

Weihnachtsmarkt beim SV Wilkenburg

HIMMINGEN. Glühwein, Bratwurst, ein buntes Kinderprogramm sowie dekorative Weihnachtskugeln sorgen für weihnachtliche Atmosphäre: Am Sonntag, 30. November, lädt der SV Wilkenburg ab 15 Uhr herzlich zum diesjährigen Weihnachtsmarkt auf sein Vereinsgelände an der Alten Dorfstraße 30 in Wilkenburg ein.

Besucherinnen und Besucher dürfen sich auf ein stimmungsvolles Programm und Beisammensein freuen.

Literaturcafé im Frauzentrum

LAATZEN. Am Freitag, 5. Dezember 2025, lädt das Frauzentrum zum Literaturcafé an die Hildesheimer Straße 85 ein. Ab 16 Uhr präsentiert Karen Benda ausgewählte Titel jenseits des Mainstreams – darunter Romane, Sachbücher und Graphic Novels. Die Veranstaltung bildet den Abschluss der Sozialpolitischen Reihe 2025. Neben den Buchvorstellungen erhalten Besucherinnen Einblicke in die geplanten Aktivitäten des kommenden Jahres.

Das Literaturcafé findet in Kooperation mit der Stiftung Leben & Umwelt, Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen, statt. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung für Frauen ist telefonisch unter (0511) 89885820 oder per E-Mail an info@frauzentrum-laatzten.de möglich.

➤ Weitere Informationen stehen online unter frauzentrum-laatzten.de bereit.

Mit Vincent in der Achterbahn

„VAN GOGH – THE IMMERSIVE EXPERIENCE“ – ein bildgewaltiges Spektakel in der Alten Druckerei

„Cof Entertainment“ heißt die Produktionsfirma, die die große Ausstellung „Van Gogh – The Immersive Experience“ durch Deutschland touren lässt. Der Firmenname sagt, worum es geht: Entertainment. Unterhaltung ist das Ziel. Und das wird erreicht. Die große Multimedia-Ausstellung, die jetzt in der Alten Druckerei neben dem Medienhaus in Hannover-Bemeroode eröffnet wurde, ist sehr unterhaltend. Man staunt. Man lacht. Man ist verblüfft.

Der Einstieg ist sanft: Ein Raum mit leuchtenden Sonnenblumen, die als dreidimensionale Objekte von den Wänden hängen, begrüßt die Besucher. Dann gibt es ein paar Informationen zu Leben und Werk von Vincent van Gogh, es folgen Reproduktionen einiger seiner berühmten Gemälde und ein paar Möglichkeiten, um sich in liebevoll gemazzerten Bühnenbildern fotografieren zu lassen.

DAS GROßE VAN-GOGH-KINO

Und dann geht es in den Raum, der im Zentrum der ganzen Angelegenheit steht – ins große Van-Gogh-Kino. Vier Leinwände gibt es, 30 Meter lang sind die beiden Längsseiten, 15 Meter lang die Querseiten, der Raum ist sechs Meter hoch, 18 Beamer, die am Deckengerüst hängen, werfen die Bilder von Goghs auf die Leinwände: Sonnenblumen, Felder, Sternennächte, Selbstporträts. Kunstvoll geht ein Bild ins andere über. Selbst der Boden funkelt. Die Bilder zeichnen das Leben des Künstlers nach,



Beindruckend: Die Van Gogh Experience Ausstellung in der Alten Druckerei.

Foto: Tim Schaarschmidt

gegen Ende versucht die Schau, die Besucher auch ein bisschen in den Wahnsinn eintauchen zu lassen. Da scheint Wasser aus den Gemälden zu quellen. Der ganze Saal scheint geflutet zu werden, und über den Boden huscht mit schlängelnden Bewegungen ein Fisch. Nett. Technisch ist das recht komplex. Die Übergänge müssen stimmen, die Projektionen müssen sehr genau aufeinander abgestimmt sein. Kurz vor der Ausstellungseröffnung sei ein Beamer ausgefallen, erzählt Oliver Forster, der Chef von „Cof Entertainment“, um fünf Uhr morgens sei

ein Techniker aus Leipzig ange-reist, um das Gerät auszutauschen. Praktischerweise lässt „Cof“ in Leipzig gerade die Schau „Titanic – eine immersive Reise“ aufbauen; am 28. November soll sie eröffnet werden. In Dortmund. Dort wird eine Banksy-Show gezeigt, die vor zwei Jahren unter dem Titel „The Mystery of Banksy – A Genius Mind“ mit großem Erfolg im „Aufhof“ in Hannover lief. Immersive Spektakel kommen an. Es hat ja auch etwas, sich in-

mitten einer überwältigenden Bilderflut zu befinden. Bei der Van-Gogh-Show in der alten Druckerei sind die Bilder fast ständig in Bewegung. Immer flattern bunte Gebilde über die Leinwände und auch über die Zuschauer. Sonnenblumenblütenblätter, Sternengefunkele, kleine Flammen, Herbstlaub, Ähren oder Pinselstriche – die wüstchenartigen Gebilde verändern sich und sind überall. Über allem ergeht sich ein Schwall von zuweilen recht pompöser Musik, die manchmal an Vivaldis „Vier Jahreszeiten“ erinnert.

