

# 2,50-Euro-Menü kehrt zurück

Land finanziert **GÜNSTIGES MENSA-ANGEBOT** für Studierende in Niedersachsen

**HANNOVER.** Für Studierende in Niedersachsen gibt es zu Beginn des neuen Jahres eine spürbare finanzielle Entlastung. Seit Montag, 5. Januar, wird das sogenannte Niedersachsen-Menü wieder in allen Mensen der niedersächsischen Studierendenwerke angeboten. Für zunächst ein Jahr steht damit täglich ein vollständiges Mensaeessen zum Preis von 2,50 Euro zur Verfügung. Das Angebot richtet sich ausschließlich an Studierende und gilt landesweit, darunter auch in den Mensen des Studentenwerks Hannover.

Das Niedersachsen-Menü umfasst jeweils ein Hauptgericht sowie zwei Beilagen. Welche Speisen konkret ausgegeben werden, variiert je nach Standort und orientiert sich am regulären Speiseplan. Um eine verlässliche Planung zu ermöglichen, folgt das Angebot einem festen Wochenrhythmus: montags, mittwochs und freitags stammt das Menü aus der Linie „Veggie & Vegan“, dienstags und donnerstags aus der Linie „Fleisch & Meer“. Damit sollen unterschiedliche Ernährungsweisen gleichermaßen berücksichtigt werden.

Möglich wird die Neuauflage durch zusätzliche Landesmittel. Insgesamt stellt das Land Niedersachsen 5 Millionen Euro zur Verfügung. Die Mittel wurden von den rot-grünen Regierungsfractionen in den Landeshausalt eingebracht, der inzwischen beschlossen ist. Bereits in den Jahren 2023 und 2024 war das Niedersachsen-Menü Teil eines zeitlich befristeten Entlastungsprogramms und wurde nach Angaben der Studierendenwerke stark genutzt.

Wissenschaftsminister Falko Mohrs bezeichnete das Angebot als bewährtes Instrument: „Das



**Gaben zum Start des Niedersachsen-Menüs in der Mensa Contine am Standort Hannover mit aus: Wissenschaftsminister Falko Mohrs, Landtagsabgeordnete Pippa Schneider und Michael Knüppel (Geschäftsführer Studierendenwerk Hannover).**

Foto: Nico Herzog für Studierendenwerk Hannover

Niedersachsen-Menü hat sich als echtes Erfolgskonzept erwiesen und wird von den Studierenden sehr gut angenommen.“ Nach Angaben des Ministeriums seien in der ersten Phase mehr als 1,5 Millionen Portionen ausgegeben worden. Mohrs betonte weiter: „Die Wiederaufnahme dieses Angebots trägt dazu bei, Studierende in ihrem Alltag zu entlasten.“

Auch die niedersächsischen Studierendenwerke begrüßen

die Fortsetzung. Der Sprecher der Arbeitsgemeinschaft niedersächsischer Studierendenwerke (ARGE), Professor Dr. Jörg Maggull, erklärte: „Wir wissen, dass Studierende unter vielfältigen Teuerungen leiden und freuen uns, wenn wir helfen können.“ Der Landeszuschuss sei „eine hilfreiche Unterstützung zum richtigen Zeitpunkt“, für die man „im Namen der Studierenden überaus dankbar“ sei. Zugleich machte die ARGE deut-

lich, dass die Finanzierung zunächst nur für 2026 gesichert ist. Der stellvertretende Sprecher Sönke Nimz äußerte die Hoffnung, dass es auch 2027 eine Fortsetzung geben kann.

Für Studierende ist wichtig zu wissen, dass das Niedersachsen-Menü im jeweiligen Speiseplan gesondert gekennzeichnet ist. Die Bezahlung ist ausschließlich mit Mensa- oder Hochschulkarten überaus dankbar“ sei. Zugleich machte die ARGE deut-

chen Zuschüsse tatsächlich Studierenden zugutekommen. Für Bedienstete und externe Gäste gelten andere Preise.

Unabhängig vom Niedersachsen-Menü bleibt auch die Sozialkomponente „Pasta & Friends“ bestehen. In dieser Menülinie wird weiterhin ein warmes Mittagessen für 2 Euro angeboten. Zusammen sollen beide Angebote dazu beitragen, die tägliche Verpflegung im Studienalltag bezahlbar zu halten. **RED**



## Video-Podcast macht Integration sichtbar

**HANNOVER.** Das Kulturzentrum Faust hat mit dem Projekt „Sichtbar zusammen“ einen monatlichen Video-Podcast gestartet, der gelungene Integrationsarbeit in Hannover in den Fokus rückt. Seit Mitte des Jahres erhalten Initiativen aus den Bereichen Integration und Inklusion regelmäßig eine öffentliche Bühne, um ihre Arbeit, Ziele und Herausforderungen vorzustellen. In rund halbstündigen Beiträgen werden Interviews, Veranstaltungsmitschnitte und Erfahrungsberichte kombiniert und über Plattformen wie YouTube, Spotify und Apple verbreitet.

Ausgangspunkt des Projekts ist die in den sogenannten Sozialen Medien geringe Sichtbarkeit vieler Vereine und Einzelinitiativen, die sich für ein friedliches Miteinander und gegen Rassismus und Ausgrenzung einsetzen. Während rechtspopulistische Akteurinnen und Akteure digitale Kanäle gezielt nutzen, fehle es zahlreichen Initiativen an Zeit und Ressourcen, um ihre Arbeit wirksam darzustellen, so die Initiatoren des Projekts. Die Folge: Sehr viele Erfolge der gelungenen Integration bleiben von der Öffentlichkeit unbeach-

tet und Vorurteile in der Gesellschaft bestehen.

