

# „Red Fridge“ feiert krummen Geburtstag

Der Journalist **MARCO HEUER** öffnet seit dreieinhalb Jahren sein Wohnzimmer in Linden-Nord für Konzerte und Lesungen

**HANNOVER.** Dieser Song ist eine Liebeserklärung: „Kennt ihr diesen Marco Heuer? Der Typ, der ständig Künstler anheuert“, singt Cyril Krueger (35) und zupft dazu die Gitarre. „Er wohnt in diesem Lindener Gemäuer, verspricht uns allen schöne Abenteuer – gar nicht teuer!“ geht der Text weiter. Ein musikalisches Kleinod, das Marco Heuer (49) auf seinem Smartphone abspielt. Und das das Konzept seiner Wohnzimmerkonzerte auf den Punkt bringt. Denn auch an diesem Wochenende wird der NDR-Journalist in seiner Dachwohnung im vierten Stock in Linden-Nord wieder 30 Klapfstühle aus einem Verschlag im Treppenhaus holen, den Esstisch zur Seite rücken, Sofa und Sessel auf die improvisierte Bühne vor dem Kühlschrank ausrichten, ein Büffet mit Bier, Wein, Limo, Knabberkram und Gummibärchen aufbauen – und 40 fremde Menschen zu einem kleinen, feinen Konzert bitten. „Ich bringe gerne Leute zusammen“, sagt er vergnügt.

**BÜHNE IM LINDENER WOHNZIMMER**  
Im Oktober 2020 startete Heuer die Reihe, die nie als Reihe geplant war. Es waren dunkle Zeiten damals. „Es war Corona, alles war zu.“ Also luden Heuer und seine damalige Lebensgefährtin, die Sängerin Tinatin Tsereteli (41), zu einem privaten Abend mit Musik. Tsereteli und Anna Selvadurai sangen, eine überschaubare Zahl an Menschen saß mit Abstand und Maske im Wohnzimmer und lauschte. Ein schöner Abend, aber „danach war monatelang Pause“. Bis Marco Heuer im Internet auf Songs von Christina Sprenger stieß, einer Sängerin aus Malchow (Mecklenburg-Vorpommern). „Ich bin sogar hingefahren, um sie vorab zu treffen“, berichtet er von einer abenteuerlichen Reise im Lockdown, als es nur schwer möglich war, eine legale Übernachtungsmöglichkeit zu finden. „Aber es gibt zu jedem Gig eine kleine Geschichte zu erzählen“, freut sich Heuer. Denn es kamen noch viele Gigs, Lesungen, sogar

Klassikabende. 450 Menschen haben Heuers Newsletter abonniert, mit dem er die Fangemeinde auf dem Laufenden hält, was vor dem „Red Fridge“, dem Kühlschrank im Look einer englischen Telefonzelle, zu hören und zu sehen ist. „Nach dem Namen für die Reihe haben wir lange gesucht“, erinnert er sich. Bernadette La Hengst (57) hat im vierten Stock gesungen, ARD-Meteorologe Sven Plöger (56) über das Wetter gesprochen, es kamen Bands aus Hannover, Berlin und Hamburg, Vanessa Anne Redd aus London schaute in der Velberstraße vorbei, weil sie gerade mit Phillip Boa & the Voodoo Club in Hannover auf Tour war. Nun feiert „Red Fridge“ dreieinhalbtägigen Geburtstag. Oder Jubiläum. Oder einfach eine beeindruckende Zahl an Auftritten. „Red Fridge geht aus“ heißt das Motto am 12. April und 7. Juni – Heuer organisiert dann Konzerte in der „Marlene“ (Prinzenstraße 10). Auf die Idee gebracht hat ihn Cyril Krueger, der Frontman der Partyband The Jetlags hat Heuers Wohnzimmer bereits zweimal ausverkauft. Gemeinsam haben man herumgesponnen, ein paar Telefonate geführt – „und dann wurden sogar zwei Abende daraus, alle mit ehemaligen Künstlerinnen und Künstlern“. Auch Christina Sprenger ist wieder dabei, die Sängerin aus Malchow, die inzwischen in der Schweiz lebt, Hannover-Größen wie Diana Babalola (31) und Martin Hauke (52) machen mit, Cyril Krueger natürlich auch. Der erste Termin ist bereits ausverkauft.

