

SILIKONFUGEN

vom Fachmann seit 35 Jahren

- im Fliesen- und Natursteinbereich
- an Badewanne und Dusche
- auf Terrasse und Balkon

- im Schwimmbad
- am Glasfalz
- an Fassade und Fenster



VORHER



NACHHER

Wir erneuern auch gerissene und schimmelige Silikonfugen

Wir erledigen auch Kleinaufträge

der fuger

Lohkamp 44a
30855 Langenhagen
Tel.: 0511/7852460
Fax: 0511/7852461
www.derfuger.de

Noltemeyer APOTHEKE

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie

10 % Rabatt*

auf Ihren nächsten Einkauf

*ausgenommen sind Zuzahlungen, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Bücher und unsere TOP-Angebote.

Noltemeyer-Apotheke
Podbielskistr. 315
Gehaplatz
30659 Hannover
www.noltemeyer-apo.de

TIERGARTEN AUKTIONEN HANNOVER

Heben Sie Ihre verborgenen Schätze!

Briefmarken und Münzen



Kunst und Antiquitäten



Experten-Schätzungen (auch vor Ort)



Online- und Saalauktionen



Tiergarten Auktionen Hannover GmbH
Telefon: 0511-35351102
www.tiergarten-auktionen-hannover.de

Deine Patenschaft schließt keine Mine.

Aber holt Ricardo dort heraus.



kindernothilfe.de





BIRKENSTOCK

STOCK-SCHUHE

GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

11290601_002624

Leckere Grillwaren, aus Ihrer Region!



Heimann

Fleischerei • Partyservice



Aus eigener Schlachtung!
Wir kochen für Sie jeden Mittwoch: Eintopf

Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24
Di., Do., Fr.: 8 - 12.30 Uhr und 15 - 18 Uhr • Mi.: 8 - 12.30 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

Ludwig Fresenius Schulen

Jetzt bewerben und last Minute in die Ausbildung starten!

Unsere Ausbildungen in Hannover, Minden und Stadthagen:

- Ergotherapeut/in
- Kosmetiker/in (auch mit Zusatzqualifikation Make-up Artist)
- Pharmazeutisch-technische/r Assistent/in (PTA)
- Pflegefachmann/-frau (Verkürzung möglich)
- Physiotherapeut/in
- Rettungssanitäter/in

Unsere Weiterbildungen in Stadthagen:

- Bau-, Elektro-, Maschinentechniker/ in

Alle Aus- und Weiterbildungen u.a durch Jobcenter oder Arbeitsagentur förderfähig

regelmäßige Infoveranstaltungen

Was? Wann? Wo?
www.ludwig-fresenius.de

Praxisnahe Aus- oder Weiterbildung mit hervorragenden Zukunftsaussichten gesucht? An den Ludwig Fresenius Schulen in Hannover, Minden und Stadthagen finden Menschen mit unterschiedlichen Interessen und Voraussetzungen das passende Bildungsangebot aus den Bereichen Therapie und Wellness, Pflege, Medizin und Labor oder Technik. Bewerbungen für den Start in diesem Jahr sind noch möglich.

Die Ludwig Fresenius Schulen in der Region bilden bereits seit vielen Jahren erfolgreich angehende Fachkräfte aus. Besonderen Wert legen sie dabei auf eine praxisnahe Ausbildung. Ihr Wissen setzen Schüler daher von Anfang an in den schuleigenen Übungsräumen um. Dank der Zusammenarbeit mit zahlreichen Kooperationspartnern erhalten Schüler außerdem spannende Einblicke in spätere Arbeitsfelder und knüpfen frühzeitig Kontakte für den erfolgreichen Berufseinstieg.

Weitere Infos, Adressen, Termine und Online-Bewerbung unter:
www.ludwig-fresenius.de

Mit dem Segelboot um die Welt

AUTORIN LAURA PAPE und ihr FREUND ARNE WEIDTKE erfüllen sich einen Lebenstraum

HANNOVER. Segelboot statt Wohnung? Manch einer hält das vielleicht für einen wunderschönen Traum, und so war es es auch für Laura Pape (30) und Arne Weidtke (34), zumindest fünf Jahre lang. Jetzt aber haben die beiden all ihre Ersparnisse geplündert, die Wohnung in der Südstadt aufgelöst und sind auf ihr Schiff gezogen. Ihr Plan: Sie wollen über die Meere segeln und an den schönsten Orten der Welt leben.

