, kommt Laatzens Bürgermeister **Kai Eggert** (parteilos) zum Interview. André Rössig aus Hannover präsentiert beim musikalischen Teil des Abends einen Ausschnitt von Evergreens aus 70 Jahren Musikgeschichte – von Jazz über Soul bis Rock und Chanson.

Mittwoch, 8. Mai: Erwin Schütterle ist Gründer des Kanapee in Hannover, wo über 27 Jahre hinweg 3625 Konzerte stattfanden, darunter Auftritte von bekannten Musikern wie Sabine Meier und Thomas Quasthoff. 2008 übergab er das Lokal und wurde Geschäftsführer des Freundeskreises Hannover. Er schrieb ab 2010 monatliche Kolumnen. Den musikalischen Teil des Abends bestreiten Marta Gadzina (Violine) und Monika Swiechowicz (Klavier), die gemeinsam das Duo Harmonia Classica bilden.

Mittwoch, 5. Juni: Der frühere Landtagspräsident **Jürgen Gansäuer** zählt zu den bekanntesten Laatzenern. Er war Rats Herr und Kreistagsabgeordneter und gehörte 1974 bis 2008 dem Landtag an, dem er ab 2003 als Präsident vorsah. Musik machen Witold Furmanowicz (Fagott) und Monika Swiechowicz (Klavier).



Erwin Schütterle liest am 8. Mai in Victors Residenz Foto: Nancy Heusel

SCHLUSS MIT SCHÄFCHEN ZÄHLEN!

16. – 18. Februar 2024 • Messe Hannover

3 Tage Messe, Vorträge, Workshops & prominente Schlafexpert:innen

Aktionscode: Schlaf gut

Jetzt 2 Tickets zum Preis von 1 sichern!

besser-schlafen-hannover.de

Tag der offenen Tür

10. Februar / 10 - 14 Uhr

Wilhelmstraße 2, 30171 Hannover

Berufliches Gymnasium

- Gesundheit & Soziales/Sozialpädagogik
- Gestaltungs- und Medientechnik
- Informationstechnik

Fachoberschule (Einstieg in Klasse 11 oder 12)

- Gesundheit und Soziales
- Gestaltung
- Wirtschaft und Verwaltung

Ausbildung I Studium

- Technische Assistenz in Pharmazie (PTA)* und Biologie (BTA)
- Physiotherapeut/in* • Logopäde/in*

* schulgeldfrei

Ausbildungsbegleitendes Bachelorstudium möglich!

mehr Infos auf ROSS-SCHULE.DE

NEU an der DIPLOMA Hochschule ab SoSe 2024 Duales Studium Soziale Arbeit & Kindheitspädagogik! Studienberatung vor Ort

Gesundheit

ANZEIGE

Ohne Gesichtsrötungen durch den Winter

Eine Spezialcreme aus der Apotheke kann sofort helfen

Etwa vier Millionen Deutsche leiden unter dauerhaften Rötungen auf Wangen und Nase – gerade im Winter, wenn die Haut extremen Temperaturwechseln ausgesetzt ist. Eine Spezialcreme mit einzigartigem 3-fach-Effekt lässt Betroffene aufatmen.

Wie Gesichtsrötungen entstehen

Unschöne Hautrötungen auf Nase und Wangen sind meist kosmetischer Natur, können jedoch die Lebensqualität der Betroffenen stark beeinträchtigen. Falsche Pflege, Veranlagung oder UV-Strahlung: All das kann dazu beitragen, dass die Äderchen im Gesicht stärker durchblutet werden und rötlich durch die Haut schimmern. Mit zunehmendem Alter wird die Haut zudem dünner, die Gefäße dadurch noch sichtbarer. Was tun? Hilfe kommt aus der Derma-Kosmetik: Experten haben eine Spezialcreme namens Deruba (Apotheke) entwickelt.



Spezialcreme mit 3-fach-Effekt Deruba verspricht mit einem einzigartigen 3-fach-Effekt Hoffnung. **Sofort-Effekt:** Die mikroverkapselten Pigmente geben direkt bei Hautkontakt feinste Farbpigmente frei, die Rötungen sofort kaschieren. **Langzeit-Effekt:** Die Formulierung mit dem Aktivstoff α -Bisabolol wirkt hautberuhigend und reduziert Hautrötungen sichtbar. **Schutz-Effekt:** Die speziell entwickelte Lichtschutzfilter-Kombination blockt bis zu 98 % der gefährlichen UVB-Strahlung und einen Großteil der UVA-Strahlung. So kann Deruba der Entstehung neuer Gesichtsrötungen entgegenwirken.

chen UVB-Strahlung und einen Großteil der UVA-Strahlung. So kann Deruba der Entstehung neuer Gesichtsrötungen entgegenwirken.

Tipp für unsere Leser: Jetzt Deruba auf pureSGP.de online bestellen und tolle Rabatte sichern.

Jetzt testen und Deruba auf pureSGP.de

online bestellen und bis zu 17% sparen!

bis zu 17% sparen nur auf pureSGP.de

(Abbildungen Betroffenen nachempfunden) 4075401_002624

Tipp: So lässt sich die Verdauung aktivieren

Schluss mit Blähbauch!

Wer kennt das nicht? An manchen Tagen will nichts so richtig passen, man fühlt sich einfach aufgebläht. Die Erkenntnis aus der Wissenschaft ist, dass die Ursache für einen Blähbauch in der Regel in einer reduzierten Darmaktivität liegt, die z. B. durch Stress, wenig Bewegung oder ballaststoffarme Ernährung ausgelöst werden kann. Dadurch dauert der Transport der Nahrung durch den Darm deutlich länger, die Verdauung gerät ins Stocken und es bilden sich vermehrt Gase im Darm. Die Folge: ein Blähbauch. Um diesen zu bekämpfen, haben renommierte Forscher Kijimea Regularis entwickelt.



Die Verdauung aktivieren – sanft und zuverlässig

Die in Kijimea Regularis enthaltenen natürlichen Fasern quellen im Darm auf und dehnen die Darmmuskulatur sanft. Sie erhält dadurch den Impuls, sich wieder zu bewegen und die Verdauung kommt auf natürliche Weise in Schwung. In der Folge können auch die Gase im Darm reduziert werden und dadurch der Blähbauch zurückgehen.

Ganz einfach zum neuen Darmgefühl

Kijimea Regularis lässt sich kinderleicht in den Alltag integrieren: Nach Bedarf zwei- bis dreimal täglich einen Löffel des einzigartigen Granulats in ein Glas Wasser einrühren und trinken. Dadurch wird der Darm wie durch ein sanftes Training von innen heraus zur Bewegung animiert und der Bauch fühlt sich endlich wieder angenehm leicht an.

Die Inhaltsstoffe wirken dabei rein physikalisch, weshalb Kijimea Regularis selbst bei langfristiger Einnahme zu keinem Gewöhnungseffekt führt. Zudem sind keine Neben- und Wechselwirkungen bekannt. Wir meinen: sehr empfehlenswert!

Kijimea Regularis ist deutschlandweit in Apotheken oder direkt beim Hersteller unter www.kijimea.de erhältlich.

Abbildung Betroffenen nachempfunden.