„Sichtbar zusammen“ will diesem Defizit gezielt entgegenwirken. Neben der medialen Präsentation setzt das Projekt auf nachhaltige Unterstützung: Die teilnehmenden Initiativen erhalten eine professionelle, kostenfreie Schulung zur Stärkung ihrer Medienkompetenz. Ziel ist es, sie langfristig in die Lage zu versetzen, ihre Öffentlichkeitsarbeit selbstständig zu verbessern und Reichweiten auszubauen. Die bisher vorgestellten Projekte sind dabei ebenso vielfältig wie ihre Beteiligten und reichen von den Leinetalsschulen über das Tolstoi Hilfs- und Kulturwerk Hannover bis hin zum Kollektiv Linden Legendz, das über die gemeinsame Musik Brücken baut.

Träger des Projekts ist das Kulturzentrum Faust. „Sichtbar zusammen“ ist auf drei Jahre angelegt und wird aus Mitteln des Bundesprogramms „Gesellschaftlicher Zusammenhalt“ gefördert, das im Auftrag des Bundesministeriums des Innern und für Heimat umgesetzt wird. **RED**

• [sichtbar-zusammen.de](http://sichtbar-zusammen.de)

Gesundheit

ANZEIGE

## Neues Jahr, neue Leichtigkeit! Mit dem Nr. 1 CBD Gel in Pharmaqualität

Chemische Schmerzgele fallen zurück, CBD boomt – das ist das neue Lieblingsgel

Belastungen gehören zum Alltag vieler Menschen: verspannte Muskeln nach Stress oder Sport, ein Gefühl von Steifheit am Morgen oder ein Ziehen nach langem Sitzen. Viele Verbraucher greifen dabei nicht zu Tabletten, sondern zu Gelen oder Salben. Der Grund: Sie lassen sich direkt auftragen, vermitteln ein angenehmes lokales Hautgefühl und gelten als praktisch im Alltag.

### Vom Goldstandard zum Ladenhüter

Es gibt sie auf chemischer oder pflanzlicher Basis – günstig oder teuer. Doch welches Gel kaufen Verbraucher in der Apotheke wirklich am meis-

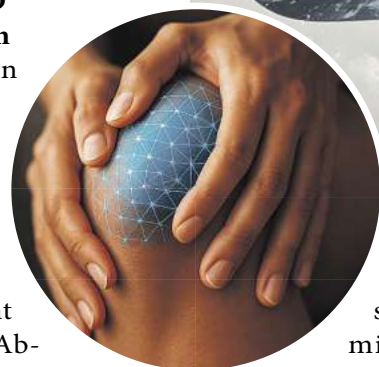
ten? Offizielle Apothekenzahlen zeichnen ein klares Bild: Chemische Gele verlieren an Bedeutung.

### Neuer Apotheken-Trend

Bei den pflanzlichen Gelen wächst besonders eine Kategorie enorm: Gele mit dem Inhaltsstoff Cannabidiol, kurz CBD. CBD ist ein Wirkstoff der Cannabispflanze und macht anders als THC nicht high. Und bei den CBD Gelen überzeugt nur ein einziges Produkt die meisten Käufer.

### Enthüllt: Nur CBD schreibt Wachstum

An diese Fakten gelangen Verbraucher normalerweise nicht: die offiziellen Verkaufszahlen aus den Apotheken. Das Institut Insight Health\* erhebt die Abverkaufszahlen aller Apothekenprodukte in Deutschland. Die Überraschung war groß: Die Kategorie der chemischen und klassischen Gele wird seit 2022 Jahr für Jahr kleiner. Im Vergleich zu damals kauft heute jeder 5. kein chemisches Gel mehr. Die



Verbraucher lieben offensichtlich Gele mit CBD, hier sind die Verkaufszahlen auf nahezu 150 Prozent zu vorher gestiegen.

### Rubaxx CBD Gel: Die Nr. 1\* aus der Apotheke

Rubaxx Cannabis CBD Gel ist mit weitem Abstand das meistverkaufte CBD Gel in

kühlenden Effekt. Die Konsistenz zieht schnell ein, lässt sich leicht dosieren und hinterlässt keine Rückstände.

### Entwickelt nach strengen Pharmastandards

Entwickelt von einem deutschen Forscherteam, enthält Rubaxx Cannabis CBD Gel hochdosiertes, reines CBD. Der Extrakt wird aus der Sorte Cannabis sativa L. gewonnen, mittels moderner CO<sub>2</sub>-Extraktion, die höchste Reinheit garantiert. Rubaxx Cannabis CBD Gel stammt von einem deutschen Pharmaunternehmen mit Sitz in Bayern – ein klares Signal, dass Herkunft und Qualität mehr zählen als laute Versprechen kleiner Nachahmer.

Probieren Sie es noch heute selbst aus und fragen Sie in Ihrer Apotheke gezielt nach Rubaxx Cannabis CBD Gel.

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Cannabis CBD Gel**  
(PZN 16330053)

Das Nr. 1\*  
CBD GEL



**RubaXX**

Jetzt Rubaxx CBD Gel auf [rubaxx.de](http://rubaxx.de) bestellen und bis zu 17%\* sparen!



\*gilt beim Kauf von mehreren Packungen