



12
2024

QUADRAT

MAGAZIN ÜBER DAS LEBEN IN LÜNEBURG ■ KOSTENLOS



**Bergström –
Traditionshotel
am schönsten Platz
in Lüneburg**

Team

Wir sind für Sie da



Wir sind gemeinsam für Sie da und erfüllen Ihre Wünsche. Unser Familienunternehmen wird mittlerweile in der vierten Generation geführt – aus Tradition innovativ, so könnte man unser Credo wohl beschreiben. Den Erfolg verdanken wir Ihrer Treue und unserem engagierten Team. Es besteht aus ganz unterschiedlichen Menschen, die die Freude an ihrer Arbeit verbindet. Dabei liegt uns der Austausch mit Ihnen, liebe Kunden, ebenso am Herzen wie ein vertrauensvolles Miteinander im Team. Die Begeisterung für das Besondere und Interesse an Neuem verbindet uns alle. Wir freuen wir uns auf Ihren Besuch in unserem Juweliergeschäft.



1 Florian Rollert, Inhaber 2 Janina Invidia, Kundenberaterin 3 Gesine Schöneberg, Goldschmiedemeisterin 4 Michael Garbers, Uhrmacher 5 Ali Hasanzada, Goldschmied 6 Lourin Mhho, Kundenberaterin 7 Marie-Luise Roemer, Kundenberaterin 8 Uwe Rollert, Senior 9 Ursula Rollert, Seniorin 10 Louisa Köhler, Auszubildende 11 Katja Scheele, Goldschmiedin 12 Annette Schulz, Kundenberaterin 13 Finnley Kremer, Auszubildender 14 Ingrid Käbein, Kundenberaterin 15 Rita Mischau-Sieburg, Kundenberaterin

Bleiben wir heiter

Krise? Ja, an vielen Stellen. Doch schauen wir auf das, was gut läuft.

Ein Rückblick auf 2024 von Carlo Eggeling

Man könnte ja meinen, das Leben sei gerade besonders herausfordernd: Krieg in der Ukraine, künftig ein amerikanischer Präsident, der zu eigenwilligen Entscheidungen neigt; na ja, und was auf die aktuelle Regierung in Berlin folgt – wir wissen es nicht so genau. Doch was hilft's? Vielleicht hilft der Optimismus des ehemaligen US-Präsidenten John F. Kennedy: „Das Wort Krise setzt sich im Chinesischen aus zwei Schriftzeichen zusammen – das eine bedeutet Gefahr und das andere Gelegenheit.“

Also bleiben wir heiter, wenn wir zurückblicken. Richtig klasse haben Landrat Jens Böther und Samtgemeindebürgermeister Christoph Palesch in Amelinghausen im Sommer die monatelange Posse um den Abriss einer maroden Bude und den Neubau einer größeren Schutzhütte gelöst. Ein bisschen Kosmetik, ein paar Zugeständnisse, am Ende kann das Holzhäuschen stehenbleiben, das die Landjugend vorbildlich aufgebaut hat und das zum Umweltfrevel hochstilisiert wurde.

Es hat gedauert, aber immerhin: Nun richten Handwerker das Gradierwerk im Kurpark wieder her – ein Stück Lüneburg, das bei einem Ausflug ein bisschen an die salzige Geschichte der Stadt erinnert und durchatmen lässt. Aber das gilt für den ganzen Park mit seinen Liegewiesen und dem Pavillon an der Konzertmuschel. Gärtner erledigen hier, aber auch an anderen Stellen der Stadt einen blühend-schönen Job.

Ein Danke an Tausende Feuerwehrleute in der Region und andere Hilfsorganisationen, die immer wieder da sind und zupacken, ohne lange zu reden. So war es beim Brand an der Reichenbachstraße, so war es bei Suchen nach Vermissten. Auch wenn es Tote gab, so retteten die Ehrenamtlichen Menschen und erhielten Gebäude – und sie verkraften, dass sie manchmal eben nichts mehr tun können.

Wie herausfordernd muss es sein, wenn ein Brandstifter wie in Neuhaus immer wieder zündelt? Doch auf die Feuerwehr ist Verlass, selbst wenn sie tagelang kaum aus den Stiefeln kommt.

Zwei Geburtstage wurden besonders gefeiert. Der Arbeitskreis Lüneburger Altstadt wurde ein halbes Jahrhundert alt. Ohne den ALA hätte Lüneburg viel von seinem jahrhundertealten Bürgerstolz und -charme verloren. Ein Jubiläumsbuch erzählt davon, Feste luden und laden zum Feiern ein, der Christmarkt am ersten Dezemberwochenende im Schatten von Michaelis stimmt zauberhaft auf die Adventszeit ein.



Carlo Eggeling

Richtig toll war der Tanzmarathon der Lebenshilfe. Der Verein wurde 60, die in einer gemeinnützigen GmbH zusammengeschlossenen Werkstätten 50 Jahre alt. Die 50 stand Pate für ebenso viele Stunden mit Musik und Tanz im Wasserturm. Das machte Spaß und zeigte, dass Anderssein ganz normal sein kann. Ein Fest für Lüneburg.

Und welchen Optimismus schenken uns die Volleyballer der SVG? Bundesliga und Champions League, eine Menge Erfolge aus der Region, für die Region und von der Region über zig Sponsoren unterstützt. Bei allem Murks beim Bau der Arena – jetzt wird der Bau an der Lüner Rennbahn immer wieder zum „Freudenhaus“.

Natürlich läuft es nicht überall gut und rund. Manche Erklärung aus Verwaltungen klingt müde; gut, wenn Bürger nachhaken. Nur dann kann es besser werden. Verantwortung liegt jedoch nicht nur bei anderen. Deshalb noch einmal Kennedy und die Botschaft aus seiner Rede zum Amtsantritt 1961 an die Bürger: „Fragt nicht, was euer Land für euch tun kann – fragt, was ihr für euer Land tun könnt.“

In diesem Sinne eine besinnliche Adventszeit und einen guten Start ins neue Jahr.

LÜNEBURG

WEIHNACHTSSTADT

27.11.-30.12.2024



13
MÄRKTE
IN UNSERER
STADT



weihnachtsstadt-lueneburg.de

LÜNEBURG
MARKETING
GMBH

Sparkasse
Lüneburg

avacon

VEREIN
LÜNEBURGER
KAUFLEUTE
VON 1912

GFA
Alles an einer Hand!

SCHAUSTELLERVERBAND
LÜNEBURG UND UMGEBUNG

Lüneburg
LCM
www.lcm.lueneburg.de

Liebe Leserinnen und Leser!

Kürzlich habe ich erstmals die Zeit gefunden, die Vesperkirche in der St. Michaeliskirche zu besuchen, die dort seit einigen Jahren jeweils im November stattfindet. Drei Tage lang gibt es ein breitgefächertes Gratis-Angebot, das kulturelle Darbietungen, Livemusik, Essen und Getränke und vieles mehr beinhaltet und für wirklich alle Menschen offen ist. Ich war überwältigt von dem ehrenamtlichen Engagement, das eine große Veranstaltung wie diese erst möglich macht. Viele Bürger und Bürgerinnen packten mit an, damit die Vesperkirche gelingen konnte.

Auch an anderen Orten in Lüneburg ist dieses selbstlose Handeln zu finden. Im Quadratinterview berichten Diakonin Antje Stoffregen und Pastor Dennis Schipporeit von der Arbeit im und am Paul-Gerhardt-Haus in Neu-Hagen. Hier setzen sich insgesamt 120 Ehrenamtliche dafür ein, dass regelmäßig zahlreiche Angebote stattfinden können, die für den Zusammenhalt und das Zusammenleben im Quartier wichtig sind. Damit das zukünftig noch besser gelingen kann, stehen im kommenden Jahr umfangreiche Umbaumaßnahmen an. Mehr darüber lesen Sie auf den Seiten Von dem Willen, Gutes zu tun und anderen Menschen zu helfen, berichten wir auch auf den Seiten 28-29. Seit einem Jahr unterstützt das Team des DRK-WunschMobils Menschen in ihrer letzten Lebensphase. Es ermöglicht Patienten und ihren Angehörigen glückliche Momente. In der Organisationsgruppe macht ein halbes Dutzend Ehrenamtliche mit, doch wenn es drauf ankommt, packen dreimal so viele mit an.



Christiane Bleumer

Bis zu 20 Freiwillige haben mitgemacht, um einen ganz besonderen Adventskalender zu bauen. In Form eines etwa drei mal drei Meter großen Bootes, gefüllt mit gespendeten Geschenken, geht die Konstruktion als Symbol der Zuneigung und Verbundenheit auf die Reise nach Litauen, um dort die Soldaten des Aufklärungslehrbataillon 3 „Lüneburg“ mit einem Gruß aus der Heimat zu erfreuen, S. 34-35.

Diese Beispiele für gelebte Nächstenliebe passen wunderbar zu der beginnenden Weihnachtszeit, die in Lüneburg wie immer festlich und mit vielen Märkten zelebriert wird. Zusätzlich zum großen Weihnachtsmarkt vor dem Rathaus können Sie in vielen romantischen Hinterhöfen oder vor malerischen Kulissen diese besonders stimmungsvollen Wochen genießen, denn der Weihnachtszauber zieht sich durch die gesamte Stadt. Ein besonderes Highlight ist in jedem Jahr der Christmarkt rund um die St. Michaeliskirche, der diesmal am 7.

und 8. Dezember stattfindet. Hier werden die Besucher bei Esskastanien, Schmalzbroten und Renaissance-Bratwurst in das 16. Jahrhundert entführt, S. 26-27.

Aber egal wo und wie Sie die Adventswochen verbringen – das gesamte Quadrat-Team wünscht Ihnen eine wundervolle Zeit und gesegnete Festtage

Ihre

Christiane Bleumer

Chefredakteurin

elements 

BAD / HEIZUNG / ENERGIE

DER EINFACHSTE WEG ZUM NEUEN BAD

GENIAL EINFACH

* ELEMENTS-SHOW.DE
BADAUSSTELLUNG UND MEHR

* 21339 LÜNEBURG
CHRISTIAN-HERBST-STR. 15
+49 4131 3027-80



Wir beraten Sie gerne:

Die Sanitärpartner

EISENVATER & STITZ
HAUSTECHNIK



SCHNEIDER & STEFFENS

HEIZUNGS- & SANITÄRTECHNIK
effizient - innovativ - regenerativ

Schneider & Steffens GmbH & Co KG
Mehlbachstrift 4 · 21339 Lüneburg



Ihre Servicenummer:

0 41 31 / 99 99 888

www.schneiderundsteffens.de



In dieser Ausgabe

Jahresrückblick	3	Weihnachtsgala	52
von Carlo Eggeling		Großes Aufgebot: Orchester und Chöre	
Editorial	5	Gegen Cybermobbing	56
von Christiane Bleumer		Soroptimist International unterstützt Schulen	
Weihnachtsstadt Lüneburg	08	Gartenkicker	58
Die Winter- und Weihnachtsmärkte		Lichterglanz im Embsen	
Bergström	12	Theater Lüneburg	62
Traditionshotel am schönsten Platz in Lüneburg		Highlights in der Weihnachtszeit	
Physio Plus	16	SVG Lüneburg	66
Kraftvoll gegen den Krebs		Kraftzentrum Landesstützpunkt Lüneburg	
Verlosung	23	Horst Lietzberg	72
2 x 2 Freikarten für Giora Feidmann zu gewinnen		Meine Erlebnisse mit Rolf Zuckowski	
Verlosung	24	Rote Rosen-Zuwachs	76
Schlemmerblöcke für Quadrat-Leser		Hund Hermine ist jetzt Fernsehstar	
Altstadt-Christmarkt	26	Reise	80
Fackelschein und Kerzenlicht an der St. Michaeliskirche		Gerwin Schuchers soziales Projekt im Ausland	
Wunschemobil	28	Abgelichtet	84
Das DRK macht letzte Wünsche wahr		Quadratabend auf dem Winterzauber-Markt	
KGSW-Anwälte	30		
Kompetente und zielstrebige Unterstützung			
Museumsbesuch	32		
Mittelalterlicher Gewandverschluss			
Adventskalender-Boot	34		
Ein besonderer Weihnachtskalender			
Katzenhaus Tierheim Lüneburg	36		
Neue Besitzer für Fellpfoten gesucht			
Lüneburg ABC	40		
Spannende Reise in die Welt der Buchstaben			
Kunst-Aktion	42		
Ein Weihnachtsbild von Jan Balyon			
Ampel-Jubiläum	44		
Wegbereiter der modernen Verkehrssicherheit			
Lüneburg Privat	46		
Antje Stoffregen und Dennis Schipporeit			
Gesundheit	50		
Durchatmen gegen Stress			

Standards

Kolumne	10
Suchbild des Monats	11
In aller Kürze	18
tafelSpitzen	39
Neu im Kino	68, 75
Moin! Unterwegs in Hamburg	70
Gelesen – Buchtipps	78
Gehört – Musiktipp	79
Getrunken – Weintipp	79
Marunde	88
Plattsacker	89
Impressum & Adressen	90



Ihre Experten aus Bardowick
mit über 20 Jahren Erfahrung.

Wir bewerten
Ihre Immobilie
schnell & kostenlos!

04131 - 76 55 250

Jetzt anrufen und Termin vereinbaren



Jetzt QR-Code scannen &
mehr über uns erfahren!

www.niebuhr-immobilien.de



Weihnachtsstadt mit Extraservice

Mit gut einem Dutzend Winter- und Weihnachtsmärkten bietet Lüneburg ein festliches Erlebnis

Wn Lüneburg wird es wieder besonders weihnachtlich: Bis zum 30. Dezember 2024 zelebriert die über 1000 Jahre alte Salz- und Hansestadt die Vorweihnachtszeit mit stimmungsvollen Weihnachts- und Wintermärkten, zauberhaften Märchenbuden, Theater und Livemusik. Ein Muss für jeden Weihnachtsfan, denn in Lüneburg weihnachtet es so ziemlich überall. Perfekt wird der Weihnachtsgenuss auch in diesem Jahr mit dem Service der Verpackungsstation Am Sande, wo Geschenke liebevoll zum Verschenken vorbereitet werden.

Eine komfortable Möglichkeit in die Stadt hinein und später vollbepackt wieder zum Auto zurückzukommen, bietet die Hansestadt Lüneburg mit einem barrierefreien Advents-Busshuttle an allen vier Adventssamstagen zwischen 10 und 21 Uhr vom Parkplatz auf den Sülzwiesen über die Haltestellen „Am Sande“, „ZOB/Bahnhof“, „Lüneburger Rathaus/Ochsenmarkt“ und „Am Graalwall“ zurück zur Haltestelle „Bargenturm/Sülzwiesen“. Der kostenlose Parkplatz auf den Sülzwiesen wird zudem während der Zeit der Weihnachtsstadt vergrößert und bietet somit rund 800 Stellplätze.

Vor dem prachtvollen Rathaus schlägt das Herz der Weihnachtsstadt mit dem Lüneburger Weihnachtsmarkt zusätzlich zu den Weihnachtsmärkten Am Sande. In stimmungsvoller Atmosphäre können Besucherinnen und Besucher Sonntag bis Donnerstag von 11.00 bis 20.00 Uhr und Freitag bis Samstag bis 21 Uhr umrahmt von glitzernden Baumkronen liebevoll gefertigtes Kunsthandwerk erwerben, duftende Lebkuchen und leckeren Glühwein genießen sowie viele kulturelle Highlights erleben. Als besonderen Hingucker ziert in diesem Jahr eine 15 Meter hohe Weihnachtspyramide den Marktplatz. Regionale Chöre und verschiedene musikalische Beiträge tauchen den Marktplatz in weihnachtliche Stimmung. Täglich erklingen um 16.45 Uhr Trompeten-Weihnachtsmelodien vom Rathausbalkon. An den Adventssonntagen sorgen um 17 Uhr musikalische Highlights für Weihnachtsstimmung: am 1. Advent tritt der Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr Artlenburg auf. Das Quartett „Heilig's Bleche“ sorgt am 2. Advent für weihnachtliche Klänge und das Lüneburger Stadtorchester ertönt am 3. Adventssonntag. Am 23.12. laden verschiedene zum gemeinsamen Singen „Lüneburg singt



Weihnachtslieder" um 17.30 Uhr vor dem Rathaus ein. (Heiligabend und 1. Weihnachtstag bleibt der Markt geschlossen)

In einer Neuauflage in einem geschmackvollen Bordeaux-Rot wird die beliebte Weihnachtstasse mit dem Design von Linda Paletta die Heißgetränke noch besser schmecken lassen. Ab sofort kann die Tasse in der Tourist-Information käuflich erworben werden. Für leuchtende Kinderaugen sorgt täglich der Weihnachtsmann höchstpersönlich, der auf dem Marktplatz von 17 und 18 Uhr über 1000 kleine Geschenke verteilt. Die Kerzenwerkstatt, die Lüneburger Märchenmeile und natürlich das Weihnachtsmärchen „Die irrsinnig intelligente Irrmgard“ im Huldigungs-saal erfreuen nicht nur Kinder. Und kurz vor Weihnachten, dieses Jahr am 4. Advent um 15 Uhr, wird traditionell das Lebkuchenhaus geplündert.

Winterzauber in den Innenhöfen und Nostalgie unter den Kirchturmspitzen

Stimmungsvoll wird es aber nicht nur vor dem Rathaus. Der Weihnachtszauber zieht sich durch die gesamte Stadt. Auf dem Platz vor der St. Johanniskirche wartet die Weihnachtswelt mit urigen Holzhütten unter dem Kirchturm. Nostalgie pur gibt es am 7. und 8. Dezember auf dem Historischen Christmarkt rund um die St. Michaeliskirche.

Für wohlig-warme Weihnachtsgefühle sorgen zusätzlich wieder die vielen geschmückten Innenhöfe der Stadt, in denen winterliche Märkte und Stände mit ganz besonderem Ambiente verzaubern. Der Krone-Innenhof in der Heiligengeiststraße lädt täglich ab 14 Uhr, am Wochenende ab 12 Uhr, rund um eine Weihnachtspyramide zum Verweilen ein. Heimelig wird es auch beim Glühweintrinken in der Schröderstraße im Innenhof des Café Central (Mo-Fr ab 16

Uhr, Sa-So ab 13 Uhr) und auf dem „To HUUS“-Weihnachtsmarkt (täglich ab 15 Uhr, am Wochenende ab 12 Uhr), sowie bei „Weihnachten im Glockenhof“ (täglich ab 16 Uhr, am Wochenende ab 12 Uhr). Auch der beleuchtete Wasserturm lädt zum Verweilen ein. Das Hotel Wyndberg veranstaltet beim Wynter am Wyndberg einen „wynterlichen“ Weihnachts-treff mit seinem eigens produzierten Winzer-Glühwein täglich ab 15 Uhr, Samstag und Sonntag ab 12 Uhr mit kulinarischen Köstlichkeiten und Musik.

Mit Blick auf die Ilmenau können sich die Gäste am Alten Kran täglich von 12 bis 21 Uhr (bis 29. Dezember) auf dem Weihnachtsmarkt „Oh du Leckere“ bei einem Heißgetränk in Weihnachtsstimmung bringen. Direkt nebenan öffnet die Mälzer Mühle ihre Tore mit winterlichen Spezialitäten. Der Winterzauber am Bergström lädt täglich ab 12 Uhr zum romantischen Winterzauber ein und lässt das Wasserviertel in Lichterglanz erscheinen. An drei festlichen Adventswochenenden verwandelt sich der Hof an den Teichen nahe Rettmer in ein winterliches Märchenland und lädt zur Hof-Weihnacht ein.

■ www.weihnachtsstadt-lueneburg.de



*Die Highlights
setzen wir!*



*All unseren Kunden,
Geschäftspartnern und Freunden
wünschen wir eine
schöne Weihnachtszeit,
Nähe und Besinnlichkeit sowie
Gesundheit und Optimismus
im Neuen Jahr!*

seit 1924
BRUNS
KRANVERMIETUNG GMBH

LÜNEBURG ■ HAMBURG ■ ☎ 3 40 36
www.bruns-kranvermietung.de



Schöne Bescherung

ALLGEMEINE BESONDERHEITEN VON CAREN HODEL

Wir Eltern wünschen uns kreative Kinder. Und ja, es ist schön, wenn die Kleinen basteln und malen. Nur führt die künstlerischer Freiheit früher oder später zu Stauraumproblemen – weil der Strom an selbstgebastelten Werken ab dem Kindergartenalter einfach nicht abreißt. Einen Anlass zum Basteln finden Erzieher schließlich immer: Ostern, Muttertag, Halloween, Weihnachten, Wir-lernen-Stempeln, Wir-lernen-Mosaiksteinchen-Kleben, Wir-lernen-Kastanien-Auffädeln. Meine Söhne produzieren jedenfalls „Kunst“ im Akkord – leider nicht solche wie dieses etwa gleichaltrige Wunderkind aus Melbourne, dessen Bilder für mehrere tausend Dollar verkauft werden. Die entstandenen Objekte sind eher – naja, wie soll ich sagen – eigenwillig. Und nur die wenigsten von ihnen lassen sich platzsparend in einer Sammelmappe unterbringen.

So mutiert unser Haus mehr und mehr zur Dauerausstellung. Zu begutachten gibt's: unförmige Ton-Vasen, beklebte Senfglas-Teelichter, Hand- und Fußabdrücke, Schneemänner aus Klorollen, Strumpfhosen-

würmchen, rätselhafte Salzteig-Figuren und diverse Krepppapier-Blumen. Am häufigsten vertreten sind jedoch mit Abstand Nagelbilder. Sie wissen schon, diese Holzscheiben, auf denen sich ein Netz aus Wollfäden spannt. Wenn ich gemein wäre, könnte ich damit den Ofen befeuern. Und zwar bis Ostern.

Natürlich müssen solche Kunstgegenstände entsprechend gewürdigt werden. Sie genießen quasi Artenschutz. Das Problem ist nur, dass kindlicher und elterlicher Geschmack selten übereinstimmen. Kürzlich schob ich in einem unbeobachteten Moment ein seltsames Knet-Pappmaché-Gebilde aus der vordersten Reihe hinter die Bücher – um wenig später tadelnde Blicke zu ernten. „Wo ist denn mein Drachenbaby?“, fragte mein Sohn pikiert. „Das wollte schlafen, deshalb habe ich es ins Dunkle gestellt“, murmelte ich schuldbewusst und rückte das Artefakt wieder an seinen Stammpflicht.

Noch schlimmer als kreative Schöpfungen zu verrücken ist allerdings sie zu entsorgen. Neulich, als ich in Gedanken ein paar bunte Schnipsel vom Tisch fegte und sie in den Mülleimer warf, gab es lautstar-

ken Protest: „Mama, neeeeein! Das sind Edelsteine! Damit will ich eine Königskrone bauen!“ Seine anschließende Montage nahm gefühlte drei Stunden Zeit und 300 Meter Tesafilm in Anspruch. In solchen Momenten müssen wir Eltern stark sein.

Genau wie an Weihnachten, wenn mit dem Aufreißen des Geschenkpapiers die neuste Bastel-Kollektion enthüllt wird. Dann sehen wir wie jedes Jahr großzügig über kleine Schönheitsfehler hinweg, setzten pflichtbewusst ein glückseliges Lächeln auf und rufen verzückt: „Oh, das ist aber schön!“

Einen kleinen Vorgeschmack auf die Bescherung bekam ich vor ein paar Tagen, als meine Kinder eine Tüte selbst gebastelten Christbaumschmuck aus dem Kindergarten mitbrachten. Nun komme ich wohl nicht drum herum, windschiefe Sterne, schielende Engel und zerknitterte Weihnachtsmänner zwischen meine wunderschönen Kugeln zu platzieren.

Aber egal wie abenteuerlich mein diesjähriges Präsent ausfallen mag: Letztendlich ist und bleibt doch der Schenkende selbst das schönste Geschenk.

Suchbild

Dezember 2024



Wir haben ein „Lüneburger Detail“ fotografiert.
Erkennen Sie den Ausschnitt?

Wir suchen das „große Ganze“, zu dem der Ausschnitt passt!

Schicken Sie Ihre Lösung bis zum 15. Dezember an gewinn@maelzer-brauhaus.de.

Zu gewinnen gibt es in diesem Monat 2x eine 5L-Dose Mälzer Pils.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, die Gewinner werden per E-Mail benachrichtigt.



Lösung des November-Fotos:

Wandgestaltung im Lüner Weg

Gewinner der November-Verlosung:

Ursula S. / Mathilde L.



für kurze Zeit:



es weihnachtet schon bald

schon an die Platzreservierung für das Essen mit Freunden und Familie gedacht? - nein? -na dann wird es höchste Zeit. gerne auch online auf unseren Homepages:

www.maelzerbrauhaus.de

www.maelzermuehle.de



**Weihnachtliches Treiben
an der Lüner Mühle**

*besucht uns gerne täglich
ab 12 Uhr in unserem
weihnachtlichen Aussenbereich
an der Lüner Mühle*



„Wir sind das Bergström“

**Lüneburgs Traditionshotel liegt
am schönsten Platz der Stadt**

VON CHRISTIANE BLEUMER



Gerade jetzt in der Vorweihnachtszeit gibt es wahrscheinlich keinen schöneren Ort in Lüneburg. Nirgendwo funkelt es mehr, leuchtet es heller und strahlender als rund um das Hotel Bergström im Wasserviertel – ein Zauber, dem nur wenige Menschen widerstehen können. „Ich liebe es hier“, sagt auch Hans Heuer kurz und bündig. Aus den Worten des Hotelmanagers spricht das, was auch die zahlreichen Touristen so sehr an der alten Hanse- und Salzstadt und besonders an dem Hotelkomplex Am Werder schätzen: „Das Hotel ist ein gediegenes Haus mit viel Persönlichkeit in allerbesten Lage. Wir sind das Bergström.“

Das etablierte Hotel, das direkt im Herzen der Stadt zu finden ist, gehört seit einigen Jahren zur Familie der DORMERO-Hotels. Seit über 10 Jahren ist diese Kette erfolgreich auf dem Markt und hat gerade das 50. Hotel bekannt gegeben – ein echter Meilenstein. Doch Lüneburg ist und bleibt ein besonderer Standort. Die Stadt an der Ilmenau ist die einzige DORMERO Destination mit drei Häusern. Aufgrund der besonderen Schönheit und Attraktivität Lüneburgs betreibt DORMERO hier zusätzlich zum Hotel Bergström auch das Hotel Altes Kaufhaus und als Neuzugang seit diesem Jahr auch das Hotel Bargenturm – jedes Haus mit eigenem Charakter und Charme.

Vor allem das Bergström punktet mit seiner idyllischen Umgebung. Kein Wunder, dass das Haus seit 18 Jahren auch als das Hotel Drei Könige aus dem ARD Serien-Dauerbrenner „Rote Rosen“ bekannt ist. Die historischen, liebevoll restaurierten Gebäude bilden ein einmaliges Ensemble inmitten der mittelalterlichen Salzstadt. Hier zeigt sich die lange Geschichte Lüneburgs in jedem Backstein und in jedem Holzbalcken. Die komfortablen Zimmer und Suiten des Hotels verteilen sich über jahrhundertalte Wassermühlen, Wassertürme und Speicher, die sich malerisch um den historischen Hafen der mehr als 1000 Jahre alten Hansestadt gruppieren.



ren. Der Großteil der Zimmer hat einen traumhaften Ausblick auf die Ilmenau und die historischen Backsteinfassaden der alten Salzstadt.

Der Charme historischer Gebäude, verbunden mit Behaglichkeit und modernstem Komfort – das gilt für alle rund 130 Zimmer und Suiten. Doch trotz der rund 3000 Übernachtungen pro Monat, die das Bergström im Schnitt verbuchen kann, ist es durch die individuelle Aufteilung der einzelnen Häuser ein intimes, geradezu persönliches Haus, in dem sich jeder Gast willkommen und gut aufgehoben fühlt. Das gleiche gilt auch für Teilnehmer und Teilnehmerinnen an den zahlreichen dort stattfindenden Tagungen, für die 16 unterschiedliche Räume zur Verfügung stehen.

Zum Wohlbefinden tragen auch die diversen Einrichtungen des Bergströms bei. Denn was wäre ein entspannter Hotelaufenthalt ohne besondere Extras? Besonders beliebt ist das gepflegte Schwimmbad und die Möglichkeiten, diverse Wellnessbehandlungen buchen zu können – die perfekte Gelegenheit, auch einen regnerischen Tag zu versüßen.

Am Abend lockt anschließend die Hotelbar, die auch ein beliebter Treffpunkt für alle Lüneburger und Lüneburgerinnen ist. Wer wissen will, was es in der Stadt Neues gibt, sollte sich bei Bier oder Wein und natürlich auch diversen alkoholfreien Getränken in die Piano Bar setzen, die täglich von 18.00 bis 1.00 Uhr geöffnet hat und von Barchef Hajdar Hajdaraj mit großer Leidenschaft und persönlichem Engagement geleitet wird. Wie es sich für eine stilvolle Bar gehört, gibt es hier freitags und samstags gepflegte Klaviermusik.

Wie wäre es danach mit einem köstlichen Abendessen? Das Marina Café ist für jeden Gast offen und bietet nicht nur Frühstück und Kaffee und Kuchen, sondern auch ausgewählte Speisen für echte Genießer. Garant dafür ist Dirk Brzoska, der seit vielen Jahren als Kü-

chenchef im Bergström tätig ist. Sein Motto: Ich koche keine Sterne, aber dafür besonders lecker. Seine kleine, feine Karte lockt mit guter deutscher Küche. Gerade jetzt im Winter mit seinen saisonalen Gerichten verspricht zum Beispiel Gans in verschiedenen Variationen einen besonderen Genuss. Übrigens bietet das Marina Café über die Weihnachtsfeiertage und Silvester speziell für die Festtage zusammengestellte Buffetvariationen an – unbedingt zu empfehlen für ein harmonisches Familientreffen ohne Stress in der Küche oder das entspannte Wiedersehen mit Freunden.

Probieren Sie es einfach mal aus!



■ **Bergström Hotel Lüneburg**

Bei der Lüner Mühle, 21335 Lüneburg

Tel.: (04131) 308-0

www.dormero.de/bergstroem-hotel-lueneburg



Küchenchef Dirk Brzoska

Das zart gebratene Zanderfilet mit Linsen, Kartoffelstampf, Bacon und Senfsauce ist ein Klassiker auf der Karte des Marina Cafés im Hotel Bergström; ein bewährtes Rezept, das sich seit vielen Jahren großer Beliebtheit bei den Gästen erfreut und im Laufe der Zeit nur geringe Veränderungen erfahren hat. „Statt der braunen Linsen, die wir früher zubereitet haben, nehmen wir inzwischen lieber die schwarzen, glänzenden Belugalinsen“, erläutert Chefkoch Dirk Brzoska,

Seit 18 Jahren leitet er die Küche, die „gut und beständig“ ist, wie er sagt. Früher ist er in verschiedenen Gastronomien beschäftigt gewesen, seine Heimat aber hat er hier in Lüneburg gefunden. Mit seiner zuverlässigen Küchenmannschaft, deren Mitglieder teilweise auch schon viele Jahre für das Bergström tätig sind, ist er zu Beginn des Tages für die Vorbereitung des beliebten Frühstücksbuffets zuständig. Je nachdem wie viele Tagungen gerade stattfinden, warten anschließend zur Mittagszeit oft 120 oder mehr hungrige Gäste auf ein frisches und bekömmliches Essen, das zu dieser Tageszeit als Buffet serviert wird. Zusätzlich zur nachmittäglichen Kaffeetafel und der normalen Abendkarte besteht die Arbeit von Dirk Brzoska natürlich auch in der Bewirtung der unterschiedlichsten Festgesellschaften – von der Hochzeit über das Jubiläum bis zur Familienfeier, für die gerne auch Sonderwünsche erfüllt werden. „Meine Arbeit in der Küche macht mir nach wie vor sehr viel Freude“, sagt der Küchenchef, der es liebt, neue Gerichte zu kreieren und mit frischen, saisonalen Zutaten etwas Köstliches zu zaubern.



