

# Zwei erhellende Kulturtipps für die dunkle Jahreszeit

**magaScene: 6. KUBANISCHE VISIONEN und 30. BUCHLUST**

**HANNOVER.** Der Global Partnership Hannover e.V. veranstaltet vom 14. bis 26. November erneut seine **Veranstaltungsreihe „Kubanische Visionen“**. Die 6. Ausgabe möchte die Besonderheiten der „revolutionären Errungenschaften“ des Karibikstaates in Erinnerung rufen. Dazu gehört auch das cineastische Schaffen, das immer wieder sehr unterhaltsam den Fokus auf die Lebensfreude der Menschen wie auf die Schwächen des Systems richtet.

Ein Kaleidoskop jüngerer und älterer Produktionen setzt genau dies beispielhaft in Szene und bietet vielfältige Gesprächsanlässe. Den diesjährigen Auftakt bildet am 14. November um 17.30 Uhr die Eröffnung einer Ausstellung kubanischer Filmplakate - im Kulturzentrum Pavillon. Im Kino im Sprengel folgt am selben Tag ab 20.30 Uhr der filmische Start mit „Landrián“, dem jüngsten Werk von Ernesto Daranas; einer ganz besonderen Dokumentation über den erst



**Liest am 24. November um 11 Uhr bei der Buchlust aus „Unser Ole“: Katja Lange-Müller.**  
Foto: Annette Hauschild / OST-KREUZ



**Kuba: ein faszinierendes Land zwischen Nostalgie und Nichts geht mehr.**  
Foto: privat

vor kurzem rehabilitierten Filmemacher der kubanischen Filmgeschichte: Nicolás Guillén Landrián, dessen Kurzfilme am 22.11. ab 20 Uhr präsentieren werden. Am selben Ort wird am 15. November ab 18 Uhr der deutsche Regisseur Florian Zeyfanger erwartet, der sich mit dem Verhältnis zwischen Architektur und Gesellschaft auf Kuba beschäftigt. Neben eigenen Filmen präsentiert er auch eine Kurzfilmawahl von Sara Gómez.

Im Kino im Künstlerhaus werden am 16. November ab 15 Uhr besondere Facetten kubanischen Lebens, von Ernesto Daranas und Iciar Bollain gefilmt, auf die Leinwand gebracht. Zwei weitere Highlights sind ein Auftritt des kubanisch-deutschen Cross-over-Zirkus Giovanni (17 Uhr) und ein Konzert von Guacamole Aquí (21 Uhr). Ein Podiumsgespräch mit versierten Kubakennern rundet am 26. November um 19 Uhr den Veranstaltungstagen ab.

Die **30. Buchmesse Buchlust** lädt am 23. und 24. November von 10 bis 18 Uhr ins Literaturhaus Hannover ein. Dieser runde Geburtstag wird groß gefeiert, und so präsentieren 30 unabhängige Verlage ihre kunstvoll und liebevoll gestalteten Druckwerke. Besucher der Messe können sich auf spannende und vielfältige Bücher freuen, unter anderem von den Verlagen Mattes & Seitz, mareverlag, Unionsverlag, Peter Hammer Verlag und vielen weiteren Druckhäusern.

Die Messe bietet auch wieder ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Dazu gehören Lesungen von renommierten Autoren wie Katja Lange-Müller und Marie-Louise Monrad Möller sowie eine Ausgabe der beliebten Literatur-Podcast-Show von NDR Info „eat.RE-AD.sleep.“ mit Jan Ehler und Katharina Mahrenholz. Ein weiteres Highlight ist die Verleihung des Buchlust-Publikumspreises, der in diesem Jahr mit 1.000 Euro dotiert ist. Für die Jüngsten gibt es auch in diesem Jahr Kunsttauchkurse, in denen Kinder ab 5 Jahren von 14 bis 16 Uhr in fantastische Geschichten eintauchen und selbst kreativ werden können. Der Eintritt kostet 5 Euro und beinhaltet den Zugang zur Ausstellung und zum Lesungsprogramm.



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

## Pavillon Hannover



An alle die sich für das Thema psychische Gesundheit interessieren!  
**Vortrag & Lesung**  
„Gefesselt und enthemmt - die Bipolare Störung“  
Dr. med. Thorsten Sueße

**Mittwoch 20. November 2024**

**Tickets unter:**  
[www.pavillon-hannover.de](http://www.pavillon-hannover.de)

**Einlass : 17.30 Uhr**  
**Beginn : 18.00 Uhr**



[www.depressionen-hannover.de](http://www.depressionen-hannover.de)  
[www.habmutzeiggesicht.de](http://www.habmutzeiggesicht.de)

Gefördert durch:



[aok.de/leistungen](http://aok.de/leistungen)



Selbsthilfegruppen Garbsen  
Hab Mut, es tut gut! & Mittendrin-trotz Angst!



