

# Applaus für die Braut

„NORDSTADTBRAUT“ ist eine der besten Livemusikspielstätten Deutschlands

**HANNOVER.** Orange gefärbtes Plexiglas liegt auf dem Tresen. Es ist eine dünne Scheibe. Nimmt man sie hoch, ist sie kaum größer als die zwei Hände, die sie halten. Daneben eine Anleitung. Auf dem Zettel steht – wie bei einem Ikea-Produkt – welche Schritte es braucht, um die Scheibe würdig zu präsentieren. Denn dieses Plexiglas ist etwas zum An-die-Wand-Hängen. Die Scheibe ist wahrscheinlich wertvoller als nahezu alles, was sonst in der Kneipe, auf deren Tresen sie liegt, zu finden ist – ihr Wert: 30.000 Euro.

Renate Marek kann dank dieser Plexiglasscheibe erst einmal wieder ruhig schlafen, beziehungsweise dank des mit der Scheibe verbundenen Preisgeldes. Es ist die Trophäe des Applaus-Awards 2024. Kulturstaatsministerin Claudia Roth (Grüne) hat Marek und ihrer

„Nordstadtbraut“ diesen Preis in Rostock verliehen. Die Kneipe mit Bühne an Hannovers Engelbosteler Damm ist aus Sicht der Jury eine der besten Livemusikspielstätten in ganz Deutschland. Die „Nordstadtbraut“ ist aber auch eine Spielstätte mit finanziellen Schwierigkeiten.

Die Konzerte dort sind immer kostenlos. Lediglich ein Hut für Spenden geht von Hand zu Hand. Ein Konzept, das keinen Reichtum verspricht. Aber das Geld hat Marek gereicht, um die Kneipe und ihr Leben zu finanzieren. Klassisch gelernt hat sie das Handwerk nicht, aber sie hat über viele Jahre Erfahrung als selbstständige Wirtin gesammelt. Und darauf ist sie stolz: „Seit knapp 20 Jahren schließen überall Kneipen – und ich mache in dieser Zeit mit der ‚Nordstadtbraut‘ schon meine zweite auf und habe damit Erfolg.“ Zuletzt war die Situation

aber ziemlich angespannt: Miet-erhöhung, gestiegene Energiekosten, eventuell muss Marek auch bald Corona-Hilfen zurückzahlen. Im Prinzip ist alles plötzlich teurer. „Außerdem haben die Leute weniger Geld, und ich kann nicht noch mehr arbeiten“, sagt Marek.

„Ich war am absoluten Limit meiner Leistungsfähigkeit angekommen“, sagt die 43-Jährige. Sie übernimmt alle Aufgaben, die in der Kneipe und bei den Veranstaltungen zusammenkommen: Ausschenken, Putzen, Buchhaltung, Booking, Aufbau vor den Konzerten und einiges mehr. Die „Nordstadtbraut“ ist ihr Projekt, ihre Verantwortung, ihr Leben. Auf 50 Quadratmetern hat sich Marek eine Existenz aufgebaut. Und in ihrer Kneipe läuft alles so, wie es ihr gefällt. Es ist also nicht nur als Spitzname gemeint, wenn man sagt: Sie ist



Eine der besten Livemusikspielstätten Deutschlands: Renate Marek und ihre „Nordstadtbraut“ haben einen Applaus-Award erhalten. Fotos: Ilona Hottmann



Auf 50 Quadratmetern hat sich Renate Marek eine Existenz aufgebaut.

die „Nordstadtbraut“. Die Wände sind vollgehangt mit bunt angemalten Schallplatten und Leinwänden – die meisten sind Mareks eigene Werke. Wenn einmal keine Band auf der Bühne steht, kommt die Musik von einer Schallplatte. WLAN gibt es nicht. Teilweise wirkt es, als wäre die Kneipe im vergangenen Jahrtausend hängen geblieben. „Ich denke, es hängt damit zusammen, dass ich mir nie ein

Handy gekauft habe. Vielleicht bin ich selbst in dieser Zeit geblieben“, sagt Marek.

Zwar nutzt sie Facebook und Instagram, um erreichbar zu sein und die „Nordstadtbraut“ zu bewerben – aber nur stationär, aus ihrer Wohnung heraus. Ein Handy würde ihr nur Zeit stehlen, meint Marek. Diese Zeit nutzt sie lieber, um ungefähr 120 Konzerte im Jahr zu organisieren. Und dieses breite Pro-

gramm an Livemusik hat dem Veranstaltungsort nun die 30.000 Euro Preisgeld eingebracht.

Das befreit Marek von vielen Sorgen: „Zum ersten Mal in meinem Leben muss ich nicht über die Miete nachdenken. Und vielleicht kaufe ich mir im Supermarkt einmal etwas, ohne auf den Preis zu gucken.“ Aber am wichtigsten ist ihr, dass sie weiterhin das machen kann, was sie

am meisten liebt: Musik live auf die Bühne bringen. „Das ist beruflich auf jeden Fall die beste Zeit meines Lebens“, sagt die strahlende Nordstadtbraut.