UNSER



Herbstmenü



VORSPEISE

Hokkaido-Suppe mit Ingwer, Kokosmilch,
Kürbiskerne und Kürbiskernöl

auch vegan möglich

€9,50

HAUPTGERICHT

Halbe Vierländer-Ente mit Rotkohl,
eingelegte Maronen und Kartoffelklöße

€37,50

Rosa gebratener Lammrücken an
Kürbisrelish, wilder Brokkoli,
Johannisbeerejus und Kartoffelgratin

€34,50

Kürbisrisotto mit Walnußkernen und
Birne

vegetarisch *auch vegan möglich*

€19,50

DESSERT

Zimt-Panna-Cotta an Glühweinsöße,
Spekulatius-Crunch und Pistazien-Sponge

€10,50



Kraftvoll gegen den Krebs



Physiotherapie bei einer Krebserkrankung: PhysioPlus bietet eine spezielle Trainings- und Bewegungstherapie

Früher galt für Krebspatientinnen und -patienten: möglichst schonen und wenig Belastung. Das ist mittlerweile überholt. Zahlreiche Studien belegen, dass körperliches Training die Nebenwirkungen einer Krebstherapie lindern und den Behandlungsverlauf positiv beeinflussen kann. Nicht nur die Lebensqualität verbessert sich - es gibt auch immer mehr Hinweise, dass Sport die Überlebenschancen steigert.

„In unserer Praxis bieten wir ein speziell für Krebspatientinnen und -patienten entwickeltes Trainingskonzept an“, sagt Physiotherapeutin Vivica Klinck. Sie ist ausgebildete und lizenzierte Therapeutin für Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie – kurz OTT® und leitet den Trainingsbereich. PhysioPlus ist in Lüneburg die erste zertifizierte Praxis, die dieses spezielle Trainings- und Bewegungsprogramm für Betroffene anbietet. Die Therapie orientiert sich an den onkologischen S3-Leitlinien und wird von der AGSMO der Deutschen Krebsgesellschaft empfohlen.

Mehr Bewegung – weniger Begleiterscheinungen

Im Trainingsbereich der Praxis betreut sie gerade Armin M.. „Das Training macht Spaß und ich fühle mich besser“, sagt er. Der 71-jährige kommt nun schon seit fast zwei Monaten zwei Mal in der Woche in die Praxis im Ärztehaus in der Willy-Brandt-Straße und macht speziell auf ihn abgestimmte Übungen an den Trainingsgeräten. Immer an seiner Seite: die Physiotherapeutin, die ihn motiviert und genaue Anweisungen gibt. „Krebs ist leider eine weit verbreitete und schwerwiegende Erkrankung. Mir ist wichtig, dass ich jeden Patienten individuell behandeln und beraten kann und wir somit gemeinsam das bestmögliche Ergebnis erzielen können“, sagt Vivica Klinck. Armin M. trainiert nach einem für ihn erstellten Plan an den computergesteuerten medizinischen Trainingsgeräten. Hinzu kommen freie Übungen. Dabei werden ganz individuel-



Die Schwerpunkte gesetzt: Beweglichkeit, Ausdauer, Gleichgewicht, Kraft und/oder Koordination. Das Training findet in einer kleinen Gruppe statt, sodass eine engmaschige Kontrolle sichergestellt ist und die Übungen jeweils an die Tagesform angepasst werden können. „Der Spaß darf in meiner Behandlung auch nicht fehlen. Bei uns wird viel gelacht und wir tauschen Tipps und Erfahrungen aus“, sagt Vivica Klinck. Das Training wirkt sich so nicht nur positiv auf den Körper, sondern auch auf die Psyche aus.

Positive Effekte der Bewegungstherapie bei onkologischen Patientinnen und Patienten sind durch mehr als 800 Studien belegt

Das individualisierte Training basiert auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Die Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie wurde am Centrum für Integrierte Onkologie an der Uniklinik Köln in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule entwickelt.



Während einer Krebsbehandlung wird der Körper stark beansprucht. Ob Operation, Antikörper-, Antihormon-, Chemo- oder Strahlentherapie – sie alle können den Patienten schwächen. Das Training soll helfen, die Lebensqualität zu erhalten und zu verbessern. In zahlreichen Studien konnte belegt werden, dass Nebenwirkungen wie zum Beispiel Osteoporose, Polyneuropathie, Inkontinenz, Gelenkschmerzen, Fatigue oder Lymphödeme durch Bewegungstherapie positiv beeinflusst werden können.

OTT® bei PhysioPlus auf Rezept

Das Trainingskonzept ist grundsätzlich geeignet für Erkrankte aller Krebsarten, Altersgruppen und Fitnesslevel. Die Kosten für die Trainingstherapie werden von den Krankenkassen im Rahmen einer Verordnung für Krankengymnastik am Gerät (KG-Gerät) übernommen. In der Physiotherapiepraxis findet dann im ersten Termin ein ausführliches Anamnese-gespräch statt und ein individuell abgestimmter Trainingstherapieplan wird erstellt. Empfehlenswert sind ein bis zwei Trainingseinheiten pro Woche über einen Zeitraum von drei bis neun Monaten. Regelmäßig erfolgen eine Zwischendiagnostik und Anpassung des Therapieplans.

■ Weitere Infos über die Praxis und die Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie finden Interessierte hier:

Willy-Brandt-Straße 2

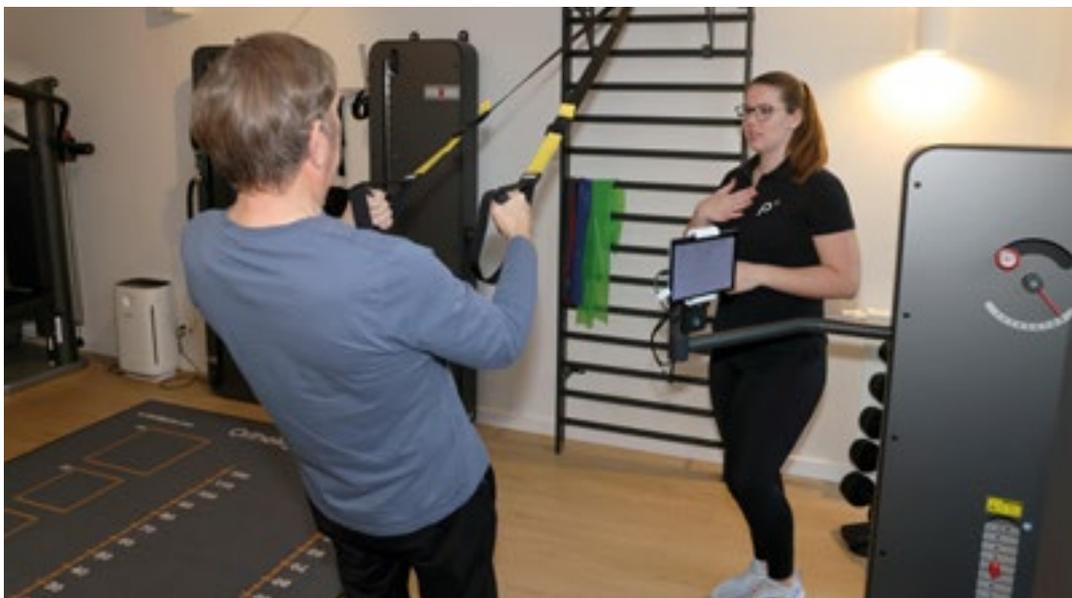
PhysioPlus

21335 Lüneburg

Tel: (04131) 830 93 33

info@physioplus-lueneburg.de

www.physioplus-lueneburg.de



In aller Kürze

TIPPS UND WISSENSWERTES ZUSAMMENGESTELLT
VON LEVI LANGE (STAND: 21.11.2024)

Sie möchten im Quadrat-Magazin auch einen Termin, Ihre Veranstaltung oder sonstiges Geschehen in Lüneburg und Umgebung bekannt machen?

Gerne nehmen wir Ihre E-Mail jeweils bis zum 10. des Vormonats mit aussagekräftigen Eckdaten entgegen:

termine@quadratlueneburg.de

Ein Abend rund um die Liebe

**Wasserturm Lüneburg
Sonntag, 1. Dezember
20.00 Uhr**

Lassen Sie sich verzaubern von frei erzählten Märchen, umrahmt von sanften Harfenklängen und stimmen Sie sich ein mit Themen der Liebe kurz vor dem Fest der Liebe. Es wird mal romantisch, mal tiefgründig und manches Mal auch augenzwinkernd, wenn die Lüneburger Märchenerzählerin Katja Breitling und der Hamburger Harfenist Andreas Buschmann gemeinsam auftreten.

Winter in Ostpreußen Ostpreuß. Landesmuseum Sonntag, 1. Dezember 14.00 Uhr

Was bedeutete der Winter für die Menschen in Ostpreußen und wie blieb er auch Jahre später im Gedächtnis? Diese und andere Fragen im Bezug zum ostpreußischen Winter sollen beantwortet und die vielfältigen Facetten der kalten Jahreszeit präsentiert werden. Künstler wie Ludwig Dettmann, Eduard Bischoff oder Daniel Staschus setzten

diese spezielle Zeit zum Teil eindringlich ins Bild. Anmeldung unter Tel. 04131 759950 oder bildung@ol-ig.de.

Die Entscheidung. Deutschland 1929-1934

**Heinrich-Heine-Haus
Dienstag, 3. Dezember
19.30 Uhr**

Als der Außenminister Gustav Stresemann 1929 starb, fragten sich die Zeitgenossen, wie es nun weitergehen könne. Es formierte sich eine faschistische Koalition, Bauern warfen Bomben, die öffentlichen Haushalte litten unter wachsenden Defiziten, bald schien das parlamentarische System gelähmt. Demokratische Republik oder faschistischer Staat – so lautete ab dem Sommer 1930 die Alternative. Jens Bisky zeigt das große Panorama einer extremen Zeit, die noch immer ihre Schatten auf die Gegenwart wirft.

Stories never die Glockenhof Mittwoch, 4. Dezember 17.00 Uhr

Zwischen herzerreißender Sehnsucht und hoffnungsvoller Utopie fin-

det sich das Trio „Stories never die“ mit seinem Programm „Tapetenwechsel“ ein. Dabei ist der bunte Blumenstrauß aus alten Klassikern und fast vergessenen Werken des frühen 20. Jahrhunderts keineswegs eingestaubt, sondern kontrastiert Chanson und deutschen Tango charmant und zeitlos. Gesang: Leonie Burgemeister, Gitarre, Akkordeon: Johannes Bomhard, Kontrabass: Stefan Müller.

„Die Projektoren“

**Heinrich-Heine-Haus
Mittwoch, 4. Dezember
19.30 Uhr**

Im Velebit-Gebirge erlebt ein ehemaliger Partisan die abenteuerlichen Dreharbeiten der Winnetou-Filme. Jahrzehnte später finden hier die brutalen Kämpfe der Jugoslawienkriege statt – mittendrin eine Gruppe junger Rechtsradikaler aus Dortmund, die die Sinnlosigkeit ihrer Ideologie erleben muss. Und in Leipzig werden bei einer Konferenz in einer Psychiatrie die Texte eines ehemaligen Patienten diskutiert: Wie gelang es ihm, spurlos zu verschwinden? Und was verbindet ihn mit dem Weltreisenden Dr. May? Ein Epos von Clemens Meyer über die Krisen Europas und die Kunst des Erzählens.



Clemens Meyer © Gabby Gerster

Gesucht: Alltagsglück!

**Atelier 4 der Kulturbäckerei
Donnerstag, 5. Dezember
19.30 Uhr (Einlass 19.00 Uhr)**

Im Laufe der Zeit hat sich Wirtschaftspsychologin und Visualisierungsexpertin Britta Ullrich immer häufiger gefragt, wo ihre positive Energie geblieben ist. Deshalb hat die 44-jährige eine Methode entwickelt, die Menschen dabei unterstützt, den Blick für das Positive zu stärken. Mit ihren „Soulshine-Sketchnotes“ lädt sie ein, das Schöne in Alltagsmomenten zu erkennen und diese auch ohne Zeichentalent mit einer Kombination aus einfachen Strichzeichnungen und Notizen festzuhalten. Ebenfalls im Atelier 4 findet am Freitag, 13. Dezember um 19.30 Uhr ein Vortrag mit praktischer Entspannungsübung zum Thema „Imaginationsarbeit – Wie innere Bilder Ressourcen stärken“ statt. Hierzu bitte eine Yogamatte mitbringen.

State of the Union Theater in der Kulturbäckerei Freitag, 6. Dezember 19.30 Uhr

Das Theater verwandelt sich in einen englischen Pub. Nehmen Sie Platz, genießen Sie britisches Bier und Chips und verfolgen Sie live, mit wie Louise und Tom die Highlights und Abgründe ihrer Ehe ausloten. Eine Komödie von Nick Hornby unter der Regie von Laura Remmler mit Birgit Becker und Raimund Becker-Wurzwallner. Weitere Termine: am 7., 13. und 14. Dezember jeweils um 19.30 Uhr. Weitere Infos und Tickets auf www.theaterzurweitenwelt.de.



PEUGEOT DER NEUE 3008



- Neues PEUGEOT i-Cockpit® mit 21"-HD-Curved-Panoramadisplay

AUTO
brehm

Kombinierte Werte gem. WLTP: Energieverbrauch: 5,7 kWh/100km;
CO₂-Emissionen: 129 g/km; CO₂-Klasse: D

Auto Brehm GmbH · 21365 Adendorf (Lüneburg) · Dieselstr. 1 · Tel. (04131) 789920 · www.autobrehm.de

WoMan Dance Reloaded

Strawberry Basement
Samstag, 7. Dezember
22.00 Uhr

Es ist wieder so weit. Lasst uns unter dem Motto „Winter is Coming“ im Strawberry Basement Auf dem Kauf 13 das Tanzbein schwingen. Die nächste WoMan Dance steht an, für alle, nicht nur queeren, Menschen, die einfach Spaß haben wollen. DJane Dandy aus Hamburg wird Euch wieder ordentlich einheizen. Das Queer in Lüneburg Team freut sich auf Euch.

Finn Jordan Richter

kaffee.haus Kaltenmoor
Samstag, 7. Dezember
19.00 Uhr

Finnio (Finn Jordan Richter) aus Lüneburg, macht seit seinem 13. Lebensjahr bewusst Musik. Entdeckt wurde Finnio vom Echo Gewinner und Musik-Produzent Peter Hoffmann.

Kunsthandwerk - Handwerkskunst

Weberei am Kloster Lüne
Samstag, 7. Dezember und
Sonntag, 8. Dezember
Ab 11.00 Uhr

13 Ausstellerinnen und Aussteller bringen Sie in der Weberei und im Sommerremter des Klosters in festliche Stimmung und auf viele Geschenkideen unter anderem mit der Weberei am Kloster Lüne, dem Antiquariat Norbert Knöll, gedrehten Gefäßen und Objekten aus Porzellan von Ingrid Ripke-Bolinus, Schmuck von Goldschmiedemeisterin Annette Janecke und handgemachter Feinkost aus

dem Chaosgarten aus der Elbmarsch. Dazu ist das Café im Kloster durchgehend geöffnet.

Lichtbilder

Heinrich-Heine-Haus
Bis 8. Dezember
Freitag bis Sonntag
von 12.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Das von uns in der Welt Gesehene besteht aus Licht, Aktivität und materieller Festigkeit. Diese drei Eigenschaften sind universelle Aspekte der Realität, die sowohl in der wissenschaftlichen Analyse der Welt als auch im künstlerischen Schaffen eine zentrale Rolle spielen. Im künstlerischen Kontext der Ausstellung erscheint das ursprünglich formlose Licht durch die spezifische Aktivität der bildnerischen Gestaltung als eine materiell-stofflich sichtbare Form.

Meisterdetektiv Kalle Blomquist

Theater im e.novum
Sonntag, 8. Dezember
16.30 Uhr

Das Kinderensemble 1 taucht ein in die berühmte Geschichte von Astrid Lindgren (Theaterfassung von Eberhard Möbius). Kalle Blomquist ist ein richtiger Meisterdetektiv. Wie gern würde er da leben, wo das Verbrechen zu Hause ist.



Kalle Blomquist © Nicolai Steppen

Dort könnte er einen Fall nach dem anderen aufklären. Aber hier in der langweiligen Kleinstadt, in der er mit seinen Freunden Eva-Lotte und Anders lebt, passiert leider absolut nichts. Aber eines Tages taucht ein zwielichtiger Fremder auf und weckt Kalles detektivischen Spürsinn. Die Regie führt Edina Hasselbrink. Weitere Termine und Karten auf www.theater-enovum-lueneburg.de.

Adventskonzert

St.-Johannis-Kirche
Dienstag, 10. Dezember
14.00 Uhr

Diese Konzertreihe hat bereits eine lange Tradition. Sie gehört bei der Lebenshilfe Lüneburg-Harburg fest zum Jahreszyklus und zur Einstimmung auf die Advents- und Weihnachtszeit. Die St.-Johannis-Kirche bietet dafür einen wunderbaren Rahmen. Freuen Sie sich auf ein kurzweiliges und abwechslungsreiches 60-minütiges Konzert. Es treten Schülerinnen und Schüler der Musikschule Lüneburg, Olaf Senkbeil, die RPW (Rock- und Pop-Werkstatt der DÜNE) und die Old School Rockers der Lebenshilfe auf.

Barbi Marković

„Minihorror“
Heinrich-Heine-Haus
Mittwoch, 11. Dezember
19.30 Uhr

In „Minihorror“ erzählt Barbi Marković die Geschichten von Mini und Miki und ihren Abenteuern im städtischen Alltag. Mini und Miki sind nicht von hier, aber sie bemühen sich, dazuzugehören und alles richtig zu machen. Trotzdem werden sie verfolgt von Gefahren und Monstern, von Katastrophen und Schwierigkeiten. Es geht um die großen und kleinen Alpträume des Mittel-



Barbi Marković © Apollonia Theresa Bitzan

stands, um den Horror des perfekten Familienfrühstücks, um Mobbing am Arbeitsplatz, um den Abgrund, der sich im Alltag öffnet und nicht mehr schließen will. 2021 war sie Heinrich-Heine-Stipendiatin in Lüneburg, im selben Jahr erschien „Die verschissene Zeit“.

Xmas-Special

Emmaus-Kirche Adendorf
Freitag, 13. Dezember
19.30 Uhr (Einlass 19.00 Uhr)

Der Gospelchor Adendorf, der in diesem Jahr sein 10-jähriges Bestehen feiert, lädt ein zu einem „Xmas-Best-Of & more“. Als Eröffnungs-Akt dieses Gospelabends sind die Kinder von „Nicki-Go“ (Nicolai-Kinder-Gospelchor) mit von der Partie. Für den entsprechenden Groove wird die professionelle Gospel-Band um den musikalischen Leiter des Abends, Eggo Fuhrmann, sorgen.

„Hey Ho Let´s Go!“

Salon Hansen
Freitag, 13. Dezember
23.00 Uhr

Die Mischung macht´s: „Hey Ho Let´s Go!“ bietet Tanzbares quer durch die

Genres. DJ Martin legt Klassiker und Neues aus Rock, Brit Pop, Indie, Grunge, Ska, Punk, Metal, und Alternative auf. Zu hören gibt es alles, was Spaß macht, u.a. Pearl Jam, Nirvana, Metallica, Talco, Ramones, Sex Pistols, Madness, New Model Army, Sleaford Mods, EXAT, Drei Meter Feldweg, Placebo, Akne Kid Joe, The Rumjacks, Red Hot Chili Peppers... Vorher gibt es Live Musik ab 20.30 Uhr von Grabbel and the Final Cut.

Weihnachtswald auf Tour

Stadt Bleckede
Samstag, 14. Dezember
15.00 Uhr

Der Förderverein der Feuerwehr Bra-ckede präsentiert auf dem Hof von Fa-milie Dittmer Handgemachtes und vie-les mehr zur Weihnachtszeit, Schmie-dearbeiten, geräucherte Fische und ei-nen Tannenbaumverkauf. Für das leib-liche Wohl sind warme und kalte Spei-sen im Angebot. Es öffnet wieder der „Rote Hahn“ mit Glühwein und ande-ren heißen und kalten Getränken.

Weihnachtsmarkt auf dem Loewe-Hof

Ochtmissen
Samstag, 14. Dezember
10.00 Uhr (Eröffnung)

Die Küche der Stiftung bietet herzhaft-e Speisen an und das Café des Loewe-Hofes süße Leckereien. Aktionen wie Knusperhausverzieren u.v.m. erwarten die jungen Gäste. Der Weihnachts-mann (um 14 und 16 Uhr) bringt auch in diesem Jahr wieder seinen Engel mit, der den Kindern ein bisschen aus sei-ner Heimat, dem Himmel, erzählen wird. Weitere schöne Aktionen sind un-ter anderem Kerzen färben, es werden Märchen erzählt (stündlich zwischen

12.30 Uhr und 15.30 Uhr) und auch die Möglichkeit zum Ponyreiten gibt es von 14.30 Uhr bis ca. 15.30 Uhr.

1st Class Session

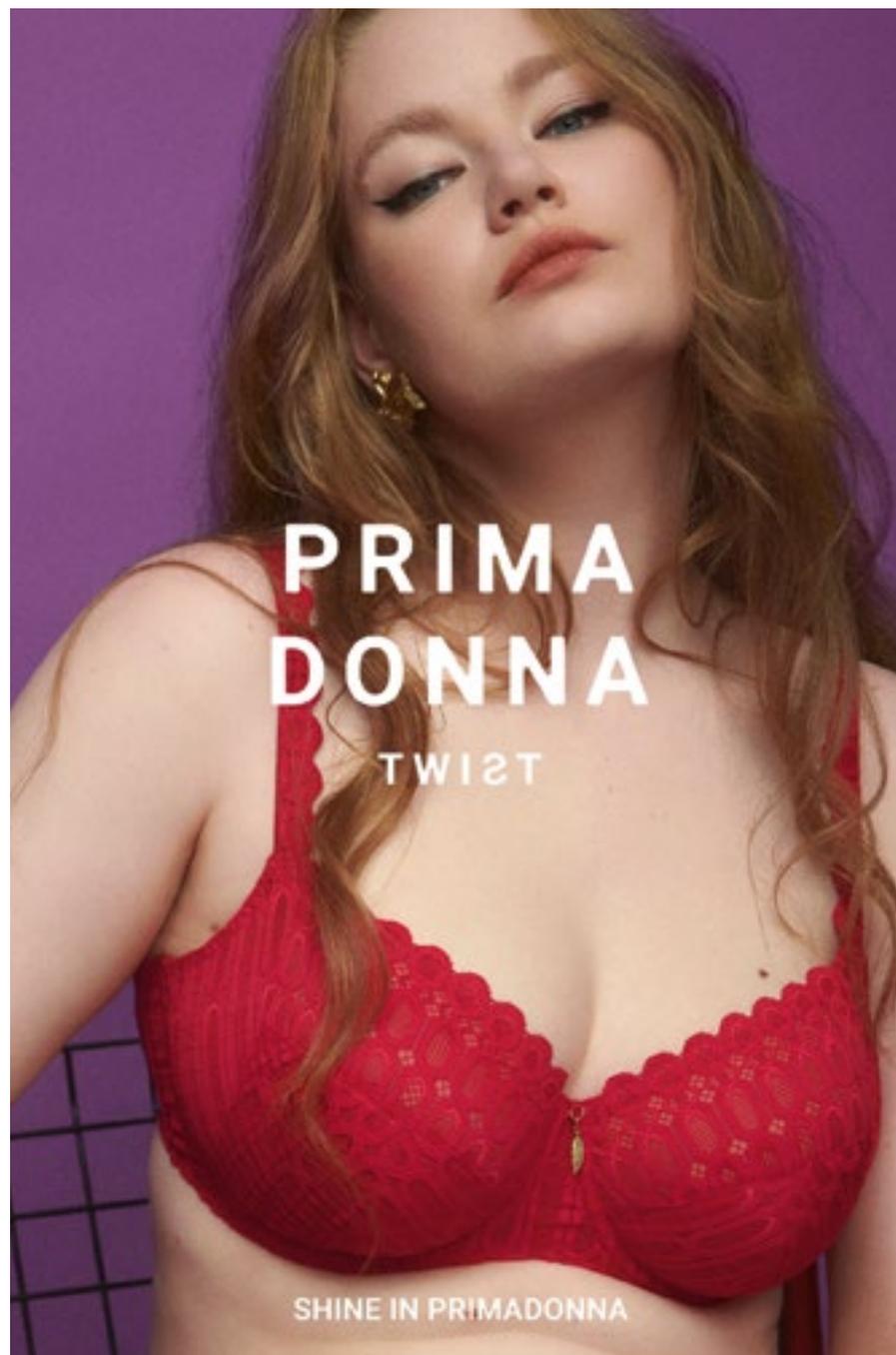
Leuphana Zentralgebäude
Samstag, 14. Dezember
20.00 Uhr

Die 1st Class Session, rund um Peer Frenzke, präsentiert eine außergewöhn-liche Musikveranstaltung der Extraklas-se. Hier entsteht eine faszinierende Mi-schung aus erstklassigen Musikern, die ihre individuellen Talente und Stärken in die Musik einbringen und somit ein un-vergessliches Erlebnis schaffen. Zu die-sem aktuellen Termin werden sich And-reas Kümmert, Lisa-Marie Ramm und Special Guest Sophia das Mikrofon grei-fen. Begleitet werden diese TOP-Voices von einer fantastischen Bandkompositi-on aus: Michael Germer (drums), Su-sanne Vogel (bs), Lisa Müller (keys) und Peer Frenzke (gui + Producer).

Gospelchor Lüneburg

St. Marienkirche, Lüneburg
Sonntag, 15. Dezember
17.00 Uhr (Einlass 16.30 Uhr)

Mit Weihnachtsliedern aus anderen Län-dern wie zum Beispiel Rumänien, Polen, Schweden oder Italien wird das Publi-kum vom Gospelchor musikalisch ver-zaubert, aber auch traditionelle Weih-nachtssongs fehlen nicht. Unterstützt wird der Chor von der Live-Band mit Tina Ohlhagen am Piano, Thomas Conrad an der Gitarre, Max Hentschel am Bass und Jo Schneider an den Drums, um gemein-sam in gospelige und weihnachtliche Stimmung zu kommen. Für das warte-nde Publikum gibt es bereits ab 16.00 Uhr vor der Kirche Glühwein, Früchtepunsch und Würstchen vom Grill. Näheres zum Chor: www.gospelchorlueneburg.de.



V E N U S M O D E N

LINGERIE UND BADEMODEN

Annette Redder e.K. • Untere Schrangestraße 13 • 21335 Lüneburg

Telefon: 04131 / 48 202 • www.venus-moden.de

Montag–Freitag von 9.30–18 Uhr, Samstag von 9.30–17 Uhr

Weihnachts-Samstage bis 18 Uhr

Zimt & Zinnober KulturBäckerei Sonntag, 15. Dezember 11.00 bis 18.00 Uhr

Freut euch auf ein festliches Erlebnis voller Zimtduft und zauberhafter Stimmung! Kulinarische Highlights aus der Region laden zum Genießen ein, während liebevoll gestaltete Stände zum Stöbern, Schmökern und Shoppen verführen. Für Kunstliebhaber und Neugierige stehen die Ateliers offen. Musikalisch wird der Markt von Ben Boles und dem Lüneburger Frauenchor „Femmes Vocales“ begleitet. Der Eintritt ist frei. www.kulturbaeckerei-lueneburg.de

Weihnachtsoratorium St. Michaeliskirche 15. Dezember 17.00 Uhr und 20.00 Uhr

Was wäre die Vorweihnachtszeit ohne ein WO? Am 3. Advent ist es wieder so weit: Johann Sebastian Bachs großes Werk wird in St. Michaelis erklingen. In zwei Konzerten werden die Kantorei St. Michaelis, das Barockorchester L'Arco und vier großartige Solisten die Kantaten 4-6 der berühmtesten Weihnachtsmusik aller Zeiten aufführen. Tickets gibt es beim LZ-Ticketsservice und unter: www.sankt-michaelis.de/musik/eintrittskarten

Mischen Impossible mosaique Sonntag, 15. Dezember 16.00 Uhr

Literarische Texte bieten einen spezifischen Zugang zu Zauber und Magie. Tauchen Sie ab in die Welt der Zauberer und begegnen Sie Wesen mit übernatürlichen Fähigkeiten. Thomas Ney widmet sich vor allem der Zauberei mit Spielkar-

ten. Diese besondere Veranstaltung wird deshalb in einem sehr intimen Rahmen stattfinden: Alle Zuschauer sitzen zusammen mit Thomas an einem großen Tisch (abhängig von der Anzahl der Zuschauer), als wenn man sich zu einem Spieleabend träfe, sind also in unmittelbarer Nähe, wenn die Magie sich entfaltet. Die Gäste erfahren viel über die Ursprünge des Kartenspiels und der Zauberkunst, hören literarische Texte zu dem Thema und staunen über magische Ereignisse, unmögliche Vorhersagen und geisterhafte Erscheinungen.

„Ein Schaf für's Leben“ Theatersaal KulturBäckerei Dienstag, 17. Dezember 9.00 Uhr

Das Theaterstück basiert auf der gleichnamigen Kinderbucherzählung von Maritgen Matter und Anke Faust, die 2004 dafür den Deutschen Jugendliteraturpreis bekamen. „Ein Schaf fürs Leben“ handelt von der ungewöhnlichen Freundschaft zwischen einem Schaf und einem Wolf, die zusammen eine spannende, fantasievolle Geschichte erleben, in der auch der Schwache stark und der Starke schwach sein darf. Weitere Termine: 17.12. um 11.00 Uhr, 21.12. um 15.00 Uhr und 22.12. um 11.00 Uhr. Tickets unter www.schauspielkollektiv.de.

Stefan Grasse – Inner Sound ONE WOLRD Freitag, 20. Dezember 20.00 Uhr

Schon mit den ersten Tönen gelingt es dem legendären Gitarren-Virtuosen Stefan Grasse sein Publikum zu berühren. Mit „Inner Sound“ beginnt eine Rei-



Christmas Rock Hasenburger Brauerei Mittwoch, 25. Dezember 21.00 Uhr (Einlass 20.00 Uhr)

Wie in jedem Jahr wollen WHAT'zz Up mit ihren Freunden und Gästen am 1. Weihnachtstag den Christmas Rock zelebrieren, in diesem Jahr gemeinsam mit den hochkarätigen Bands Blackst und The Mighty Lovebombs. Der Sänger Felix Bergen fällt leider krankheitsbedingt aus, dafür springt Olaf Senkbeil ein, um den Christmas Rock in diesem Jahr zu retten. Wir freuen uns auf einen geilen Weihnachtsrockabend, den wir zusammen mit Euch feiern wollen.

Salut Salon Leuphana Zentralgebäude Freitag, 27. Dezember 20.00 Uhr

Bereits mit ihrem fulminanten Auftakt, dem „Tango del Diablo“ von Astor Piazzolla, lassen Angelika Bachmann (Geige), Alvina Lahyani (Geige), Maria Well (Cello) und Kristiina Rokashevich (Piano) erahnen, wie vielfältig Träume klingen können: turbulent und verstörend, zart und sehnsuchtsvoll. Das Quartett lustwandelt mit absolut mitreißender Dynamik durch die Emotionen und nutzt die Instrumente nicht nur in klassischer Perfektion, sondern auch tollkühn und einfallsreich als Klangwerkzeuge und künstlerische Komplizen. Geigen, Cello und Piano werden beklopft, bearbeitet und betanzt. Ob Vivaldi, Brahms, Tschaikowsky oder Dukas: Salut Salon interpretieren die Werke herrlich eigensinnig und mit berausender Spielfreude.

se von inneren Klangwelten zu neuen musikalischen Ausdrucksweisen. Mit Hilfe von elektro-akustischen Effekten und Samples bettet der Künstler die natürliche Akustik seiner Gitarre in sonore Klanglandschaften. Neben atmosphärischen, flirrend farbigen Solostücken kombiniert Grasse in seinen „Soundscapes“ mehrere Instrumentalstimmen zu vielschichtigen, pulsierenden Kompositionen. Dabei wird er zum musikalischen Geschichtenerzähler, schildert Stimmungen der Natur oder lässt Eindrücke einer Alpendurchquerung in „Lontano e oltre i monti“ aufleben.