FARBENFROHER FLUG MIT VR-BRILLE

Texte gibt es auch. Gelegentlich schweben Zitate aus Briefen von Goghs über die Bilder, und ab und zu ist die Stimme eines Erzählers zu hören. Sehr bedächtig, mit viel Dramatik aufgeladen und dabei ungeheuer sonor berichtet der Schauspieler Torsten Münchow (der auch als Synchronsprecher von Antonio Banderas und Gérard Depardieu tätig ist) vom Leben des Künstlers und zitiert einige schöne Stellen aus dessen Briefen. Stimmlich ist alles ziemlich dick aufgetragen –

aber das passt gut zum Rest der Schau.

Am Ende dürfen die Besucher (gegen ein zusätzliches Entgelt von 3 Euro) noch einmal auf andere Weise in das Werk von Goghs eintauchen. Auf drehbaren Barhockern sitzend, können sie mit einer Virtual-Reality-Brille durch seine Bilder spazieren. Das Ganze ist eine ansprechende, zuweilen Schwindel erregende Achterbahnfahrt durch das Werk eines Künstlers, dessen enorme Produktivität auch eng mit seinem enormen Leiden verknüpft war. Am Ende dieser VR-Erfahrung fühlt man sich angenehm mitgenommen. Der Weg durch die Ausstellung ist eine Einbahnstraße. Am Ende, nach dem farbenfrohen Bilderflug mit der VR-Brille, kann man nicht einfach umkehren und vielleicht noch mal an dem Seifenstück schnuppern, das im Nachbau des Zimmers von Arles auf dem Tischchen lag. Aber das ist auch gar nicht nötig. Denn die Seife ist aus Plastik. Sie riecht nach nichts. Da scheint die Grenze der Immersion dann doch erreicht.

➤ Info: „Van Gogh – The Immersive Experience“. Bis 1. März 2026 in der Alten Druckerei Hannover, August-Madsack-Straße 1, 30559 Hannover. Da die Anzahl der Besucher in der Ausstellung limitiert ist, empfiehlt sich der Kauf eines Zeitfenster-Tickets. Die Verweildauer ist aber zeitlich unbegrenzt. Tickets gibt es unter tickets.haz.de sowie in den Ticketschops der HAZ und der Neuen Presse. Die Ausstellung ist barrierefrei.

HAZ
NP

HANNOVERS TRUE CRIME HERBST

Die Podcasts von HAZ und NP




Jeden Donnerstag und Freitag:
**Echte Kriminalfälle,
noch mehr Spannung!**

Wahre Verbrechen, die unter die Haut gehen.

- True Crime Hannover – sechs neue, packende Fälle erzählt von der Neuen Presse.
- Neu: Der Fall Kentler – eine vierteilige Serie, aufwendig recherchiert und eindrucksvoll dokumentiert von der HAZ.

Jetzt abonnieren auf HAZ.de, Neuepresse.de und überall, wo es Podcasts gibt!

Neue
Folgen
ab 30. Oktober!



Hier scannen und hören!

Natürlich und wohltuend

In der kalten Jahreszeit mehren sich Infekte und spröde Haut. Hilfe kommt nicht nur aus Drogerie oder Apotheke: Auch der eigene Garten liefert kraftvolle Rezepturen – ohne Umwege.

Die Pflanzenwelt beschenkt uns reichlich mit Heilkräften, die wir zur Unterstützung unseres Wohlbefindens nutzen können. „Viele Heilpflanzen wachsen völlig unerkannt im heimischen Garten“, sagt Marion Putensen, zertifizierte Kräuterpflanzenexpertin aus der Lüneburger Heide. Das Wissen über ihre Wirkung sei zunehmend in Vergessenheit geraten. „Doch mit wenig Aufwand können wir aus Pflanzen wie Rettich, Kräutern und der Ringelblume natürliche Hausmittel zubereiten, die uns durch Herbst und Winter begleiten.“

► Rettich-Saft: Sanfte Hilfe bei Husten

Der schwarze Rettich ist ein eher unscheinbares Wintergemüse, das es jedoch in sich hat. „Schon seit Jahrhunderten gilt er als bewährtes Mittel bei Erkrankungen der oberen Atemwege“, erklärt die Kräuterpertin. In alten Hausrezepten habe er zudem als Reinigungsmedizin für Körper und Haus gegolten, um negative Energien fernzuhalten. Heute weiß man: „Seine Senföle wirken antibakteriell und schleimlösend, wodurch er auch festsitzenden Husten lösen kann.“

Zubereitung des Hustensaftes:

Einen schwarzen Rettich gründlich waschen und den oberen Teil als Deckel abschneiden.

Mit dem Löffel eine Vertiefung aushöhlen, das Fruchtfleisch klein schneiden.

Ein kleines Loch in den Boden bohren und das Fruchtfleisch zurück in den Rettich geben.

Rettich auf ein Schraubglas stellen, die Vertiefung mit Honig

füllen und den Deckel wieder aufsetzen.

Nach einigen Stunden sammelt sich im Glas ein Saft, der löffelweise eingenommen werden kann.

Der süß-scharfe Hustensaft hält sich im Kühlschrank zwei bis drei Tage und kann bei Bedarf neu angesetzt werden. Vorsicht: „Für Säuglinge und Kleinkinder unter einem Jahr ist der Hustensaft nicht geeignet, da diese keinen Honig zu sich nehmen sollen“, so Putensen.

► Kräuter-Oxymel: Süß-sauer Immunbooster

„Der Begriff stammt aus dem Griechischen und bedeutet ‚Sauerhonig‘“, erklärt Putensen. Das traditionelle Hausmittel vereint die antioxidativen und entzündungshemmenden Wirkungen aus Essig und Honig. Werden dem Tonikum Gartenkräuter hinzugefügt, entsteht ein kräftigendes Hausmittel für das Immunsystem.

„Rosmarin wirkt entzündungshemmend und stimulierend, Thymian ist als Schleimlöser bekannt, Zitronenmelisse und Lavendel wirken beruhigend, Salbei hat sich gegen Halsschmerzen bewährt“, so die Kräuterpertin.

Zubereitung des Kräuter-Oxymels:

Drei Teile Honig mit einem Teil Apfelessig verrühren.

Je nach Bedarf und Geschmack getrocknete oder frische Kräuter aus dem Garten hinzufügen.

Das Kräuter-Oxymel in einem sauberen, verschlossenen Glas eine Woche ziehen lassen.

In ein ausgekochtes Glas abseihen und verschließen.

Zur Einnahme täglich einen

Esslöffel pur oder verdünnt mit Wasser genießen.

Die fertige Mischung schmeckt angenehm süß-sauer und ist eine hervorragende Alternative zu industriell hergestellten Tonika. „Oxymel unterstützt den Körper in der Erkältungszeit und eignet sich auch als belebendes Getränk zwischendurch“, betont Putensen.

► Ringelblumensalbe: Balsam für rissige Winterhaut

Auch die Haut wird durch kalte Temperaturen und trockener Heizungsluft stark beansprucht. Besonders Hände, Gesicht und Lippen werden nun schnell spröde. Hier kommt die Ringelblume ins Spiel: „Früher glaubte man, dass die Calendula das Böse fernhält und Häuser, Ställe und Menschen vor Krankheit schützt“, erläutert Putensen. „Heute schätzt man die Blüten vor allem für ihre entzündungshemmenden und hautberuhigenden Inhaltsstoffe.“

Zubereitung der Ringelblumensalbe:

Zwei Teelöffel getrocknete Ringelblumenblüten (alternativ etwa eine Handvoll frische) in ein ausgekochtes Schraubglas geben.

Mit hochwertigem Pflanzenöl komplett bedecken.

Alles bei geringer Hitze ins Wasserbad stellen und eine Stunde im warmen Öl ziehen lassen.

Danach den Herd ausstellen und die Blüten über Nacht ziehen lassen.

Den fertigen Öl-Auszug durch ein Sieb abseihen und im Wasserbad mit etwas Bienenwachs verschmelzen, bis eine geschmeidige Konsistenz entsteht.

Die noch flüssige Salbe in sterilisierte Salbentiegel füllen, abkühlen lassen und erst dann verschließen.

„Die Ringelblumensalbe hilft bei rissigen Händen, trockenen Lippen, kleinen Wunden und gezeiter Winterhaut“, so Putensen.



Es macht Sinn, wintergrüne Kräuter wie Thymian, Rosmarin und Salbei, die bei Erkältungen helfen, zu kultivieren.

Foto: Ina Fassbender