Ihr neues Zuhause ist eine 13 Meter lange, zweimastige Stahlketch. Die holländische Van de Stat ist knapp vier Meter breit, wiegt 18 Tonnen und heißt „Moana“. Auf Polynesisch bedeutet das so viel wie die Weite des Meeres. „Warum nicht einfach mal all unseren Mut zusammennehmen, etwas riskieren und die Möglichkeit schaffen, unsere Träume nicht nur zu träumen, sondern wahr werden zu lassen?“, fragt Laura Pape.

Segeln gelernt hat das Paar – die beiden sind seit acht Jahren zusammen – auf dem Maschsee. „Es heißt doch: Wer auf dem Maschsee segeln lernt, kann überall segeln“, scherzt Arne Weidtke. Der Sportmanager, der bis zuletzt bei Eichel Events gearbeitet hat und dort weiter als freier Mitarbeiter beschäftigt ist, erklärt das mit einem Schmunzeln: „Das liegt daran, dass man auf dem Maschsee ständig Manöver fahren muss!“ Hannovers Haussee ist einfach überschaubar, dabei aber recht voll.

Die Liebe zum Meer liegt bei Weidtke in der Familie: Der Opa hat gesegelt, sein Vater war bei der Marine, Weidtke selbst hat schon mit zwölf Jahren seinen Tauchschein gemacht. Von einer kleinen Erbschaft hat er sich den Segelschein geleistet. Doch schon nach der ersten Theorie- und Praxisstunde stand für ihn fest, dass Segeln genau das Richtige auch für seine Freundin Laura ist: „Ich habe sie überredet mitzukommen. Außerdem brauchte ich ja einen Vorschoter!“ Sein Gespür war richtig: „Den Segelschein hat sie als Beste abgeschlossen.“

„Wir sind alles andere als Landratten“, bekräftigt Laura Pape. Sie ist wie ihr Lebensgefährte Apnoetaucherin, kann auch ohne Sauerstoffflasche sehr lange unter Wasser bleiben und dabei tief tauchen. Sie habe sich schon immer am Meer am wohlsten gefühlt, erzählt Pape.

Und so sei die Idee entstanden, auf dem Meer zu leben. Zunächst hätten sie es als halbes Sabbatjahr geplant, doch dann



Auf ins große Abenteuer: Laura Pape und Arne Weidtke stechen in See. Eine Rückkehr ist zunächst nicht geplant.

Foto: Laura Pape

sei der Traum zu ihrem größten Lebensprojekt gewachsen. „Wir wollen nicht unser Leben lang einen Nine-to-five-Job im Büro ausüben. Und wenn wir das jetzt nicht machen, dann wird da nie etwas draus! Jetzt sind wir motiviert und fit“, macht sich Pape selbst Mut für das Abenteuer.

Eine tierische Mitseglerin haben sie auch, die Katze Aurora, ihre „Katztänin“, wie beide sie nennen. „Sie war eine Wohnungskatze und genießt das Leben auf dem Schiff sehr. Sie hat sogar eine eigene Rettungs- und Lifeline“, erzählt Pape.

Über ihre Reise berichten die beiden auf Instagram, Pape berichtet in vielen Reels und Storys von ihrem Alltag auf dem Schiff. Ihr fällt das leicht, schließlich ist das ihr Job, sie hatte schon in der Schulzeit mit dem Schreiben begonnen.

Ihr erstes Buch veröffentlichte sie mit 20 Jahren. „Lebensung- rig“ heißt es, darin berichtete sie über ihre Erfahrungen mit Magersucht und wie sie selbst aus der Krankheit herausgefunden hat. Mit dem Buch wollte sie anderen Betroffenen Mut machen und wurde in zahlreiche Talkshows eingeladen.