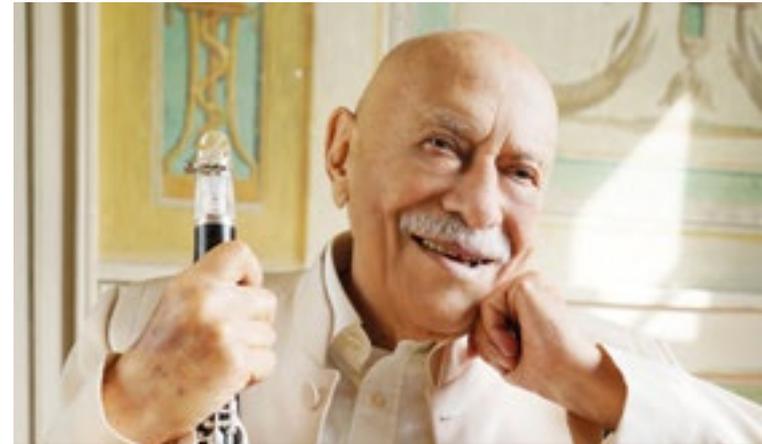
Weihnachtsmarkt im Bleckeder Brauhaus Bleckede Samstag, 21. und Sonntag, 22. Dezember 14.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Für die Wirtsleute des Bleckeder Brauhauses, Anita und Klaus Hohnroth, ist es schon zur Tradition geworden, den weihnachtlichen Brauhausmarkt in dem lauschigen Biergarten auszurichten. Es gibt eine fein abgestimmte Auswahl an handwerklichen und kunsthandwerklichen Angeboten. Aromatische Salze, Glaskunst und zauberhafte Windlichter oder Laternen, sowie ideenreiche Schnitz- und Holzarbeiten helfen mit, kurz vor Weihnachten noch ein passendes Geschenk zu finden. Auch für das leibliche Wohl ist bestens ge-

Revolution of Love

**Giora Feidmann spielt am Freitag, 10. Januar um 20.00 Uhr
im Lüneburger Zentralgebäude**

Auch im Jahr 2025 engagiert sich Maestro Giora Feidman für eine Welt ohne Waffen und Grenzen. Begleitet von den KlezStrings appelliert der international renommierte Klarinettenist und Friedensbotschafter auf seiner aktuellen Tournee „Revolution of Love“ für ein friedliches Miteinander sowie für mehr Liebe und Harmonie. Die Lüneburgerinnen und Lüneburger erleben im rund zweistündigen Konzertprogramm des „King of Klezmer“ ein Feuerwerk des traditionellen Klezmers sowie Meisterwerke der Tango-Musik und ausgewählte Kompositionen aus den aktuellen CDs, komponiert von Majid Montazer. Bei dem unvergesslichen Konzert begleiten die Musizierenden das Publikum auf eine Reise in die Welt der geistlichen und weltlichen Musik. Das Programm setzt Giora Feidmans künstlerisches Schaffen fort und geht weit über die musikalische Dimension hinaus. Diese Revolution soll die Zuhörer emotional berühren und eine Reise voller Hoffnung und Verbundenheit initiieren. Giora Feidman, der Preisträger mehrerer Klassik-Echos, nutzt seine Klarinette, um durch die Musik zu kommunizieren und seine Botschaft zu teilen. Sein Klang ist wandelbar, leidenschaftlich und emotional, aber auch sinnlich und erdverbunden. **Eintrittskarten sind erhältlich online unter www.ma-cc.com, unter www.giorafeidman.com, bei Eventim und an allen bekannten Vorverkaufsstellen.**



**Quadrat verlost in Zusammenarbeit mit dem
Konzertmanagement 2 mal 2 Freikarten.**

**Um zu gewinnen, schreiben Sie bitte bis zum 8. Dezember unter dem
Stichwort „Klezmer“ eine Mail an bleumer@quadratlueneburg.de.**

Die Gewinner werden direkt benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

WIR MACHEN TASCHEN

- aus Hirschleder
- aus Olivenleder
- aus Rindleder

FÜR EUCH

- im Ackermann Design
- nach Euren Wünschen und Ideen

IN LÜNEBURG

- in eigener Manufaktur



**ACKERMANN
TASCHENMANUFATUR**
Goseburgstraße 27 • 21339 Lüneburg

MANUFATURLADEN
An der Münze 1 • 21335 Lüneburg

ONLINE_SHOP
www-ackermann-leder.de
info@ackermann-leder.de

NEU · EINBLICKE IN DIE MANUFATUR MONTAG & FREITAG 11:00 - 16:30UHR

Fühlen Sie die Einzigartigkeit von Leder • Schauen Sie sich an, wie eine Ackermanntasche entsteht • Profitieren Sie von besonderen Einzelstücken, Auslaufmodellen und B-Ware

Von der Hansestadt in die Hauptstadt

Was vor einigen Jahren als ehrgeiziges Vorhaben in der historischen Kulisse des Lüneburger Marktplatzes begann, hat sich zu einer beeindruckenden Erfolgsgeschichte entwickelt. Die Hansestadt Immobilien GmbH, gegründet von Patrick Sawert und Jonah Rebstock, hat ihren Horizont erweitert und in diesem Jahr eine Niederlassung in der Hamburger Hafencity eröffnet.

Ein weiteres Highlight des Jahres war die **Einladung zur Verleihung des Deutschen Immobilienpreises** in Berlin. Als eines von nur ca. 300 geladenen Unternehmen wurde Hansestadt Immobilien für seinen herausragenden Erfolg und kontinuierlichen Wachstumskurs mit einer Einladung gewürdigt. Patrick Sawert zeigte sich begeistert: „Es war eine unglaubliche Ehre, neben so vielen prominenten Branchenvertretern an diesem Abend teilzunehmen.“ Die Veranstaltung zog CEOs führender Franchiseunternehmen und Größen aus der Immobilienwelt aus ganz Deutschland an. Für Sawert und sein Team war die Teilnahme nicht nur eine Auszeichnung, sondern auch eine Bestätigung ihrer zukunftsweisenden Arbeit.

Hansestadt Immobilien hat sich mit seinen erfolgreichen Vermittlungen und maßgeschneiderten Serviceleistungen fest auf dem Markt etabliert. Diesen Kurs setzt das Unternehmen auch 2025 mit ambitionierten Zielen fort. Neben dem bereits hervorragend eingespielten Vertriebsteam um Nina Stromer, Tabea Kieselbach und der in Kürze ausgelerten Lara-Sophie Rietze hat das Unternehmen zwei neue Schlüsselkräfte für 2025 eingestellt, um die Expansion weiter voranzutreiben. „Unsere Vision ist es, auch im nächsten Jahr wieder unseren Kunden bestmöglichen Service zu bieten und uns erneut für eine Einladung zum Deutschen Immobilienpreis zu qualifizieren“, erklärt Sawert mit Blick in die Zukunft.

Die Niederlassung in der Hafencity unterstreicht die Bedeutung von Innovation und Standortwahl für den langfristigen Unternehmenserfolg. Mit dem malerischen Hafenpanorama im Hintergrund dient die neue Dependence nicht nur als strategischer Knotenpunkt, sondern auch als Symbol für den Aufbruch in neue Märkte.

Ob in der idyllischen Hansestadt Lüneburg oder in der pulsierenden Hamburger Hafencity – eines ist sicher: Die Hansestadt Immobilien GmbH hat die Immobilienwelt fest im Blick und nimmt Kurs auf eine vielversprechende Zukunft.



Patrick Sawert und
Savine Wulff von Immowelt

Genussvoll durch das Jahr

**Der Schlemmerblock ist dafür ein
unverzichtbarer Begleiter**

Weihnachten steht vor der Tür und viele Menschen fragen sich: Wie kann man seinen Liebsten eine Freude machen? Ein perfektes Geschenk ist der Schlemmerblock. Deutschlands erfolgreichstes Gutscheinebuch glänzt auch im Jahr 2025 mit 2:1-Angeboten aus Gastronomie und Freizeit. Die neuen Schlemmerblöcke sind bis zum 1.12.2025 gültig und enthalten Gutscheine aus den Sparten Gastronomie, Freizeit und Wellness. Wie gewohnt richten sich die Angebote an Freunde und Paare, berücksichtigen aber auch Singles und größere Gruppen. Gerade in Lüneburg und Umgebung mit den zahlreichen Kneipen, Bars und Restaurants kann man sich so ganz einfach zum günstigen Preis eine perfekte Auszeit vom stressigen Alltag nehmen.

Der Gutscheinebuch.de Schlemmerblock ist mit dem Code STERN24-PR zum Sonderpreis (UVP 44,90 €) erhältlich: ab einem Exemplar 23,99 €, ab drei Exemplaren 14,99 €. Bei sechs bestellten Blöcken liegt der Preis pro Block bei 9,99 €. Hotline: 06241-20260 (kostenfrei aus allen dt. Netzen) oder online unter www.gutscheinebuch.de



Fünf Gutscheineblöcke für Quadrat-Leser

Wenn Sie gewinnen möchten, schreiben Sie einfach bis zum 8. Dezember eine Mail mit dem Stichwort „Schlemmerblock“ an bleumer@quadratlueneburg.de

Die Gewinner werden direkt benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

De Heidebäcker


Harms

DUBAI Cake

KNUSPER-
GENUSS

feine Pistazien-Creme
geröstetes Engelshaar
edle Schokolade

Bei Fackelschein und Kerzenlicht



Lüneburgs Altstadt lädt am 7. und 8. Dezember zum traditionellen Christmarkt an der St. Michaeliskirche

VON CHRISTIANE BLEUMER

Ob Glühweinverkäufer, Bratwurstbräter, Schmalzbrotanbieter oder die vielen Standbetreiber mit ihren handwerklichen Waren - sie alle stehen schon in den Startlöchern, um am Wochenende des 7. und 8. Dezembers beim Historischen Christmarkt rund um die St. Michaeliskirche in Lüneburg dabei zu sein. Diese besondere Veranstaltung ist in der alten Hansestadt der stimmungsvolle Höhepunkt der Vorweihnachtszeit, der Menschen von nah und fern anlockt. Überall duftet es nach Esskastanien, Bienenwachskerzen und Holzkohleöfen, während Bauern, Handwerker und Händler durch die Straßen flanieren oder in ihren Buden Ware feilbieten, die bis in das 16. Jahrhundert gebräuchlich war. Dieser Markt entführt die Besucher in die Zeit der Renaissance und vermittelt echte weihnachtliche Vorfreude ohne Lichterflut und Klangkommerz, denn ausschließlich Kerzen und Fackeln erhellen nach Einbruch der Dunkelheit die weihnachtliche Szenerie.

Der Arbeitskreis Lüneburger Altstadt, kurz ALA, der sich seit vielen Jahren für den Erhalt der Lüneburger Altstadt einsetzt und diesen Markt ehrenamtlich organisiert, möchte durch solche Veranstaltungen das Leben der Menschen in früheren Zeiten aufzeigen. Die zahlreichen Stände aus leinwandbespannten verschnürten Rundholzgestellen bilden die schmalen Budengassen und vermitteln dadurch den Eindruck der typischen „Enge“ des 16. Jahrhunderts. Das Angebot ist groß: Webwaren, Gefilztes, warme Socken, Spielzeug oder Schmuck sind nur ein kleiner Teil. Viel Wert wird beim Christmarkt zudem auf Regionalität gesetzt. Für die Leckermäuler gibt es mit heimischen Pflaumen gefüllte Buchteln, der Birkenhof aus Neetze bietet außergewöhnliche Produkte aus Holz feil. Zudem können Glas- und Schmiedearbeiten, wunderschöne Lichthäuser aus Ton, Körbe, Weihnachtsschmuck, Kerzen und vieles mehr auf dem im ganzen Norden bekannten Christmarkt vor der malerischen Kulisse der mächtigen



mittelalterlichen Kirche erworben werden. Der Erlös durch die ALA-Stände, an denen Vereinsmitglieder ehrenamtlich Bratwurst, Glühwein und Maronen verkaufen, sowie die Eintrittsspenden, die die Stadtknechte erbeten, sollen das nötige Geld für die Restaurierung alter Baudenkmäler erbringen. Diesmal wird vor allem für die wieder errichtete markante Turmspitze in der Reichenbachstraße 11 gesammelt. Wie im vergangenen Jahr gibt es für Vegetarier und Veganer und alle anderen, die eine fleischlose Alternative suchen, die „Heydelinge“, vegetarische Gemüsebratlinge. Schließlich waren Gemüse- und Getreidegerichte im Mittelalter und der frühen Neuzeit die alltägliche Kost.

Begleitend wird der Kapitelsaal stimmungsvoll von Kerzenlicht erleuchtet. Zudem gibt es in der St. Michaeliskirche am Sonntag Advents- und Weihnachtslieder zum Mitsingen und Zuhören.

■ **Infos unter:** www.historischer-christmarkt.de oder www.facebook.com/historischer-christmarkt

Die Retter der Altstadt

Der Arbeitskreis Lüneburger Altstadt ist in diesem Jahr 50 geworden und erzählt seine Geschichte in einem Buch.

Es ging abwärts, mehr 180 Häuser fielen zwischen 1949 und 1980 den "Senkungskobolden" zum Opfer, wie es verniedlichend hieß. Der Salzabbau ließ Lüneburg sacken und im Wortsinne reißen. Doch dem Denkmal Lüneburg drohte noch eine andere Gefahr: die vermeintliche Moderne.

Seit einem halben Jahrhundert begleitet der Arbeitskreis Lüneburger Altstadt die Entwicklungen in der Stadt – zuerst ab 1972 als Initiative, seit Anfang 1974 dann als ALA. e.V.

„Ohne uns wär' alles weg“ lautet provokant der Titel eines Buches, mit welchem der Verein auf die eigene, aber eben auch auf die Geschichte Lüneburgs zurückblickt. Der ALA kämpfte für den Erhalt von Gebäuden, gab fast eine Million Euro an Spenden, um alte Bausubstanz zu erhalten, veranstaltet zwei historische Feste, die jedes Jahr Abertausende Besucher locken. Ja, ohne den ALA, dessen Initiator und langjähriger Vorsitzender Curt Pomp 2023 verstorben ist, wäre Lüneburg sicherlich eine andere Stadt.

„Ohne uns wär' alles weg – ein halbes Jahrhundert Lüneburger Geschichte“: Die Chronik zum Jubiläum ist am 7. und 8. Dezember auf dem Christmarkt erhältlich, ansonsten kann man das spannende Buch auch im Handel und beim ALA direkt erwerben.

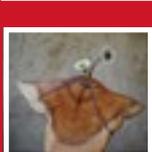


ZU GUTER LETZT

Kunsth Handwerk & Design Markt
im Museum Lüneburg

14. – 15. DEZEMBER 2024 | 10–18 UHR

Zum zehnten Mal kommen rund 30 professionelle Kunsthandwerker*innen ins Museum Lüneburg und präsentieren Glas, Holz, Keramik, Malerei, Porzellan, Papier, Schmuck, Textil, Objekte.

- | | | |
|-------------------------|-------------|---|
| Anne Andersson | Textil |  |
| Karin Bablok | Keramik | |
| Johanna Beil | Skulpturen |  |
| Gerlinde & Peter Boysen | Schmuck | |
| Chembongo | Holzdesign | |
| Cornelia Frahm | Schmuck | |
| Bettina Greitzke | Skulpturen | |
| Julia Hühne-Simon | Textilkunst | |
| Annette Janecke | Schmuck |  |
| Hilke Jonas | Papier | |
| Karen Knickrehm | Schmuck | |
| Wolf Kobernuß | Holz | |
| Gisela Kulling | Schmuck | |
| Madame Chouchou | Textil |  |
| Birgit Morgenstern | Papier | |
| Gabriela Pohl | Textil | |
| Ingrid Ripke-Bolinus | Porzellan | |
| Martina Ritscher | Schmuck |  |
| Hermann Savary | Holz | |
| Susanne Schwarz | Papier | |
| Cornelia Sellschopp | Schmuck | |
| Marion Wedemeyer | Modedesign |  |
| Sigrid Weihser | Malerei | |
| Karen Wenzel | Design | |
| Birgit Wortmann | Textil | |
| Susanne Zimmermann | Mode/Textil |  |



Für die Kleinen: Zaubershow

Samstag & Sonntag, 15 Uhr
Magische Momente mit Zauberer Mandini
für Kinder ab 4 Jahren, Eintritt: 3 Euro pro Kind

m
MUSEUM
LÜNEBURG

Eintritt 4 € inkl. Museumseintritt
Museum Lüneburg
Willy-Brandt-Straße 1
21335 Lüneburg Museum Lüneburg
Änderungen vorbehalten. Infos auf unserer Website
www.museumlueneburg.de

Wünsch Dir was

Wenn man unheilbar krank ist und das Leben zu Ende geht, braucht es manchmal einen Lichtstrahl. Das WunschMobil des DRK hilft, dass Wünsche wahr werden können

VON CARLO EGDELING

Wenn das Leben zu Ende geht, ist die Frage da: Was möchte ich noch unbedingt machen? Ein Adendorfer hatte den Traum von einem Flug über Stadt und Land. Doch wie umsetzen, wenn man krank ist, sich nur mühsam oder gar nicht bewegen kann? Das Team des DRK-WunschMobils half. „Mit dem Feuerwehrflugdienst haben wir es Ende Oktober hinbekommen“, sagt Ralf Schlick. „Es war der letzte Flug vor der Winterpause. Und der Mann war glücklich. Er war vorher noch nie geflogen.“ Seit einem Jahr unterstützt das Lüneburger Rote Kreuz Menschen „in ihrer letzten Lebensphase“. Ein

Team um Ralf Schlick ermöglicht Patienten und ihren Angehörigen glückliche Momente. Einen Wünschewagen bietet auch der Arbeitersamariterbund seit Jahren an. Als Konkurrenz betrachten sich die Lüneburger DRK-Aktiven nicht – „eher eine Ergänzung.“ Allerdings gebe es noch keine Zusammenarbeit.

In der Organisationsgruppe macht ein halbes Dutzend Ehrenamtliche mit, doch wenn es drauf ankommt, packen dreimal so viele mit an. Die Helfer nutzen einen Krankenwagen, den ihnen das DRK zur Verfügung stellt. Der sei so ausgestattet, dass sie Sterbenskranke versorgen können, sagt Anette Rich-

ter. Die stellt beispielsweise sicher, Menschen, deren Atmung eingeschränkt ist, mit Sauerstoff zu versorgen, ergänzt Sven Stodtmeister. Sabrina Weinmann sagt: „Wir sind alle medizinisch ausgebildet und alle ehrenamtlich dabei.“

Die Aktiven haben selbst einen Wunsch: ein Fahrzeug, das weniger nach Krankenwagen aussieht, gerade im Inneren; dazu Fenster, aus denen der Patient gut sehen kann, eine Trage, die bequemer ist. Seit Februar dieses Jahrs bieten die Rotkreuzler das Angebot an, zehnmal waren sie unterwegs. Die Touren sei-



Das Wunschmobil-Team:

Ralf Schlick, Anette Richter, Sven Stodtmeister und Sabrina Weinmann



en nicht nur ein Erlebnis für ihre Gäste, sondern auch für sie selbst, sagen die Helfer. Es sei eine Freude, anderen eine Freude zu machen.

Am Anfang steht die Planung. Absprachen mit Arzt, Pflegedienst, Angehörigen. Für eine Tour nach Heiligenhafen führten sie einige Telefonate. Einer ihrer „Kunden“ wollte noch einmal das Meer sehen. Ergebnis: Die DLRG unterstützte einen Strandbesuch, ein Restaurant bereitete sich entsprechend vor, die Gemeinde half, sodass ein Parkverbot keine Rolle spielte. Hilfe für die Helfer - eine Erfahrung, die sie öfter gemacht haben, erzählen sie.

Auch bei einem geplanten Ausflug zu einem Depeche Mode-Konzert in Köln: kostenlose Tickets, einen Zugang in einen besonderen Bereich. Ralf Schlick sagt: „Am Ende wurde es nichts, und wir mussten alles absagen.“ Der Gast sei aus gesundheitlichen Gründen nicht in der Lage gewesen zu fahren, damit müsse man rechnen: „Das ist eben so.“

Doch es kann auch ganz schlicht sein. „Wir erleben, dass Menschen gern noch einmal zu Hause mit ihrer Familie Kaffee trinken wollen, in ihrem Garten sitzen möchten“, sagt Schlick – aus dem Hospiz

oder dem Krankenhaus zur Familie, um die Klinikatmosphäre zu vergessen.

Alles was sie anbieten sei „für den Gast kostenneutral“, sagt Stodtmeister. Die Arbeit finanzieren die DRK Ehrenamtlichen über Spenden, den Wagen stelle der Lüneburger Kreisverband zur Verfügung. Anette Richter und Sven Stodtmeister steuern neben ihrem Engagement noch etwas anderes bei: Sie ist Sängerin, er spielt Saxophon. Mit dem Chor Colorful gastierten sie in der Laurentius-Kirche in Kirchgellersen. Statt Eintritt baten sie um Spenden für das WunschMobil.

Die Crew vom DRK WunschMobil hat noch ein weiteres Geschenk: einen Meteoritensplitter in einem kleinen Glas-Kästchen, den sie vor der Fahrt übergeben. Er soll Trost und Zuversicht schenken „während des Wartens auf die Erfüllung des letzten Herzenswunsches“.

■ **Wer mehr über das Lüneburger DRK WunschMobil erfahren möchte: Tel.: 0151 75076498, E-Mail: wunschmobil@drk-lueneburg.de Stichwort fürs Internet: WunschMobil - DRK KV Lüneburg e.V. (drk-lueneburg.de)**



Weihnachtsmarkt

auf dem Loewe-Hof
14.12.2024 | 10 – 17 Uhr

Alle Jahre wieder
ein umfangreiches Angebot:



- ✧ **Tannenbaum-Verkauf und kostenfreie* Lieferung**
(*im Umkreis von 10 km!)
 - ✧ 14 + 16 Uhr:
Engel und Weihnachtsmann
 - ✧ 17 Uhr:
Lebendiger Adventskalender
 - ✧ Lebkuchenhäuschen
verziern
 - ✧ Kerzen färben
 - ✧ Karussell
 - ✧ Herzhafte und süße
Leckereien
- ... und vieles mehr!



DIE ADRESSE FÜR IHR RECHT IN DER GOSEBURG

**Kostenlose
Erstberatung
im Kündigungs-
Schutzrecht**

KGSW-ANWÄLTE

Kretschmer, Gergec, Schulz-Weber & Coll.



**Sie suchen eine kompetente, zielstrebige und individuelle Unterstützung Ihrer rechtlichen Angelegenheiten?
Dann stehen wir ihnen gerne mit unserer langjährigen Erfahrung und umfassenden Beratung zur Seite.
Zur Philosophie unserer Rechtsanwaltskanzlei gehören ein vertrauensvolles Mandantenverhältnis sowie
zielstrebige Konfliktlösung statt langwieriger Streitigkeiten. In unserer Kanzlei steht der Mandant im Fokus.
Als Ihre Anwälte in Lüneburg stehen wir Ihnen beratend und unterstützend zur Seite, dies gilt ebenso für Ihre
Interessenvertretung vor Gericht. Wir helfen Ihnen als Privatperson, Unternehmer oder Verein.**

Bessemerstr. 3 • 21339 Lüneburg • Tel.: (04131) 789 600 • www.kgsw-anwaelte.de

VERKEHRSRECHT

Mobilität hat viele Formen und in allen Bereichen können Konflikte entstehen. Wenn es soweit gekommen ist, dann stehen wir an Ihrer Seite. Insbesondere die Unfallabwicklung übernehmen wir Sie für Sie kostenlos, wenn die Gegenseite den Unfall verursacht hat.

ARBEITSRECHT

Wir beraten Arbeitgeber und Arbeitnehmer zu allen Fragen des Arbeitsrechts. Insbesondere wenn Sie gekündigt worden sind oder jemanden gekündigt haben, übernehmen wir für Sie die Vertretung in einem Kündigungsschutzprozess.

BAURECHT

Wir vertreten und beraten Bauträger, Architekten, Käufer oder Verkäufer zu allen Fragen des Baurechts.

STRAFRECHT

Strafrecht hat viele Facetten. Wir sind in jeder Einzelnen für Sie da. Vor, während oder nach dem Verfahren stehen wir Ihnen zur Seite.

JAGDRECHT

Jagdrecht betrifft viele Bereiche und bindet unterschiedliche Akteure. Daher ist eine umfassende Rechtsberatung unablässig.

GESELLSCHAFTSRECHT

Das Gesellschaftsrecht stellt einen komplexen Teilbereich des Wirtschaftsrechts dar. Die gesellschaftsrechtlichen Vorschriften unterliegen einem ständigen Wandel, daher sind wir Ihre Fachleute.

BANKRECHT

Banken genießen Vertrauen, dennoch gibt es immer wieder Streitigkeiten mit den Kreditinstituten. In dem Moment sind wir für Sie da.

GRUNDSTÜCKSRECHT

Rund um das eigene Grundstück können viele Streitigkeiten entstehen, wenn es dazu kommt sind wir für Sie da. Vor, während und danach stehen wir Ihnen zur Seite.

**FAMILIENRECHT**

Wir beraten Eheleute und Familien zu allen Fragen des Familienrechts. Wir bieten unseren Mandanten ein umfassendes Leistungsspektrum in speziellen Bereichen, wobei konsequentes, mandantenorientiertes Handeln im Vordergrund unserer Arbeit steht.

MIET- UND IMMOBILIENRECHT

Unsere Kanzlei vertritt Sie ebenfalls im Wohn- und Gewerbemietrecht. Zu unseren Schwerpunkten zählen dabei die Ausarbeitung oder Prüfung, der Abschluss und die Verlängerung von Wohnungs- und gewerblichen Mietverträgen. Auch bei Fragen zu Mietverträgen, Mietminderungen, Eigenbedarfskündigungen und Räumungsklagen stehen wir Ihnen zur Seite.

ERBRECHT

Wir beraten Sie bei der Gestaltung eines Testaments oder auch bei der Übertragung von Vermögenswerten zu Lebzeiten. Wir stehen Ihnen außerdem bei der Durchsetzung erbrechtlicher Ansprüche zur Seite. Nach dem Erbfall vertreten wir Sie insbesondere bei der Abwicklung des Nachlasses, der Auseinandersetzung einer Erbengemeinschaft und bei Fragen der Testamentsvollstreckung.

ALLGEMEINES ZIVILRECHT

Das Zivilrecht umfasst alle vertraglichen Ansprüche und Streitigkeiten über Vertragsverhältnisse sowie schadensrechtliche Ansprüche zwischen Personen untereinander. Beispielsweise bei Streitigkeiten mit Handwerkern, Versorgern, Widerrufsrechten bei Vertragsabschlüssen im Internet oder bei Dienstverträgen aller Art sind wir Ihr Ansprechpartner. Auch das Inkasso für Unternehmen stellt bei uns einen wichtigen Arbeitsbereich dar.

FORDERUNGSEINZIEHUNG

Wir ziehen Ihre berechtigten Zahlungsforderungen mit Nachdruck ein.

**Kostenlose
Parkplätze
vor der Tür**

Besser die Taube am Hals als den Spatz in der Hand

Ein kostbarer mittelalterlicher Gewandverschluss aus der Salzbrückerstraße

VON TOBIAS SCHOO, STADTARCHÄOLOGE UND KURATOR DES MUSEUM LÜNEBURG

Die Entdeckung eines außergewöhnlichen Fundstücks

Auf dem Gelände des im 14. Jahrhundert eingerichteten „Langen Hofs“ in der Salzbrückerstraße fand vor einigen Jahren eine größere archäologische Ausgrabung statt. Segebund von Wittorf (der Ältere) hatte hier 1352 ein Hospital gestiftet, das der Pflege von Kranken und Bedürftigen diente. Während von dem mittelalterlichen Hospital nur noch ein Mauerzug dokumentiert werden konnte, erbrachte die Grabung zahlreiche ältere Siedlungsspuren aus dem 13. Jahrhundert.

Dank des Einsatzes eines Metalldetektors konnten zahlreiche Metallobjekte geborgen werden, die spannende Einblicke in den mittelalterlichen Alltag ermöglichen. Erst vor wenigen Wochen wurde ein besonders wertvolles Fundstück restauriert, das nun in voller Schönheit erstrahlt.

Der kostbare Gewandverschluss in Form einer Taube

Bei dem Fundstück handelt es sich um einen sogenannten „Fürspan“ – einen Gewandverschluss in Taubenform aus kupferhaltigem Buntmetall, der vergleichbar mit einer modernen Sicherheitsnadel funktionierte. Vergleichbare Schmuckstücke sind in



der Regel deutlich einfacher gestaltet und verfügen lediglich über eine ringförmige Grundform mit einer Aussparung für die Sicherheitsnadel. Das Lüneburger Stück hebt sich jedoch durch seine aufwändige Gestaltung ab: Neben der auffälligen Vogelform besitzt es einen filigranen Dekor.

Prachtvolle Verzierungen

Auf die Grundform des Vogels wurden röhrenförmige Stege aufgebracht, die von zarten Blütenblättern umgeben sind. In die stilisierten Blütenstängel wurden grünlich-blaue Glasperlen eingelassen, was der ursprünglich bronzefarbenen Fibel ein prächtiges Farbspiel verlieh.

Ein seltener Fund in europäischem Vergleich

Vogelförmige Fürspangen sind europaweit überaus selten und stammen hauptsächlich aus England, den Niederlanden und Ungarn. Diese Schmuckstücke, die meist ins frühe 13. bis 14. Jahrhundert datiert werden, erreichen jedoch in ihrem Dekor nicht die Pracht des Lüneburger Fundes.

Ausstellung im Museum Lüneburg

Das etwa drei Zentimeter große Originalstück kann derzeit im Museum Lüneburg besichtigt werden, zusammen mit weiteren spannenden Objekten in der Sonderausstellung „Lüneburg in den Kinderschuhen – Die frühe Geschichte der Stadt aus archäologischer Sicht“.

Wir lieben Traditionen!



Das Team von Brillen Curdt wünscht
Ihnen von Herzen eine besinnliche
Weihnachtszeit!

Kleine Bäckerstraße No 5 · 21335 Lüneburg
Telefon 0 41 31 / 4 43 62 · brillencurdt.de · @

BRILLEN CURDT!

Ein Schiff wird kommen

Die Region denkt in der Adventszeit an Lüneburger Soldaten in Litauen. Die Künstlerin Ruth Weber hat einen besonderen Weihnachtskalender gestaltet. Dafür gibt es viel Unterstützung.

VON CARLO EGGELING



Ruth Weber und Armin Fuhrmann vorne, hinterm Segel Martin Wiese, Anja Maiwald und Yohannes Schwarz



Es ist ein besonderes Boot, das Kurs von Lüneburg nach Rukla in Litauen genommen hat, gut tausend Kilometer liegen dazwischen. Es lässt die beiden Orte näher aneinanderrücken. Da wir die Adventszeit erleben, die Zeit der Ankunft, darf Gefühl sein: Es ist ein Symbol der Zuneigung und Verbundenheit. Soldaten des Aufklärungslehrbataillon 3 „Lüneburg“ erleben es in den kommenden Wochen, denn das Boot ist ein großer Adventskalender - gebaut und gefüllt von Lüneburgern, um an die zu denken, die im Baltikum einen militärischen Auftrag haben. Ortstermin in der Theodor-Körner-Kaserne. Die Künstlerin Ruth Weber und ihre Unterstützer arbeiten an der drei mal drei Meter großen Holzkonstruktion. Die 48-Jährige hatte die Idee vor sechs Jahren. „Ein Boot ist für mich seit meiner Kindheit das Symbol von Verbundenheit“, sagt sie. Um dieses Symbol mit Leben zu erfüllen, habe sie mit ihrer Grundidee mit ehemaligen und aktiven Soldaten sowie Zivilisten ein Konzept entwickelt und das Boot gebaut.