Gäste der Gesprächsrunde:  
-Nora Hille  
-Dr. med. Thorsten Sueße



### Nasse Keller? Feuchte Wände? Undichter Balkon?

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

**innotech**  
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke

Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel  
[www.innotech-team.de](http://www.innotech-team.de)  
**Tel. 05139/27 82 60**

**20 %**  
**Rabatt auf alle Abschlüsse bis 01.12.2024**

## Medizin

## ANZEIGE

**Für sichtbar schöne und strahlende Haut**



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

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

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

**Mit wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen**

Für Ihre Apotheke:  
(PZN 13306108)

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

# „Ich kann endlich ohne Schmerzen gehen!“ (Martin L.)

Diese natürlichen Arzneitropfen begeistern bei Arthrose

**Zahlreiche Schmerzgeplagte setzen bei ihren Arthrose-Beschwerden auf das Schmerzmittel Rubaxx Arthro (Apotheke). Es enthält einen natürlichen und gut verträglichen Arzneistoff, der schmerzlindernd und entzündungshemmend zugleich wirkt. Kein Wunder, dass Anwender begeistert sind.**

Arthrose wird vor allem mit zunehmendem Alter zum Problem: Die Gelenke schmerzen, werden steif und die Beweglichkeit wird eingeschränkt.



### Wie Arthrose entsteht

Wenn sich die Knorpelschicht zwischen zwei Knochen abbaut, beginnen die Knochen aufeinander zu reiben und Schmerzen zu verursachen. Der Knorpelabbau kann wiederum zu Entzündungen führen.



So erging es auch Hedwig K.: „Ich habe Arthrose in der Hüfte und schrie vor Schmerzen bei jeder Bewegung“, klagt sie. Doch seitdem Hedwig K. die Arzneitropfen Rubaxx Arthro nimmt, geht es ihr wesentlich besser: „Ich habe so gut wie keine Schmerzen mehr!“ Auch Martin L. freut sich über seine zurückgewonnene Beweglichkeit dank Rubaxx Arthro: „Ein sehr gutes Mittel. Ich kann endlich ohne Schmerzen gehen.“

### Entzündung reduziert, Knorpel geschützt

Rubaxx Arthro wurde speziell zur Behandlung von Arthrose entwickelt. Das Besondere ist der darin enthaltene Arzneistoff, der aus der Weißbeerigen Mistel gewonnen wird. Dieser Arzneistoff wirkt nicht nur schmerzlindernd. Er hat außerdem in Laborstudien gezeigt, dass er Entzündungen reduziert.<sup>1</sup> Mehr noch: Er kann sogar

bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen<sup>2</sup>. Somit wird der Knorpel geschützt und die Arthrose-Schmerzen werden bekämpft.

### Auch bei chronischen Schmerzen geeignet

Was Anwender besonders überzeugt: Rubaxx Arthro kombiniert Wirksamkeit mit guter Verträglichkeit. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Daher sind die Arzneitropfen auch für die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet. Das bestätigt auch Beate D.: „Ich verwende das Produkt bereits über ein Jahr und meine Schmerzen in den Gelenken, insbesondere dem Kniegelenk, sind deutlich minimiert.“ Robert H. lobt dagegen die einfache Dosierung: „Genau das ist der Vorteil der Tropfen, dass die Dosierung je nach Bedürfnis angepasst werden kann.“

**Überzeugen auch Sie sich von den Nr. 1\* Arzneitropfen bei Arthrose: Rubaxx Arthro, rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich!**

**Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!**

**RubaXX Arthro**

Homöopathisches Arzneimittel bei

Verschleißkrankheiten der Gelenke



✓ **Bekämpft speziell Arthrose**

✓ **Wirksam & gut verträglich**

✓ **Individuell dosierbar dank Tropfenform**

**Unsere Empfehlung bei Arthrose**



Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Arthro**  
(PZN 15617516)

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

<sup>1</sup>Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • <sup>2</sup>Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • \*Arzneitropfen bei Verschleißkrankheiten der Gelenke; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 01/2024 • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Namen geändert  
RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album D. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. [www.rubaxx.de](http://www.rubaxx.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGF GmbH, 82166 Gräfelfing