„Wie erklärt sich Heuer das große Interesse an den „Red Fridge“-Angeboten? „Die Menschen sind neugierig. Und sie wollen den Austausch“, glaubt der Journalist, der bei vielen Besucherinnen und Besuchern schon im Treppenhaus „ein Funkeln in den Augen“ sieht. Er weiß, woher das kommt: „Es ist die Intimität des Raumes. Ich öffne meine Wohnung, ich gebe vieles preis.“ Nach einem Abend in Linden weiß man zum Beispiel, dass Heuer seine Bücher im Regal alphabetisch und nach Gattungen ordnet, dass er viel reist, dass neben dem Plattenspieler in der Jukebox eine Madonna-LP in einer Holzkiste steht. Heuer liebt seine Gastgeberrolle. „Es hat etwas Meditatives, am nächsten Morgen drei, vier Stunden alles wieder aufzuräumen“, sagt er gut gelaunt. Wobei es nie nach einer wilden Party aussehe, das Publikum verhalte sich gesittet. Deshalb seien ihm auch die Nachbarn wohlgesonnen. „Wir halten uns an die Regeln“, sagt er über die Lautstärke, geraucht werde nur am Fenster im Treppenhaus, um 22 Uhr sei Schluss. Zumindest mit Musik, das Publikum („hier sind Freundschaften entstanden“) quatsche sich manchmal fest. „Ich bin auch schon mal ins Bett gegangen und habe die letzten Gäste gebeten, die Tür hinter sich zuzuziehen.“ Der Eintritt von 15 Euro geht als Gage an die Künstler – für Getränke, Knabberkram und fünf Pizzen, die er in der Konzertpause aus dem „Café Kalah“ im Erdgeschoss holt, stellt der 49-Jährige eine Spendenbox auf. „Ich schaffe es immer, die Unkosten zu decken“, sagt er optimistisch. Seiner Freundin hatte Heuer eigentlich versprochen, dass er nicht mehr als zehn „Red Fridge“-Termine im Jahr macht.



Marco Heuer stellt seit Corona Künstlern sein Wohnzimmer für Konzerte zur Verfügung, in der 13. Runde sang Cyril Krueger vor 42 Gästen. Foto: Tobias Wölki



Im Corona-Lockdown entstand die private Konzertreihe „Red Fridge“ von TV-Journalist Marco Heuer – jetzt gibt es zwei Geburtstagskonzerte in der „Marlene“. Foto: Katrin Kutter

„Jetzt sind es schon zwölf bis zum Sommer“, sagt er zerknirscht. Da kommt bestimmt noch was ...

**Babalola (Soul, 26. April).** „Red Fridge geht aus“ am 12. April ist ausverkauft, für den 7. Juni (mit Diana Babalola, Martin Hauke, Annie Heger, The Sparrows) gibt es

**Tickets für 20 Euro in der „Marlene“ (Prinzenstraße 10).** Am 8. Juni gibt es eine Modenschau des Labels „Dörpwich“ im Baustoffmarkt an der Südfeldstraße.