„Wir kommen in den Austausch, es verbindet uns menschlich“, erklärt sie den Ansatz. Soldaten seien Teil der Gesellschaft. Die Bundeswehr sei eine Verteidigungsarmee, sie greife nicht an. Mit ihren Arbeiten habe sie bereits 2009 begonnen. Damals habe sie die Frage beschäftigt, wie kritisch das Land auf die Frauen und Männer in Uniform blicke. Sie betont: Soldaten seien beispielsweise für andere da, wenn Naturkatastrophen Regionen bedrohen oder verwüsten. Doch Armee bedeutet eben auch Waffen. Seit dem Krieg in der Ukraine habe sich der Blick auf Militärisches gewandelt ins Positive; Sicherheit gewann eine andere Bedeutung.

Nach dem sie 2016/17 die Aktion „Heimathafen“ für die Truppe gestaltet habe, die damals in Afghanistan im Auslandseinsatz war, gehe sie nun den nächsten Schritt des auf lange Jahre angelegten Projekts. Bis zu 20 Freiwillige haben mitgemacht. In der Halle packte beim Ortstermin Anja Maiwald mit an, bemalte Fässer. Der Mechaniker Yohannes Schwarz hatte das Gelenk für ein Segel eingebaut, Schuhmacher Martin Wiese schneiderte das Segel und Ex-Soldat Armin Fuhrmann hatte Grundierungen erledigt.

Andere füllen das Boot mit Geschenken, mehr als 50 Geschäftsleute und Menschen wie du und ich: Bücher, gehäkelte Glücksbringer, Selbstgebackenes, Gutscheine. Ruth Weber lacht und sagt: „Nutella darf natürlich auch nicht fehlen.“

Die gebürtige Klagenfurterin Weber, die Trickfilm studiert hat und seit 2013 in Lüneburg lebt, hat zu tun. Schließlich muss das Schiff rechtzeitig nach Litauen segeln. Unterstützung findet sie bei Kommandeur Oberstleutnant Jochen-Andreas Moos. Mit Lastern bringen sie Boot und Geschenke in einem Vier-Tages-Trip nach Rukla, dem größten Militärstützpunkt Litauens.

Ab 1. Dezember freuen sich dann bis zu 80 Soldaten von der Ilmenau über kleine Geschenke, aber viel mehr darüber, dass man in der Heimat an sie denkt. Ruth Weber und ein Team von Soldaten des Bataillons bringen ein Stück Lüneburg tausend Kilometer weit. Diese Geschichte können übrigens auch die Soldaten in Litauen lesen – Dutzende Quadrat-Hefte liegen auch im Geschenke-Boot.

„Oscar-Verleihung“ der Lüneburger Wirtschaft

Etwa 400 Gäste aus Politik, Wirtschaft und Gesellschaft versammelten sich auch in diesem Jahr, um herausragende unternehmerische Leistungen und innovative Geschäftsideen zu würdigen. Es wurden Preise in den Kategorien „Leuphana Gründungsidee des Jahres“, „Gründungspreis impuls“, „Handwerkspreis“ und „Mittelstandspreis“ vergeben. Zusätzlich gab es in diesem Jahr eine Sonder-Ehrung für die Verbindung von unternehmerischem und sozialem Engagement. Die Leuphana Gründungsidee des Jahres Auszeichnung ging an die App-Idee „takepart“. Das Studenten-Trio (Eric Schneider, Lukas Thié, Johannes van Deest) der Leuphana Universität entwickelt eine App zur Förderung gemeinsamer Erlebnisse und wirkt damit der zunehmenden Vereinsamung entgegen. Der Gründungspreis impuls ging an den jungen Metallbaumeister Fritz Weit von der Schlosserei Schweitzer, die er 2021 übernahm. Er erweiterte das Portfolio des Unternehmens um den Sondermaschinenbau und erschloss so internationale Märkte. Der Handwerkspreis ging an die Tischlerei BALS unter dem Motto „Design - beste Produktgestaltung“. Tischlermeister Christian Bals überzeugte die Jury durch Kreativität und handwerkliche Präzision bei der Küchengestaltung. Die BBL Bahnbau Lüneburg GmbH wurde mit dem Mittelstandspreis für die Kombination aus Innovation, Expertise und Nachhaltigkeit ausgezeichnet. Alle zwei Jahre wird bei der LÜNALE die Verbindung von unternehmerischen und sozialen Handeln geehrt. In diesem Jahr wurde die Johann und Erika LOEWE Stiftung für ihr besonderes Engagement und Verantwortungsbewusstsein gegenüber der Gesellschaft ausgezeichnet.

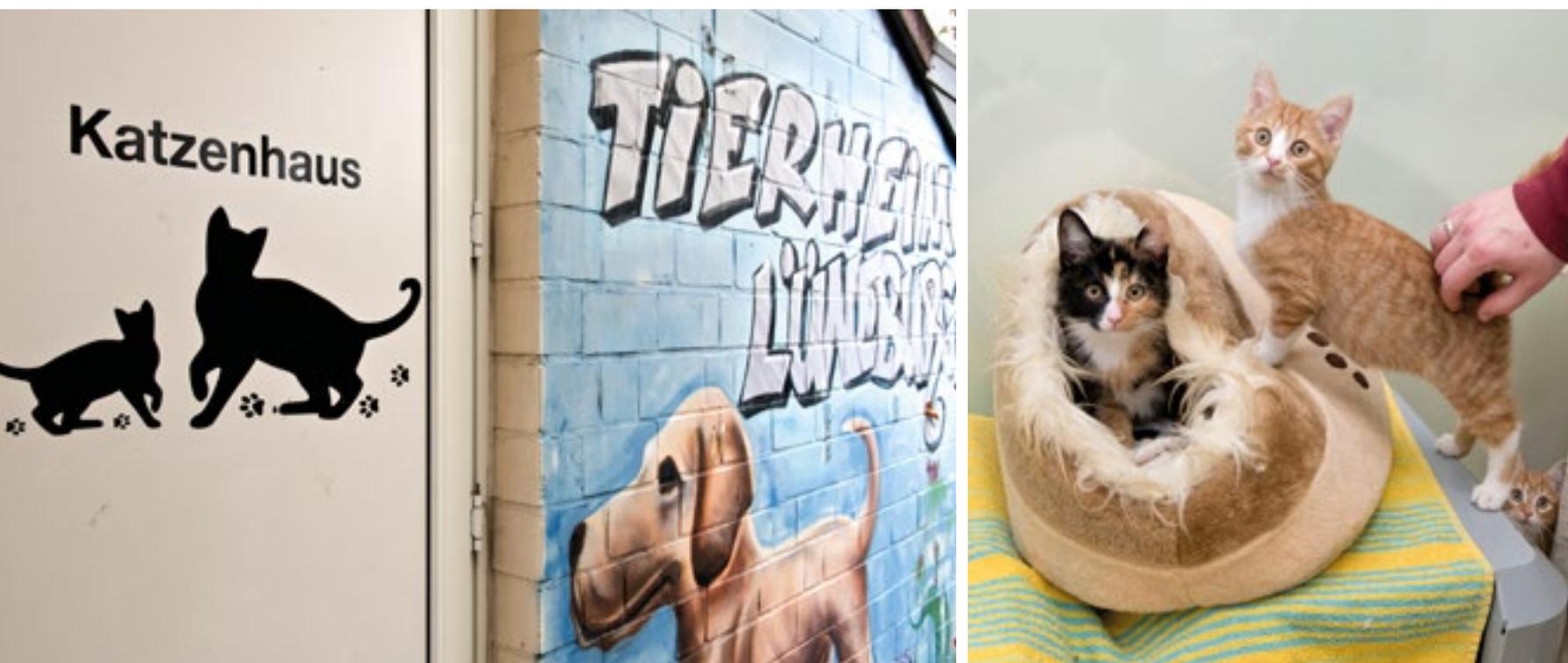
Wirtschaftsförderung Lüneburg



Streunende Katzen ohne Lobby?

Im Katzenhaus im Tierheim Lüneburg warten etliche Tiere auf neue Besitzer

VON IRENE LANGE



Mein Herz hat eine Katzenklappe“ heißt es auf einem Flyer der Katzenhilfe Lüneburg. Denn im Tierheim der Hansestadt warten derzeit über 80 Katzen auf Menschen, die ihnen ein neues Zuhause geben und sie ins Herz schließen möchten.

Wie Tierheim-Leiter Sven Koschel berichtet, sind die meisten von ihnen Fundtiere. Sie wurden auf der Straße aufgegriffen - häufig im verfallenen Zustand - und schließlich im Tierheim abgegeben. „Wenn die Tiere nicht gechipt sind, haben wir kaum eine Chance, sie ihren Haltern wieder zurückzuge-

ben. Lediglich über social media finden wir manchmal den Eigentümer“, so Koschel. Ohnehin würden in vielen Fällen die Tiere gar nicht vermisst, meint er; „anscheinend haben streunende Katzen keine Lobby.“

Bei einer Führung durch das sogenannte Katzenhaus im Tierheim hatte ich den Eindruck, dass die Tiere es hier sicherlich besser angetroffen haben als in ihrem bisherigen Umfeld. Denn alle sind in Räumlichkeiten untergebracht, die geradezu wohnlich mit Sesseln und Katzenkörben eingerichtet sind. Den Tieren ist anzusehen, dass sie sich sehr wohl fühlen.

Dennoch sei der Aufenthalt im Tierheim nur als Sprungbrett für ein neues Zuhause anzusehen, stellt Sven Koschel fest und sagt: „Wir freuen uns, wenn Katzenfreunde zu uns kommen und eine Katze adoptieren. Das ist immer eine tolle Sache“.

Leider sind freilebende - sprich vernachlässigte und dadurch häufig verwilderte - Katzen auch in Lüneburg und Umgebung ein Problem. Jedoch sind auch sie auf Menschen angewiesen. Wenn sich um die Haustiere niemand mehr kümmert, können sie sich nicht allein versorgen. Zudem verlieren sie das Vertrauen zu den Menschen.



Im Katzenhaus kümmert sich Sven Koschel liebevoll um die Stubentiger.

So erging es vor Jahren auch einer Katze, die in unserer Nachbarschaft in Rettmer lange Zeit herumirrte und in unserem Garten immer wieder von unserer damaligen Hündin Hermine verjagt wurde. Nach deren Tod kam vor fünf Jahren Tierheim-Hund Arthur ins Haus. Er duldet, dass die Katze sich inzwischen sogar im Haus aufhalten darf. Wir nennen sie Mitzi. Sie hat schon soweit Zutrauen gefasst, dass sie sich streicheln lässt. Natürlich wird sie von uns regelmäßig gefüttert. Allerdings ist sie nachts gern unterwegs, denn nachdem sie tagsüber stundenlang im Wohnzimmer in einer eigens für sie gepolsterten

Ecke schläft, will sie abends nach draußen. Morgens hockt sie wieder vor der Tür – und stürzt sich auf ihren vorbereiteten Fressnapf.

Auf einem Flyer des Tierheims Lüneburg heißt es: „Ein Tier zu retten ändert nicht die Welt, aber die ganze Welt ändert sich für dieses eine Tier“. Das gilt nicht zuletzt auch für Menschen, die diesem Tier ein liebevolles Zuhause geben. Doch nicht jedem ist es möglich, ein Tier dauerhaft aufzunehmen. Und so werden auch Katzen häufig zu Dauergästen im Tierheim. Ohne Spenden könnten die Tiere auf Dauer nicht angemessen versorgt werden. Zudem – so be-



Katze „Mitzi“

tont Sven Koschel – könnten die Zuwendungen am besten im Zusammenhang mit einer dauerhaften Patenschaft schon ab zehn Euro pro Monat für das Katzen- und Hundehaus des Tierheims erfolgen. Es werden auch Sachspenden in Form von Handtüchern und Bettbezügen, aber ebenso Futter in jeder Form gern angenommen.

Jährlich um rund 1.000 Tiere kümmert sich das Tierheim Lüneburg. Hauptsächlich sind es Hunde, Katzen und Kleintiere. So wurde die Katzenhilfe schon 2017 gegründet und kümmert sich seither um herrenlose, auf der Straße lebende Katzen. Im ganzen Landkreis betreut das Tierheim Futterstellen. Mit Kastrationsaktionen wird versucht, der unkontrollierten Vermehrung der wildlebenden Katzen entgegenzuwirken.

Spenden

Wer den Tieren zum Beispiel durch eine Futter- oder Geldspende helfen möchte erhält weitere Infos unter www.katzenhilfe-lueneburg.de oder unter [Facebook.com/Katzenhilfe.Lueneburg](https://www.facebook.com/Katzenhilfe.Lueneburg)

Maßgefertigte Schränke für jede Raumsituation



NUTHMANN
—SCHRANK · DESIGN—

Pattenser Hauptstraße 18
21423 Winsen / Pattensen
Tel.: 04173 6245

 Besuchen Sie uns auf Facebook

www.cabinet.de/winsen

CABINET
Einbauschränke nach Maß



DER KÖNIG DER LÖWEN

THE MUSIC LIVE IN CONCERT

26.12.24 | 19 UHR

**10%
RABATT**
mit dem Code
„Libeskind“

**Verschenke
unvergessliche Erlebnisse**
im Libeskind-Zentralgebäude

**Nichts
verpassen!**

Meldet euch an für den
Newsletter auf
zentralgebaeude.de

Buche hier!



14.12. | 20 UHR
1ST CLASS SESSION:
Andreas Kümmert & Sophia & Lisa-Marie Ramm



20.12. | 21 UHR
GALACTIC BOOM
Dance & Schaschlik mit DJ Amada



21.12. | 21 UHR
BSL XMAS
Der beliebte Party-Klassiker auf 2 Dancefloors



27.12. | 20 UHR
SALUT SALON - TRÄUME
Eine Show voller Poesie und Augenzwinkern



11.01. | 20 UHR
DAS PHANTOM DER OPER
mit Deborah Sasson und Uwe Kröger



09.03. | 19 UHR
**LÜNEBURGER BLUES
ROCK NACHT**



27.03. | 20 UHR
LISA ECKHART –
Kaiserin Stasi die Erste



26.04. | 16 UHR
HEAVYSAURUS –
Pommesgabel Tour 2025



11.05. | 19 UHR
PAUL POTTS AND PIANO
The Greatest Hits

TICKETS & WEITERE EVENTS:
www.zentralgebaeude.de



LEUPHANA VERANSTALTUNGS- UND
VERMARKTUNGSGESELLSCHAFT mbH

Zentralgebäude Leuphana Universität,
Universitätsallee 1, 21335 Lüneburg



tafelSpitzen

Hollywoodisierung

N

ein - es handelt sich nicht um das 'Unwort des Jahres', sondern vielmehr um eine neue Entwicklung, die sich aktuell deutlich abzeichnet. Hierbei handelt es sich darum, dass alles, was so täglich auf allen Ebenen passiert, kinotauglich inzeniert wird. Ein Beispiel, neben alledem, was D.Trump so von sich gibt, ist der Meteorologe, der während einer TV Ankündigung des Tropensturms 'Beryl' in Tränen ausbrach und es am selben Tag für alle anderen, die es noch nicht gesehen hatten, auf den sozialen Medien postete. Dieser Trend spiegelt sich am deutlichsten wider bei dem republikanischen Präsidentschaftskandidaten mit seinen Erzählungen z.B. über Migranten, die die Haustiere (Katzen, Kaninchen, Wellensittiche, Hamster,...) der Einheimischen verspeisen. Früher, in der guten alten Zeit, als wir gegen die Stationierung der 'Pershings' und Atomkraftwerke demonstriert haben, hieß es: Die Entwicklung neuer Trends in den USA erfolgt bei uns 10 Jahre versetzt. No chance - kein Entrinnen -, allerspätestens als sich der Alterspräsident des thüringischen Landtags bei der konstituierenden Sitzung im September als verantwortungsloser Verantwortlicher (Demokrat) hervortat, haben wir (leider) den Vorsprung egalisiert. Das wirklich Schlimme ist, dass sich inzwischen auf beiden Seiten des Atlantiks scheinbar niemand, unabhängig von Alter, Bildung, Herkunft und Geschlecht, wirklich darüber aufregt - Hauptsache 'meine' Bedürfnisse leiden nicht darunter. Der Klimawandel, den über 98 % der WissenschaftlerInnen als größte Bedrohung unseres Planeten einschätzen, sinkt auf der „Katastrophen-Hitparade“ immer weiter ab. Inzwischen werden immer mehr Autos mit Verbrenner-Antrieb gekauft, das Heizungsgesetz - zugegeben schlecht kommuniziert - will der Herr Merz wieder abschaffen, wenn er mit den Grünen - ohne die bayrische Söderin - und/oder mit dem BSW - ohne die Sarah - und/oder mit einer neuen Partei, z.B. der 'UHK' (Unabhängige Höcke- Kameradschaft) ko(II)a(b)liert... Nun ja, wenigstens wissen wir, was auf uns zukommt - hoffentlich nicht zu viele B, C,... movies.



Dazu passend gibt es heute einen bunten saisonalen Eintopf - mit dem Unterschied, das aus der Mischung etwas Genießbares entsteht

Steckrübeneintopf

Vegan (wenn man Fleisch und Wurst weglässt)
200 g Schweine, Lamm, Rind, Ziege, Mett -, Fleischwurst, Speck) würfeln, 1 kl. Steckrübe, 200g Kartoffeln, 100 g Sellerie (Knolle oder Stange) 4 Karotten, 1 Pastinake, 1 Petersilienwurzel, 1 Lauchstange schälen/putzen ggf. waschen und in etwa gleich große Würfel/Stücke schneiden.
Die Gemüseschalen in einem Topf mit gut 1L kaltem Wasser aufsetzen und ca. 5 Min kochen. Durch ein feines Sieb geben und beiseite stellen. In dem Topf alles, zuerst das Fleisch in etwas **Öl** anbräunen und danach mit der Brühe ablöschen.
Mit **Salz/Pfeffer und frischen/tiefgekühlten oder**

getrockneten Kräutern abschmecken.
(Für 4 Personen, fettgedrucktes ist auch die Einkaufsliste)

Beinahe vergessen: frohe Weihnachten!

... und wer schmackhafte und/oder dekorative Geschenke sucht: erhältlich auf den Weihnachtsmärkten am 30. 11 und 1. 12 sowie am 14. und 15. 12. und 21. und 22. 12 auf dem Hof in Rettmer. Und am 7. und 8. 12. auf dem Historischen Christmarkt der ALA in der Lüneburger Altstadt.

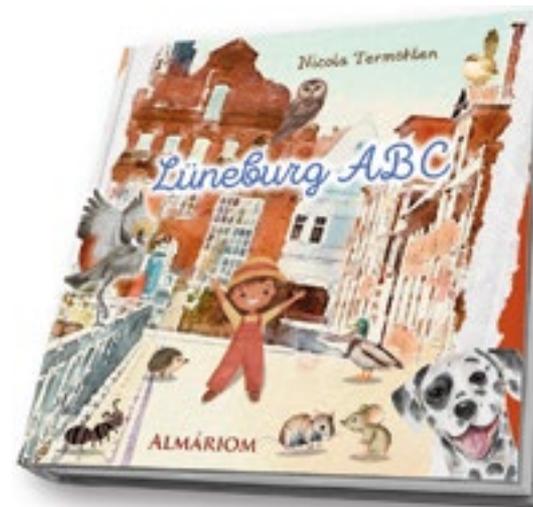
Tschuß bis März
winfriedmarx@gmx.de

WINN
E

Ein ABC für Lüneburg

Nicola Termöhlen und Cornelia Preuß laden auf eine spannende Reise in die Welt der Buchstaben ein

VON CHRISTIANE BLEUMER



Was fällt Ihnen zum seltenen Buchstaben Q ein? Auf Anhieb nichts? Wie wäre es dann mit diesem kleinen Reim:

*Die Qualle schreibt ´ne flotte Zeile
fürs Magazin „Quadrat“ in Eile*

Ersonnen hat die Verse Nicola Termöhlen und sie sind Teil ihres neuen Kinderbuchs, das mit viel Lokalkolorit punktet - das „Lüneburg ABC“. „Als es um das Q ging, sind mir diese beiden Zeilen ganz spontan eingefallen. Das Stadtmagazin ist schließlich untrennbar mit Lüneburg verbunden“, sagt die Autorin. Doch nicht nur für den 17. Buchstaben des Alphabets musste ein Reim gefunden werden. Von A wie Ameise bis Z wie Zaunkönig geht es munter durch die bunte Tierwelt, um Kinder auf ihrer Reise in die spannende Welt der Buchstaben zu begleiten. Ein Buch voller Überraschungen, perfekt für neugierige Kinder!

Aus liebevoll gestalteten und kindgerechten Illustrationen, die mit speziellen Tools für Grafikdesign aus Fotovorlagen kreiert wurden, ist ein rund 56 Seiten starkes Buch entstanden, mit dem besonders Vorschulkinder und Erstklässler die wunderschöne Salzstadt erkunden und dabei ganz nebenbei das Alphabet lernen können.

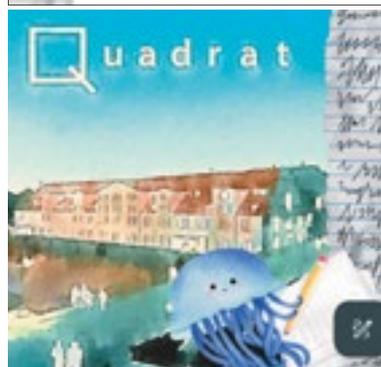
Jede Doppelseite des Buches hält ein kleines Abenteuer parat, bei dem Fuchs, Salzsau und viele andere Tieren alte Gebäude, schöne Plätze und geheime Ecken Lüneburgs zeigen. „Bei der Konzeption des Buches waren mir meine zwei Söhne eine große Hilfe“, betont Nicola Termöhlen, die vor allem als Musikerin, Komponistin und Herausgeberin von Musiknoten arbeitet. Seit 2016 lebt sie mit ihrer Familie in der Lüneburger Altstadt in einem gemütlichen Häuschen mit Utlucht. Und obwohl sie keine gebürtige Lüneburgerin ist, hat sie sich nach eigenen Aussagen noch nie zuvor so sehr zuhause gefühlt wie in der alten Hansestadt. „Das habe ich nicht zuletzt meinen Kindern zu verdanken“, sagt sie. Denn durch Kinderaugen sehe man eben alles mit einem besonderen Zauber. Ein Zauber, der auch auf jeder Seite des Lüneburg ABC zu spüren ist.

„Meine Söhne und ich waren häufig gemeinsam in der Stadt und der Umgebung unterwegs, um uns mit unserer neuen Heimat vertraut zu machen“, erinnert sie sich. „Dadurch haben wir manch interessanten und spannenden Ort entdeckt, der im Buch wiederzufinden ist.“ Auch bei der Auswahl der Tiere hatten Lorin, der die zweite Klasse besucht, und Viertklässler Linus ein großes Mitspracherecht.

Doch damit aus einer richtig guten Idee ein richtig gutes Buch werden kann, braucht es einen Verlag. In diesem Fall ist es der Almárium Verlag aus Bardowick. „Unser Spezialgebiet sind eigentlich Sachbücher für Erwachsene mit einem Bezug zu Lüneburg“, beschreibt Cornelia Preuß das Profil des Verlages, den sie gemeinsam mit ihrem Mann Werner Preuß betreibt. „Ein Kinderbuch hatten wir bisher noch nicht.“ Aber es habe riesigen Spaß gemacht, daran zu

arbeiten, betont sie. Welche Farben wählt man aus, wie gestaltet man die Seiten am besten, welches Papier ist geeignet? All diese Fragen haben Nicola Termöhlen und Cornelia Preuß diskutiert. Herausgekommen ist ein strapazierfähiges Hardcoverbuch. „Stabil und wertig und für Kinderhände bestens geeignet“, sind die beiden Frauen überzeugt.

Nicola Termöhlen ist schon jetzt überwältigt von dem großen Zuspruch. Die Lüneburger Buchhandlungen haben das Lüneburg ABC im Sortiment und auch in der Touristeninfo am Markt ist es erhältlich. Schließlich sind die Bücher nicht nur etwas für echte Lüneburger, sondern auch eine wunderbare Erinnerung und ein Mitbringsel für die vielen Gäste der Stadt.



Fotos: Christiane Bleumer

WohnStore
Die Raumgestalter

2024

1500
PROJEKTE
ZEIT FÜR EIN

Danke



FROHE

Weihnachten

UND AUF EIN INSPIRIERENDES 2025
MIT IHREN WOHNTRÄUMEN

PARKETT · LAMINAT · DESIGN- & TEPPICHBÖDEN · FARBEN · TAPETEN · GARDINENSTOFFE
BERATEN · PLANEN · VERLEGEN · MONTIEREN · MALEN · TAPEZIEREN · NÄHEN · DEKORIEREN
SONNEN- & SICHTSCHUTZ · MARKISEN · INSEKTEN- & POLLENSCHUTZ · TÜREN & FENSTER

Glander Farben & WohnStore e.K. · Auf den Blöcken 12 · 21337 Lüneburg
Tel. 04131 9993990 · Unsere Öffnungszeiten: Mo–Fr 9–18 Uhr · Sa 10–16 Uhr

www.meinwohnstore.de

Lüneburger Weihnacht von Jan Balyon zu verschenken

In Kooperation mit QUADRAT ist jetzt eine limitierte Auflage von 100 Exemplaren als Kunstdruck erschienen - handsigniert vom Künstler. Holen Sie sich Ihr Exemplar einfach persönlich direkt im Atelier von Jan Balyon in der Altstadt (Auf der Altstadt 49, Lüneburg) ab.
Infos unter: www.atelierbalyon.de



QUADRAT
Aktion



Lachen ist gesund !



Foto: AdobeStock

Wir bedanken uns für das entgegengebrachte Vertrauen und wünschen ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute für 2025! Bleiben Sie gesund!

**Zahnärztliche Gemeinschaftspraxis
Tagesklinik für Implantologie & Zahnästhetik**

Dr. R. Perplies • Dr. J. Stodieck • Dr. A. Hagener • ZÄ S. Perplies • Dr. B. Lehmann*

Am Sande 48 • 21335 Lüneburg
Fon: 0 41 31 - 60 30 60 • Fax: 0 41 31 - 60 30 623

info@luenedent.de • www.luenedent.de

* angestellte Zahnärztin



Neue Ampel gewünscht?

Ein Wegbereiter der modernen Verkehrssicherheit: Wilhelm Mosle war Abiturient am Lüneburger Johanneum und entwickelte vor rund 100 Jahren die erste Ampel in Deutschland

VON HAJO BOLDT

Michihiko Izumi, Bürgermeister von Naruto (Japan) träumt von einer neuen Ampel. „Ich würde mich sehr freuen, wenn die Stadt Lüneburg uns vor dem Rathaus in Naruto mit einer schönen deutschen Ampel unterstützen könnte“, sagte er bei seinem Lüneburg-Besuch anlässlich der 50-jährigen Städtepartnerschaft. Seitdem ist die Lüneburger Stadtverwaltung darum bemüht, das Anliegen zu prüfen und eine Lösung dafür zu finden.

Während der erste Stadtrat Markus Moßmann aus verkehrstechnischen und Gründen der Sicherheit auf keine Lüneburger Ampel verzichten möchte, ist Bürgermeister a.D. Eduard Kolle anderer Ansicht. Er würde am liebsten die Ampel am Graalwall, Ecke Springintgut abgeben, sagte er ironisch lachend. Die stehe immer auf rot, wenn er komme.

Was viele vielleicht nicht wissen: Diese oft als nervig empfundenen Verkehrsregler sind heute wahre High-tech-Schätze – und unglaublich teuer! Ampeln, die zuverlässig den Verkehr steuern, haben nicht nur einen unschätzbaren Wert für unsere Sicherheit, sondern auch einen erstaunlich hohen Materialwert. Die komplexe Technik, die in ihnen steckt, sorgt dafür, dass eine Ampel in bester Ausführung über 30.000 Euro kosten kann.

Wilhelm Mosle, ein Abiturient des Johanneums

Doch zurück von den heutigen hochtechnisierten Lichtsignalanlagen zu deren Vorläufern. Und da stößt man auf den früheren Lüneburger Schüler Wilhelm Mosle, ein Abiturient am Lüneburger Johanneum des Jahres 1898. Dieser führte im Dezember 1924, also genau vor hundert Jahren, die erste Ampel in Deutschland ein. Er war Polizeibeamter und Wegbereiter der modernen Verkehrssicherheit.



Wilhelm Mosle wurde am 31. März 1877 in Salzau, Kreis Plön, als Sohn eines Hopfächters geboren. Er besuchte neun Jahre lang das Johanneum in Lüneburg und begann nach der Reifeprüfung im März 1908 ein Studium der Rechtswissenschaften in München, Kiel und Heidelberg. 1905 promovierte er zum

Dr. jur., begann seine Karriere im öffentlichen Dienst. Nach verschiedenen Positionen im Staatsdienst trat Mosle 1914 in den Reichskolonialdienst ein und wurde 1916 zum Regierungsrat ernannt. In dieser Funktion wurde ihm die Position des Landrats in Koschmin übertragen, wo er erste Verwaltungserfahrungen sammelte.

1921 wechselte Mosle zum Polizeipräsidium Berlin und stieg dort rasch auf. Zunächst arbeitete er als Leiter der Verkehrspolizei, bevor er 1922 zum Regierungsdirektor ernannt wurde. Während seiner Zeit als Verkehrspolizeichef war Mosle maßgeblich an der Entwicklung der Verkehrssicherheit in Berlin beteiligt, einer Stadt, die zu dieser Zeit mit einem enormen Verkehrsaufkommen zu kämpfen hatte.

Verkehrsrevolution: Der Verkehrsturm mit Lichtzeichenanlage

Als Mosle im Mai 1924 nach New York reiste, um dort die städtische Verkehrsregelung zu studieren, brachte er die Idee der Lichtsignalanlagen nach Berlin. Eine seiner bedeutendsten Leistungen war die Einführung des ersten deutschen Verkehrsturms am Potsdamer Platz. Hier musste damals eine Lösung für eine verkehrsreiche 5-Straßen-Kreuzung gefunden werden. Am 15. Dezember 1924 wurde der Verkehrsturm, der von dem Architekten Jean Krämer entworfen wurde, offiziell in Betrieb genommen. Dieser Turm war nicht nur eine technische Innovation, sondern wurde schnell zu einem Symbol des modernen Berlins in der Mitte der 1920er Jahre.

Der achteinhalb Meter hohe, fünfseitige Turm regulierte den Verkehr mit farbigen Lichtsignalen – Grün, Gelb (zunächst Weiß) und Rot – und war zudem mit Uhren und einer Beobachtungskanzel für Verkehrspolizisten ausgestattet.



So wurde 1924 der Verkehr in New York geregelt (li). Erste Lichtsignalanlage Deutschlands am Potsdamer Platz (Mi) und die Nachbildung im Juli 2024 (re).

Der Turm stand auf einer Betonfundament-Insel, in der die notwendigen Strom- und Steuerleitungen zusammenliefen. Trotz seiner technischen Vorreiterrolle stand der Verkehrsturm nach seiner Einführung zunächst in der Kritik, etablierte sich jedoch rasch als effektives Mittel zur Verkehrssteuerung.