Später startete sie eine erfolgreiche Petition, in der sie Heidi

Klum und den Sender Pro Sieben aufforderte, in der Castingshow „Germany’s Next Topmodel“ über die Gefahren von Essstörungen und Unterernährung aufzuklären. Mehr als 16.000 Unterschriften sammelte sie damals. Sie machte eine Ausbildung als Kauffrau für Dialogmarketing bei der Verlagsgesellschaft Madsack und arbeitete einige Zeit als freie Mitarbeiterin bei der Zish-Redaktion der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung mit. Anschließend wechselte sie zu Radio 21.

Zuletzt hat sie bei einer Enercity-Tochtergesellschaft im Veranstaltungsmanagement gearbeitet. „Wir werden auf dem Schiff weiter in unseren alten Jobs arbeiten, auf selbstständiger Basis als Freelancer“, erklärt Pape. „Seit Corona hat sich ja im Remote-Arbeiten zum Glück viel getan.“

An Bord leben und arbeiten? „Klar geht das“, gibt sich Pape überzeugt. Sie haben Satelliteninternet, Strom beziehen sie von den fast 1000 Watt starken Solarpanels samt Batteriespeicher, Trinkwasser bekommen sie von einem Hydrogenerator.

Vor ihrer Reise haben beide noch ein „Higher Safety Rescue Training“ absolviert. „Wenn et-

was auf See passiert, müssen wir uns selbst helfen können, da sind wir auf uns allein gestellt. Das nächste Krankenhaus ist ja nicht um die Ecke. Beispielsweise eine Wunde zunähen müssen wir schon selbst können“, berichtet Pape. Und dann räumt sie auch gleich mit einem Vorurteil auf: „Segeln ist harte Arbeit. Wir liegen nicht nur in der Sonne auf dem Deck und haben Happy Life!“

An Borkum vorbei soll es zunächst durch den englischen Kanal und den Golf von Biskaya gehen. „Dafür haben wir einen Monat eingeplant. Seglerisch ist das schon herausfordernd. Dann schauen wir weiter, wohin die Reise geht“, erläutert Weidtke.

Vermutlich warten sie dieses Jahr erst einmal im europäischen Raum den Winter ab und steuern unter anderem die Kanarischen Inseln, Madeira und Marokko an, um dann im kommenden Jahr über die sogenannte Barfußroute Richtung Karibik zu starten.

„Wir haben ja keinen Zeitstress, das kann sich alles noch ändern. Wie heißt es so schön bei den Seglern? Unsere Pläne sind in Sand geschrieben!“ Bei aller Vorfreude gibt es auch

Wehmut, vor allem, was die Familie betrifft. „Mein Großvater ist 89 Jahre alt, von ihm habe ich alles gelernt. Wir haben beide geweint“, verrät Weidtke. Besonders schwer sei ihm das letzte Treffen gefallen, weil keiner wisse, ob sie sich je wiedersähen.

Auch Pape geht es so mit ihrer Oma. Und auch bei der Verabschiedung von der Mutter liefen Tränen. Immerhin: Aus ihrem Freundeskreis kam schon mehrmals das Versprechen, sie auf dem Schiff zu besuchen. „Wir haben auch eine Gästekabine, wir freuen uns über Besuch“, sagt das reiselustige Paar.

Aber jetzt heißt es erst mal, den Hafen in Leer zu verlassen. Denn ein wenig läuft nun doch die Zeit weg, Richtung Herbst wird das Segeln auf ihrer bisherigen Route herausfordernder. Ursprünglich wollten sie bereits im April oder Mai gestartet sein, doch immer wieder tauchten noch Probleme am Schiff auf, zuletzt am Stevenrohr, einer wichtigen Verbindung zwischen Antrieb und Propeller, das immer wieder heiß wurde.

Aber jetzt hoffen die beiden, dass sie endlich die Leinen lösen und ihrem Traum entgegengehen können.

Vom Boulderblock zum Beachfeld

„Bewegungs(T)räume Innenstadt“ bieten kostenlose Sportangebote für alle

HANNOVER. Das Programm „Bewegungs(T)räume Innenstadt“ wurde kürzlich eröffnet und bietet in seiner dritten Auflage wieder die Möglichkeit, kostenlose Sportangebote in Hannovers City zu nutzen. Bei der vom städtischen Fachbereich Sport, Bäder und Eventmanagement durchgeführten Aktion gibt es sowohl die Möglichkeit, an angeleiteten Übungen und Spielen teilzunehmen als auch an drei temporär eingerichteten Bewegungsplätzen – je nach Verfügbarkeit – ohne vorherige Anmeldung aktiv zu werden.

