

Hannover 96 trägt seine Stadt auf der Brust

Zum 80-jährigen Bestehen Hannovers als Landeshauptstadt bringt der Zweitligist ein **SONDERTRIKOT** heraus. Beim Heimspiel gegen Dynamo Dresden am 1. November soll es erstmals zum Einsatz kommen. Zwei Sponsoren machen dafür sogar Platz.

HANNOVER. Hannover statt heise: Wenn die Profis von Hannover 96 am Sonntag, 1. November, gegen Dynamo Dresden auf- laufen, wird auf ihrer Trikotbrust ausnahmsweise kein Sponsoren- logo zu sehen sein. Stattdessen trägt die Mannschaft das Wap- pen der Landeshauptstadt. An- lass ist ein besonderes Jubiläum: Auf den Tag genau vor 80 Jahren wurde Hannover zur Hauptstadt des neu gegründeten Landes Niedersachsen ernannt. Der Zweitligist würdigt diesen Jah- restag mit einem eigens gestal- teten Sondertrikot, das auf 9.996 Exemplare limitiert ist.

„Für mich als gebürtigen Han- noveraner ist dieses Trikot wirk- lich etwas ganz Besonderes“, sagt 96-Profi Husseyn Cha- kroun. Der Offensivspieler stand gemeinsam mit Boris Tomiak und Ime Okon für den Werbe- film zur Sonderedition vor der Kamera. Vor allem die promi- nente Platzierung des Stadtwap- pens gefällt ihm: „Unsere Stadt so prominent auf dem Trikot zu tragen, ist ein echtes State- ment.“

Das Trikot ist in den Stadtfar- ben Rot und Weiß gehalten. Auf der Brust prangt eine eigens an- gepasste, aufgestickte Variante

des hannoverschen Stadtwap- pens, darunter der Schriftzug „Landeshauptstadt Hannover“. Für die Gestaltung wurde in Ab- stimmung mit der Stadtverwal- tung eine schwarz-weiß-grüne Fahne in das Wappen aufge- nommen. Sie orientiert sich an historischen Darstellungen, wie sie in ähnlicher Form um 1946 auch im Vereinswappen von Hannover 96 zu finden waren.

Die abgewandelte Wappen- grafik zieht sich zudem als de- zentes Muster über Vorder- und Rückseite des Trikots. Im Nacken erinnern die Umrisse Nieder- sachsens und die Zahl 80 an das Jubiläum. Weitere Details finden sich an den Ärmeln und am unteren Trikotsaum.

Dass die Stadt im Mittelpunkt steht, ist auch den beiden Trikot- partnern zu verdanken. Haupt- sponsor heise verzichtet auf sein Logo auf der Brust, die Hanno- versche Volksbank räumt die Werbefläche am Ärmel. „Als Hauptsponsor machen wir dafür gerne Platz auf der Brust“, er- klärt Johanna Heise, Head of Brand & Culture bei heise.

96-Geschäftsführer Henning Bindzus sieht in dem Sondertri- kot mehr als ein weiteres Fan- produkt. „Dieses Trikot ist eine



Ab sofort im Fanshop erhältlich: das 96-Sondertrikot anlässlich des 80-jährigen Jubiläums Hannovers als Landeshauptstadt. Foto: Hannover 96

Hommage an die Generationen von Hannoveranerinnen und Hannoveranern, die unsere Stadt geprägt haben und sie je- den Tag mit Leben füllen“, sagt er. Der Verein verstehe sich als wichtiger Repräsentant der Stadt und der Region.

Auch Merchandising-Leiter Pascal Helle verweist auf die en- ge Verbindung zwischen Verein und Stadt. Bereits die diesjährige Trikotkampagne steht unter dem Motto „Geprägt durch unsere Stadt“. Mit der Sonder- edition zum 80-jährigen Jubilä- um werde dieser Gedanke fort- geführt.

Erhältlich ist das Trikot bereits jetzt im Fanshop an der Heinz von Heiden Arena sowie im On- lineshop des Vereins. Es kostet 89,96 Euro. Für die Beflockung mit einem Spielernamen wer- den zusätzlich 14,96 Euro fällig, ein individueller Aufdruck kostet 18,96 Euro. Das Bundesliga- Abzeichen ist für weitere 4,96 Euro erhältlich.

Nach Vereinsangaben besteht jedes Exemplar aus recyceltem Material, das rund 13 Halbliter- Plastikflaschen entspricht. Da- mit folgt die Sonderedition dem Produktionskonzept der übr- igen aktuellen 96-Trikots. **RED**

Hilfe für Eltern von „Picky Eatern“

Nur Nudeln ohne Soße, kein Gemüse: Wenn **DAS TÄGLICHE ESSEN MIT DEM KIND** zum Nervenkrieg wird, geraten viele Eltern an ihre Grenzen. Meist steckt hinter dem Phänomen „Picky Eating“ eine alterstypische Entwicklungsphase.

VON LAURA BEIGEL / RND

BERLIN. „Ich will das Gemüse aber nicht essen!“ Wenn das Kind beim Essen quengelt und nur lustlos mit der Gabel auf dem Teller herumstochert, brau- chen Eltern oft starke Nerven. Nach ersten Beschwichtigungen („Probier doch wenigstens mal“) und anschließenden Ver- handlungen, bleibt am Ende oft nur Resignation übrig – und der Gang in die Küche, um zum drit- ten Mal in dieser Woche trocke- nes Toastbrot oder Nudeln ohne alles zuzubereiten, nur damit das Kind überhaupt etwas im Magen hat.

„Früher nannte man solche Kinder Mäkelkinder oder Es- sensnörgler“, sagt Jennifer Han- sen. „Heute heißen sie ‚Picky Eater‘.“ Ein Modewort, das über- setzt wählerischer Esser bedeu- tet. Die Kinder essen nicht das, was auf den Tisch kommt, son- dern nur ausgewählte Lebens- mittel. Besonders im Kleinkind- alter – zwischen zwei und sechs Jahren – sei dieses Essverhalten stark ausgeprägt, sagt die Öko- trophologin, die in ihrer Praxis in Hamburg regelmäßig „Picky Eater“ und deren Familien beglei- tet. „In dieser Lebensphase ist das ganz normal und noch kein Grund zur Sorge.“ Dennoch ge- be es Dinge, auf die Eltern ach- ten sollten.

DIE ANGST VOR NEUEM

Dass Kinder wählerisch beim Es- sen sind, kann mehrere Ursa- chen haben. Es können zum Bei- spiel negative Erfahrungen mit bestimmten Lebensmitteln da- hinterstecken. Wenn Kinder nach dem Essen Magen-Darm- Beschwerden bekommen, sei es nicht ungewöhnlich, dass sie dieses Essen beim nächsten Mal eher meiden, sagt Hansen.

Bei den meisten Klein- kindern sei es jedoch „die Angst vor et- was Neuem“, auch als Neo- phobie be- kannt, die sie zu wäh- lerischen Essern macht. Stu- dien wie die eines polni- schen For- scherteams aus dem Jahr 2024 legen nahe, dass etwa jedes zweite Kind diese Angst vor neu- en und unbekannten Lebens- mitteln hat. Hansen überrascht das nicht: „Vorher wurde das Kind gestillt, es hat Muttermilch getrunken, die süß schmeckt“, erklärt sie. „Als Kleinkind be- kommt es Essen, das ganz an- ders schmeckt. Nicht mehr süß, sondern salzig, sauer oder bitter,

und das Essen sieht zusätz- lich noch anders aus.“ Es dauert also erst, bis es sich an die neuen Ge- schmäcker gewöhnt und ein Si- cherheitsgefühl entwickelt.

„Es ist evolutionsbedingt üb- lich, dass Kinder vorsichtig auf neue Lebensmittel reagieren, schließlich könnten sie gefäh- rlich sein“, ergänzt Silke Reste- meyer von der Deutschen Ge- sellschaft für Ernährung. Diese Angst vor neuen Lebensmitteln lasse aber mit zunehmen- dem Alter nach. Was im Kleinkindalter auch eine Rolle spielt, ist die Trotzphase.

„Die Kinder wollen selbststän- dig sein und eigen- ständig ent- scheiden, was sie es- sen“, sagt Reste- meyer.

In allen Fällen hilft vor allem eines: Gelassenheit. „So- lange das Kind gesund, aufge- weckt und aufgeschlossen ist, sich altersentsprechend entwi- ckelt und wächst, ist alles in Ord- nung“, beruhigt Ökotropholo- gin Hansen. In den meisten Fäl- len gehe die „Picky-Ea- ting“-Phase irgendwann ganz von allein vorbei.

WANN „PICKY EATING“ GEFÄHRLICH WIRD

Problematisch wird wählerisches Essverhalten erst, wenn es Ein- fluss auf die Entwicklung des Kin- des nimmt. Wenn es beispielswei- se zu einem starken Gewichtsver- lust führt, wenn ein Nährstoff- mangel auftritt oder sich das Wachstum verzögert. Wachsam sollten Eltern auch dann sein, wenn das Kind extrem wählerisch ist und eine ganze Lebensmittel- gruppe – etwa Obst und Gemüse – komplett ausklammert, sagt Bir- git Henrich vom Netzwerk Ge- sund ins Leben des Bundeszent- rums für Ernährung. „Oder wenn es gar keine feste Nahrung essen mag, niemals Hunger hat oder das Essen hochwürgt, ausspuckt oder sich übergibt.“

Der Übergang zu einer Essstö- rung kann dann fließend sein. Eine extreme Form des wähleri- schen Essens ist beispielsweise ARFID, die Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder. Betroffene können bestimmte Lebensmittel nicht essen – wegen des Geruchs, der Konsistenz oder des Ge- schmacks. Sie ekeln sich vor dem Essen und/oder haben Angst, da- ran zu ersticken oder sich im Nachhinein übergeben zu müs- sen. Die Folgen können Mangel- erscheinungen und Gewichtsver- lust sein. Dass Kleinkinder diese Essstörung entwickeln, kommt je-

doch eher selten vor. Studien le- gen nahe, dass etwa nur drei von 100 Kindern von ARFID betroffen sind.