**Anmeldungen für Konzerte nimmt Marco Heuer über Facebook (marc\_o\_heuer) und über Instagram (#redfridgelinden) an. Tickets kosten 15 Euro, Start ist in der Regel um 20 Uhr. Nächste Termine sind Cynthia Dahlke & Francesco Zuppello (Country, Blues und Folk, 23. Februar), Phonotom (Poprock, 24. Februar), Philip Siegel (Lesung zum Thema „50 Jahre Legalisierung von Pornografie“, 1. März), Udo Schmidt (NDR-Reisereporter, 22. März), Christoph Quarch (Lesung über die 1980er-Jahre, 23. März), Caroline Cotter (US-Singer-Songwriterin, 14. April) und Diana**

## Zur Person

Marco Heuer ist am 17. Juni 1974 in Hannover geboren. Die ersten drei Jahre lebte die Familie in einem der „Toblerone“-Häuser in Linden, danach wächst Marco Heuer in Leter auf. Nach dem Abitur studiert er Journalistik, Politik und Jura in Dortmund, Bochum und Bordeaux. Seine journalistische Ausbildung macht er bei der „Thüringer Allgemeinen“ in

Erfurt. Seine erste Redakteursstelle hat er in Weimar, beginnt nebenbei auch fürs Radio zu arbeiten. 2002 bis 2009 ist er bei der Deutschen Welle in Berlin, wechselt dann zu Radio Bremen in die Fernsehsparte. Seit 2011 ist er beim NDR, seit Juni 2023 als Referent von Andrea Lütke, Direktorin des Landesfunkhauses Niedersachsen.

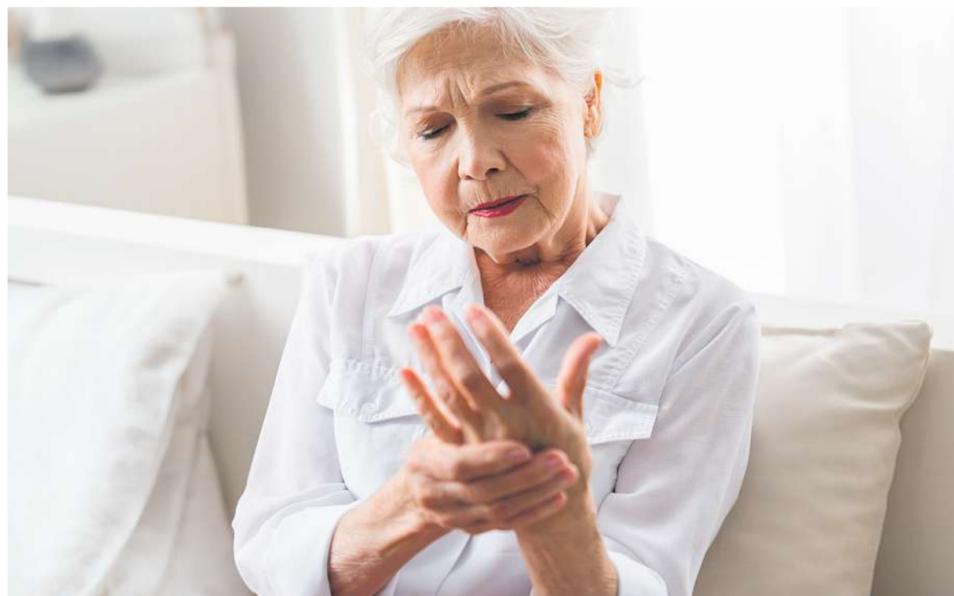
## Medizin

## ANZEIGE

# Gefesselt von Arthrose? So bekommen Sie Finger- und Handgelenksarthrose in den Griff!

Unsere Hände sind ein wertvolles Werkzeug. Doch wenn sich die Fesseln der Finger- und Handgelenksarthrose um diese Gelenke legen, können alltägliche Handlungen wie das Schließen einer Flasche, das Knöpfen einer Jacke oder geliebte Hobbys zu schmerzhaften Herausforderungen werden. Doch es gibt Hoffnung!

Die Finger sind unsere feinen Instrumente, mit denen wir greifen, tippen, schreiben und zupacken. Doch wenn im Alltag selbst das Öffnen eines Marmeladenglases oder das Haare kämmen Schmerzen bereitet oder das Auswingen eines Putzlappens nicht mehr ohne Beschwerden geht, dann kann das Betroffene sehr stark eingeschränkt werden. Arthrose in den Fingergelenken befallen in der Regel die beiden Endgelenke der Finger sowie das Grundgelenk des Daumens. Finger- und Handgelenksarthrose kann sich in Form von Schmerzen, Steifheit, Schwellungen und einer eingeschränkten Beweglichkeit der Gelenke äußern. Diese Symptome treten auf, wenn sich der schützende Knorpel allmählich abnutzt, sodass schließlich die blanken Knochen ungeschützt aneinanderreiben. Dies führt dann zu starken Schmerzen und Entzündungen.



**Ein Lichtblick der Hoffnung: der Wirkstoff Viscum album**  
Trotz der emotionalen Belastung gibt es Hoffnung für Menschen, die unter Finger- und Handgelenksarthrose leiden. Denn: Forscher fanden heraus, dass ein natürlicher Wirkstoff, der sich unabhängig davon in der komplementären Krebstherapie als erfolgreich erwiesen hat, auch bei Arthrose wirksam helfen kann! Dabei handelt es sich um einen Wirkstoff namens Viscum album, der aus der Weißbeerenigen Mistel gewonnen wird. Der Wirkstoff überzeugt

laut Experten vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.<sup>1</sup> Mehr noch: Dieser kann laut In-vitro-Studien sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.<sup>2</sup> Somit wird der Knorpel geschützt. Inzwischen ist in Deutschland ein rezeptfreies Arzneimittel erhältlich, das den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält (Rubaxx Arthro, Apotheke). Das Arzneimittel zeichnet sich vor allem durch seine gute Verträglichkeit

aus, da keinerlei Neben- oder Wechselwirkungen bekannt sind.

## Noch mehr Power für Gelenke

Wir empfehlen, die Gelenkgesundheit zusätzlich mit **Rubaxx Komplex** (Apotheke, PZN: 17884291) zu unterstützen. Besonders Arthrose-Patienten sollten auf eine ausreichende Menge an Vitaminen und Mineralstoffen achten. In **Rubaxx Komplex** sind essenzielle Nährstoffe für die Funktionalität unserer Gelenke kombiniert, welche zum Erhalt von normalen Knochen, Knorpeln und Bindegewebe beitragen.

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



- ✓ Bekämpft speziell Arthrose
- ✓ Wirksam & gut verträglich
- ✓ Individuell dosierbar dank Tropfenform

Unsere Empfehlung bei Arthrose



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

www.rubaxx.de

Jetzt Coupon ausschneiden, mitnehmen und in der Apotheke kaufen!

**Spalt**

**Schmerzen?**

Schmerzen entstehen dort, wo es uns weh tut. Allerdings sorgt erst unser Gehirn dafür, dass wir den Schmerz auch wahrnehmen. Zur schnellen Schmerzbekämpfung sollte man daher lokal und zentral ansetzen. Genau deshalb haben Wissenschaftler der Marke Spalt vor vielen Jahren die Spalt Schmerztabletten entwickelt: eine einzigartige Kombination aus 300mg ASS und 300mg Paracetamol. Der bewährte Wirkstoff ASS (Acetylsalicylsäure) setzt lokal am Ort des Schmerzgeschehens an, während Paracetamol dem Schmerz zentral im Gehirn entgegenwirkt. Die schmerzstillende Wirkung ist stärker als nach Einnahme der Einzelsubstanzen und die Nebenwirkungen sind geringer als bei vergleichbar dosierten Monopräparaten mit ASS.

Nicht umsonst vertrauen Schmerzgeplagte seit über 88 Jahren auf Spalt: **Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!**

Für Ihre Apotheke: **Spalt Schmerztabletten** (PZN 08689834)

**Spalt**

www.spalt-online.de

SPALT SCHMERZTABLETTEN. Für Erwachsene bei akuten leichten bis mäßig starken Schmerzen. Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage angegeben! www.spalt-online.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSPG GmbH, 82166 Gräfelfing

<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 • Abbildung Betroffenen nachempfunden RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke • PharmaSPG GmbH, 82166 Gräfelfing