Auf dem Marktkirchenplatz (Am Markte) stehen im Fun-sport-Bereich ein Beachfeld, ein Boulderblock sowie eine Tischtennis- und eine Tegelplatte zur Verfügung. Auf dem Holzmarkt am Leibnizhaus kann eine Tischtennisplatte genutzt werden. Sportequipment (unter anderem Tischtennisschläger und -bälle, Volley- und Basketball) kann kostenlos bei „Gottfried’s Feinkiosk“ im Leibnizhaus, Holzmarkt 6, zu den Öffnungszeiten ausgeliehen werden. Auf dem Gosieriedepark gibt es einen 3x3-Basketball-Court, eine Tischtennisplatte sowie Calisthenics-

Angebote. Passende Sportausrüstung gibt es zur kostenlosen Ausleihe bei Moca Café & Rösterei, Gosieriede 4, zu den Öffnungszeiten.

Neu in diesem Jahr ist, dass ein neues größeres Beachfeld aufgebaut wurde. Die Bewegungs-, Spiel und Sportflächen werden zudem von Begrünungselementen und Sitzgelegenheiten flankiert, die (Groß-)Eltern, Aktive und Passanten zu Begegnung sowie zum Zuschauen, Ausrufen und Verweilen einladen. Das Rauchen sowie Konsum alkoholischer Getränke ist an den Aktionsflächen nicht gestattet.

Das Projekt verfolgt das Ziel, das Potenzial des innerstädtischen Raumes als Ort für Bewegung, Spiel und Sport zu nutzen, monofunktionale Strukturen zu überwinden und die Aufenthaltsqualität in der Innenstadt vor allem für Familien, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zu verbessern. „In Bewegung kommen, miteinander Sport treiben, ist gut für Körper und Geist und stärkt die Gemeinschaft. Darüber hinaus leisten Projekte wie die „Bewegungs(T)räume“ einen wichtigen Beitrag, die Innenstadt neu zu beleben, anders zu nutzen,

anders zu erleben und zu erfahren“, erklärte Oberbürgermeister Belit Onay (Grüne) bei der Eröffnung der Aktionsfläche an der Marktkirche.

Die Angebote laufen bis zum 15. September, am Holzmarkt bis zum 31. Oktober. Die Nutzung sämtlicher Aktionsflächen ist täglich von 8 bis 22 Uhr kostenfrei und grundsätzlich ohne Reservierung möglich. Neben der Möglichkeit der freien Nutzung finden auf den Aktionsflächen unter dem Titel „Sport im Park goes City“ vielfältige angeleitete Sport- und Bewegungsangebote statt. Diese Veranstaltungen werden sowohl vor Ort als Aushang als auch im Internet unter sportimpark-hannover.de aufgelistet und fortlaufend aktualisiert. Bitte beachten: Während der Durchführung dieser „Sport im Park goes City“-Angebote ist die jeweilige Anlage nicht oder nur eingeschränkt nutzbar. Auch über ausgebuchte Termine und kurzfristige Ausfälle informiert die Internetseite.

Das Angebot „Sport im Park“ ist bereits Ende Mai gestartet und macht die ganze Stadt zum Sportraum für alle – für jedes Alter und jedes Fitness-Niveau. Vom Kindertanz bis zum sanften Sport für Ältere, von Work-outs im Maschpark über Yoga in Herrenhausen, Drachenboot auf dem Maschsee, Kung-Fu in Linden, bis hin zu Zumba in der Südstadt stehen im Jahr 2024 mehr als 1800 Sport- und Bewegungsangebote kostenlos zur Auswahl.

Angeboten wird das Programm von hannoverschen Sportvereinen, dem Zentrum für Hochschulsport, weiteren Einrichtungen und lizenzierten selbstständigen Übungsleiterinnen und -leitern. **RHR**

sportimpark-hannover.de



Eröffnung an der Marktkirche: Oberbürgermeister Belit Onay (Mitte) sieht in dem kostenlosen Sportangebot eine Möglichkeit, die Innenstadt neu zu beleben. Fotos: Landeshauptstadt Hannover