ELTERN SIND VORBILDER

Auch wenn wählerisches Essver- halten meist nur eine Phase ist, stellt es viele Eltern auf eine har- te Probe. Doch wie reagieren sie am besten darauf – und wie lässt sich der Nachwuchs gelassen und gut in dieser Zeit begleiten?

„Wenn ‚Picky Eater‘ zu mir in die Praxis kommen, spreche ich immer zuerst mit ihren Eltern“, sagt Hansen. „Dabei kristallisiert sich oft schon viel heraus. Wenn mir die Mutter zum Beispiel sagt: ‚Ich bin auch ein wählerischer Es- ser‘, dann kann ich das Problem besser einordnen.“ Schließlich würden sich Kinder in dieser frü- hen Lebensphase ihre Eltern zum Vorbild nehmen. Umso wichtiger sei es, dass diese mit gutem Beispiel vorangehen und sich vielfältig und abwech- slungsreich ernähren.

Ansonsten schaue sie sich auch die Familienkonstellation an, sagt die Expertin: Gab es zu- letzt irgendwelche größeren Umbrüche? Ein neues Ge- schwisterkind zum Beispiel? Oder eine neue Stiefmutter? Solche Veränderungen können wählerisches Essverhalten trig- gern. Erlebt ein Kind beispiels-



Dass Kinder wählerisch beim Essen sind, kann mehrere Ursachen haben. Symbolfoto: Kampus Production / Pexels

weise, dass sein kleiner Bruder grundsätzlich mehr Aufmerk- samkeit erhält, kann das Me- ckern beim Essen ein Mittel sein, um sich diese Aufmerksamkeit zurückzuholen.

AUF STRAFEN VERZICHTEN

Gemeinsam und ungestört am Esstisch zu sitzen und zu essen, kann „Picky Eatern“ ein Sicher- heitsgefühl vermitteln. Das gilt für zu Hause genauso wie für die Kita und Schule. „Gute Stim- mung ist wichtig am Tisch“, merkt Restemeyer an. „Man sollte dort nicht Probleme the- matisieren, sondern sich Zeit für die Mahlzeit nehmen.“

An neue Lebensmittel sollten die Kinder langsam herange- führt werden. Neugierde könne man etwa durch einen gemein- samen Einkauf wecken oder in- dem man die Zutaten zusam- men zubereitet, rät Restemeyer. Manchmal reicht es auch schon,

die Zubereitungsart zu ändern – statt Kartoffelpüree lieber ge- kochte Kartoffeln. Je häufiger Kinder ein Lebensmittel proble- ren, desto wahrscheinlicher wird es, dass sie es akzeptieren.

Auf keinen Fall sollten Eltern Extrawürste für die Kinder an- bieten, sagt Henrich. „Die El- tern entscheiden, was es zu es- sen gibt; das Kind entscheidet, wie viel und was es davon essen möchte.“ Auch Drohungen und Zwang haben am Esstisch nichts zu suchen. Sätze wie „Du isst auf, sonst gibt es heute kein Fernsehen“ oder „Du musst das jetzt essen“ können kontraproduktiv sein und die Neophobie im schlechtesten Fall verstärken. Ebenso sollten Eltern auf unhaltbare Verspre- chen wie „Wenn du jetzt auf- isst, scheint morgen die Son- ne“ verzichten. „Je weniger Druck am Esstisch, desto besser“, rät die Ernährungs- wissenschaftlerin.



SEBASTIAN FITZEKS
„DIE EINLADUNG“
Montag, 18.10.2027 | Theater am Aegi

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

- Michael Köhlmeier**
17. November 2026: Literaturhaus
- Helmut Lotti goes Classic**
17. November 2026: Kuppelsaal
- Bastian Pastewka**
19. November 2026: Kuppelsaal
- TSV Hann.-Burgdorf - TVB Stuttgart**
20. November 2026: ZAG Arena

- Turnier 2026 - Lindener Narren**
Diverse Termine: Swiss Life Hall
- Chris Tall - Keep Laughing**
21. November 2026: ZAG Arena
- DESiMOs spezial Club Mix-Show**
23. November 2026: Apollokino
- M. Ameziane & C. Westermann**
24. November 2026: Pavillon

Vor Ort für Sie da:
In den HAZ & NP Geschäftsstellen
Hannover, Lange Laube 10
Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2
Burgdorf, Marktstraße 16