Neben dem Bau des Verkehrsturms arbeitete Mosle auch intensiv an der Reformierung der Verkehrszeichen in Deutschland. Seine Reisen in internationale Metropolen wie London und New York hatten ihm wertvolle Einblicke gegeben, die er in neue Konzepte umsetzte. Im Sommer 1925 führte Mosle neue Verkehrszeichen nach amerikanischem Vorbild ein. Doch trotz der Fortschritte stieß er auf Widerstand: Auf einer Konferenz in Paris im Jahr 1926 wurden einige seiner Pläne verworfen. Dennoch veröffentlichte Mosle im September 1926 eine wegweisende Studie über Verkehrszeichen, die zur Grundlage für spätere Verkehrsgesetze wurde.

Polizeivizepräsident Berlins

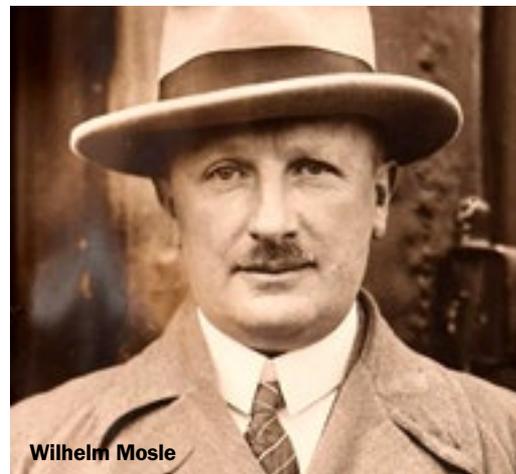
Aufgrund seiner Verdienste wurde Mosle am 20. Juli 1932 zum kommissarischen Polizeivizepräsidenten Berlins ernannt. Im November desselben Jahres wurde er dauerhaft in dieser Position bestätigt. Während seiner Amtszeit sorgte er für zahlreiche Verbesserungen der städtischen Verkehrsordnung und der Sicherheit. Trotz seiner Erfolge geriet Mosle jedoch im nationalsozialistischen Regime in Konflikt mit hochrangigen Funktionären. 1933 kam es zu Auseinandersetzungen

mit Kurt Daluge, einem NSDAP-Funktionär und Polizeiführer, woraufhin Mosle zum 16. November 1933 in den Ruhestand versetzt wurde.

Mosle war am 1. Mai 1933 der NSDAP beigetreten und war förderndes Mitglied der SS. Seine Entnazifizierung erfolgte im Jahr 1946. Nach dem Krieg arbeitete er von 1947 bis 1952 als Rechtsberater („Legal Advisor“) für das US-Headquarters in Berlin, das in der Clayallee ansässig war. Mosle starb am 23. August 1955 in Berlin-Schlachtensee.

Nachwirkung und Erbe

Wilhelm Mosle war eine Schlüsselfigur in der Entwicklung der modernen Verkehrsregelung in Berlin und Deutschland. Der von ihm initiierte Verkehrsturm am



Wilhelm Mosle

Potsdamer Platz blieb bis 1937 in Betrieb und galt als Symbol der Modernität und des technischen Fortschritts in den „Goldenen Zwanzigern“ Berlins. Durch seine visionären Reformen trug Wilhelm Mosle maßgeblich zur Entwicklung Berlins als verkehrstechnische Metropole bei und gilt bis heute als ein Vorreiter der Verkehrssicherheit.

1997 wurde der Verkehrsturm als Nachbildung zuerst auf dem Leipziger, dann wieder auf dem Potsdamer Platz erneut aufgestellt, um an Mosles Pionierarbeit zu erinnern. Die erste Lichtsignalanlage Deutschlands war der Stadt Berlin von der Daimler Benz AG und der Siemens AG gestiftet worden.

Mosles Karriere spiegelt die schwierigen und turbulenten Zeiten wider, in denen er lebte und arbeitete. Seine Zeit als Polizeivizepräsident von Berlin in den Jahren vor dem Zweiten Weltkrieg war geprägt von politischen und sozialen Herausforderungen, die ihn zu einem Schlüsselakteur im Berliner Sicherheitsapparat machten.

Sein Erbe ist jedoch ambivalent: Einerseits war er ein engagierter Polizeibeamter, der sich um die Aufrechterhaltung von Ordnung bemühte; andererseits war er Teil eines Regimes, das durch seine repressive Politik und seine menschenverachtenden Gesetze den Verlauf der Geschichte tiefgreifend beeinflusste. Seine Rolle während des Krieges, insbesondere im Kontext der NS-Herrschaft, bleibt umstritten und wird von Historikern kritisch betrachtet.



FOTOGRAFIERT VON
HAJO BOLDT

**Antje Stoffregen &
Dennis Schipporeit**

Herberge gesucht

Das Paul-Gerhardt-Haus im Stadtteil Neu-Hagen ist einer von zwei Standorten der Paul-Gerhardt-Gemeinde Lüne. Es bietet Raum für vielfältige Begegnungen und Erfahrungen. Pastor Dennis Schipporeit und Diakonin Antje Stoffregen sprechen im Quadrat-Interview über ihre alltägliche Arbeit in den Stadtteilen und darüber, was Kirche heute ausmacht.

VON CHRISTIANE BLEUMER

Die ev.-luth. Paul-Gerhardt-Kirchengemeinde Lüne ist eine Gemeinde an zwei Standorten. Doch auf den ersten Blick liegen das Paul-Gerhardt-Haus an der Bunsenstraße 82 und der Bereich um das Kloster Lüne relativ weit auseinander.

Dennis Schipporeit: Es scheint so, als seien das zwei völlig unterschiedliche Quartiere, aber die Entfernung ist gar nicht so weit. Ich bin gerade in fünf Minuten mit dem Rad von Lüne hierhin gefahren. Die besten Wege mussten wir allerdings auch erst einmal entdecken. Als wir die Strecken abgelaufen und abgefahren sind, war so manch einer erstaunt, wie dicht das beieinander liegt. Manchmal hat man kleine innere Schranken im Kopf. Aber genau die wollen wir bei unserer Arbeit abbauen.

Das heißt, Leute aus Lüne kommen für die Angebote, die im Paul-Gerhardt-Haus stattfinden, hier hin und umgekehrt?

Antje Stoffregen: Genau so soll es sein. Und die Menschen von hier fahren nach Lüne, wenn dort Gottesdienst ist oder andere Veranstaltungen stattfinden.

Wann ist aus zwei Gemeinden eine geworden?

Antje Stoffregen: Wir wurden am 1. Januar 2022 vereinigt, also vor knapp drei Jahren.

Aus Spargründen?

Dennis Schipporeit: Ja, das auch. Aber auch, weil wir erkannt haben, dass wir zwei Gemeinden mit ganz unterschiedlichen Schwerpunkten sind. Die diakonischen Angebote liefen in Lüne nicht so gut, während hier die Zahl der Gottesdienstbesucher abnahm. Daraufhin haben wir entschieden, dass wir uns zusammentun und jeder das macht und weiter ausbaut, was er richtig gut kann. Wenn wir diesen Weg als Einheit gehen, dann können alle nur gewinnen.

Antje Stoffregen: Unsere unterschiedlichen Schwerpunkte ergänzen sich perfekt, denn wir haben ein gemeinsames Ziel: für die Menschen da zu sein.



„Unsere Gemeinde an zwei Standorten zeigt ganz wunderbar, wie bunt und vielfältig Kirche ist.“

Wir teilen Sie Ihre Arbeit auf?

Dennis Schipporeit: Die „klassische Gemeindearbeit“ ist überwiegend um das Gemeindehaus Zehntscheune in Lüne angesiedelt, während der Schwerpunkt „Gemeinwesendiakonie“ im Paul-Gerhardt-Haus stattfindet.

Diesen Ausdruck finde ich persönlich ein bisschen sperrig.

Antje Stoffregen (lacht): Ja, das stimmt. Man kann auch stadtteil – oder gemeinwesenorientierte Arbeit sagen. Das bedeutet ganz einfach, dass wir hier im Paul-Gerhardt-Haus genau das realisieren, was die Menschen im Stadtteil brauchen und was sie selbst machen wollen. Hier kann jeder seine Talente einbringen. Wir fragen aber auch, wo die Menschen vor Ort Unterstützung benötigen. Unsere wichtigsten Punkte sind: Begegnung, Bildung, Engagement. Zum Beispiel Begegnung: Die findet an vielen verschiedenen Stellen statt. Ob es am FairTeiler ist, wo wir gemeinsam Lebensmittel retten, oder am Bücherteiler, ob im Paul-Gerhardt-Café, bei der EssensZeit für ALLE, im SprachRaum, beim Winterfrühstück oder am Café-Mobil – die Angebote werden sehr gut angenommen. Im Laufe der Jahre kann man mit Freude beobachten, dass aus der Begegnung auch ein Miteinander wird und immer mehr auch ein Füreinander. Wenn wir in den Sommerferien einige Wochen schließen, dann laden sich inzwischen einige Menschen im Quartier gegenseitig ein, um Gemeinschaft zu leben. Da geht mir das Herz auf. Wir brauchen Begegnungs-Orte, an denen sich Menschen außerhalb von Zuhause und Arbeitsstätte oder Schule treffen können. Diesen Ort bieten wir an.

Kommen wir zur „Klassischen Gemeindearbeit“. Was ist damit genau gemeint?

Dennis Schipporeit: Da geht zum Beispiel um regelmäßige Gottesdienste. Aber auch um den Besuchsdienst, die Konfirmandenarbeit, um Taufen, Trauun-



gen oder Beerdigungen. Am Standort Lüne gibt es viele engagierte Gemeindemitglieder, die diese Angebote wertschätzen und schon seit Langem kirchlich orientiert sind. Die Arbeit in Lüne ist natürlich auch am Menschen orientiert, genauso wie die Arbeit im Paul-Gerhardt-Haus nicht ungeistlich ist – nur der Fokus ist ein anderer.

Antje Stoffregen: Unsere Arbeit hat einen sozialen Schwerpunkt und ist sehr niedrigschwellig. Viele unserer Mitwirkenden und Teilnehmenden sind gar nicht in der Kirche – doch darum geht es auch nicht. Kirche ist für alle Menschen da. Gemeinsam mit dem Paul-Gerhardt-Haus Team und den rund 120 Ehrenamtlichen schaffen wir einen Raum, an dem man wertschätzende Begegnungen und Selbstwirksamkeit erleben kann. Hier ist Platz für Austausch und Orientierung - und damit auch ein guter Ort für Partizipation und Demokratie. Aus christlicher Motivation ermöglichen wir diesen Ort. Auch Jesus hat die Menschen zum Essen, Feiern, Lernen und Handeln eingeladen. Damit und mit der gegenseitigen Unterstützung folgen wir biblischer Tradition.

Dazu gehört auch die Kindertafel.

Antje Stoffregen: Ja, inzwischen seit fast 30 Jahren. Das ist ein Angebot für das unter anderem auch meine Kollegin Diakonin und Sozialarbeiterin Anna

Dennis Schipporeit

geboren 1981 in Krefeld

Pastor, der seit drei Jahren in Lüneburg für eine Gemeinde an zwei Standorten zuständig ist

Schlendermann verantwortlich ist. An allen Schultagen bieten wir einen Raum für 20 Kinder aus benachteiligten Familien. Es gibt ein warmes Mittagessen und einen Nachmittagsimbiss und vor allem individuelle Lernförderung und Freizeitaktivitäten.

Dennis Schipporeit: Der Geist und die Botschaft Jesu wird hier tagtäglich gelebt, ohne dass darüber groß geredet wird.

In der nächsten Zeit stehen im Paul-Gerhardt-Haus größere Baumaßnahmen an. Was ist geplant?

Antje Stoffregen: Im kommenden Jahr wollen wir das Gebäude für unsere vielfältigen Aktivitäten umgestalten, damit es noch besser für unser gemeinwesenorientiertes Profil geeignet ist. Die ersten Ideen dazu sind uns im Sommer 2018 gekommen. Schon damals fanden wir es sehr schade, dass die Kirche nur am Sonntagmorgen geöffnet ist. Zudem gab es mit den sieben Meter langen, frontal stehenden Bänken ein starres Raumkonzept. So kamen wir auf die Idee, die Bänke einfach durchzusägen und zu teilen. Schon hatte man deutlich mehr Spielraum in der Kirche. In der Coronazeit konnten wir diese zum Beispiel als Lernraum für Kinder nutzen. Anschließend haben wir begonnen, den Kirchplatz als Treffpunkt zu gestalten. Dann kam die mobile Küche in die Kirche, um zu backen und zu kochen und Essen auszugeben. Schon jetzt ist die Kirche ein multifunktionaler Begegnungsraum, aber wenn wir umgebaut haben, dann können wir den gesamten Komplex des Paul-Gerhardt-Hauses noch viel besser – und ganzjährig - nutzen.

Dennis Schipporeit: Trotzdem wird es weiterhin den Altar und eine Orgel geben, denn es bleibt ein Kirchraum. Früher wurden Kirchen ja auch nicht nur für den sonntäglichen Gottesdienst genutzt. Es waren Handels- und Begegnungsräume – so soll es wieder werden. Hier wird gekocht, gegessen, geredet und ge-

spielt, doch vorne steht der Altar als ein Zeichen, dass wir Kirche sind; und zwar mit vielfältigen Angeboten für alle Menschen.

Was ist konkret geplant?

Antje Stoffregen: Barrierefreiheit ist wichtig, wir wollen aber auch energetisch auf dem neuesten Stand sein – das wird bei dem anstehenden Umbau berücksichtigt. Wir planen zudem ein Café und eine neue Küche, so dass wir hier auch mit vielen Leuten zusammen kochen können. Eine Küche ist immer der

„Unsere unterschiedlichen Schwerpunkte ergänzen sich perfekt, denn wir haben ein gemeinsames Ziel: Für die Menschen da zu sein.“

Mittelpunkt, da findet das Leben statt. Außerdem entstehen Lernräume auf der Empore, die auch als homeoffice-Plätze gebucht werden können.

Dennis Schipporeit: Zusätzlich zum Altar soll eine schlichte und moderne Kanzel in die Kirche kommen. Auch ein Taufbecken findet hier Platz. Mit unserem Vorhaben sind wir eine Art Modellprojekt. In einem Teil des Gebäudes entstehen zukünftig sogar Wohnungen für besondere Zielgruppen. Denn als Kirche werden wir kleiner, diese Entwicklung ist nicht aufzuhalten, und wir müssen uns darauf einstellen – Kirche kann umdenken. Die Arbeit verändert sich, aber wir werden trotzdem nicht schrumpfen, sondern wollen mit den Pfunden wuchern, die wir haben. Für diese Pläne haben wir die großzügige Unterstützung von der Seite der Landeskirche.

Gibt es schon einen Starttermin?

Antje Stoffregen: Wir hoffen zu Weihnachten auf viele grüne Lichter bei den Förderanträgen und Baugenehmigungen. Im Frühjahr sollen dann die ersten Umbauarbeiten starten. Bisher sieht alles zuversichtlich aus. Für die Finanzierung sind wir natürlich noch auf viele Spenden angewiesen, aber die Erfahrung sagt: dass so manches überraschend „vom Himmel fällt“. Unsere Arbeit wird auch über Quartiersgrenzen hinaus sehr geschätzt.



Wie geht es in der Umbauphase mit den zahlreichen Angeboten weiter?

Antje Stoffregen: Das ist ein Thema, das uns allen zurzeit sehr auf der Seele liegt. Wenn wir umbauen, wird das Haus einmal auf links gedreht, wie man so schön sagt. Das gibt viel Lärm, Schmutz und auch Unruhe, so dass wir während der Arbeiten nicht in diesem Haus bleiben können. Deshalb suchen wir relativ kurzfristig eine neue Unterkunft oder Herberge für ungefähr eineinhalb Jahre Bauzeit. Es geht um etwa 200 Quadratmeter Fläche mit Sanitäreinrichtungen, die sich möglichst im Umfeld des Paul-Gerhardt-Hauses befinden sollte. Unsere mobile Küche können wir mitnehmen. Im Moment telefoniere ich viel, um etwas zu finden, das geeignet wäre. Vielleicht hat ja einer der vielen Quadrat-Leser eine gute Idee.

Ende März wollen wir ausziehen und möglichst die Osterferien für den Umzug nutzen, damit wir keine Lücke bei unseren Angeboten haben.

Weihnachten steht schon fast vor der Tür. Wie werden die Festtage in der Gemeinde begangen?

Dennis Schipporeit: Bei uns gibt es klassische und neue Wege. Natürlich bieten wir Krippenspiele, eine Christvesper und die Christmette mit Kerzenschein und Posaunenchor an. Zusätzlich freuen sich viele auf „Oh du fröhliche in den Straßen“ an Heiligabend.

Antje Stoffregen: Dieses Angebot stammt noch aus

Antje Stoffregen

geboren 1963 in Hoya /Weser

Diakonin und als Leiterin des Paul-Gerhardt-Hauses Ansprechpartnerin für alle Themen rund um das Begegnungszentrum und die Kindertafel

der Coronazeit. Die Menschen konnten am Fenster oder auf den Balkonen stehen und draußen an Musik, der Weihnachtsgeschichte und einem Segen teilhaben. Tja, und weil das allen Freude macht, fahren Anna Schlendermann, ein Trompeter und ich Heiligabend von 15.00 Uhr bis 19.00 Uhr mit der Rikscha durchs Viertel. Es gibt 16 Stationen zwischen Ebensberg, Moorfeld, Hanseviertel, und Neu-Hagen und überall wünschen wir uns zum Abschluss gegenseitig „Frohe Weihnachten“. Das ist für mich immer ein sehr emotionaler Nachmittag.

Dennis Schipporeit: Zusätzlich gibt es in den Adventswochen den begehbaren Adventskalender, der auch ein sehr erfolgreiches Format geworden ist. So können wir auf ganz unterschiedlichen Wegen als Kirche in dieser Stadt und in dieser Welt präsent sein. Das ist zukunftsfähig. Unsere Gemeinde an zwei Standorten zeigt ganz wunderbar, wie bunt und vielfältig Kirche ist.



Umbau Paul-Gerhardt-Haus

Durchatmen

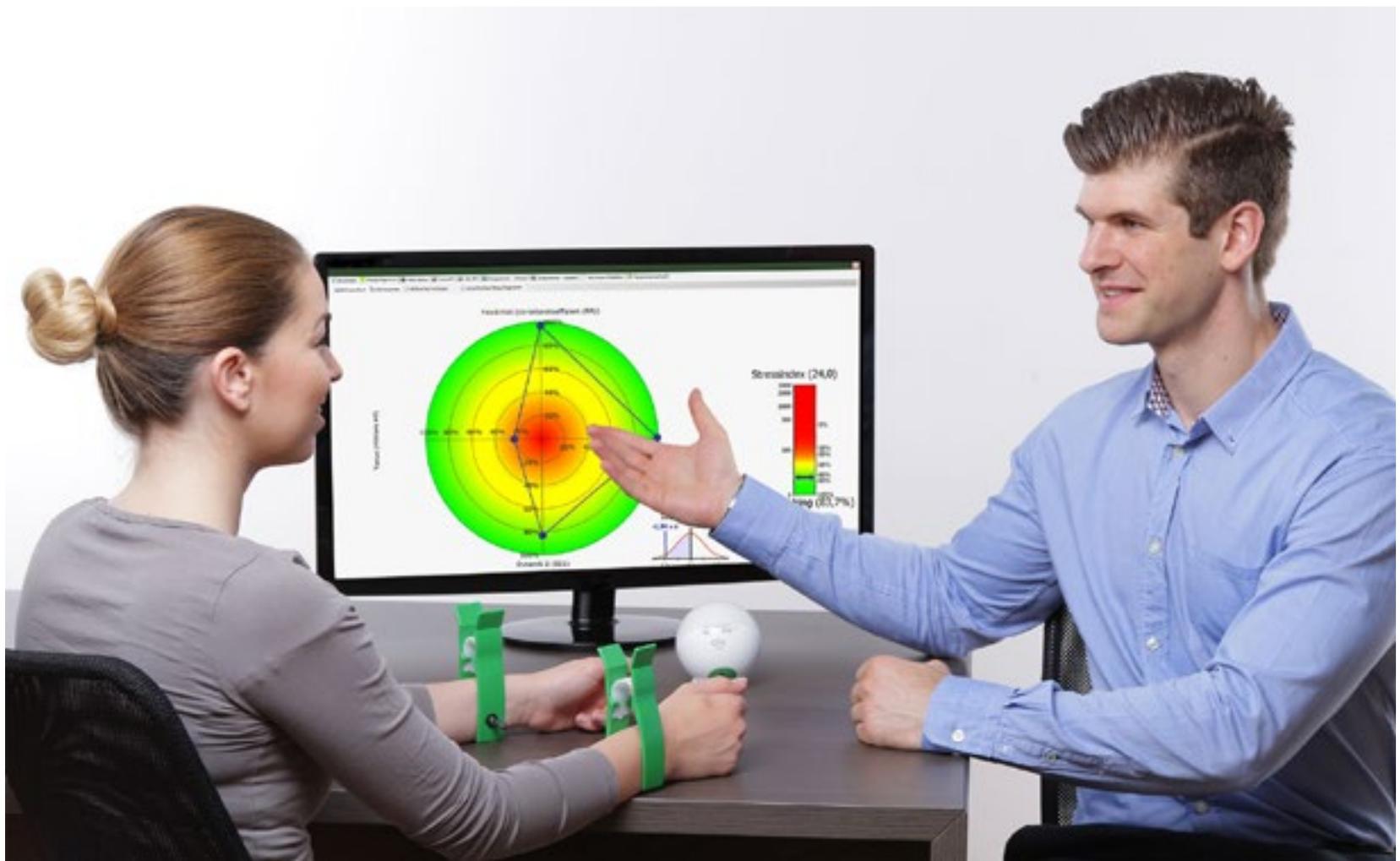
Die Verarbeitung von Stress schlägt sich im Atemmuster nieder und beeinflusst auch die Herzratenvariabilität (HRV)

VON UDO NIESTEN-DIETRICH

Die meisten Menschen gehen wahrscheinlich davon aus, dass der Atem ein rein autonomer Prozess ist, der von selber richtig läuft. Ja, die Fähigkeit dazu beginnt mit der Geburt, aber die Atemstruktur verändert sich im Laufe des Lebens, abhängig von Lebensstilfaktoren. So ist die Atmung kein rein unbewusster Prozess des autonomen Nervensystems, sondern kann auch bewusst kontrolliert und verändert werden. Dieses grundlegende Prinzip bildet den Ausgangspunkt heutiger Stressforschung.

Die Atmung kann uns signalisieren, ob wir in der Lage sind, unseren Entspannungsnerv, den Parasympathikus so anzusprechen, dass wir einen Stressreiz gut und schnell verarbeiten können. Bei jeder Einatmung steigt bei gesunden Menschen die Herzfrequenz, bei jeder Ausatmung sinkt diese nahezu unbemerkt aufgrund der Aktivierung des Parasympathikus. So ist auch zu verstehen, dass bei Atemübungen die Ausatmungsphase immer länger sein sollte als die Einatmung.

Stress aber verändert unser Atemmuster auf dramatische Weise. Es kommt zu einer chronischen Überatmung (Hyperventilation). Dies besagt, dass häufiger und kürzer geatmet wird als sinnvoll und gesund wäre. Chronisch gestresste Menschen weisen häufig ein Atemmuster mit einer Mund- und Brustatmung auf, wobei unser Aktivitätsnerv, der Sympathikus, überwiegt und die Herzfrequenz längerfristig negativ beeinflusst. Dies steht im Gegensatz zur vorteilhaften Nasen- und Bauchatmung (Zwerchfellatmung).



Die entscheidende Aussagekraft für Gesundheit und Leistungsfähigkeit hat in diesem Zusammenhang die sogenannte Herzratenvariabilität (HRV). Diese gibt die Schwankungen der Zeit zwischen aufeinanderfolgenden Herzschlägen an. Die HRV unterscheidet sich damit klar vom Puls. Denn selbst wenn die Herzschläge pro Minute identisch sind, sollten die Abstände zwischen den Schlägen möglichst variabel sein, da dies auf ein flexibles und anpassungsfähiges autonomes Nervensystem schließen lässt. Bei einer entsprechenden Messung der HRV befinden wir uns im Bereich von Millisekunden.

Die HRV ist mittlerweile eine wissenschaftlich anerkannte Methode und gilt als „Frühwarnsystem“ für eine Überlastung und das Auftreten von Krankheiten, insbesondere für Herz-Kreislauf- und psychische Erkrankungen.

Aufzeichnungen, die bis ins dritte Jahrhundert nach Christus zurückgehen, belegen die Beschäftigung chinesischer Ärzte mit dem Thema der Pulsdiagnostik als Vorläufer der HRV. Ein altes chinesisches Sprichwort sagt: „Wenn der Herzschlag so regelmäßig wie das Klopfen des Spechts oder das Tröpfeln des Regens auf dem Dach wird, wird der Patient innerhalb von vier Tagen sterben“ (Wang Shuhe, 300 n.Chr.).

Die Messung der HRV liefert somit wertvolle Hinweise über den Gesundheitszustand des Körpers. Leistungsdruck, Stress und Ermüdung haben großen Einfluss auf unsere HRV. Auch im Leistungssport ist die HRV-Messung schon längst zu einer festen Größe geworden, wenn es um Leistungsdiagnostik und Regenerationszeiten geht. So weisen niedrige HRV-Werte darauf hin, dass die Regeneration des letzten Trainings noch nicht abgeschlossen ist und die nächste intensive Trainingseinheit warten muss. Ein ähnliches Vorgehen würde man sich im ambitionierten Breitensport wünschen.

Die gute Nachricht ist, dass die HRV jederzeit verbessert werden kann. Das Alter, der Fitness- und Gesundheitszustand spielen dabei keine Rolle. Jeder kann durch Atemtraining und sinnvolles körperliches Training selbst etwas zur Verbesserung der Werte beitragen. Der Einsatz lohnt sich: Langzeitstudien belegen, dass die Lebensqualität und Lebenserwartung mit verbesserten Werten steigt.

HRV-Test & Atemtraining

Bei Interesse teste ich Ihre HRV auf EKG-Basis und gebe Ihnen Tipps für ein individuelles Atemtraining. Als Leser des Quadrat Magazins erhalten die ersten zehn Personen, die sich bis zum 23. Dezember 2024 per Mail anmelden, meine Leistung kostenfrei!



■ **Dr. Udo Niesten-Dietrich**

Sportwissenschaftler/
Sporttherapeut
Dozent und Coach
Dr.fit@t-online.de

Foto: Blossign


Castanea Resort
HOTEL | SPA | EVENT | GOLF

-15 %
AUF ALLE
SPA-ANWENDUNGEN

Entspannung für die Region

**Genießen Sie wohltuende Massagen,
Beauty-Behandlungen und entspannende
Wellness-Erlebnisse!**

Unser Spa-Bereich im Castanea Resort bietet
15 % Rabatt* auf alle Anwendungen, exklusiv
für Einwohner aus Adendorf, Lüneburg
und dem Landkreis Lüneburg.

Zeigen Sie Ihren Personalausweis an der
Spa-Rezeption vor, um die Postleitzahl zu bestätigen.
Der Rabatt wird direkt vor Ort angerechnet.

**Wir freuen uns auf euren Besuch und wünschen
eine entspannte Auszeit im Castanea Spa!**

*den Rabatt gibt es nur bei Zahlung vor Ort, nicht bei Online-Buchungen

Best Western Premier Castanea Resort Hotel e. K.
Inhaber: Rainer Adank · Scharnebecker Weg 25 · 21365 Adendorf
04131 - 22 33 0 · info@castanea-resort.de

www.castanea-resort.de

06.12.
2024

20.00
UHR

LKH ARENA
LÜNEBURG

QUADRAT-VERLAG PRÄSENTIERT:

*The most
wonderful time of
the year...*



*Zweite
Große Internationale
Weihnachtsgala*

ALEXANDER EISSELE

mit dem

friends
ORCHESTRA

**Sichern Sie sich
jetzt Ihr Ticket !**
Kartenvorverkauf unter
www.lueneburgtickets.de



Orchesterprobe

Orchester und Chöre

Der Nikolaustag in der LKH-Arena wird ein Fest der Musik

Friends Chor und Mio! Mein Chor

Bei jeder Probe und bei jedem Konzert spürt man es: MIO Mein Chor ist ein echtes Herzensprojekt von Leiter Andrea Marchetti. Rund 50 Sängerinnen und Sänger gehören inzwischen zum Ensemble und sie alle eint der Wunsch, beim Gesang unterschiedliche musikalische Gefühle lebendig werden zu lassen. Das Repertoire umfasst vor allem Popsongs und Musicalmelodien, doch auch Weihnachtslieder wie jetzt beim Auftritt in der LKH Arena gehören dazu.

SOPRAN: Anja Bruns, Beate Feldt, Emilia Püschel, Lisa-Marie Fricke, Maïke Hörmiller, Regine Gent, Sabrina Krafft, Stefanie Becker, Uta Manzke, Antje Possler, Claudia Beerli, Claudia Dibbern, Runa Käsbauer, Susann Sander. **MEZZO:** Andrea Berger-Klein, Angelika Lehmann, Anke Hermann, Carla Ring, Chiara Tenz, Christiane Bleumer, Gabriele Pieper, Ina Krüger, Jasmin Neubauer, Jorina Becker, Karin Haas, Nadia Bustami, Nadja Meyer, Sandra Viereck-Weiß, Tina Renner-Pittin. **ALT:** Britta Wedemeyer, Carolin Bleumer, Ilka Luther, Jessica Gregory, Julia Wiese, Monika Sträter, Petra Bartsch, Susanne Beers, Susanne Blumenthal, Sylvia Hinrichs, Verita Nagel, Vicki Richter. **TENOR:** Jan Beers, Matthew Sly, Norbert Dreher, Magnus Hengevoß. **BASS:** David Scheele, Johannes Richter, Markus Keuter, Markus Riebandt, Matthias Weber, Peter Berger, Rafael Weiss.

Friends Orchestra

Wenn Freunde zusammen Musik machen, dann steht vor allem eines im Vordergrund – das intensive Miteinander und der Spaß. Und das hört man bei jedem Ton. Daher ist das friends orchestra unter der Leitung von Alexander Eissele aus der Lüneburger Musikszene nicht mehr wegzudenken.

Violine 1:	Mari Sakai (KM), Rotislav Golod, Jenny Holewik, Leo Chen-Jui Hu
Violine 2:	Sven Torborg, Sila Santucci, Arne Arvidsson, Jiyeong Yoon
Viola:	Hyunmin Oh, Martina Neumann, Miryam Veggi
Violoncello:	Renate Höchst, Julia Schumann
Kontrabass:	Ulrike Setz
Flöte:	Marta Femenia, Nathalie Hauptmann
Oboe:	Asako Sugihara
Klarinette/Sax:	Thomas Korr, Robert Löcken
Fagott/Sax:	Stephan Schoock
Trompete:	Matthias Rambach, Anton Borderieux
Horn:	Karin Knobloch, Tomasz Walentek
Posaune:	Steffen Happel, Hiroaki Sasaki
Klavier/Keyboard:	Eva Pankoke
E-Bass:	Sebastian Brand
E-Gitarre:	Martin Dohrmann
Percussion:	Tobias Wehrle
Schlagzeug:	Jan-Philipp Meyer



Andrea Marchetti



LÜNEBURG TICKETS

GOLD TICKET

inkl. Wein, Sekt, Bier, Softdrinks & Weihnachtsleckereien

99,55 €



Stiftung
Niedersächsischer
Volksbanken und Raiffeisenbanken



Volksbank
Lüneburger Heide eG

Zweite Große Internationale Weihnachtsgala

ALEXANDER EISSELE

mit dem

friends
ORCHESTRA

FR, 06.12.24

LKH ARENA

SICHERE DIR ANGEBOTE & RABATTE MIT UNSEREM NEWSLETTER!

WWW.LUENEBURGTICKETS.DE

Aere
albrick
Avenir
Blesse, Wiebke
Brauerei „De Lütte“
Cramm, Bettina
Dachs Bier
Drechselhans
Einzigartig
Frank, Igor
Geschmackssache
Greife, Karin
Grote Strickwaren
Happy Luz
Harwardt, Ola
Heumann, Sabi
Ilmenauwasser
Jakubeit, Gudrun

WIEDER DA

REGIONALIEN
von hier

kleenefries
Klosterbiene
Kowood
Kuhlen, Barbara
Metzker, Nadine
Müller-Löbnitz, Annette
Paletta, Linda
Raabe, Gesine
Salz Werk Statt
Scherz, Thorsten
Schokothek
Dr. Scholze Confiserie
Struck, Anja
Sudfeld
Termöhlen, Nicola
Wabnitz
Wichmann, Timo
Wyndberg

BESONDERES AUS UNSERER REGION

An den Brodbänken 8a

JAN GELINSKY & FLORIAN ROLLERT
REGIONALIEN VON HIER GBR

Gegen Cybermobbing

**Soroptimist International unterstützt Schulen im Landkreis Lüneburg,
um gegen Gewalt in sozialen Medien vorzugehen**

VON DENIS AMBROSIUS



Als eines der weltweit größten Netzwerke berufstätiger Frauen mit gesellschaftspolitischem Engagement ist Soroptimist International ein wichtiger Teil einer globalen Organisation, die sich als unabhängige und nichtstaatliche Vereinigung an den Nachhaltigkeitszielen der Vereinten Nationen gesellschaftspolitisch engagiert. Ein Schwerpunkt des Engagements gilt der Bekämpfung von Gewalt - insbesondere der Gewalt, die über soziale Medien ausgeübt wird.

Der aktuellen „Cyberlife“-Studie (Bündnis gegen Cybermobbing) zufolge ist fast ein Fünftel aller Schülerinnen und Schüler in Deutschland von Cybermobbing betroffen.

Am häufigsten berichten betroffene Kinder und Jugendliche (78 Prozent), dass sie online beschimpft oder beleidigt wurden. Etwa 53 Prozent wurden Opfer von Lügen oder Gerüchten. In diesem Fall sind Mädchen etwas stärker betroffen als Jungen. Was die Experten besonders alarmiert: 13 Prozent gaben an, aus Verzweiflung schon einmal zu Alkohol, Tabletten oder Drogen gegriffen zu haben. Mehr als jede vierte betroffene Person habe Suizidgedanken geäußert. Das entspricht in absoluten Zahlen mehr als 500.000 Lernenden, erklärt der Verfasser der Studie.

Die tägliche Nutzung von Smartphones und Tablets bestimmt den Alltag unserer Gesellschaft. Doch Jugendliche müssen lernen, reflektiert, kritisch und verantwortungsvoll mit den neuen Medien und deren technischen Möglichkeiten umzugehen. Mit dem Gebrauch sozialer Medien sind insbesondere Schulen von Themen wie Cybermobbing, Cybergrooming oder der ungefragten Verbreitung persönlicher Bilder betroffen.

Der Lüneburger Club Soroptimist International (SI) möchte Schulen unterstützen, Jugendliche über Rechte und Pflichten als Nutzende des Internets aufzuklären und zu informieren. Konkret haben die Soroptimistinnen im Rahmen einer Ausschreibung Schulen in der Region angeboten, sich für jeweils einen Jahrgang mit bis zu fünf Klassen um die Teilnahme an einem auf die jeweilige Altersgruppe sprachlich und inhaltlich



abgestimmten Webinar „Law4school“ zu bewerben. Neben den Kosten für die Webinare für die jeweiligen Schulklassen übernehmen die Soroptimistinnen auch die Kosten für jeweils ein Webinar für die Eltern und Lehrkräfte. In den Webinaren klärt Rechtsanwältin Gesa von Schwerin über die rechtlichen Konsequenzen für Täter und Opfer auf, berichtet über die psychischen Folgen von Cybermobbing und zeigt auf, wie sich Betroffene gegen Cybermobbing verteidigen können.

„Die Resonanz auf die Ausschreibung für die Teilnahme an dem Projekt war bereits einen Tag nach der Ausschreibung riesig, worüber wir uns sehr gefreut haben“, sagt die amtierende Präsidentin des Lüneburger SI-Clubs Nicola Busch. „Neben der Menge der Bewerbungen haben die Begleitschreiben der jeweiligen Schulen sehr deutlich gemacht, dass der Schulungsbedarf enorm hoch ist,“ ergänzt Birgit Meyer-Thaut als künftige Präsidentin des Lüneburger SI-Clubs.

„Wir wollen auf jeden Fall im Dialog mit den Schulen bleiben, Erfahrungen mit den Angeboten auswerten und versuchen, zukünftige Förderprojekte aufzubauen,“ betonen Anne-Katrin Schwanitz und Karina Holst von den Lüneburger Soroptimistinnen. Gerade in dem Zusammenspiel vieler Akteure in der Präventionsarbeit sieht Arne Schmidt vom Präventionsteam der Polizeiinspektion Lüneburg „... einen großen Erfolgsfaktor in der Präventionsarbeit, die Webinare „Law4school“ seien aufgrund der zielgruppengerechten Ansprache besonders wirksam.“

Der Lüneburger Club von Soroptimist International engagiert sich in den nächsten Monaten in Projekten, um Geldmittel zu generieren, mit denen weitere Angebote für Schulen finanziert werden. „Dankbar wären wir, wenn Bürgerinnen und Bürger und Unternehmen uns in dieser wichtigen Arbeit als Sponsoren unterstützen würden,“ so die Soroptimistinnen. **Interessierte können sich an programmdirektorin@clublueneburg.soroptimist.de wenden.**



Illustration: freepik.com, Foto: Soroptimistinnen Lüneburg



50 JAHRE ZEITGENÖSSISCHE KUNST AUS 5 KONTINENTEN

*...„Ganz wunderbar, hat viel Spaß gemacht.
Ein Hoch auf Ästhetik, Lebenslust und die
Farben!“ ...*

KUNSTSAMMLUNG HENNING J. CLAASSEN

Öffnungszeiten: Do - So / 10 - 17 Uhr
St.-Ursula-Weg 1 21335 Lüneburg Tel. 04131 2260080
www.kunstsammlung-henningjclaassen.de



Lichterglanz der Weihnachtszeit

Schnee verwandelt jeden Garten in ein Winterwunderland. Deswegen freue ich mich sehr, Ihnen im Gartenkieker zum ersten Mal einen verschneiten Garten vorzustellen.

VON BIRGIT KRETSCHMER



Sabrina Franke-Schmitz und Hartmut Franke

Es ist das Refugium von Sabrina Franke-Schmitz und Hartmut Franke in Embsen. Hier beginnt der Lichterglanz schon im Vorgarten. Zwei Kugelahornbäume sind mit Lichterketten umwoben, die in der Dunkelheit wie funkelnde Sterne leuchten. Den Weg zur Haustür säumen zwei hohe Blumentöpfe, die mit Kugeln und glitzernden Sternen dekoriert sind. Vorbei an einer weihnachtlich mit roten Schleifen, Päckchen und Lichtern geschmückten Tanne führt der Weg in den hinteren Teil des Gartens.

Seit wann haben Sie Haus und Garten?

„Das Haus habe 1985 neu gebaut“, erinnert sich Hartmut. „Es war eine Baulücke, die letzte in dieser Straße und komplett bewachsen mit einem Kiefernwald. Da musste ich erst einmal abholzen, bevor der Bau beginnen konnte. Das Haus habe ich mit sehr viel Eigenleistung erstellt.“

Gartentipp im Dezember

Feldsalat, Erbsen, Kohlrabi, Radieschen und Rettich können jetzt ausgesät werden, da diese Sorten einen Kältereiz benötigen.

Fotos: Enno Friedrich

Blieb da noch Zeit und Vorstellungskraft für den Gartenausbau?

„Für die Planung habe ich mir Hilfe von der Gartenbau-firma Berschik aus Garlstorf geholt. Wichtig war mir damals der Sichtschutz zur Straße und zu den Nachbarn und ich wollte mehrere Sitzbereiche haben, um Sonne, aber auch Schatten zu genießen. Die Ausführung lag dann wieder in meiner Hand – Steine verlegen, Höhen ausgleichen, alles in Eigenarbeit. Das Beste ist, dass mir der Garten immer noch sehr gut gefällt.

2003 zog dann meine jetzige Frau mit ihren entzückenden Töchtern Constanze, damals sechs Jahre und Carolin, damals drei Jahre, in Haus, Garten und mein Leben ein.

Sie haben eine Familie geheiratet. Mussten Haus und Garten kindgerecht gestaltet werden?

„Wir brauchten mehr Platz“, berichtet Sabrina. „Hartmut ist Sachverständiger für Kfz-Schäden und Bewertungen und ich decke den kaufmännischen Teil ab. 2006 haben wir die Zimmeraufteilung im Haus neu gestaltet und auf unsere Doppelgarage ein Büro gebaut. 2007 wurde dann der Traum vom Familienpool in Angriff genommen und die Poollandschaft nach eigenen Plänen in den Garten integriert.“

Wer ist für die Deko, insbesondere die Weihnachtsdeko zuständig?

„Für mich ist Weihnachten die schönste Jahreszeit, bei der Weihnachtsdeko darf es gern etwas mehr sein“,



verrät Sabrina lächelnd. „Mein Mann erträgt das und freut sich schon auf den Januar. Er lässt mir bei der Deko immer freie Hand.“

Wann beginnen Sie drinnen und draußen mit der weihnachtlichen Verwandlung?

„Ich würde am liebsten schon im Sommer anfangen, erzählt Sabrina, „habe mich aber mit meinem Mann auf November geeinigt – zum 1. Advent ist größtenteils alles fertig.“

Gibt es noch Rituale, um in Weihnachtsstimmung zu kommen?

„Jedes Jahr vor dem 1. Advent binde ich mit zwei Freundinnen Adventskränze und Gestecke. Dabei kommen wir bei Sekt und Gesang in Weihnachtsstimmung. Der Termin steht jedes Jahr und fällt auch nicht aus“, bekräftigt die Hausherrin.

Wir sind jetzt auf der weihnachtlich geschmückten Terrasse angekommen. Hier fühlt man sich fast wie in einem Wohnzimmer, da die Terrasse überdacht ist. Der Esstisch ist mit Windlichtern, warmweiß leuchtenden Sternen, Tannengestecken und einem großen Tannenbaum mit Lichterkette geschmückt. Hier möchte man gern verweilen und einen Glühwein trinken. Die Rosenbögen des Sommers sind illuminiert, überall gibt es warmes Licht und funkelnde Farben. So wird man in den hinteren Teil des Gartens geführt. Hier gibt es ei-

Sabrinas Pistazienherzen nach Oma Gitti

- 320 g Mehl Typ 405
- 80 g fein gem. Pistazien
- 130 g Puderzucker
- 120 g Butter
- 100 g Creme fraiche
- 100 g Aprikosenkonfitüre
- gehackte Pistazien

Mehl, Pistazien, 100 g Puderzucker, Butter und Creme fraiche zu einem glatten Teig verrühren und 30 Min. kaltstellen. 3 mm dick ausrollen und Herzen ausstechen.

Ofen vorheizen, bei Umluft 175 Grad 11 Min backen. Die Hälfte der warmen Herzen mit Marmelade bestreichen, andere Hälfte daraufsetzen, mit Puderzucker und gehackten Pistazien bestreuen.

Ist der Garten ganzjährig beleuchtet?

„Ja“, sagt Hartmut, „die Rosenbögen leuchten ganzjährig, ebenso die Leuchtkugeln an der Terrasse, alles LED; der Teich wird mit Solarleuchten in Szene gesetzt.“

Bleibt neben Haus, Garten und Arbeit noch Zeit für Urlaub und Hobbys?

„Unser gemeinsames Hobby ist unsere Hündin Withney, die uns viel Freude macht“, erzählt das Ehepaar übereinstimmend. „Ganz wichtig sind uns auch gemeinsame Unternehmungen mit unseren Töchtern und die Pflege von Freundschaften. Bei den Fernrei-

sen steht bei uns Südafrika auf Platz 1, wir waren aber auch schon in Portugal, Spanien, USA, Thailand, Dubai und Italien. Gern unternehmen wir auch Kurzreisen in den Bayrischen Wald, nach Österreich und Dänemark, unsere Lieblingsinsel ist Sylt.“

Wie feiern Sie Weihnachten, gibt es Traditionen?

„Wir lieben es, Weihnachten im Familienkreis zu feiern. Dann kochen wir gern gemeinsam, Heiligabend meistens Roastbeef, anschließend kommt die Bescherung; auch ein guter Wein darf nicht fehlen.

Am 1. Feiertag gibt es dann ganz klassisch die Weihnachtsgans, gern in großer Runde mit Familie und Freunden. Für den 2. Weihnachtstag ist dann Entspannung angesagt. Und bis Sylvester gibt's dann schmale Küche“, sagt Hartmut lächelnd.

Gibt es Gartenprojekte für 2025?

„Tatsächlich ist unsere 20 Jahre alte Thuja am Pool dem Holzwurm zum Opfer gefallen – musste im Herbst gefällt werden. Somit wird die Poolbepflanzung neu gestaltet. Das planen wir gemeinsam im Winter“, freut sich Sabrina schon jetzt.

Was wünschen Sie sich für das neue Jahr?

Sabrina: Gesundheit, Wohlergehen und viele schöne Momente mit Familie und lieben Freunden.

Hartmut: Herrlichen Sonnenschein für 2025, nur zufriedene Menschen und der Politik ein glückliches Händchen.

Mit diesen stimmungsvollen Bildern verabschiede ich mich in die Gartenkicker Winterpause und bedanke ich mich ganz herzlich bei Sabrina und Hartmut für die Einblicke in ihr weihnachtliches Gartenparadies. Ich freue mich schon auf den Blick über die Gartenpforte 2025. Lassen Sie in der hektischen Vorweihnachtszeit den Blick durch Ihren winterlichen Garten und die Natur schweifen, nehmen Sie sich einen Moment zum Innehalten, um die Magie der Weihnachtszeit zu genießen.



Birgit Kretschmer, Kursleiterin „Gartenbesichtigungen“ bei der VHS, schaut für die Quadrat-Serie GARTENKIEKER über den Zaun in fremde Gärten und gibt Einblicke in ihre Gartenwelt auch bei Instagram unter [b_die_gartengestalterin](#)

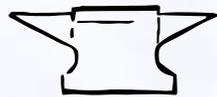
ULRIKE KLERNER

S c h m u c k a t e l i e r



*Wir wünschen
eine schöne Adventszeit!*

Auf der Altstadt 44 | www.ulrike-klerner.de





Theater Lüneburg

Verschenke schöne Stunden! Schenk' Theatergutscheine!



Kartentelefon: 04131 42100 | theater-lueneburg.de



Das „Fest der Liebe“ hat viele Facetten

VON FRIEDERIKE BARTHEL

Freuen Sie sich im Dezember auf das „Fest der Liebe“ - nicht nur im engsten Familienkreis, sondern auch im Theater Lüneburg - in den unterschiedlichsten Facetten, in allen Sparten, in allen Spielstätten. Man muss sich nur entscheiden – besonders, wenn man es musikalisch mag. Das Musical „**Grand Hotel**“ zeigt, wie kleine Gesten ausreichen, damit es den Menschen einen Augenblick bessergehen kann. Am Vorabend des zweiten Weltkrieges treffen im „Grand Hotel“ die verschiedensten Menschen zusammen und erzählen von ihren Verletzungen und Sehnsüchten und wir ahnen, was das mit uns zu tun hat und hören nicht auf, zu hoffen. „**La Traviata – eine Auferstehung**“ thematisiert neben der großen Liebe die käufliche und schafft es über den Theaterabend hinaus, die Men-

schen ins Gespräch und zum Diskutieren zu bringen. Verdis Oper wird einem „Realitycheck“ unterzogen und wir erlauben uns einen modernen Blick auf die zentrale Frauenfigur, auf Violetta. In „**West Side Story**“ ist die Liebe nicht nur groß, sondern auch tödlich. Sie scheitert an sozial-gesellschaftlichen Grabenkämpfen, Rassismus und Gewalt. Aber gleichzeitig bringt sie eines der schönsten Liebeslieder hervor. Und im Jungen Musical „**Alice by Heart**“ entdecken Alice und ihr erkrankter Freund Alfred die erste Liebe und schöpfen in schlimmen Zeiten Mut aus ihrem Zusammenhalt.

Im Familienballett „**Schneewittchen und die sieben Zwerge**“ findet der Prinz sein Schneewittchen und die Zwerge freuen sich mit den Liebenden. Dann ist

es vielleicht gar nicht mehr so wichtig, wer die Schönste im ganzen Land ist. Im T.N.T sorgen die „SomnamBar“ und „**Das kleine Weihnachtsspektakel**“ für gute Laune und gesellige (vielleicht sogar sorgenfreie) Momente.

Am 21. und 22. Dezember kommt das ganze Theater zusammen und feiert mit „**Lulu Mimeuse – Das Fest der Liebe**“. Eine schräge wie tiefsinnige Weihnachtsgala mit Ballett, Arien und Songs. Es bleiben keine Wünsche offen, kein Auge trocken, denn: „Steht der Rauhreif auf der Strassn, friert der Tropfen an der Nasn“!

Alle, die sich nicht entscheiden können, gehen sich am besten alles anschauen. Frohes Fest!



Auf den ersten Blick

„Prima Facie“,
ein aufwühlender Theaterabend

VON FRIEDERIKE BARTHEL

Beate Weidenhammer spielt die Strafverteidigerin Tessa Ensler in dem Gerichtsmonolog „Prima Facie“, einem der meistgespielten Theaterstücke dieser Saison. Tessa Ensler hat sich, aus ärmlichen Verhältnissen kommend, in eine Top Kanzlei hochgearbeitet, sie ist ehrgeizig und klug. Ihr Spezialgebiet ist die Verteidigung angeklagter Sexualstraftäter. Darin ist sie überaus erfolgreich und das macht sie vielleicht nicht für jede und jeden sympathisch, aber sie glaubt fest an das Rechtssystem und darin gilt die Unschuldvermutung. Als Tessa selbst Opfer eines sexuellen Übergriffs wird, findet sie sich auf der anderen Seite im Gerichtssaal wieder und ihr Leben droht auseinanderzubrechen. Das System, für das sie gearbeitet hat, dem sie sich verschrieben und dem sie vertraut hat, lässt sie im Stich. Sie versucht sich dem Strafverfahren mit aller Kraft zu stellen.

Der Monolog schafft es, über sexualisierte Gewalt zu sprechen und bricht damit ein Tabu. Bestenfalls denken wir neu nach und reden über Gerechtigkeit und Macht, über Verantwortungsverschiebung, die in der Frage liegt, was das Opfer an Kleidung getragen hat und ob sie betrunken war.

Das Stück stellt grundlegende Fragen an das Rechtssystem: Wie fair ist das Rechtssystem für Frauen, die sexuelle Gewalt erfahren haben? Welche strukturellen und kulturellen Barrieren existieren, die es Opfern erschweren, Gerechtigkeit zu finden?

Die australische Dramatikerin Suzie Miller beleuchtet die oft vorherrschenden stereotypen Bilder und Vorurteile, die sowohl in der Gesellschaft als auch im Gerichtssaal existieren, und zeigt auf, wie diese das Urteil über die Glaubwürdigkeit von Frauen beeinflussen können. Die Narrative zu überdenken, auf diese Reise nimmt „Prima Facie“ uns mit.

Sehen Sie dieses spannende Stück im T.NT in der Inszenierung von Harald Weiler mit Beate Weidenhammer.



Beate Weidenhammer



Der fabelhafte Die

Mehr als Märchen

Theater für Kinder und Jugendliche

VON FRIEDERIKE BARTHEL

Alle Jahre wieder kommen viele Kinder im Dezember das erste Mal in ihrem Leben ins Theater: es ist Weihnachtsmärchen-Zeit! Leuchtende Kinderaugen, strahlende Gesichter und meistens eine Lieblingsfigur nehmen sie mit. In diesem Jahr erzählt „**Pinocchio**“ von Carlo Collodi für alle ab 6 Jahren davon, wie aus einem Stück Holz ein fröhliches, freches Kind wird. Der Puppenbauer Gepetto schnitzt wie gewöhnlich an einem normalen Stück Holz. Da kichert es auf einmal. Und hat er gerade nicht auch eine Stimme gehört? Aus dem Stück Holz entsteht eine Puppe, die plötzlich quicklebendig ist. Gepetto nennt sie Pinocchio. Kaum zum Leben erweckt, will er hinaus in die Welt. Eigentlich sollte er zur Schule gehen, doch es gibt so viele andere interessante Dinge zu tun. Pinocchio will Abenteuer erleben und alles entdecken, was das Leben für ihn bereithält. Also stolpert er von einem Abenteuer ins nächste. „Pinocchio“ ist ein Stück für die ganze Familie: spannend, lustig, berührend und einfach schön.

Auch im T.3 hat der Dezember Schauspiel für Kinder und Jugendliche zu bieten. Das Schauspiel „**Die zweite Sonne**“ für alle ab 14 Jahren macht Mut, dass es in der Katastrophe manchmal etwas zu lachen gibt. Es ist das Jahr 1999, die Menschen bereiten sich auf die große Sonnenfinsternis vor. Doch anstelle der befürchteten Apokalypse geschieht ein anderes Unglück: Alle Mütter verschwinden spurlos. Eine Reporterin bleibt über die folgenden Jahrzehnte an dem Fall dran und wundert sich über alleinerziehende Väter und weitere neue Realitäten. Über mehrere Generationen verfolgt sie, wie eine Krise nach der anderen die Gesellschaft erschüttert. Derweil betrachten – gelassen und vergnügt – die Kosmischen, eine höher entwickelte Lebensform, das Geschehen von außen. Sie haben in ihrem Paralleluniversum schon lange ein Utopia erschaffen ...

Hoffnung auf eine glücklichere Welt macht auch „**Der fabelhafte Die**“. Erzählt werden (für alle ab acht Jahren) Geschichten vom „anders sein“: von einem Schwan, der endlich eine Ente sein darf und vom stärksten Mann der Welt, der gar nicht immer nur stark sein will. Im Puppentheater (für alle ab 4 Jahren) erzählt „**Elia-Bib**“ wie Igelsprache funktioniert und warum Stacheln nicht immer praktisch sind, aber auch von ganz viel anderem, was die Adventszeit wundervoll macht!

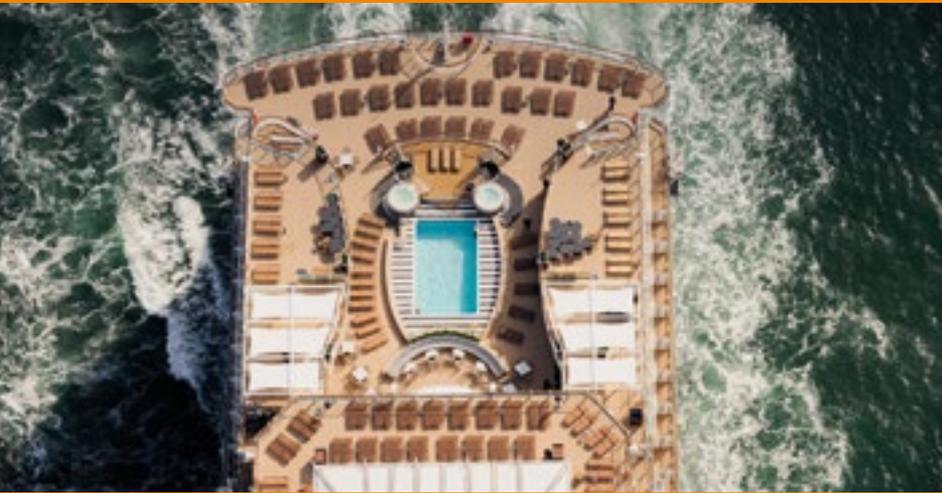
Alle Informationen finden Sie unter www.theater-lueneburg.de

Begleitete Kreuzfahrt auf der Queen Anne mit Susanne Brinkmann: 9 Nächte ab Hamburg

Mit der Queen Anne über die Ostsee



CUNARD



Vom 14. bis 23. Juli 2026



Innenkabine	Außenkabine	Balkonkabine
ab € 1.521,-	ab € 2.031,-	ab € 2.201,-
Boardguthaben* US \$ 55,-	Boardguthaben* US \$ 60,-	Boardguthaben* US \$ 75,-

Queen Anne

Lassen Sie sich von Cunard das neueste Schiff der Flotte, die QUEEN ANNE, vorstellen. Mit einer atemberaubenden Innenausstattung und durchdachten Details gibt es an Bord für jede Stimmung den passenden Ort. Sind Sie auf der Suche nach ultimativer Entspannung? Oder vielleicht einer unvergesslichen Nacht in der Bright Lights Society? Bei so vielen Möglichkeiten weiß man nie, was der Tag auf der QUEEN ANNE bringen wird.

Seit über 180 Jahren setzt Cunard Maßstäbe und definiert diese wieder neu, indem das Erlebnis der Seereise kontinuierlich verfeinert wird. Aus dieser Haltung heraus entsteht das eleganteste Schiff seiner Zeit. Ein Schiff, das von der Vergangenheit inspiriert und für die Zukunft gebaut wurde. Wir freuen uns, Sie an Bord der QUEEN ANNE begrüßen zu dürfen!

Unser Angebot: Bei der Buchung einer Kabine ab Balkonkategorie schenken wir Ihnen ein Extra Bordguthaben in Höhe von USD 100,-

Rufen Sie mich für Ihre Buchung unter 04131 – 99 44 036 an oder vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin in der Agentur in der Dahlenburger Landstr. 83.

Ich freue mich auf Sie! Ihre Susanne Brinkmann

Die Preise verstehen sich pro Person in Euro bei Doppelbelegung der Kabine. Es finden die Buchungskonditionen für Premium Preise Anwendung. Änderungen vorbehalten. Stand: : 28.07.2023

Cunard Line - Eine Marke der Carnival plc – Brodschangen 4 - 20457 Hamburg
REISEAGENTUR BRINKMANN | Dahlenburger Landstr. 83 | 21337 Lüneburg | mobil: 0176 - 30 15 89 74
info@reiseagentur-brinkmann.de | www.reiseagentur-brinkmann.de | Tel.04131 – 99 44 036



REISEAGENTUR BRINKMANN

Das Kraftzentrum

Am Landesstützpunkt Lüneburg trainiert der regionale Volleyball-Nachwuchs. Christoph Schimansky erzählt, was junge Spieler und Spielerinnen mitbringen müssen

VON CARLO EGGELING





Spiel in der Champions League gegen die französische Mannschaft.

Es geht um Leistung. Nur wer gut ist, kommt weiter. Die Haltung „Dabei sein ist alles“, reicht nicht. Landesstützpunkt für Volleyball – zwölf Mädchen und zwölf Jungen kommen einmal die Woche zu einem besonderen Training, es unterscheidet sich von dem, was sie aus ihren Vereinen kennen. Sie erleben, was es bedeuten kann, den Sprung in den Leistungs- und Hochleistungssport zu wagen; oder eben auch, dass es noch nicht reicht. Die Enttäuschung müsse man auffangen, sagt Christoph Schimansky. Der Nachwuchskoordinator der SVG-Volleyballer setzt dabei unter anderem auf Gespräche mit Eltern, heimischen Trainern und Spielern. Das klappe ganz gut, weil sie auch vermitteln: „Das Kadersystem ist durchlässig.“

Die Region ist längst zu einem Kraftzentrum für den Volleyball in Niedersachsen geworden, auch deshalb liegt hier einer der Stützpunkte. Aus mehreren Vereinen zwischen Winsen, Schneverdingen und Lüneburg kommt Nachwuchs in der Regel mit 13, 14 Jahren in Hallen im Schulzentrum Oedeme und Kaltenmoor, um zu trainieren. Die SVG ist der größte Akteur. Wer Talent besitzt und in die Spitzenklasse möchte, muss auf vieles verzichten. Training drei- bis fünfmal die Woche, Matches am Wochenende.

„Sichtungen“ nennt Schimansky, was er und seine Kollegen betreiben. Was bringen die Jugendlichen mit? Wie belastbar sind sie? Entwickeln sie sich weiter? Sie üben „Basics“ in Technik, Athletik und Taktik. Dazu gehört ein Klassiker wie die Kniebeuge, die proben sie mit Gewicht, ein anderer Ansatz sind Drehungen, um den Rumpf zu stabilisieren. Schimansky sagt: „Solche Übungen werden aus Zeitgründen in den Vereinen oft vernachlässigt, dort liegt der Fokus eher auf den Wettkämpfen.“ Dabei achten sie auf den Körper: Das ehe-

mals beliebte Springen von Kästen stärkt die Muskulatur, ruiniert im Zweifel aber die Knie.

Sie üben „lange Ballwechsel, es geht darum, keine Fehler zu machen, den Spielfluss zu halten.“ Wenn es gut läuft, spielen sie mit den Augen, sie fühlen irgendwann, woher der Ball kommt und wo die Lücke auf der anderen Seite des Netzes liegen könnte. Sie proben Positionen durch – wer ist ein guter Zuspieler, wer greift an, wer kann Libero? Koordination und Reaktion, ein bisschen Jonglage: Zwei Spieler, drei Bälle, Zuwurf, ein Ball muss in der Luft schweben.

Die Probephase beleuchtet Einstellung, Talent, körperliche Voraussetzungen. „Kleinere Spieler müssen besser sein als andere“, sagt Schimansky. Ein Zwei-Meter-fünf-Mann drückt den Ball eines 1,80-Gegners herunter. Doch der „Kleine“ ist vielleicht ein guter Libero oder Zuspieler wie Gage Worsley, der für die SVG aufläuft. Wichtig sei, was auch die Trainer der SVG immer wieder betonen, Mannschaftsgeist, Spieler müssen im Team agieren: „Das bessere Team schlägt die besseren Einzelathleten.“

Aus dem Stützpunkt soll ein Leistungszentrum werden. Der Volleyballverband schreibe Bundesligaver-einen vor, nach einer gewissen Zeit so ein Zentrum zu unterhalten, sagt Schimansky, der hauptamtlich für die SVG arbeitet. Der 45-Jährige, gelernter Kaufmann und studierter Lehrer, sieht die SVG auf dem Weg, die Grundlagen habe Vereinsgründer Andreas Bahlburg früh und „visionär“ gelegt. Doch das alleine reiche nicht. Es brauche gute Hallen, eine Verbindung zu Schulen, um Lernen und Sport optimal zu kombinieren; eine erste gute Zusammenarbeit gebe es mit der IGS in Kaltenmoor.

Es klingt nach: viel zu tun, aber wir sind auf einem guten Weg. Wie so oft bei der SVG.

Ü30
Silvester
ALL INCLUSIVE

**31.12.2024
AB 21 UHR**

CASTANEA FORUM

INKL.

LONGDRINKS,
BIER, PROSECCO,
WEIN & SOFTS

FEUERWERK &
LASERSHOW

1 PARTYFLOOR

99 EUR



**TICKETS UND
WEITERE INFOS:
zentralgebaeude.de**



Filmtipps

VOM SCALA PROGRAMMKINO

The Outrun

ab 5. Dezember



Nach mehr als einem Jahrzehnt kehrt Rona auf die entlegenen Orkney-Inseln zurück. Während sie die einzigartige Landschaft, in der sie aufgewachsen ist, wiederentdeckt, vermischen sich ihre Kindheitserinnerungen mit der letzten, von Sucht geprägten Zeit. Ihr damaliger Aufbruch in die große Stadt und die folgenden ausschweifenden Jahre in London endeten in einem schmerzhaften Absturz. Doch nach und nach wird die Begegnung mit der rauen Natur der Inseln zu einer Chance auf ein neues Leben.

Der Spitzname

ab 19. Dezember



Anna und Thomas wollen heiraten und haben die Familie in die Tiroler Alpen eingeladen. Stephan sinniert typisch schlecht gelaunt im Ski-Lift über das Leben. Anna hat überraschend doch noch Karriere als Schauspielerin gemacht und Thomas steht ganz kurz davor, in den Vorstand eines Immobilienkonzerns aufzusteigen – vorausgesetzt, er besteht die obligatorische Sensibility-Schulung. Stephans Frau Elisabeth arbeitet zwar noch als Lehrerin, bessert die Haushaltskasse aber heimlich mit Bitcoin-Handel auf, und René, verheiratet mit Dorothea und mit ihr seit drei Jahren Eltern von Zwillingen, entpuppt sich als überfürsorglicher Helikopter-Vater. Stephan selbst wurde kürzlich als Professor aus der Uni entlassen; es gab da einen Vorfall. Und mit Cajus und Antigone bringt der jugendliche Nachwuchs von Stephan und Elisabeth zusätzliches Chaos in die erhoffte Winteridylle. Am Ende steht nicht nur die geplante Hochzeit auf der Kippe...

Die leisen und die großen Töne

ab 26. Dezember



Thibaut ist ein berühmter Dirigent, der die Konzertsäle der ganzen Welt bereist. In der Mitte seines Lebens erfährt er, dass er adoptiert wurde und dass er auch einen jüngeren Bruder hat: Jimmy, der in einer Schulküche arbeitet und Posaune in der Blaskapelle einer Arbeiterstadt spielt. Die beiden Brüder könnten unterschiedlicher nicht sein, doch eine Sache haben sie gemeinsam – die Liebe zur Musik. Thibaut ist beeindruckt vom musikalischen Talent seines Bruders. Er will die Ungerechtigkeit ihres Schicksals begleichen und seinem Bruder die eine Chance geben, die er nie hatte: sein Talent zu entfalten, seinem Herzen zu folgen und mit dem kleinen Orchester einen nationalen Wettbewerb zu gewinnen. Jimmy beginnt, von einem ganz anderen Leben zu träumen...

Die Saat des heiligen Feigenbaums

ab 26. Dezember



Iman ist gerade zum Untersuchungsrichter am Revolutionsgericht in Teheran befördert worden, als nach dem Tod einer jungen Frau eine riesige Protestbewegung im Land erwacht. Obwohl die Demonstrationen weiter zunehmen und der Staat mit immer härteren Maßnahmen durchgreift, entscheidet sich Iman für die Seite des Regimes und bringt damit das Gleichgewicht seiner Familie vollständig ins Wanken. Während der strenggläubige Familienvater nun mit der psychischen Belastung durch seinen neuen Job zu kämpfen hat, sind seine beiden Töchter Rezvan und Sana von den Ereignissen schockiert und elektrisiert. Seine Frau Najmeh wiederum versucht verzweifelt, alle zusammenzuhalten. Dann stellt Iman fest, dass seine Dienstwaffe verschwunden ist – und er verdächtigt seine Familie...

„Ein zutiefst
erschütterndes
Meisterwerk“
THE NEW YORKER



FESTIVAL DE CANNES
SPEZIALPREIS DER JURY
2024

„Ein Familiendrama über
Widerstand, der im
Kleinen beginnt“
ARD TTT

Die Saat des heiligen Feigenbaums

EIN FILM VON **MOHAMMAD RASOULOF**



MISAGH ZAREH SOHEILA GOLESTANI MAHSA ROSTAMI SETAREH MALEKI



Co-funded by the
Creative Europe MEDIA Programme
of the European Union

MO/IN

FFA

[@diesaatdesheiligenfeigenbaums](https://www.instagram.com/diesaatdesheiligenfeigenbaums)

www.DieSaatdesheiligenFeigenbaums.de



FILMS Boutique

Alameda Film

AB 26. DEZEMBER IM KINO

Moin!

Wir sind für Sie unterwegs zwischen Alster und Michel, zwischen Landungsbrücken und Hamburger Umland VON ANNA KAUFMANN



Bis zum 9. März lädt der Cornelia Poletto PALAZZO in Hamburg zu seiner 9. Spielzeit ein – mit neuem Menü, neuer Show und an einem neuen Standort in Hamburg-Altona.

„Willkommen Lebenslust“ lautet eines der Leitmotive von Palazzo. Schließlich bietet die legendäre Dinner-Show an jedem einzelnen Abend ihrer Spielzeit vieles von dem, was das Leben erst lebenswert macht: Höchsten Genuss mit einem köstlichen 4-Gang-Menü, ansteckenden Humor, großartiges Entertainment, beste Geselligkeit und ein ganz besonderes Ambiente. So entstehen jedes Mal aufs Neue einzigartige Momente. Die Gäste können Artistik, Comedy, Live-Musik und kulinarische Höhepunkte erleben – und das in der einzigartigen Atmosphäre des nostalgischen Spiegelpalasts. Dessen zeitlose Eleganz bietet dafür den idealen Rahmen und lässt die Gäste in eine längst vergangene Welt voller magischer Momente eintauchen, in der sie – getreu dem Palazzo-Motto – nach Herzenslust „lachen, staunen und genießen“ können. Die gelungene Kombination aus Spitzenküche und Entertainment der Spitzenklasse erfreut sich seit nahezu zwei Jahrzehnten großer Beliebtheit, denn ein Abend im Palazzo ist weit mehr als nur Erlebnisgastronomie der gehobenen Art. Das Event präsentiert sich als Summe perfekt inszenierter Details: Essen, Show, Musik, Licht, Service und Ambiente sind aufeinander abgestimmt und fügen sich zu einem rauschenden Fest für die Sinne zusammen.

Wo: Waidmannstr. 26, 22769 Hamburg-Altona, **Wann:** Showbeginn: 19:00 Uhr, Einlass ab 18.00 Uhr, **Web:** www.palazzo.org

Fleetweihnacht



Direkt neben dem Steigenberger Hotel, zwischen Michaelisbrücke und Neuem Wall gelegen, lockt der Weihnachtsmarkt auf der Fleetinsel noch bis zum 23. Dezember mit gemütlicher Gastlichkeit, vielfältigen Geschenk- und Dekorationsideen und ausgesuchten Adventsleckereien. Die Nähe zum Hafen und die Verbindung zur Alster verleihen der Fleetweihnacht ein maritimes Flair. Dafür sorgen auch die Segel-Oldtimer aus dem Museumshafen Övelgönne, die jedes Jahr mit viel Liebe zum Detail weihnachtlich geschmückt am Fleetkai erstrahlen. Stimmungsvolle Adventlichter spiegeln sich im Fleet und der Duft von weihnachtlichen Kräutern und Gewürzen liegt über dem gemütlichen Markt. Dieser zauberhafte und stimmungsvolle Ort lädt zum Innehalten ein, ob mit der Familie, mit Freunden oder Kollegen. Der Fleetweihnachtsmarkt ist nicht besonders groß. Vielleicht ist er gerade deshalb etwas ganz Besonderes in Hamburg. Am bequemsten erreicht man den Hamburger Weihnachtsmarkt mit öffentlichen Verkehrsmitteln: entweder mit den S-Bahnlinien 1, 2 und 3 bis Stadthausbrücke oder mit der U-Bahnlinie 3 bis Haltestelle Baumwall oder Rödingsmarkt. Die Buslinien 3, 6, 35 und 37 halten ebenfalls an der Haltestelle Rödingsmarkt.

Wo: Michaelisbrücke 1, 20459 Hamburg

Wann: bis 22. Dezember, So. bis Do. 12.00 bis 21.00 Uhr, Fr. bis Sa. 12.00 bis 22.00

Web: www.fleetweihnachtsmarkt.de

HafenCity-Weihnachtsmarkt



Fotos: PALAZZO, Jörg Modrow, Florian Janssen

Wenn der Duft von Glühwein und gebrannten Mandeln in die Nase steigt und bunte Lichter den Überseeboulevard erhellen, ist es wieder Zeit für den HafenCity-Weihnachtsmarkt, nur 800 Meter vom Rathaus entfernt in der Hamburger Innenstadt. Vor dem Alten Hafenamt erwartet die Besucher eine ganz besondere Weihnachtswelt: Neben weihnachtlichen Köstlichkeiten und einer exklusiven Weihnachtslounge verzaubert das Überseequartier mit einem festlich geschmückten Wintergolf-Parcours. Nussknacker, Schneemänner, Lebkuchenmännchen und Eisschollen mit Pinguinen dienen als Hindernisse und Ziele auf den 13 winterlichen Bahnen. Noch sportlicher geht es in diesem Jahr auf der zusätzlichen Eisstockbahn zu. Außerdem gibt es eine Adventskalenderverlosung: Täglich um 18 Uhr öffnet der Weihnachtsengel ein Türchen, hinter dem sich insgesamt 47 tolle Preise verbergen. Der Weihnachtsmarkt in der HafenCity ist nicht nur ein kleiner, charmanter Weihnachtsmarkt in zentraler Lage, sondern auch eine gemütliche und warme Lounge mit DJ-Sounds zum Ausklang des Tages!

Wo: Überseeboulevard, 20457 Hamburg

Wann: bis 29. Dezember 2024, täglich 12.00 bis 20.30 Uhr

Web: www.überseequartier-nord.de/weihnachtsmarkt

Verschenke gemeinsame Zeit.

Für Wellness, Kurse oder einen Familienausflug in das Wasserviertel.



Ein Herz für Kinder

Meine Erlebnisse mit Rolf Zuckowski

VON HORST LIETZBERG



Rolf Zuckowski, Deutschlands beliebtester Komponist, Texter und Produzent für Kinderlieder. Er ist mit 77 Jahren noch immer aktiv.

Wenn sich am 6. Dezember in der LKH Arena Lüneburg der Vorhang zur Zweiten Großen Internationalen Weihnachtsgala öffnet, werden die „Buxtehuder Stieglitze“ aufgeregt und mit strahlenden Augen auf ihren Einsatz warten. Mehrere Monate haben die Kinder und Jugendlichen unter der musikalischen Leitung von Julia Tschritter und Jennifer Höhnisch die wunderschönen Lieder von Rolf Zuckowski eingeübt: „Wär' uns der Himmel immer so nah“ und in Plattdeutsch „Dat Joahr geht to End“. Gern wäre Rolf Zuckowski, Deutschlands beliebtester Kinderliederma-

cher, dabei. Leider ist er durch einen lange Zeit zuvor gebuchten Termin verhindert, nach Lüneburg zu kommen. Dennoch ist von ihm eine große Überraschung zu erwarten. Freuen wir uns darauf.

Wohl fast jeder kennt Rolf Zuckowski. Wenn nicht, dann zumindest aber seine Lieder. Ich fragte ihn, was denn wohl am meisten gesungen wird. „Sicherlich mein Geburtstagslied „Wie schön, dass du geboren bist“. Und dann natürlich „In der Weihnachtsbäckerei“. Aber auch „Stups, der kleine Osterhase“, „Immer kommt ein neu-

er Frühling“ und „Kommt, wir woll'n Laterne laufen“ sind nach wie vor sehr gefragt. Die Erwachsenen singen besonders gern „Leben ist mehr“. Und zur Weihnachtszeit „Wär' uns der Himmel immer so nah“, wovon es eine wundervolle DVD von meiner Tochter Anuschka mit Martin Tingvall (Piano) gibt“.

Zuckowskis Lieder haben durchweg schöne, einprägsame Melodien. Und Texte, die aus kindlicher Sicht zum Mitsingen animieren, die Spaß machen. Bei denen sich niemand zu alt fühlt. Wer hört nicht gern: „Meine Mami,

die ist wirklich nett. Jeden Abend bringt sie mich ins Bett. Aber dreimal komm' ich wieder raus, denn ich weiß, das hält sie spielend aus“.

Ich lernte Rolf Zuckowski kennen, als er 1978 sein erstes Album „Rolf's Vogelhochzeit“ herausbrachte und damit überall großes Aufsehen erregte. Es verbreitete sich blitzschnell in Kindergärten und Schulen. Die Resonanz war riesig. Und für ihn ein guter Grund, 1981 „Du da im Radio“ zu komponieren. Die Rundfunksender schickten auch dieses Lied permanent über den Äther. In den Familien wurde gesungen, mehr denn je. Rolf Zuckowski Melodien sind aus dem kulturellen Leben einfach nicht mehr wegzudenken.

Erfolg versüßt. Der berühmt gewordene Komponist, Texter und Produzent veröffentlichte gleich ein Jahr danach „...Ich mag“, in der Version von Volker Lechtenbrink mit dem lustigen Refrain „...und ganz toll dich“. Wieder ein musikalischer Volltreffer! Auch das Fernsehen riss sich immer mehr



um ihn. Sogar Deutschlands größte und beliebteste Fernsehshow „Wetten dass“ lud ihn mit seinem Chor ein. Millionen Zuschauer waren begeistert. Eben weil seine Melodien einprägsam sind und die Texte herzlich und oft auch ein bisschen kess – aus kindlicher Sicht. Das animiert Jung und Alt zum Mitsingen. Wenig später eroberte er sich mit seinen Kindern Platz 1 in der ZDF Hitparade. Darüber hinaus kam es zu einer Zusammenarbeit mit der Aktion „Ein Herz für Kinder“ und der „Deutschen Verkehrswacht“ mit der „Schulweg-Hitparade“.

Die großen Illustrierten befassten sich mit ihm. Der „stern“ schrieb: „Schon wird Rolf das Attribut „Star“ verpasst – was ihm gar nicht recht ist. Stars sind normalerweise entrückt. Zum Image eines Stars gehören Star-Alüren. Rolf will dagegen den Menschen nah sein. Das klingt kokett. Doch tatsächlich trifft er wie kein anderer den richtigen Ton bei seinem Publikum. Rolf Zuckowski, der Rattenfänger. „Papi, wach auf! Beweg' die müden Glieder. Komm aus den Federn raus. Papi wach auf!“

Fotos: Hajo Boldt, Sammlung Hajo Boldt

Be
Brilliant™

WENN
DESIGN
DEN TON
ANGIBT



Styiletto IX – die schlanksten
SLIM-RIC-Hörgeräte der Welt. **Jetzt testen!**

HÖR.
SCHMIEDE.
Hörgeräte. Handwerk. Leidenschaft.

HÖR.SCHMIEDE.

Bardowicker Straße 18

21335 Lüneburg

T 04131-8849379

M lg@hoerschmiede.de

W www.hoerschmiede.de

 /Hoer.schmiede

 /Hörschmiede

Wir sind

HÖREXPERTEN

ihre-hoerexperten.de



Mehr erfahren!



Wiedersehensfreude. Rolf Zuckowski überreicht dem Journalisten Horst Lietzberg seine erste Schallplatte „Happy to be Happy“, die er mit seiner Schulband „The beAthovens“ herausgebracht hatte. Sie kennen sich seit 46 Jahren.

Rolf Zuckowski ist ein echter Hamburger. In Winterhude geboren und aufgewachsen, machte er 1967 in der Albrecht-Thaer-Schule das Abitur. Er studierte an der Hamburger Uni BWL mit Diplom und arbeitete anschließend als Assistent der Geschäftsleitung beim hoch angesehenen Musikverlag Sikorski in Hamburg, wo er das Musikgeschäft von der Pike auf lernte. Schon als kleines Kind zeigte er ein starkes Interesse an Musik. Seine Mutter sang viel mit ihm. So förderte sie sein musikalisches Talent. Gerade 14 Jahre alt, fing er mit Gitarre an, die ihm sein Vater, ein Seemann, geschenkt hatte. Es folgten die Band in seiner Schule und das Schweizer Trio „Peter, Sue & Marc“ sowie die „beAthovens“, mit denen er in Kindergärten und Schulen Konzerte gab.

Ein Leben, vollgepackt mit Liedern, die Millionen Menschen begeistern. Er schaffte es, die Welt aus der Perspektive der Kinder zu beschreiben. Nicht kindlich-naiv, sondern so, dass man sich freuen kann und ertappt fühlt, weil Erinnerungen und Erlebnisse aufkommen. Gern erzählte er mir, woher seine Liebe zur Musik für Kinder kommt. „Ich wurde früh Vater, schon mit 24 Jahren, habe immer oft mit meinen und anderen Kindern gesungen; viele Ideen zu den Liedern kamen aus dem

alltäglichen Leben und aus Spielen mit Kindern. Viele auch auf Reisen, insbesondere auf langen Autofahrten. Es waren über die Jahre sicherlich tausende Kilometer. Bestes Beispiel: „In der Weihnachtsbäckerei“.

Übrigens, Rolf Zuckowski hat nicht nur für Kinder komponiert, getextet und produziert. Er hat auch Ausflüge in die Schlagerwelt gemacht. Beste Beispiele: Nana Mouskouri mit „Guten Morgen, Sonnenschein“, Paola „Cinema“ und Pepe Lienhard mit „Swiss Lady“ (gemeinsam mit Peter Reber). „Meine eigenen Alben für die Erwachsenen bedeuten vielen Menschen, die mit meinen Kinderliedern aufgewachsen sind, sehr viel. „Hat alles seine Zeit“ ist das bisher letzte in dieser Serie, die 1985 mit „Zeit für Kinder, Zeit für uns“ begann. Besondere Bedeutung hat für viele auch mein Weihnachtsalbum „Stille Nächte, helles Licht“.

Darüber hinaus schrieb er dann auch noch eine Autobiografie: „Ein bisschen Mut, ein bisschen Glück“. Eine gute Überschrift für seine Erfolge, passend für ihn. Denn er stellte sich bei seinem Lied „Kind sein“ (Das Lied der Zukunft) die Frage: Kann es gelingen, auch jenseits der Mitte des Lebens kindliche Kräfte zu bewah-

ren, das Träumen nicht aufzugeben und Fantasie zuzulassen? Erich Kästner machte ihm Mut, das Kind in ihm nicht zu vernachlässigen: „Nur wer erwachsen wird und Kind bleibt, ist ein Mensch“. Und so schreibt er: „Zum 80. Geburtstag des Textdichters Hans Hee („Sierra Madre del Sur“) sang ich das Lied zum ersten Mal für ihn vor seinen Gästen. Die Reaktion von Hans, dessen Frohnatur auch in diesem Alter ungebrochen war, zeigte mir, dass ich mit meiner Botschaft richtig lag: „Kind sein kann man für ein ganzes Leben“.

Seine Kreativität, sein Fleiß und Erfolg konnten natürlich nicht ohne Resonanz bleiben. Die Skala seiner Auszeichnungen ist lang. Besonders hervorzuheben: Zweimal der „Echo“, der „Bobby-Preis“ der Vereinigung Lebenshilfe, die „Goldene Europa“ und das Bundesverdienstkreuz erster Klasse für sein Lebenswerk. Immer wieder engagiert sich Rolf Zuckowski auch für soziale Projekte. „Das war von Anfang an Teil meines Schaffens“ sagt er. „Ich konnte als Musiker für Kinder gar nicht anders denken und handeln. 2004 habe ich mit meiner Frau die Stiftung „Kinder brauchen Musik“ gegründet. Sie soll diese Grundhaltung weit in die Zukunft tragen“. Mit Monika, die er mit 18 Jahren kennen lernte und mit der er drei Kinder hat, führt er eine glückliche Ehe. „Moni ist mein eigentlicher „Lifetime-Award“ (Preis fürs Leben).

Ob er sich, inzwischen 77, einen Ruhestand vorstellen kann, frage ich ihn. Seine Antwort: „Ich bleibe so aktiv, wie es meiner gesundheitlichen Verfassung entspricht. Die ist zurzeit noch gut, was ich sehr zu schätzen weiß. Meine wesentlichen Aktivitäten entfalten sich im sozial-kulturellen Umfeld als Förderer von Kindermusikkultur und als „singender Ehrengast“, insbesondere mit meiner Stiftung „Kinder brauchen Musik“ und dem Verein „Elbkinderland“. Ich bin Pate von vier Kinder- und Jugendhospizen in Hamburg, Bethel, Olpe und Berlin, die ich mindestens einmal im Jahr besuche. Nicht selten singe ich im Seniorenheim oder bei der Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung. Mein Kalender füllt sich aber überwiegend mit Aktivitäten für meine Social-Media Account bei Instagram „der_wahre_rolf_zuckowski“ und Youtube.

Fazit: Bei den Liedern von Rolf Zuckowski geht allen Menschen das Herz auf. Es freuen sich nicht nur die Kinder, sondern auch Eltern, Omas und Opas. Danke, Rolf Zuckowski, Weiter so!



Ab 12. Dezember

WICKED

WICKED erzählt die bislang unbekannte Geschichte der Hexen von Oz. Im Mittelpunkt stehen zwei junge Frauen: Zum einen Elphaba, die aufgrund ihrer ungewöhnlichen grünen Hautfarbe missverstanden wird und ihre wahren Fähigkeiten erst noch entdecken muss, zum anderen die beliebte, ehrgeizige und privilegierte Glinda, die ihr wahres Ich noch finden muss. Die beiden treffen sich als Studentinnen an der Universität Glizz im fantastischen Land Oz und schließen eine ungewöhnliche, aber tiefe Freundschaft miteinander.

Vorpremiere am 04., 06. - 08. Dez



Alle Infos & Tickets auf [filmopalast.de](https://www.filmopalast.de)



Ab 19. Dezember

MUFASA: DER KÖNIG DER LÖWEN

Die Geschichte wird in Rückblicken erzählt und beginnt bei Mufasa als verwaistem Löwenjungen, der verloren und alleine ist, bis er Taka, den Thronfolger der Löwen, kennenlernt. Diese zufällige Begegnung ist der Start einer langen Reise, auf die sich eine außergewöhnliche Gruppe von Außenseitern begeben wird, die auf der Suche nach ihrer Bestimmung sind. Ihre Verbundenheit wird dabei auf die Probe gestellt, als die Freunde einem bedrohlichen und tödlichen Feind entkommen müssen.



Ab 19. Dezember

DER SPITZNAME

Anna und Thomas stehen kurz vor ihrer Hochzeit in den Tiroler Alpen, doch familiäre Konflikte, finanzielle Geheimnisse und überbesorgte Eltern drohen die Feier zu gefährden und führen schließlich zu einer turbulenten Eskalation.

Hermine ist jetzt Fernsehstar. Ihre Besitzerin Katrin Pfeffer und Schauspieler Mehmet Dalgolu, in dessen WG sie bei den Roten Rosen lebt, sind beide Fans der Hundedame.

Auf den Hund gekommen

Hermine ist eine der Neuen bei den Roten Rosen. Die Rolle macht ihr tierischen Spaß. Ein Besuch.

VON CARLO EGDELING

Hermine ist die Neue und dürfte im Nu einige Fans haben – die Hundedame gehört seit Ende November auf den Bildschirmen zu den Akteuren der Roten Rosen. Rund eine Million Zuschauer im Fernsehen und 400 000 in der Mediathek erreicht die Serie aus Liebe, Eifersucht und schönen Bildern von der Ilmenau im Nachmittagsprogramm der ARD laut Sender täglich. Doch da mit einem Vorlauf von mehreren Monaten gedreht wird, gehören die Hündin und ihre Besitzer, Katrin und Peter Pfeffer, schon länger zur Crew, die in Hallen im Hafen gedreht wird.

Zu viel darf man nicht verraten, nur so viel: Hermine lebt in der Reihe als WG-Hund bei Elyas, der in der wirklichen Welt Mehmet Daloglu heißt. In der Serie gehört der 24-Jährige zur Familie Kilic, die unter anderem eine Wäscherei betreibt. Der Schauspieler hat Zeit für ein paar Worte und ein Foto. „Ich wollte immer gern einen Hund haben. Aber ich bin viel unterwegs“, sagt er. Hotels seien nichts für einen Hund. Er streichelt Hermine, mit ein bisschen Fantasie kann man sich vorstellen, dass sie lächelt - die beiden mögen sich. Und Mehmet strahlt: „Wir haben einander gesucht.“

Doch wie ist Hermine zum Film-Hund geworden? Die Pfeffers haben sich beworben – wie 450 andere auch. Es habe ein Casting gegeben, von 23 Tieren sei die Mischung aus Golden Retriever und Königspudel ausgewählt worden, erzählt Katrin Pfeffer: „Sie strahlt eine große Ruhe aus.“ Das sei wichtig, es gab Tests mit Kamera und Mikro, auch als etwas umfiel, habe Hermine nicht aufgeregt reagiert. Trotz Theaterwelt bleibt eines gleich: Auch in der Sendung heißt sie Hermine: „Es wäre irritierend, wenn sie anders gerufen wird.“

Wie ihre menschlichen Kollegen muss die Siebenjährige proben. Katrin Pfeffer, die mit Hermine eine Hundeschule durchlaufen hat, übt mit ihr. Die entsprechenden Drehbücher kenne sie. Für die Pfeffers passen die Drehs, meistens zweimal die Woche, gut in ihren Alltag. Der 74-Jährige ist im Ruhestand, seine Frau, die 56-Jährige leitete eine Förderschule am Schulzentrum in Oedeme, kann nach einer langwierigen Corona-Erkrankung nicht mehr arbeiten.

Die Crew achte darauf, Hermine nicht zu überlasten. Peter Pfeffer sagt: „Tierschutz ist hier selbstverständlich, alle schauen auf ihre Belange.“ Es habe im Vorfeld medizinische Tests und Untersuchungen gegeben, vor Ort stehen Drehpausen an. Die vierbeinige Aktrice aus Hohnstorf wirkt in Szenen so, als mache ihr der Ausflug vor die Kameras Spaß. Katrin Pfeffer ergänzt: „Hermine braucht Aufgaben für den Kopf, die hat sie hier.“

Wenn Pause ist, tollt sie mit anderen Hunden herum, andere Schauspieler und Mitarbeiter bringen ihre Tiere auch mit. Und was sagt Hermine? Die versteht wohl, wenn sie etwas gut gemacht hat, wie zur Bestätigung bellt sie - was sie sonst eher selten macht. Es ist eben ein guter Job.

Foto: Carlo Eggeling



Die LONG-TIME-LINER® Methode - unsere überlegene Methode!

Ein strahlender Ausdruck am Morgen, kein Abschminken am Abend – aus diesem Wunsch heraus wurde Permanent Make-up entwickelt. Erst später wurde erkannt, dass Permanent Make-up das Potential für eine dauerhafte Schönheitskorrektur, sogar eine Typveränderung in sich trägt.

LONG-TIME-LINER® *Long-Lasting Beauty.*

Ästhetik, Perfektion und Natürlichkeit

Als **Permanent Make-up Artist** der LONG-TIME-LINER®-Methode und **absolvierter Masterclass** kreieren wir für Sie einen neuen Style. **Der neueste Trend: „Ombre Eyebrows“ und „Nude Lips“ – Natürlichkeit in Perfektion!**

Testen Sie uns! Kommen Sie zur kostenlosen Vorzeichnung und Beratung nach telefonischer Vereinbarung.

**Gutschein
über eine kosten-
lose Beratung und
Vorzeichnung**



Elite TOP Linergistin
Verena Wöhling
LE VISAGE



Fachinstitut für Permanent Make-up

21365 Adendorf

Telefon: (0 41 31) 4000 111

Mobil: (0177) 372 46 61

www.permanent-make-up-lüneburg.de

Beratungstermine nach Vereinbarung!

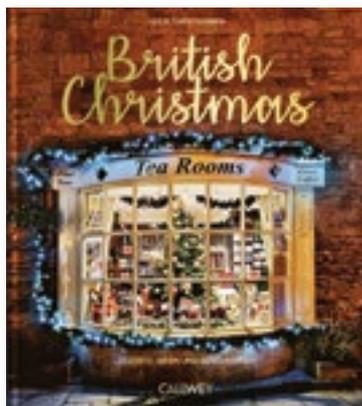
Gelesen

VON LÜNEBUCH

British Christmas

Heide Christiansen

CALLWEY VERLAG

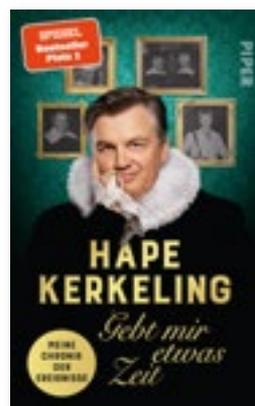


Das diesjährige Weihnachtsbuch aus dem Callwey Verlag steht ganz im Zeichen britischer Traditionen. Die geschmackvollen Bilder stimmen auf besinnliche Feiertage ein und entführen Sie in eine bezaubernde Weihnachtswelt. Mit vielen appetitlichen Rezepten, kreativen Bastelideen und dekorativen Einrichtungstipps kann man sich das einmalige Weihnachtsflair des United Kingdoms direkt ins eigene Zuhause holen. Lassen Sie sich vom winterlichen Großbritannien verzaubern und entdecken Sie die royalen Weihnachtstraditionen von früher und heute.

Gebt mir etwas Zeit

Hape Kerkeling

PIPER VERLAG



Neugierig, ob die Geschichten seiner Großmutter tatsächlich stimmen, unternimmt Kerkeling mit demselben Witz, den man von ihm kennt, einen Abstecher in seine Ahnenforschung. So richtig hat man seiner Oma nämlich nie geglaubt, wenn sie von der Verwandtschaft mit Hochadligen erzählt hat. Kerkeling wechselt in seinen Ausführungen zwischen Erzählungen und Anekdoten aus seiner eigenen Vergangenheit und der seiner Vorfahren. Es war toll, ihn auf seiner Reise zu seinen (Ur-ur-...)Großeltern zu begleiten. Sehr humorvoll, sehr unterhaltsam. Auch das Hörbuch ist sehr zu empfehlen; er hat es fantastisch eingesprochen und die Figuren dadurch lebendig gemacht.

Blutrotes Karma

Jean-Christophe Grangé

TROPEN VERLAG

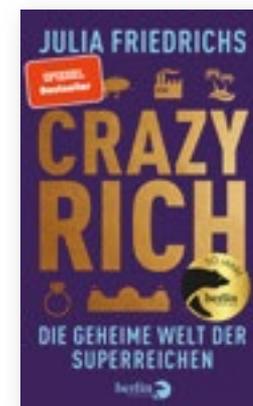


Paris, 1968. Der junge Student Hervé findet seine Freundin in ihrer Wohnung, brutal ermordet und in einer bizarren Pose drapiert. Er und sein Halbbruder Mersch beginnen sofort mit Spekulationen und fürchten, dass es jemand eigentlich auf Hervé selbst abgesehen hat. Inmitten der politischen Unruhen der Studierendenproteste tauchen wir ein in eine Welt voller Hoffnung, Chaos und Neuanfang. Alle haben Träume und Vorstellungen, wie die neue staatliche Ordnung auszusehen hat, aber auch Angst und Zweifel beherrschen die Stimmung. Ein neues Werk des Meistererzählers, der weder an ausschmückenden Details noch an Blut spart.

Crazy Rich: die geheime Welt der Superreichen

Julia Friedrichs

BERLIN VERLAG



„Crazy Rich“ ist eine packende Reportage über die Welt der Superreichen. Julia Friedrichs nimmt uns mit auf eine Reise zu Luxusjachten, Family Offices und Steueroasen und zeigt, wie sich extreme Vermögen in den Händen weniger konzentrieren. Sie stellt die Frage: Wie viel Ungleichheit verträgt unsere Gesellschaft? Das Buch liefert auch exklusive Einblicke in die Lebenswelt der Reichen und beleuchtet kritisch, wie fair unser Steuersystem wirklich ist. Ein augenöffnender Blick auf ein wichtiges Thema, der zum Nachdenken anregt und die Leserinnen und Leser dazu bringt, über die wachsende Ungleichheit in unserer Gesellschaft nachzudenken.

Gehört

VON CHRISTIANE BLEUMER

Dancing Queen – Rameau meets ABBA

Lautten Compagny

DEUTSCHE HARMONIA MUNDI

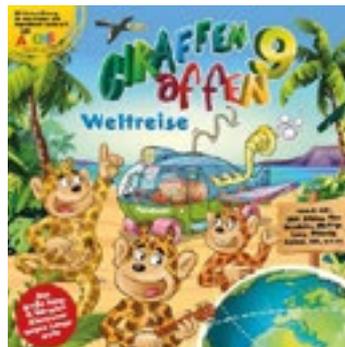


Es ist eine überraschende Symbiose: Die Lautten Compagny Berlin verbindet auf ihrem neuen Album mit Saxophonistin Asya Fateyeva auf faszinierende Weise französische Barockmusik mit Welthits von ABBA. Das vielfach prämierte Alte Musik-Ensemble ist für seine innovativen Projekte bekannt, insbesondere für seine epochen- und genreübergreifenden Kollaborationen. Da traf Philip Glass schon auf Tarquinio Merula oder Henry Purcell auf die Beatles. Ebenso unterhaltend wie ohrenöffnend ergeben sich spannende Entdeckungen. Für die Lautten Compagny und Asya Fateyeva hat Arrangeur Bo Wiget die ABBA-Hits mit viel Wissen um instrumentale Farben und Effekte für Barockensemble gesetzt und die Singstimmen der beiden Sängerinnen Agnetha Fältskog und Anni-Frid Lyngstad kunstvoll auf das Saxophon übertragen. Unbedingt hörenswert!

Weltreise

Giraffenaffen

UNIVERSAL MUSIC



Mit „Giraffenaffen 9 – Weltreise“ gehen die Giraffenaffen Nalu, Taki und Bo auf große Abenteuerreise rund um den Globus – und das, ohne dass man das Wohnzimmer verlassen muss! Diese spannende Reise wird durch Musik zum Leben erweckt, und das Beste daran: Die Giraffenaffen haben jede Menge musikalische Freunde im Gepäck, die einige der bekanntesten Hits und erfolgreichsten Songs der hiesigen Pop-Geschichte extra neu aufgenommen und kindgerecht umgestaltet haben – das beste Rezept gegen Langeweile.

Das Album präsentiert bunte Musik, die dafür sorgt, dass man gar nicht anders kann, als sich einfach zu bewegen – und dabei ist es ganz egal, ob man mit den Füßen trampelt, in die Hände klatscht, mit den Hüften wackelt oder einfach macht, was man gerade will – die Hauptsache ist: Man spürt die Melodie.

Getrunken

VON SÖREN WABNITZ



2022 Château Saint Rémy

CHÂTEAU SAINT RÉMY, BORDEAUX

Kaum eine Region auf der Welt wird so sehr mit hochwertigen Weinen und Weinbautradition verbunden wie Bordeaux. Mit einer Rebfläche von etwa 110.000 Hektar ist sie die größte Weinbauregion der Welt und etwa so groß, wie die gesamte deutsche Weinbaufläche zusammen. Die 50 verschiedenen Appellationen, auf die sich knapp 5.500 Weingüter verteilen, schaffen eine riesige Vielfalt an Weinen, welche der Region ihre einzigartige Komplexität geben. Neben den großen und bekannten Grand-Cru-Chateaux, deren Weine teilweise zu atemberaubenden Preisen gehandelt werden, ist Bordeaux für seine kleinen Familienbetriebe

bekannt, welche absolute Geheimtipps sein können. Das Château Saint Rémy liegt im Gebiet Fronsac, am rechten Ufer der Dordogne, einer der beiden großen Flüsse von Bordeaux. Die kleine Ortschaft gehört zu den unbekannteren Weinregionen in Bordeaux, erzeugt aber immer wieder unheimlich spannende Weine. Die sanft hügelige Landschaft mit ihrem kalkhaltigen Boden eignet sich ideal für den Anbau vollmundiger Rotweine, welche durch den hohen Mineralgehalt im Boden sehr ausdrucksstark und komplex werden. Unser Wein des Monats Dezember ist der Château Saint Rémy aus Fronsac im Bordeaux. Die Assemblage besteht aus Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc und Merlot, eine klassische Bordeaux-Cuvée. Trotz seiner Jugend gibt der Wein unheimlich viel von sich preis. Die Nase zeigt Cassis und rote Waldfrüchte, mit einer leichten Kräuterwürze. Am Gaumen offenbart sich die tiefe, komplexe Aromatik des Weins. Die Tannine sind samtig-weich, was für ein angenehmes Mundgefühl sorgt. Frucht, Komplexität und Tiefgang – ein idealer Wein zu Schmorgerichten und dunklen Aromen, für kalte Weihnachtstage oder als Begleitung vor dem Kamin!

... im Dezember 2024:

Preis 10,50 €/0,75 Ltr.

Lieferung ab 12 Flaschen frei Haus

Und die Abholvergütung gilt:

12 Flaschen bezahlen 13 trinken

www.wabnitz1968.de

post@wabnitz1968.de





Für einen nachhaltigen Tourismus

Aktiv im Ruhestand: Gerwin Schucher hat sich als Freiwilliger sechs Monate in einem sozialen Projekt engagiert

VON GERWIN SCHUCHER



Gerwin Schucher mit Odair Martinez, einem seiner Schüler.

Fremde Länder kennenzulernen, in andere Kulturen einzutauchen – das hat Gerwin Schucher schon sein ganzes Leben fasziniert. Daher ist er auch in der Zeit seiner Berufstätigkeit häufig im Ausland unterwegs gewesen. Seit drei Jahren ist er im Ruhestand und hat beschlossen, dass nun der richtige Zeitpunkt gekommen ist, sich in einem sozialen Projekt zu engagieren. Für Quadrat berichtet er über seine Erfahrungen und Erlebnisse in La Boquilla, einem Fischerdorf in Kolumbien mit afro-karibischen Wurzeln:

Nach einer erfolgs- und ertragreichen beruflichen Laufbahn wollte ich etwas an die Gesellschaft zurückgeben, wollte das Glück teilen, das mich in meinem Leben begleitet hat. Zwar sind die Möglichkeiten als Einzelperson begrenzt, aber es zählen auch kleine Taten. Daher entschied ich mich, für sechs Monate als Freiwilliger im Ausland tätig zu sein. Denn ich bin davon überzeugt, dass Reisen soziale Veränderungen anstoßen kann - sowohl für die Reisenden als auch für die Menschen vor Ort.

Während einer früheren Reise sind wir auf die V Social Foundation gestoßen, eine Non-Profit-Organisation, die seit mehr als 20 Jahren die lokale Entwicklung von Gemeinden in touristischen Zielgebieten fördert. Dazu gehört mit Ecotours auch ein gemeindebasiertes Tourismus-Projekt in La Boquilla, in das acht bis zehn Familien involviert sind, die damit ihr Geld verdienen. Sie werden damit nicht reich, haben aber ein Einkommen und eine Perspektive.

Laut Informationen im Internet leben etwa 11.000 Menschen in La Boquilla. Die Geburtenrate ist sehr hoch, viele Mädchen bekommen ihre ersten Kinder

HOF
AN DEN TEICHEN

HOF Weihnacht

Ein Lob an das
Handgemachte!

am 1., 3. & 4. Adventswochenende
von 12 bis 18 Uhr

Das erwartet Dich:

Winterställe der Tiere * Glühwein und Punsch
Spezialitäten vom Bunten Bentheimer Schwein
Selbstgemachter Flammkuchen und Kürbispuffer
Marktstände und Handwerkskunst
Alles, was uns als Hof ausmacht * und vieles mehr

Besuche uns auf dem *Historischen Christmarkt*
am 2. Adventswochenende in der Lüneburger Altstadt

Weitere
Infos auf
unserer
Website ♥



in Lüneburg Rettmer | Heiligenthaler Straße 1
www.hofandenteichen.de

VERSCHENKE

Kreativzeit



NEUE
TERMINE
2025
ONLINE



**friemel
stube**

RAUM FÜR KREATIVITÄT

Sülztorstr. 2
21335 Lüneburg
Tel.: 0157 740 71 569
friemel.stube.lg@gmail.com



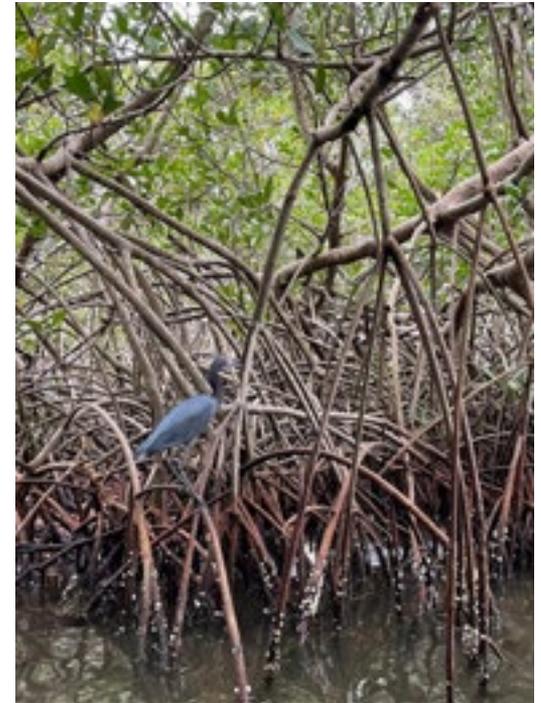
www.friemelstube.de

friemel_stube_lg

schon mit 16 Jahren und haben oft zwischen drei und sechs Kinder. Die Bildungschancen sind gering und die dortige Armut ist offensichtlich. Die meisten Menschen haben nur wenig Geld zur Verfügung, leben von der Hand in den Mund. Zwei Zimmer müssen häufig für sechs Personen zum Wohnen genügen. Ein solches Apartment, wie ich es während meines sechsmonatigen Aufenthaltes gemietet hatte, wird normalerweise von mindestens vier Personen bewohnt.

Ecotours La Boquilla ist eine Initiative, die Fischer ins Leben gerufen haben, um die Lebensqualität ihrer Mitglieder und der Gemeinde zu steigern und gleichzeitig die Umwelt zu schützen. Sie setzen auf nachhaltigen Tourismus, um den Besuchern einerseits ihre traditionelle Kultur näherzubringen, andererseits die Mangroven zu bewahren. Neben einer Führung durch das Ökosystem haben die Gäste die Möglichkeit, einen Tag lang in die Kunst des traditionellen Fischfangs einzutauchen. Einführungskurse in die Köstlichkeiten der karibischen Küche und Cumbia-Trommelkurse ergänzen das Programm. Die heimischen Guides wissen zwar viel über die Natur, doch leider sind die Englischkenntnisse bei der dortigen Bevölkerung begrenzt. Das ist ein Problem für die Touren, denn diese werden hauptsächlich von internationalen Personen nachgefragt. Und so verbrachte ich sechs Monate damit, den Mitglie-

dern der La Boquilla-Gemeinde Englischunterricht zu geben. Eigentlich bin ich Chemie-Ingenieur, aber ich verfüge auch über sehr gute Englischkenntnisse. Das Team von V Social half mir dabei, meine Fähigkeiten und Kenntnisse in Einklang mit den Anforderungen der Projekte zu bringen. Da ich natürlich kein ausgebildeter Lehrer bin, musste ich mich erst dar-





Ein von Ecotours veranstalteter Trommelkurs für Touristen.



auf vorbereiten und noch zu Hause in Lüneburg einen Grundkurs in Englisch entwickeln. Als ich in La Boquilla ankam, besprach ich den Plan mit einem Mitarbeiter von Ecotours, die Kurse wurden dann innerhalb weniger Tage zusammengestellt.

Den Unterricht, der im sogenannten Haus der Kulturen stattfand, bereitete ich in Englisch und in Spanisch vor, denn eine Erklärung auf Deutsch hätten meine Schüler ja nicht verstanden. Dadurch konnte

ich meine Spanischkenntnisse voranbringen - eine echte Win-Win-Situation. Ich habe zwei Gruppen unterrichtet. Den jüngeren Schülern fiel das Lernen relativ leicht. Die andere Gruppe war im Durchschnitt älter und hatte Schwierigkeiten, die Sprache zu lernen. Aber alle waren mit Begeisterung dabei und haben gute Fortschritte gemacht.

Durch die Kurse wurden die Guides in die Lage versetzt, ihre Führungen einem breiteren Publikum anzubieten und somit ihre Verdienstmöglichkeiten in erheblichem Maße zu steigern. Meine Lerngruppen waren daher traurig, als wir den Unterricht beendeten. Auch mir hat es sehr viel Spaß gemacht. In den sechs Monaten sind zudem echte Freundschaften entstanden, mit manchen Schülern habe ich weiterhin Kontakt per WhatsApp. Ich habe mir fest vorgenommen, ein weiteres Mal nach La Boquilla zu fahren, um meine Schüler und die anderen Dorfbewohner wieder zu treffen.

■ **Infos unter: www.vsocialfoundation.org/de, www.ecotoursboquilla.com**

JETZT NEU

MANGO

SOUTH ASIAN KITCHEN

ENTDECKE DIE
KÜCHE PAKISTANS

UNSERE ÖFFNUNGZEITEN:

Di.–So.: 11:30–22:00 Uhr
Heiligabend: geschlossen

Schröderstraße 9
21335 Lüneburg
Tel: 04131 22 55 11
www.mango-lueneburg.de



**Ihr Bombay Place-Team
wünscht frohe Weihnachten!**

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN:

Di.–Fr.: 11:30–15:00 Uhr und 17:30–22:00 Uhr

Sa. & So.: 11:30–22:00 Uhr

Heiligabend: geschlossen

Sültztorstraße 2, 21335 Lüneburg
Tel: 04131 24 66 567
www.bombayplace.de

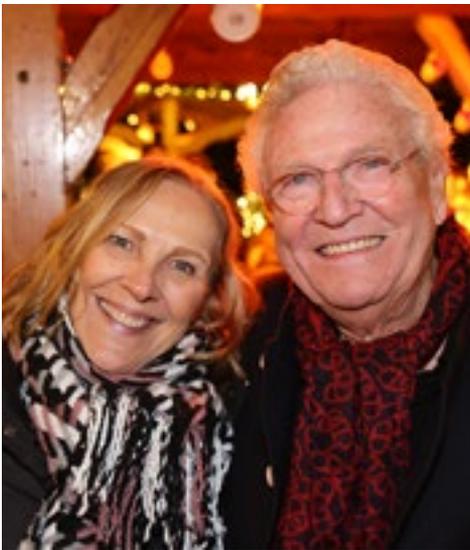


Sundowner

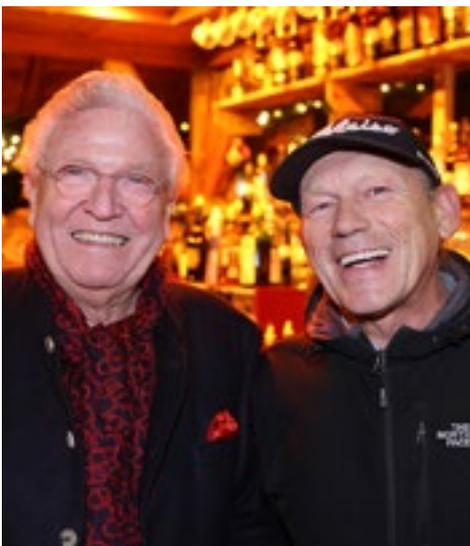
Winterzauber
am Bergström

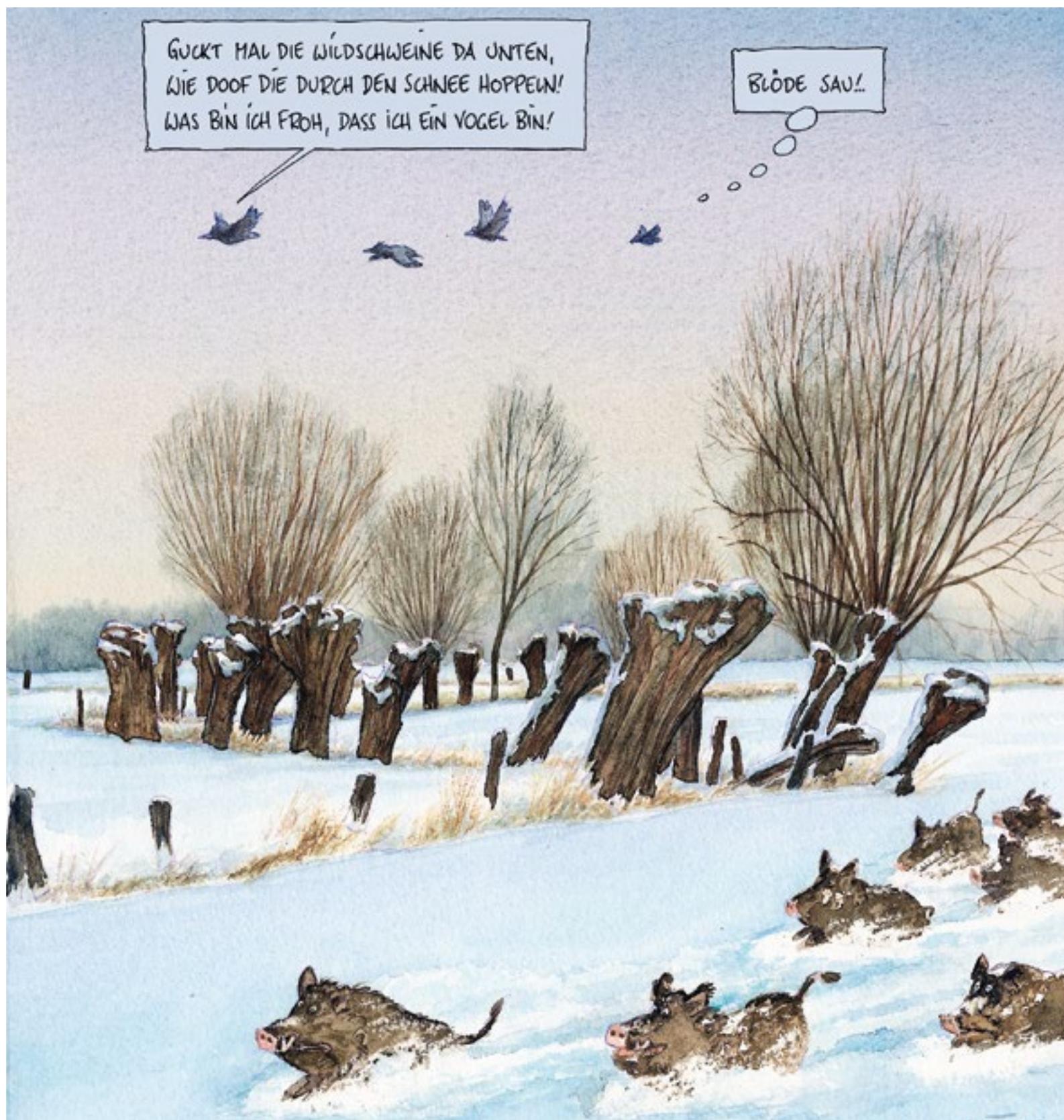
FOTOS: HAJO BOLDT











Pauls Wiehnachtsgeschicht

VUN GÜNTHER WAGENER

Paul un ik, wi kennt uns nu al meist ölven Johr. He arbeitet as Verköper in een Zigarengeschäft an de Court Straat in New York.

Lange Tiet heff ik mi nich wieder üm Paul kümmern. För mi wöör he de blots de lüttje komische Kerl in sien blauet Sweatshirt, de mi Zigaarn un Zeitungen verköpen dee. Meist harr he ´n Witz op Lager, vertell över ´t Weer, över de vulle U-Bahn oder he schimp över de Politiker.

Un denn keem enes Daags de Ogenblick, as he mi fragen dee, ob ik mi nich mol sien Biller ankieken müch. Ik keek temlich verwunnert, aver he weer so begeistert un keek mi so fründlich an, dat ik nich anners künn as „JA“ to seggen.

Keen weet, wat ik mi dacht heff un wat nu op mi tokamen dee. Op alle Fälle nich dat, wat Auggie mi denn in de tokamen Daag wiest hett.

In enen lüttjen Ruum achter den Laden möök he een Pappschachtel apen un haal dor twölf grote, swatte Fotoalben rut, de all gliek utsehn deen.

„Düt is mien Levenswark“, sä he, „un ik bruuk nich mehr as fief Minuten jedeen Dag dorför“. In de vergahn twölf Johr hett he jedeen Morgen Klock söven, wenn he den Laden apen maken dee, een Foto mit Farv maakt, ümmer an de glike Steed un ümmer ut den glieken Blickwinkel. Sien Projekt harr middewiel al över 4.000 Biller, all de Reeg na mit ´n Datum dorünner inbact in de Alben, för jedeen Johr een Album, un dorvun nu al twölf Stück.

As ik anfüng, dor in de Alben rümtoblädern un sien Wark antokieken, wüss ik gor nich, wat ik dorvun holen schüll. Toerst harr ik den Indruck, dat weer dat Verückteste un Mallste, wat ik jemols in mien Leven sehn harr. De Biller segen all gliek ut. Dat ganze Projekt seet vull mit Wedderhalen, ümmer desülvige Straat, desülvigen Hüüs, desülvige Umgebung usw. Mi föll nix anners in, as wieder in dat Album to blädern, ik überschlöög en paar Sieden un keek Paul interessiert an un nick em ok woll to un sä toletzt so ´n beten ut Verle-



genheit: „Ja, interessant, wüchlich interessant!“ He sä nix un keek mi mit ´n breet Smustergrienen in sien Gesicht vun de Siet an. As ik noch ´n beten wieder in dat Album blädern dee, sä he op ´n Mol to mi: „Se sünd to schnell. Wenn Se nich langsomer maken doot, kaamt Se nie dor achter!“

He harr natürlich recht. Wer sik keen Tiet to ´n Henkieken nimmt, de warrt nie nich wat sehn. Nu keek ik nich blots op dat Bild an sik, ik keek op de enkelden Saken op de Biller un maark fix, wat dat dor allens to sehn geev: Dat Weer wessel faken, de Johrestieden künn ik ut ´n anner holen, de Stand vun de Sünn änner sik un dat Gewöhl in de Week, de Ünnerschede an de Wenenenn to de annern Daag un de Rooh an ´n Sünndag. Un denn füng ik an, mi de Minschen op de Biller antokieken: Ik keek op de Gesichter un künn de Ünnerschede sehn:

De Lüüd op den Weg to Arbeit, jedeen Morgen desülvigen Lüüd an de glike Steed, un se verbröchen soto seggen enen Ogenblick vun jedeen Dag mit em tosamem op sien Foto.

Un as ik noch genauer henkieken dee, füng ik an to forschen: Woans seht se ut all de Daag, gaht se risch oder hangt de Schullern daal?

Ik füng an, de „Stimmung“ op de Gesichter to lesen un dach mi ut, wat dor woll achter steken künn. Künn ik mi dor rindenken un föhlen, wat sik woll in de Minschen afspeelen dee?

Ik nöhm mi en anner Album vör. Nu wöör dat för mi nich mehr langwielig un ik wöör ok nich mehr dörcheenanner as to Anfang.

Un denn heff ik dat begrepen: Paul fotografier de Tiet, de natürliche Tiet un de menschliche Tiet. Un dat möök he so, dat he sik op en einzigen, lüürlütten Winkel vun sien Welt opstellen un den op Biller fastholen dee. He hööl „Wache“.

Paul keek op mi un frei sik bannig dull doröver, dat ik mi so in siene Alben rinkeken harr un gor nich wedder loslaten künn vun dat, wat ik dor sehen künn. Un denn füng he an, temlich lies enen Riemel vun Shakespeare opto seggen: „Morgen, morgen un denn wedder morgen, krüppt so mit lüttje Schreed de Tiet vun Dag to Dag.“ Un do begreep ik, dat he genau wüss, wat he maken dee.

Herausgeber

Quadrat Verlag, Edmund Minhoff
Lauensteinstraße 31-33
21339 Lüneburg
Postfach 2123, 21311 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 70 71 72
www.quadratlueneburg.de

Verleger

Ed Minhoff
minhoff@quadratlueneburg.de

Chefredakteurin

Christiane Bleumer (v.i.S.d.P.)
bleumer@quadratlueneburg.de

Redaktion

Irene Lange
Caren Hodel
Horst Lietzberg
Denis Ambrosius

Gastautoren

Carlo Eggeling
Sören Wabnitz
Levi Lange
Anna Kaufmann
Günther Wagener
Friederike Barthel
Birgit Kretschmer
Winfried Marx
Hajo Boldt
Udo Niesten-Dietrich
Tobias Schoo
Gerwin Schucher

Schlussredaktion

Martin Rohlfing

Gestaltung

Bianca Stüben, Imke Olsson
grafik@quadratlueneburg.de

Foto

Enno Friedrich
www.ef-artfoto.de
Hans-Joachim Boldt
hajo.boldt@googlemail.com

Anzeigen & Vertrieb

Ed Minhoff
anzeigen@quadratlueneburg.de

Erscheinungsweise

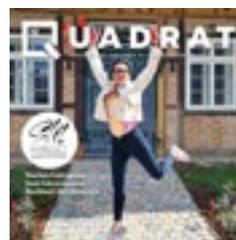
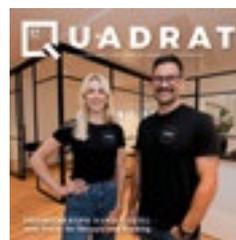
Quadrat ist monatlich und kostenlos
in Lüneburg, Adendorf, Bardowick und
Reppenstedt erhältlich.

Anzeigenpreise

Es gilt die Anzeigenpreisliste 2024
vom 01.01.2024; Download unter
quadratlueneburg.de > Über Quadrat

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.
Copyright für eigens gestaltete Anzeigen und Texte beim
Verlag. Nachdruck und Vervielfältigungen (auch auszugs-
weise), Wiedergabe durch Film, Fernsehen, Rundfunk
sowie Speicherung auf elektronischen Medien nur mit
schriftlicher Genehmigung des Verlages. Für unverlangt
eingesandte Manuskripte oder Fotos übernimmt der Ver-
lag keine Haftung. Mit Namen oder Initialen gekennzeich-
nete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des
Herausgebers wieder.

Die nächste Quadrat-Ausgabe erscheint Anfang Januar 2025



Quadrat abonnieren!

**11 Ausgaben Quadrat-Magazin im Jahresabo – inklusive
Versandkosten für 40,00 Euro! Senden Sie uns eine E-Mail
an info@quadratlueneburg.de unter dem Stichwort
„Quadrat-Abo“ mit Ihrem Namen und Ihrer Anschrift.**

**Die erste Ausgabe erhalten Sie direkt nach Eingang Ihrer
Zahlung. Einfacher geht's nicht!**

Hier liegt das Quadrat für Sie aus

Alcedo · Anna's Café · ArteSanum · Audi Zentrum Lüneburg · Auto Brehm · Bäckerei Harms · Bell & Beans · Best Western Plus Residenz Hotel · Brillen Curdt · Bursian · Café Bernstein · Café Zeitgeist · Castanea Adendorf · Central · Coffee House No. 1 · Dannacker & Laudien · Das Kleine Restaurant · Der Goldmann · Die Genusswelt · Dormero Altes Kaufhaus · Edeka Bergmann (Saline, Loewe-Center) · Edeka Supper & Hamann (Oedeme) · Edeka Tschorn (Am Sande) · Elba Rad · Eli · Elrado · Feinschmeckerei · Feinsinn · Frappé · Freu dich! · Fridos Wine & Coffee · Goldschmiede Arthur Müller · Graubner · Grossmann & Berger · Gut Bardenhagen · Günsche · Hansestadt Immobilien · Hold · Hotel Bargenturm · Hotel Bergström · Jesco v. Neuhooff · Krone · La Taverna · Lieblingsstück · Lünebuch · Mälzer Brauhaus · Mälzer Mühle · Mama Rosa · Marc O'Polo · Mölders · Ochi's Barcelona · Optik Meyer · Optik Warnecke · Ortho Klinik · Osteria Häcklingen · Piccanti · Plaschka · Q5 · Reiseagentur Brinkmann · Reisebüro Rossberger · Resch. Manufaktur Sehen · Ricardo Paul · Röhm's Deli · Roy Robson Markt 3 · Roy Robson Outlet · SaLü · SCALA Programmokino · Schallander · Schokothek · Schlachtereier Rothe · Schuhhaus Schnabel · S&K · Sparkasse An der Münze & Am Sande · Speicherhaus Café · Stadtbücherei · Stadtgespräch · Steakhaus am Sande · Steakhaus zur Alten Schmiede · Street One · Süpke · Tanzschule Beuss · Theater Lüneburg · Tourist Information · Trendholder · Vario-Paper (Kreideberg, Rote-Hahn-Straße) · Venus Moden · Vital & bewegt · Volksbank · Wabnitz Weinhandlung · Wir leben-Apotheken · Wohnstore · Wrede Blumen · Wulf Mode · Wyndberg · Zum Heidkrug · Zum Roten Tore · 25 Minutes



CUPRA

DER NEUE CUPRA TERRAMAR

CUPRA Terramar (Benzin) 1.5 eTSI 110 kW (150 PS) 7-Gang-DSG

Kraftstoffverbrauch nach WLTP in l/100 km, kombiniert: 6,1; Kurzstrecke: 8,0; Stadtrand: 5,9; Landstraße: 5,1; Autobahn: 6,3;
CO₂-Emissionen in g/km, kombiniert: 139; CO₂-Klasse: E. Für das Fahrzeug liegen nur noch Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht mehr nach NEFZ vor.*

Lackierung: Fiord Blau, **Ausstattung:** Climatronic, Außenspiegel elektr. einstellbar, Geschwindigkeitsregelanlage, Full Link, Ledersportmultifunktionslenkrad, Rückfahrkamera, Voll-LED Scheinwerfer u.v.m.

Sonderzahlung:	1.899,- €
Laufzeit:	48 Monate
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km

mtl. Leasingrate ab **399,- €¹**

¹ Ein PrivatLeasing-Angebot der SEAT Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Wird der Vertrag im Fernabsatz geschlossen, besteht ein Widerrufsrecht für Verbraucher. Angebot inkl. Überführungskosten. Angebot gültig für Privatkunden bis 31.12.2024. *Angaben zu Verbrauch und CO₂-Emissionen bei Spannbreiten in Abhängigkeit von den gewählten Ausstattungen des Fahrzeugs. Weitere Informationen bei uns im Autohaus. Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis. Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

AUTOZENTRUM UELZENER STRASSE

Dannacker & Laudien GmbH

Universitätsallee 11, Lüneburg, Tel. 04131 744-420, Sitz der Gesellschaft: August-Horch-Str. 22, 21337 Lüneburg

 / mein-autozentrum.de



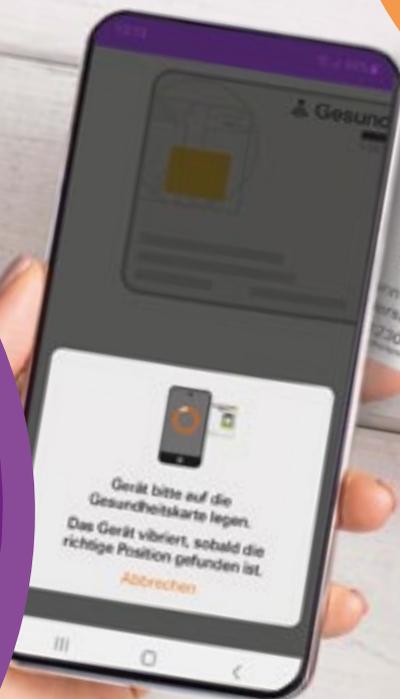
wir leben
wünscht ein gutes
neues Jahr!

Einfach Dein
E-Rezept per

wir leben

App

einlesen!



Gerät bitte auf die
Gesundheitskarte legen.
Das Gerät vibriert, sobald die
richtige Position gefunden ist.
Abbrechen



App drauf • Karte dran
• wir leben kann!

Schnell und einfach Deine E-Re-
zepte mit der Gesundheitskarte per App
einlesen und Deine Medikamente bestellen!

Jetzt kostenlos runterladen
für iOS oder Android:



5 €
BONUS

auf Deinen ersten
Gesundheits-
karten-Scan!*

* Gültig beim ersten Einlesen der elektronischen Gesundheitskarte und Bestellung über die wir leben • App für nicht verschreibungspflichtige Produkte (außer Bücher) ab einem Warenkorbwert von 5,- € und nur für registrierte Kunden.

Dein Gesundheitspartner