Die Jury zeichnete zudem sowohl den Jazz Club Hannover als auch die Tonhalle Hannover als zwei der besten kleinen Spielstätten Deutschlands aus. Zusammen mit dem Preis bekommen die zwei Spielorte eine Prämie von 10.000 Euro.

## Medizin

ANZEIGE

Thema Nervenschmerzen



# Rücken, Nacken, Kopf

## Nervenschmerzen sind vielfältig

Diese natürliche Schmerztablette hilft wirklich!

**Wiederkehrende Rückenschmerzen? Nackenschmerzen, die bis in den Kopf ziehen? Sogar Migräne? Diese Beschwerden machen den Alltag von Millionen Menschen zur Qual. Vielen unbekannt: Das sind häufig Symptome von Nervenschmerzen – und hier gibt es wirksame Hilfe! Dorisol Tabletten (rezeptfrei, Apotheke) wirken mit einem speziellen Wirkkomplex den Schmerzen entgegen.**

Langes Sitzen oder Stress führen oft zu verspannten Muskeln, die auf die Nerven drücken und diese reizen oder schädigen können. Eine häufige Folge: belastende Rücken- oder Nackenschmerzen. Diese können sogar bis in den Kopf ausstrahlen und dort Kopfschmerzen oder sogar Migräne verursachen. Was die wenigsten wissen: Dahinter stecken oft Nervenschmerzen.

**Verspannungen lösen, Schmerzen lindern**

Dorisol vereint bewährte Wirkstoffe und kann so wirksame Hilfe speziell bei Nervenschmerzen in Rücken, Nacken und Kopf bieten. Cimicifuga racemosa hat sich z. B. bei Verspannungen im Rücken- und Nackenbereich als hilfreich erwiesen. Zudem wirkt es stechenden Schmerzen längs des Ischiasnervs, die sich bis hin zum Oberschenkel ziehen können, entgegen. Darüber hinaus hilft der Wirkstoff laut Arzneimittelbild bei migräneartigen Kopfschmerzen. Cyclamen purpurascens wird laut Arzneimittelbild bei typischen Migränesymptomen, wie Pochen und Pulsieren im Kopf, eingesetzt. Auch durch Migräne hervorgerufene Sehstörungen wie Augenflimmern können gelindert werden.

Fazit: Dorisol kann belastende Nervenschmerzen in Rücken, Nacken und Kopf natürlich wirksam behandeln – auch bei chronischen Schmerzen.

- ✓ Lindert wirksam Nervenschmerzen in Rücken, Nacken und Kopf
- ✓ Auch zur Einnahme bei chronischen Beschwerden geeignet
- ✓ Rezeptfrei in Ihrer Apotheke

Für Ihre Apotheke:

**Dorisol**

(PZN 16792925)

www.dorisol.de

Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

# Natürliche Hilfe bei Gelenkschmerzen

**Den Haushalt meistern, im Garten arbeiten oder Sport machen – mit gesunden Gelenken alles kein Problem. Doch wenn die Gelenke schmerzen, schränkt uns das im Alltag oft stark ein. Hilfe kommt aus der Apotheke mit den Arnzeitropfen Rubaxx (rezeptfrei).**

Forscher suchten nach einer Behandlung, die bei rheumatischen Gelenkschmerzen ebenso wirksam wie schonend hilft. Mit Erfolg! Ein spezieller Wirkstoff namens Rhus toxicodendron erfüllt diese Kriterien: Er wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen sowie bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Dabei ist er gut verträglich!

**Wirkung ohne Umwege**

Durch die Darreichungsform als Tropfen wird der Wirkstoff in Rubaxx direkt über die Schleimhäute aufgenommen. Die schmerzlindernde Wirkung kann sich so ohne Umwege entfalten. Tabletten dagegen müssen zunächst im Magen zersetzt



Mit den Arnzeitropfen von Rubaxx bekämpfen Sie Ihre rheumatischen Gelenkschmerzen von innen heraus.

werden und finden erst nach einem langen Weg über den Verdauungstrakt ins Blut. Ein weiterer Vorteil: Dank der Tropfenform lässt sich Rubaxx je nach Stärke der Schmerzen individuell dosieren.

Für Ihre Apotheke:

**Rubaxx**

(PZN 13588561)

DORISOL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Trit. D2, Spigelia anthelmia Trit. D2, Iris versicolor Trit. D2, Cyclamen purpurascens Trit. D3 und Cimicifuga racemosa Trit. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen), Kopfschmerzen, Migräne. www.dorisol.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing 35048901\_02/2024

Abbildung Betroffenen nachempfunden. RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing