

01
2026

QUADRAT

MAGAZIN ÜBER DAS LEBEN IN LÜNEBURG • KOSTENLOS



5 Säulen – ein Ziel:
dein Wohlbefinden

Thomas Sabo

JEWELLERY & WATCHES

BOLD ELEGANCE



WWW.THOMASSABO.COM

Juwelier
S V P K €

Große Bäckerstraße 1
21335 Lüneburg
04131 / 31713

Liebe Leserinnen und Leser!

Willkommen im neuen Jahr! Ich hoffe, Sie haben den Jahreswechsel genau so verbracht, wie es für Sie am schönsten war. Mit Freunden zu Hause, auf einer größeren Silvester-Party oder vielleicht auch ohne besonderes Event und dafür mit dem Gefühl, dass der 31. Dezember eigentlich ein Tag wie jeder andere ist. In jedem Fall schreiben wir nun das Jahr 2026.

Alles fühlt sich frisch an, ein bisschen unbeschrieben, voller Möglichkeiten. Die Stadt wirkt nach den Feiertagen stiller, nur noch wenige Touristen sind in den Straßen unterwegs – und genau in dieser Ruhe liegt eine wunderbare Chance. Wir dürfen neu sortieren, Pläne schmieden und uns fragen, was wir 2026 anders, besser oder einfach ein bisschen schöner machen möchten.

Lüneburg zeigt uns dabei, wie es geht: Während in den Straßen die letzten Lichter der Weihnachtszeit verlöschen, sprüßen an vielen Ecken schon neue Ideen. Don Panino zum Beispiel erwartet seine Gäste seit Kurzem mit Frühstück, Brötchen und italienischen Köstlichkeiten. Über den neuen Treffpunkt direkt am Marktplatz im Herzen der Stadt können Sie auf der Seite 25 Genaueres erfahren.

Innovativ und jung präsentieren sich die beiden Inhaber der MB Fahrzeugvermittlung. Moritz Muxfeldt und Patrick Braun helfen einerseits beim „Fairkauf“ des Autos und helfen auf der anderen Seite dabei, bei einer neuen Anschaffung genau das Fahrzeug zu finden, das perfekt zu Ihnen passt, S. 28-29.

Wenn ein neues Jahr beginnt, gehört für viele Menschen auch der mehr oder weniger kritische Blick auf die eige-

ne Fitness dazu. Hier kommt das Fit Team ins Spiel, das seit mehr als zehn Jahren das Wohlbefinden und die Gesundheit in den Mittelpunkt stellt. Das ganzheitliche Gesundheitscoaching sieht den Menschen als Einheit aus Körper, Geist und Lebensstil – ein echtes Erfolgsrezept. Näheres können Sie auf den Seiten 10-11 nachlesen.

Neuigkeiten gibt es auch von der Lüneburger Tafel. Nach zehn Jahren hat Konstanze Dahlkötter den Vorstand abgegeben. An der Spitze steht nun Wilfried Gericke, als zweiter Vorsitzender unterstützt ihn Walter Brandl und komplett macht das Team Ulrike Radtke als Kassenwartin. Weitere Informationen zur wichtigen Arbeit der Tafel finden Sie auf den Seiten 54-55.

Doch es ist auch Zeit für einen Rückblick. Hätten Sie gedacht, dass es die LZ schon seit 80 Jahren gibt? Erfahren Sie spannende Details der Gründung und gewinnen Sie Einblicke in die zum Glück vergangene Zeit verrauchter Redaktionsbüros aus der

Sicht eines ehemaligen Volontärs, S. 12-14.

Wir freuen uns darauf, Sie auch in diesem Jahr durch Lüneburg zu begleiten – mit Geschichten, Empfehlungen, Terminen und Menschen, die unsere Stadt so besonders machen.

Auf ein inspirierendes und überraschendes Jahr 2026!

Ihre

Christiane Bleumer

Chefredakteurin



Christiane Bleumer

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 in folgenden Fachbereichen: Verkehrsrecht, Arbeitsrecht, Baurecht, Strafrecht, Jagdrecht, Gesellschaftsrecht, Bankrecht, Grundstücksrecht, Familienrecht, Miet- und Immobilienrecht, Erbrecht, Allgemeines Zivilrecht und Forderungseinziehung.



Bessemerstr. 3 · 21339 Lüneburg

Tel.: (04131) 789 600 · www.kgsw-anwaelte.de



Auch 2026 wieder
für Sie am Start!

In dieser Ausgabe

Editorial	3	SVG Lüneburg	48
von Christiane Bleumer		Tyler Koslowsky – ein Leben für und mit Volleyball	
FIT TEAM Lüneburg	10	Horst Lietzberg	50
Die 5 Säulen fürs Wohlbefinden		Meine Erlebnisse mit Ingrid van Bergen	
80 Jahre Landeszeitung	12	Musiktage Hitzacker	53
Ein Besatzungskind feiert Geburtstag		Über geheime Botschaften	
Gelbe Leitern	16	Lüneburger Tafel	54
Gemeinsam für die Lüneburger Tafel		Ein neuer Vorstand	
Parlü	23	Interview	58
Begegnungsstätte für Jung und Alt		Erleben Sie Dr. Leon Windscheid	
Neueröffnung „Don Panino“	25	Abgelichtet	60
Italienisches Flair direkt am Marktplatz		im neuen „Don Panino“ am Marktplatz	
Lünecom	26		
Glasfaser-Experten einfach online buchen			
MB Fahrzeugvermittlung	28		
Autowechsel leicht gemacht			
Eulen-Schutz	30	Standards	
Der NABU Lüneburg setzt sich für die Vögel ein		Suchbild des Monats	09
Gesundheit	32	In aller Kürze	17
Zuckerfrei leben		Kolumne	24
Weihnachtsgala 2025	34	Gelesen – Buchtipps	38
Ein Rückblick auf einen ganz besonderen Abend		Gehört – Musiktipps	39
Theater Lüneburg	45	Getrunken – Weintipp	39
Konzert gegen das Vergessen im Libeskind Auditorium		Neu im Kino	40, 56
Theater Lüneburg	46	Moin	42
Fame – Musical mit Blick auf die nächste Generation		Marunde	64
Treffpunkt TamTam	47	Plattsnacker	65
Musicalstar Thomas Borchert erwartet Sie		Impressum & Adressen	66



Eingespielt und motiviert!

Unser Team mit seiner 24/7 Einsatzbereitschaft und unsere umfangreiche und spezialisierte Flotte optimieren anspruchsvolle Einsätze und Arbeitsprozesse durch Qualität und Effizienz.

Die Profis für die schweren Fälle!

seit 1924
BRUNS
 KRANVERMIETUNG GMBH



MOIN

Ein neuer Betriebshof der kreiseigenen Busgesellschaft
MOIN entsteht im Lüneburger Hafen



Foto: Hajo Boldt



ANNA`S CAFÉ

Lüneburg

*Ein großes Dankeschön an unsere Gäste
& unsere Mitarbeiter für ein tolles Jahr 2025.
Wir wünschen Euch eine besinnliche Weihnachtszeit mit
Euren Lieben, einen guten Rutsch, Freude, Erfolg und
vor allem Gesundheit in 2026!*



ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag – Sonntag
9:00 Uhr – 17:00 Uhr

info@annas-cafe.de | Salzstraße am Wasser 6
21335 Lüneburg | 04131 - 8843179



PEUGEOT 3008



JETZT ZU ATTRAKTIVEN KONDITIONEN!

DAS SUV-COUPE DER NÄCHSTEN GENERATION

Abb. zeigt nicht angebotenes Beispielfahrzeug.

A U T O
brehm

Kombinierte Werte für den PEUGEOT 3008 Mild Hybrid GT 145 e-DSC6,
100 kW (136 PS) gem. WLTP: Kraftstoffverbrauch: 5,4 - 5,6 l/100km;
CO₂-Emissionen: 121-126 g/km; CO₂-Klasse: D

Suchbild

Januar 2026



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. Januar an gewinn@maelzer-brauhaus.de.
Zu gewinnen gibt es in diesem Monat zweimal Kaffee & Torte für zwei Personen.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, die Gewinner werden per E-Mail benachrichtigt.



Lösung des Dezember-Fotos:
Kämmereiflügel des Lüneburger Rathauses
Gewinner der Dezember-Verlosung:
Thomas R / Petra J

mälzer

für kurze Zeit:

TangoPerle

das doppelgehopfte
helle Mälzer Bier

Kuchen und Torten

bieten wir aus eigener Bäckerei
und aus der Konditorei
Sööt un Soltig
von Davina an



Dienstag 21. April ab 19:00

KOMISCHE NACHT

zum Lachen in den Keller gehen...
5 Comedians unterhalten mit
ihren Kurzprogrammen
Tickets unter:

www.mitunskanmanreden.de

Winterterrasse

bis 04. Januar
haben wir unsere
gemütliche Terrasse
noch geöffnet



5 Säulen – ein Ziel

Dein Wohlbefinden und Deine Gesundheit stehen beim Fit Team im Mittelpunkt

Das FIT TEAM Lüneburg steht nunmehr seit über zehn Jahren für hocheffektives Personal Training. Das Leistungsangebot hat sich zu einem ganzheitlichen Gesundheitscoaching entwickelt, das den Menschen als Einheit aus Körper, Geist und Lebensstil betrachtet. Denn nachhaltige Veränderungen entstehen nicht durch einzelne Maßnahmen – sondern nur durch das Zusammenspiel gesundheitsrelevanter Kernbereiche, die gemeinsam Deine Gesundheit und Leistungsfähigkeit stärken.

Dabei verfolgt FIT TEAM immer einen salutogenetischen Ansatz, der beinhaltet, dass die Gesundheit durch Aufbau eigener Ressourcen gestärkt

werden soll. Bevor eine Funktionsstörung zu einer Krankheit wird, steuern wir durch individuell geeignete Maßnahmen entgegen.

Um persönliche Ziele wirklich zu erreichen, lohnt sich die Betrachtung aller relevanten Faktoren. Je nach Bedarf rücken unterschiedliche Säulen und damit Inhalte in den Fokus – immer mit dem Ziel, Dich stabiler, leistungsfähiger und ausgeglichener zu machen.

Die 5 Säulen zur Gesundheit

1. Bewegung

Gezielte Aktivität bildet die Basis körperlicher Gesundheit. Sie verbessert Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und fördert ein gesundes Körpergefühl.

Die Muskulatur ist dabei unser wichtigstes Stoffwechselorgan. Bei jedem Training werden über 300 stoffwechselaktive Substanzen zu zahlreichen Zielorganen im Körper und ins Gehirn transportiert.

Die positiven Auswirkungen reichen von der Vorbeugung eines Diabetes mellitus, einer Osteoporose, von Herz-Kreislauf-Erkrankungen bis hin zur Prävention einer Depression oder Demenz-Erkrankung.

2. Atmung

Die Atmung ist unser direkter Zugang zum Vegetativen Nervensystem.

Wir atmen in der Regel nicht bewusst und machen uns vielleicht auch wenig Gedanken über diesen Automatismus, der

uns mit Sauerstoff versorgt. Dabei zeigt unser individuelles Atemmuster, ob wir in der Lage sind, wirklich zu entspannen.

Eine bewusste Atemtechnik beeinflusst Stressniveau, Konzentration, Haltung und Leistungsfähigkeit. „Richtiges Atmen“ balanciert das vegetative Nervensystem aus und trägt maßgeblich zur mentalen und körperlichen Stärke bei.

3. Regeneration & Erholung

Anpassung und Fortschritt entsteht nicht im Training, sondern vor allem in der Pause. Die Schlafqualität und gezielte Regenerationsstrategien sorgen dafür, dass Körper und Geist wieder auftanken – für langfristige Gesundheit und stabile Stress-Resilienz.

4. Stoffwechsel & Ernährung

Nährstoffe, Energiehaushalt und Stoffwechselprozesse wirken unmittelbar darauf, wie wir uns fühlen und wie leistungsfähig wir sind. Eine individuelle, alltagstaugliche Ernährungsstrategie schafft die Grundlage für Vitalität, Körperzusammensetzung und Wohlbefinden.

5. Emotionale Gesundheit

Innere Stabilität, mentales Gleichgewicht und ein gesunder Umgang mit Stress sind entscheidend, um Ziele nachhaltig zu erreichen. Emotionale Gesundheit stärkt Resilienz und ermöglicht ein Leben mit mehr Klarheit, Gelassenheit und Lebensfreude. Über Resilienzfaktoren verfügen wir alle, sie sind jedoch oft sehr unterschiedlich ausgeprägt. Bewusstsein über die eigene Resilienz hilft, um vor allem diejenigen Faktoren zu erkennen, die es zu stärken gilt.





5 Säulen – ein Ziel: dein Wohlbefinden.

Fazit:

Die 5 Säulen zeigen, wie ganzheitlich Gesundheit verstanden werden kann. Durch die Kombination aus Bewegung, Atmung, Regeneration, Ernährung und emotionaler Balance entsteht ein nachhaltiges Fundament für mehr Leistungsfähigkeit, stärkere Resilienz und ein dauerhaft gesteigertes Wohlbefinden.

Wenn Sie neugierig geworden sind, nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf und wir schauen uns gemeinsam die für Sie relevanten Säulen der Veränderung an.

Vielleicht sind Sie in Teilbereichen bereits gut aufgestellt, so dass wir uns auf die wichtigsten Dinge konzentrieren und so insgesamt ihre Ressourcen stärken.

FIT TEAM Lüneburg – für Deinen Weg zu einem starken, gesunden und ausgeglichenen Leben.



■ **FIT TEAM Lüneburg**
Gesine Ratajczyk
Tel.: (0171) 512 17 17
gesine@fitteam-personaltrainer.de
www.personal-trainer-lueneburg.de

Ein Besatzungskind feiert 80. Geburtstag

Als selbst LZ-Volontäre in Lüneburg noch wie VIPs begrüßt wurden

von HANS-HERBERT JENCKEL

Es war der vertraute Geruch in diesem ausladend barocken Treppenhaus mit dem grauen Holzhandlauf, der mir die Gewissheit gab: Ich steige hinauf in mein Zuhause – die LZ-Redaktion. Denn im Barockpalais am Sand habe ich Jahrzehnte aufgeschrieben, was die Stadt bewegt. Im Januar feiert die gute alte LZ ihren 80. Geburtstag, ein echtes Besatzungskind. Absehbar zieht die Lokalzeitung vom Sand fast gänzlich raus ins Industriegebiet Hafen. Es zerreißt mir das Herz, auch wenn der Schritt betriebswirtschaftlich alternativlos scheint.

Ich werde jetzt erstmal larmoyant und blicke auf die Nachkriegszeit zurück: Der britische Presseoffizier Major John Seymour Chaloner ist nicht nur Geburtshelfer des „Spiegel“, sondern auch der Landeszeitung, die am 15. Januar 1946 das Licht der Welt erblickt. Chaloner ist im grauen Nachkriegsdeutschland eine Lichtgestalt unter Journalisten, wird als „Vater der Pressefreiheit“ gerühmt. Er gründet, unterwegs im requirierten Roadster des Nazi-Außenministers Ribbentrop, nach dem Krieg in der britischen Besatzungszone ein Dutzend Zeitungen.

Ein Geburtshelfer namens Chaloner

Der britische Presse-Missionar und Frauenschwarm residiert in Lüneburg in einer beschlagnahmten Vorstadt-Villa. Die erste Zeitung, die er in Lüneburg mit seinem Freund Ralph Kingsley herausgibt, ist nicht die LZ, sondern schon am 7. August 1945 im ebenfalls beschlagnahmten Druckhaus der Familie von Stern die „Lüneburger Post“ – ein Blatt der alliierten Militärregierung. Für die Zeitungsproduktion spürt Chaloner vergessene Papierrollen auf, absolute Mangelware, lässt Rotationsmaschinen flottmachen oder requirierte Fahrzeuge für den Vertrieb.

Der Blick in bleiche Hungergesichter

Wie Chaloner das Nachkriegsdeutschland empfindet, zitiert Leo Brawand in seinem Buch „Der Spiegel – Ein

Besatzungskind“: „Meine Uniform trennte mich von den Deutschen, die es vermieden, mir offen in die Augen zu sehen. Die wenigen, die es doch wagten, blickten vorwurfsvoll aus ihren bleichen Hungergesichtern. Jeder schlepppte irgendetwas – einen Sack, ein Bündel Holz, schob einen Kinderwagen oder Handkarren, beladen mit verstaubtem, gerettetem Hausrat.“ In diesem Umfeld gute und unbelastete Journalisten für einen Neustart der freien Presse zu finden, erweist sich im Nachkriegsdeutschland als schwierig. Für Chaloner bleiben im Grunde nur die sehr Alten übrig sowie Überlebende aus Konzentrationslagern und die ganz Jungen, die direkt von der Schule in den Krieg ziehen mussten.

Zudem sind Zeitungen nach angelsächsischem Vorbild in Deutschland per se keine Selbstgänger. Die Edelfedern lieben bisher die Nabelschau, die Melange aus Leitartikel und Feuilleton und nicht die har-

Presseoffizier John Chaloner liebte es im Roadster durch Niedersachsen zu fahren, der früher dem Nazi-Minister Ribbentrop gehörte. Chaloner hat mit Augstein den Spiegel aus der Taufe gehoben und in Lüneburg war er der Geburtshelfer der LZ



ten Nachrichten mit lästigen W-Fragen: Wer hat wann, was, wo, wie und warum getan? Ehemalige Schreiber mit NSDAP- oder SS-Vita sind tabu.

Der erste Chefredakteur

Chaloner schlägt für die LZ als Chefredakteur einen von fünf Lizenzträgern vor: Christoph Ernst Riggert. Er kommt aus der Wandervogel-Bewegung, hatte vor dem Krieg in der linken „Reformschmiede“ Harburg als Junglehrer gearbeitet, war Gewerkschaftssekretär, Sozialdemokrat und bis zur Flucht aus Nazi-Deutschland Chefredakteur der Zeitschrift „Der Volksschullehrer“.

Der Fehlgriff

Neben Riggert sind Ernst Wiesemann, Walter Bergmann und Harald Buhmann als Lizenznehmer für die LZ an Bord. Als zweiten Redakteur empfiehlt Chaloner einen hochgewachsenen, rothaarigen Journalisten: Heinz Diestelmann. Der besitzt eine Contax-Fotokamera, aber, was Chaloner nicht ahnt, auch eine fingierte Biografie. So unterläuft ihm gerade in Lüneburg bei seinen Befragungen und Prüfungen ein kapitaler Irrtum. Das wurmt ihn lange.

Diestelmann hatte eine dicke NS-Vergangenheit. „Er hat mich total zum Narren gehalten“, ärgert sich Chaloner noch beim Interview mit Brawand. „Sein Fragebogen war ein Sack voller Lügen.“

Der Volo im Barockpalais

Aber zurück zur Barocktreppe: Als ich im Spätsommer 1982 mit dem Glockenschlag 10 Uhr im Barockpalais am Sand als Volo die alte Treppe zur Redaktion hochstieg, war ich mir sicher, die LZ-Journalisten trafen sich dort eigentlich nur zum Rauchen und Teetrinken. Eine ungeheure Qualmwolke waberte schon morgens durch den großen Redaktionsraum im ersten Stock. Aber allmählich fing das Klapper-Konzert der Olympia-Schreib-



Oben schenkt der legendäre LZ-Chefredakteur Pleß bei seinem Abschied seinen letzten Volontären ein, Hans-Martin Koch und Hans-Herbert Jenckel (l.).

Unten: LZ-Volo bei der Arbeit, mit links vorne Aschenbecher, rechts Teetasse und natürlich seiner guten alten Olympia-Schreibmaschine als unverzichtbarem Begleiter.

maschinen an, das Ab und An von einer Art aufheulendem Surren und lautem Gefluche zu übertönen, wenn ein Reporter das Manuskriptpapier aus der Walze riss, weil trotz Tipp-Ex der Anfang nicht gelingen wollte.

Alles wurde untermalt vom Stimmengewirr der Telefonierenden – je lauter, desto bedeutender. Ein gewisser Mathias Hajek hatte das lauteste Organ, aber auf seiner Rollkartei das beste Telefonnummernverzeichnis, damals wie heute Gold wert. Fotos, nur schwarz-weiß,

wurden noch mit Fettstift gepixelt und für Copy&Paste gab es Schere und Pritt; allerdings verriet so ein Patchwork-Manuskript, dass der Schreiber mal wieder den roten Faden nicht gefunden hat.

Am ersten Abend war ich vor lauter Rauch und Lärm todkrank. Aber ich habe die Zähne zusammengeissen. Denn selbst als Volontär war man in Lüneburg very important. Die Vorstände der Volksbank luden den Volo zum Bilanzgespräch ins Wellenkamps Hotel ein, erste Adresse am Platz. Kellner Prigge servierte, und nach der vierten Flasche Wein waren wir die letzten Gäste und ich hatte eigentlich schon vergessen, warum ich da war. Am Ende wurde mir eine kleine Gedächtnisstütze in Form eines Manuskripts mit auf den Heimweg zugesteckt.

Ob Ratssitzungen oder Einweihungen, ob Wahlkampf oder Hintergrundgespräche – der Volo wurde hofiert; denn wir reden von einer Zeit, wo nur passierte, was auch in der Zeitung stand. Und so sicher wie das Amen in der Kirche wurde in der Begrüßung gesagt, egal wo: „Wir begrüßen auch Herrn Jenckel von der LZ und hoffen, dass er was Gutes über uns schreibt.“ Dann ging noch der prüfende Blick auf die Suche nach dem Fotoapparat. Das gedruckte Foto war eigentlich wichtiger als der Text. Ich hatte eine Minolta XG 300 mit einem Blitz, der alle Minute einmal auslöste. Den hatte mir der legendäre LZ-Fotograf Josef Makovec verkauft. Aber auf der Richterskala ganz oben stand natürlich der Chefredakteur Helmut C. Pleß.

Pleß, den ich als Volo zu Ratssitzungen begleiten durfte, wurde im Huldigungssaal des Rathauses wie ein Herzog empfangen. Ratsherren dienerten an seinen Tisch und reichten ihm untertänigst Depeschen.

Chef Pleß donnerte: „Platz ist immer“

Wenn Pleß – er schrieb sich mal mit ss oder ß – einen schlechten Tag hatte, fürchtete nicht nur ich mich. Dann tigerte er durch die Redaktion, und sah er zu viele Meldungen in den Ablagen, riss er die Layoutbögen von der Magnetwand und grummelte stets: „Platz ist immer“. Dann verschwand er in seinem Chefbüro, kürzte alles zusammen, diktierte der Sekretärin, er redete druckreif, und kam 'ne Stunde später mit neuem Layout wieder raus.

Am Sande haben wir Reporter die goldene Zeit der LZ erlebt: Die Auflage stieg, die Prämien für Sonderausgaben auch. Die überreichte Verleger Ernst Wiesemann in seinem Zweireiher persönlich und diskret in einem Briefumschlag.

Mein Vertrag zum Lokalchef – ich hatte eigentlich schon bei der Hamburger Morgenpost unterschrieben – war der einzige Besuch in Ernst Wiesemanns Büro. Das war sonst tabu. Es endete mit einem Handschlag, mehr nicht, aber das kam bei Wiesemann einem gedruckten Vertrag gleich.

Welche Bedeutung die LZ bei einer Haushaltsabdeckung von weit über 70 Prozent hatte, wurde mir klar, als Helmut Pleß, der aus dem Ruhestand ab und an noch Manuskripte einreichte, nach meiner Beförderung zum Lokalchef schrieb: „Ich grüße den Fürsten von Lüneburg.“

Der stille Kampf gegen die Rohrpost

Die Zukunft erreichte die LZ in meiner Erinnerung in Form einer Rohrpost. Sie lärmte wie ein Staubsauger. Wenn es getan war, plumpste eine Kartusche mit Post in einen Korb. Und ich bewunderte still den Hausboten, der bis dato Briefe durch das weit verzweigte LZ-Reich in drei Häusern am Sande trug, der nun wie Don Quijote den Kampf gegen die Rohrpost aufnahm, die oft verstopft war, aber am Ende doch siegte.

Die Zukunft zog auch in der Redaktion ein: statt Schreibmaschine ein Redaktionssystem namens „atex“. Die Layouter gingen von Bord, wie auch das Korrektorat aus der Druckerei verschwand, wo bis dahin abwechselnd einer von uns abends noch mal über die Seiten schaute und die Metteure bewunderte, die neben den Leuchttischen mit den Seiten per Skalpell von hinten die Druckfahnen kürzten, bis der Artikel passte. Durch die Redaktionssysteme war das nicht mehr nötig – so wenig wie die Arbeitsstellen.

Das, was man Arbeitsplatz-Verdichtung nennt, ging und geht weiter. Der nächste Quantensprung ist KI, die Künstliche Intelligenz, die Standards besser erledigt als Redakteure, die atemraubende Bilder als Illusion schafft. Onliner waren als Berufsvariante gerade noch die Zukunft im Journalismus, daraus wird so nichts. Was bleibt, sind Reporter, die wissen, was eine Stadt bewegt und die vor Neugier platzen und unverwechselbare Stücke schreiben. Dafür lieben wir die Lokalzeitung.

Wenn es soweit ist mit dem LZ-Umzug, will ich mir irgendwie ein kleines Stück der Treppe sichern. Andernfalls bleibt mir immer noch die Gewissenheit von Jean Paul: Die Erinnerung ist das einzige Paradies, aus dem wir nicht vertrieben werden können.



Kann auch Reisen.

**Urlaub buchen bei Luna-Reiseprofis.
Bis zu 7 % Geld zurück.
Mein Konto kann mehr.**



Sparkasse
Lüneburg

Gemeinsam für die Tafel

Der Lüneburger Einzelhandel setzt ein Zeichen für mehr Solidarität

von CHRISTIANE BLEUMER



Das leuchtende Gelb ist aus Lüneburg inzwischen nicht mehr wegzudenken. Schon seit 2021 prägen die „Gelben Leitern“ das Stadtbild. Was in der Coronazeit vor allem der Stärkung und leichten Erkennbarkeit des innerstädtischen Einzelhandels diente, hat inzwischen immer wieder mit Aktionen und besonderen Events das Leben bereichert. „Wir sind zu einem starken Netzwerk geworden“, betont Karl-Henning Hohmann, Inhaber der Ackermann Taschenmanufaktur. „Unser Symbol der Leiter ist positiv besetzt und allgemein akzeptiert“.

Daher sei es Zeit für etwas Neues gewesen. „Gemeinsam mit Jan Gelinsky, dem Inhaber von Rotherhardt Leder, Michael Onusseit von „Bundweise“ und dem Grafiker Thomas Laukat haben wir zu viert eine Aktion ins Leben gerufen, um den Zusammenhalt in der Gesellschaft zu fördern“, erläutert Karl-Henning Hohmann. Seit vergangenem Dezember tragen die Leitern daher eine weitere Botschaft: „Gemeinsam für die Lüneburger Tafel“. Dafür hat die Gelbe Leiter auch das Lüneburg Citymanagement (LCM) und die Lüneburg Marketing GmbH (LMG) mit ins Boot geholt und gemeinsam mit zahlreichen lokalen Händ-

lerinnen und Händlern, die begeistert mitmachen, diese neue Solidaritätsinitiative gestartet. Es ist eine langfristig angelegte Aktion, um die Bedürftigen in der Hansestadt zu unterstützen. Alle teilnehmenden Geschäfte sammeln in gelbmarkierten Euromärschen und gelben Spendenboxen Beiträge für die Lüneburger Tafel e.V. und machen so gemeinsames Engagement sichtbar.

Der Bedarf der Lüneburger Tafel wächst stetig. Immer mehr Menschen seien mit steigenden Lebenshaltungskosten konfrontiert und wüssten nicht, wie sie ihren Alltag finanzieren sollen. Die Lüneburger Tafel e.V. leistet wichtige Hilfe, doch auch sie stößt zunehmend an ihre Kapazitätsgrenzen. Der Bedarf an haltbaren Lebensmitteln wächst und Unterstützung ist dringend nötig. Hier setzt ab jetzt der lokale Handel ein starkes Signal.

Das Prinzip ist unkompliziert, aber wirkungsvoll: Zahlreiche Lüneburger Geschäfte fungieren ab sofort als offizielle Sammelstellen für haltbare Lebensmittel und Geldspenden. Zu erkennen sind sie an den Gelben Leitern und dem entsprechenden Hinweisschild. Kundinnen und Kunden können beim Einkauf Nudeln, Reis, Konserven, Mehl, Zucker, Kaffee, Speiseöl oder andere haltbare Produkte spenden oder einen Geldbetrag in die bereitgestellte Spendenbox werfen. „Durch die vielen teilnehmenden Geschäfte gibt es nun Sammelstellen quasi direkt in der Nachbarschaft“, betont Karl-Henning Hohmann. Bis jetzt sind es rund 30 Sammelstellen. „Doch wir und die „Gelbe Leiter“ freuen uns auf weitere Läden, die mitmachen möchten.“

■ **Nähere Infos und eine Liste der teilnehmenden Geschäfte unter: www.diegelbeleiter.de**

In aller Kürze

TIPPS UND WISSENSWERTES ZUSAMMENGESTELLT
VON MELANIE MANDT (STAND: 11.12.2025)

**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**

bluesORGAnisation & friends

**Café Klatsch, Lüneburg
Dienstag, 2. Januar
20.30 Uhr**

Blues Bassist Tabbel Dierßen & friends bringen den Blues für Sie ins Café Klatsch. So können Sie das neue Jahr gemütlich in diesem besonderen Ambiente einklingen lassen. Das Ohr wird verwöhnt von altehrwürdigen Blues-klängen, exzellenten Interpretationen und Improvisationen. Lässiger lässt sich der Abend wohl kaum genießen. Infos: cafe-klatsch.org

**Neustart –
Ohne Vorsätze
One World, Reinstorf
Sonntag, 4. Januar
17.00 Uhr**

Das etwas andere Neujahrskonzert: Ein GONGBAD zum Jahresauftakt arrangiert Bernhard Borowski. Die Klangwellen der Gongs schwappen einfach über – da muss man nichts tun, nichts planen, nichts denken – sie fluten von selbst wie tausend Delphine im freien Sprung, dass die

Gischt fliegt und das Herz vibriert. Genießen Sie die Fülle – eine Stunde Sinn ohne Zweck – der Neustart! Bernhard Borowski, Gongmaster nach Don Conreaux, spielt ein Gongbad ins neue Jahr. Infos: 1w-lg.net

Museumszeit für Menschen mit Demenz

**Museum Lüneburg
Mittwoch, 7. Januar
15.00 Uhr bis 16.00 Uhr**

Die MUSEUMSZEIT ist eine spezielle Führung für Menschen mit Demenz. Sie orientiert sich an dem Tempo und den individuellen Bedürfnissen aller Teilnehmenden. In der besonderen Atmosphäre des Museums werden mit allen Sinnen Geschichte und Geschichten neu entdeckt. Im Vordergrund steht dabei das gemeinsame Erleben von schönen Momenten. Dauer der Führung ca. 45 Minuten. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit zum Austausch im Café LUNA. Und das Tollste ist, diese Führung findet jeden 1. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr statt! Infos: <https://museumlueneburg.de> Anmeldung bis Dienstag vor dem jeweiligen Termin

SALE
SALE
SALE



FROHE WEIHNACHTEN UND ERHOLSAME FEIERTAGE!

... doch vorher heißt es noch: **Wintersale** bei Machart – ab sofort wartet **reduzierte Wintermode** für kalte Tage und festliche Anlässe auf Sie!

NEU: PRIVATE SHOPPING

Übrigens: Ab dem kommenden Jahr haben wir montags nicht mehr regulär geöffnet, sondern machen den Start in die neue Woche zum **exklusiven Privat-Shopping-Tag!** Erleben Sie **individuelle Beratung in entspannter Atmosphäre** und entdecken Sie unsere **neuesten Kollektionen ganz ohne Zeitdruck**. Vereinbaren Sie gerne rechtzeitig Ihren persönlichen Termin: Telefon 04131 – 45719 oder 0151 – 50669096.

**HERZLICHE GRÜSSE & BIS BALD,
IHRE KATRIN SOUJON**

**MACH
ART**

Heiligengeiststraße 26a · 21335 Lüneburg · Telefon 04131 – 45719
www.machart-soujon.de · instagram.com/machart_lueneburg

unter 04131 72065-80 oder E-Mail an buchungen@museumlueneburg.de. Individuelle Termine auf Anfrage, E-Mail an: a.hubert@museumlueneburg.de

Kinderclub

Ostpreußisches Landesmuseum
Donnerstag, 8. Januar
15.00 Uhr bis 17.00 Uhr



© Ostpreußisches Landesmuseum

Auf die Suche nach dem Piratenschatz geht der Kinderclub mit Iwona Krüger, wenn sich alle Schatzsucherinnen und Schatzsucher auf eine spannende Reise in die Zeit der Hanse begeben. Sie erfahren, wie der Handel im Mittelalter funktionierte, welche Waren über die Meere transportiert wurden und welche Gefahren auf den langen Reisen lauerten. Nach der Entdeckungstour in der Ausstellung geht es im Museum selbst auf Schatzsuche: Es gilt, gemeinsam den versteckten Piratenschatz aufzuspüren. Anschließend gestalten die Kinder im Atelier eigene Schatzkisten aus Holz und verzieren sie mit Perlen, Muscheln oder schönen Steinen. Das Programm bietet eine große Portion Abenteuer und Kreativität. Der Museums- Kinderclub ist kostenlos, für Schulkinder von 6 bis 12 Jahren, immer am 2. & 4. Donnerstag und der Einstieg mit Anmeldung jederzeit möglich: Tel. 04131 759950 oder bildung@ol-lg.de Infos: ostpreussisches-landesmuseum.de



© Dossmann

Lieder für Herz

und Hirn

One World, Reinstorf
Freitag, 9. Januar
20.00 Uhr

Bei Hermann Dossmann zerfließen die Grenzen zwischen Rock, Blues, Folk und Co. Prägend für seinen Stil ist neben der charakteristischen Stimme die Mischung aus druckvollem akustischem Gitarrenspiel und technischen Finessen, wie den elektronischen Percussions, die er live bedient. Es werden neben eigenen Text- und Musikkompositionen auch bekannte Rock-, Pop- und Blues-Songs mit phonetisch ähnlichen deutschen Titeln und Texten gesungen. Aus „Get Back“ der Beatles wird „Gebäck“- ein Lied über unwiderstehliche kulinarische Reize. Der poetische Themenbogen umfasst Facetten zwischen lustig bis sentimental, so dass es nie langweilig wird. Dossmann schreibt seine Lieder seit Jahren bewusst mit deutschen Texten. Infos & Tickets: 1w-lg.net

Straight to the Heart

Foyer Museum Lüneburg
Freitag, 9. Januar
20.00 Uhr

Leonora Tomanoski – wenn Sie ihren Namen noch nicht kennen, wird es höchste Zeit, ihn sich zu merken. Im Jahr 2024 – im Alter von gerade einmal 17 Jahren –

traf diese außergewöhnliche Saxophonistin auf den renommierten Bassisten Hervé Jeanne. Schnell stellten beide fest, dass sie eine gemeinsame Leidenschaft für die Musik der Saxophon-Legende David Sanborn teilen. Die Mitglieder des Sanborn Projects zählen zu den besten Musikern der Szene und bringen ihre Spielfreude und technischen Fähigkeiten eindrucksvoll zur Geltung. Gemeinsam erschaffen sie ein musikalisches Erlebnis, das von groovenden Basslines, übertriebenden Schlagzeug-Rhythmen bis hin zu klangvollen Saxophon-Soli reicht. Am Freitag, 23. Januar folgt die nächste Veranstaltung im Museumsfoyer. Unter dem Motto A Night at the Museum: Chasin' the Blues eröffnet die JazzIG Hausband den Abend mit einem Set zu Ehren des Blues, im zweiten Teil ist die Bühne frei für Gäste. Infos und Karten über: www.jazzig.net

Katerina Poladjan – Goldstrand

Heinrich-Heine-Haus
Mittwoch, 14. Januar
19.30 Uhr

An der bulgarischen Schwarzmeerküste entsteht in den 1950er Jahren ein Ferienort: Goldstrand, geplant als Platz an der Sonne für alle. Auf der Baustelle wird Eli gezeugt. Sechzig Jahre später hat er seine größten Erfolge als Filmregisseur längst gefeiert und liegt auf der Couch seiner Dottoressa in Rom. Er mutmaßt und fabuliert seine Familiengeschichte, die durch ein ganzes Jahrhundert und quer über den europäischen Kontinent führt, von Odessa über Konstantinopel und Warna in Bulgarien bis nach Rom. Die Autorin Katerina Poladjan wurde in Moskau geboren, wuchs in Rom und Wien auf, schreibt Theatertexte und Essays, erhielt Preise und Ehrungen und liest heute Abend für Sie. Infos & Tickets: www.literaturbuero-lueneburg.de

Psychospielchen

Salon Hansen

Freitag, 16. Januar

20.00 Uhr (Einlass 19.00 Uhr)

„Psychospielchen – für alle, die spielerisch erleben wollen, wie Menschen ticken“ ist eine Mitmachshow für alle ab 16 Jahren. In spannenden Experimenten und Aufgaben führt Spielentwickler und Moderator Ronald „Ron“ Hild durch überraschende Herausforderungen. Psychologe Prof. Dr. Stephan Buchhester ordnet das Geschehen mit einem Augenzwinkern wissenschaftlich ein. Sie können dabei „Erfolgssucher“ oder „Risikovermeider“ kennenlernen, erfahren, wie viele Informationen unser Gehirn pro Sekunde verarbeitet und warum unser Reptilienhirn dafür sorgt, dass wir gerne bereit sind, eine Person vor den Bus zu werfen, die eigentlich zu unserer Herde gehört. Erfahren Sie neue Facetten an sich selbst und lernen Sie Besonderheiten unserer Psyche kennen - Wissen, das im Alltag helfen kann! Infos & Tickets: salon-hansen.com

Baltische Bildungseinrichtungen

Ostpreußisches Landesmuseum
Freitag, 16. Januar
18.30 Uhr

„Baltische Bildungseinrichtungen. Orte, Akteure und Konzepte“ ist der komplette Titel der neuen Kabinett-ausstellung, die bis zum 15. März besichtigt werden kann. Die Eröffnung umfasst eine Einführung durch Mitkuratorin Dr. Silke Pasewalck vom Bundesinstitut für Kultur und Geschichte der Deutschen im östlichen Europa (BKGE) sowie ein Grußwort von Prof. Dr. Kerstin von Lingen, Vorsitzende

der Verbandsstiftung der Baltischen Ritterschaften. Bildung ist ein Schlüsselthema der baltischen Geschichte und prägt bis heute das Selbstverständnis Estlands und Lettlands. Über Jahrhunderte beeinflusste die deutsche Oberschicht Orte, Strukturen und Konzepte der Bildung im Baltikum. Die Ausstellung gibt einen Einblick in einflussreiche Bildungseinrichtungen für Deutschbalten, Esten und Letten und zeichnet so zentrale Etappen der baltischen Bildungsgeschichte vom Mittelalter bis zur Gegenwart nach. Infos: ostpreussisches-landesmuseum.de Anmeldung: Tel. 04131 759950 oder info@ol-ig.de



Wendepunkte
KulturBäckerei
Samstag, 17. Januar
16.00 Uhr (Vernissage)

Wer auf das eigene Leben blickt, wird Ereignisse, Momente und Erlebnisse finden, die vieles verändert haben. Mit solchen „Wendepunkten“ beschäftigt sich die gleichnamige Gemeinschaftsausstellung in der KulturBäckerei Lüneburg. Das in der KulturBäckerei ansässige Theater zur weiten Welt von Birgit Becker und Raimund Becker-Wurzwallner hatte die Idee, aus authentischen Wendepunkten von Lüneburgerinnen und Lüneburgern ein Theaterstück zu formen. Jetzt weitet sich das Projekt

aus auf die gesamte KulturBäckerei: Alle Ateliers und die Kunstschule Ikarus setzen das Thema in individuellen Werken um. Die Ausstellung läuft bis Sonntag, 8. März. Der Eintritt zur Ausstellung ist frei. Die letzten Aufführungen des Theaterstücks „Wendepunkte“ finden statt am Freitag, 16. Januar, sowie am Sonntag, 18. Januar und Sonnabend, 24. Januar, jeweils um 19.30 Uhr.

Sfugato
Emmauskirche, Adendorf
Sonntag, 18. Januar
17.00 Uhr

Unter dem Titel „Sfugato“ spielt das Alinde Quartett im Rahmen der Adendorfer Serenade ein Programm mit Werken von J. M. Kraus, C. Schumann, F. Mendelssohn Bartholdy, sowie von F. Schubert und L. v. Beethoven. Das Alinde Quartett, benannt nach Schuberts gleichnamigem Lied, genießt international großes Ansehen für sein vielseitiges Repertoire und die gelungene Verbindung von Tradition und Innovation. Ob auf historischen oder modernen Instrumenten – ihr Programm reicht von Werken der Renaissance über romantische Streichquartette bis hin zu zeitgenössischen Auftragskompositionen. Infos: www.adendorf.de, Tickets: adendorferserenade.reservix.de

Wandern total –
Die Welt
zu Deinen Füßen
Konzertscheune,
Gut Wienebüttel
Sonntag, 18. Januar
19.00 Uhr

Christine Thürmer, die meistgewanderte Frau der Welt, hat nach über 65.000 Kilometern auf fünf Kontinenten festgestellt: Gewandert wird zwar überall,

The advertisement features a blue background with a large, stylized logo for "SFB24.de" in the center. The logo consists of a green speech bubble shape above the letters "SFB24". Below the logo, the text "24h Senioren- & Familien-Betreuung" is written in red. The main headline "IHRE AUSZEIT IN 2026 MIT UNSERER" is in yellow, followed by "UNTERSTÜTZUNG!" in a larger yellow font. Below this, there are two sections: "VERHINDERUNGSPFLEGE ZUHAUSE" and "FÜR IHRE ANGEHÖRIGEN", both in white text on blue and green horizontal bars. Further down, the text "24 STD-LANG- & KURZZEITBETREUUNG" is in white on a blue bar. At the bottom, the text "IHR VERLÄSSLICHER PARTNER SEIT" and "ÜBER 22 JAHREN IN LÜNEBURG" is in white. The contact information at the bottom includes "24h Senioren- & Familien-Betreuung", "Vera Sicking & Anja Hauptmann GbR", "Marcus-Heinemann-Str. 36", "Tel.: 04131 – 400 53 60", and "Email: service@sfb24.de".



Wer möchte König werden?

**Am 14. Februar startet die Wahl zum
22. Schwulen Heidekönig**

König zu sein ist eine besondere Ehre. Das werden alle Vorgänger der im Februar neu zu wählenden Majestät bestätigen. Noch bis zum Samstag, 14. Februar ist Eric I. als 21. Schwuler Lüneburger Heidekönig im Amt. Doch dann ist der perfekte Moment, im altehrwürdigen Fürstenaal des Lüneburger Rathauses nach der Krone zu greifen. Noch werden Bewerber gesucht, die sich vorstellen können, als dann 22. Heidekönig auf dem Thron zu sitzen und für gelebte Vielfalt und Akzeptanz zu stehen.

Was diese Zeit auszeichnet? Es ist ein Jahr voller besonderer Begegnungen. Man trifft inspirierende Menschen und kann neue Freundschaften schließen. Es gibt Einladungen zu zahlreichen Events in Städten und auf dem Lande und vor allem ist es die perfekte Möglichkeit, sich für die queere Community einzusetzen und dadurch echte Veränderungen mitzugesten. Nicht zuletzt ist es aber auch eine Reise, die mit Mut, Herz und Charisma belohnt wird.

■ **Mehr darüber, was das Amt ausmacht und wie man sich bewerben kann, gibt es unter: info@queer-in-lg.de.**

aber überall anders. Auf ihren letzten Trails in Asien überstand sie Erdbeben, Taifune und eine Überdosis Kimchi. In ihrer neuen Show vergleicht sie mit lustigen und nachdenklichen Anekdoten aus 40 Ländern die Outdoorkulturen von Chile bis Taiwan und zeigt, was auch wir daraus lernen können. Sie überrascht mit ungewöhnlichen Tourenvorschlägen und Praxistipps und beantwortet Ihre Fragen live. Und sie findet: Wir sollten alle viel mehr Abenteuer wagen! Damit es keine Ausreden mehr gibt, erarbeitet sie mit ihrem Publikum Schritt für Schritt, wie man (und vor allem Frau) die Angst vor Solo-Touren verliert und nachts allein im Wald übernachtet. Egal, ob Sie nun Gott, sich selbst oder Ihr Idealgewicht suchen: Diese Mut-mach-Show beweist, dass Sie beim Wandern immer glücklich werden. Infos: www.kulturforum-lueneburg.de

Werk des Abends. Tutto in italiano, und ganz entspannt bei einem Glas Wein oder einem Crodino. Lavinia Fontanas berühmte „Minerva“ aus dem Jahre 1613 eröffnet das neue Format – hierbei handelt es sich um den ersten Akt, der von einer Frau gemalt wurde. Diese mutige Künstlerin und ihr Gemälde bieten wunderbaren Gesprächsstoff und Anlass, in Farben und Formen zu schwelgen ... Italienisch interessiert Sie weniger, Atelierluft schnuppern wäre fein? Ab Mittwoch, 28. Januar, von 19.00 – 22.00 Uhr gibt es einmal monatlich das Abendatelier für alle kunst- und kreativbegeisterten Erwachsenen als Ort der Inspiration, des Austausches über Kunst und des Experimentierens mit Farben und Formen bei einem Glas Wein oder einer Tasse Tee. Infos: www.christinakaul.de Anmeldung: kaul@christinakaul.de

parlARTE – Workshop
Atelier Christina Kaul
Mittwoch, 21. Januar
18.30 Uhr bis 21.30 Uhr

Mit parlARTE haben Paola Rosini und Christina Kaul einen Treffpunkt für italienischsprechende Kunstbegeisterte in Lüneburg geschaffen. parlARTE bietet einmal monatlich eine inspirierende Kombination aus Konversation über ein italienisches Kunstwerk und eigener kreativer Experimente, inspiriert vom jeweiligen



Luna Music Club
Glockenhaus
Mittwoch, 21. Januar
19.00 Uhr

Der Luna Music Club ist die Konzertreihe der Hansestadt Lüneburg, die Amateur-Musiker:innen und Bands aus Stadt und Landkreis auf die Bühne bringt. Erleben Sie einen Abend voller Wärme und musikalischer Vielfalt. Wenn Sigrun Bankwitz (Gesang, Gitarre) und Meik Nickel (Klarinette, Flöten, Didgeridoo, Glockenspiel, Piano) als Duo Song Butlers Musik machen, kommt irgendwie immer etwas mit Folk heraus - Stücke aus der keltischen Folkmusik, Klezmer - oder etwas Eigenes, selbst Geschaffenes. Es entstehen ungewöhnliche Songs mit ausgefallenem Instrumentarium. Matthias Steinhagen (Violine, Gesang), Steven Steinhagen (Gitarre, Gesang) und Michael Pass (Cajon) bieten als Trio Oceans eine mitreißende, dynamische Mischung aus bestem Irish Folk, gefühl-

vollen Country Songs und eigenen Liedern. Harmonische Violin-Kompositionen schmücken den Abend. Die bekanntesten Irish Pub-Songs, Klassiker von Johnny Cash und Willie Nelson sowie mitreißende Reels und Jigs treiben das Publikum an - ein Erlebnis für Ohren, Herz und Tanzbeine! Infos: www.kulturinfo-lueneburg.de

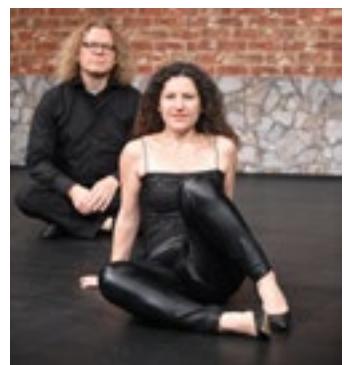
Lesung – Gegen das Vergessen
Schlosssaal,
Schloss Bleckede
Freitag, 23. Januar
18.30 Uhr

Gelesen werden an diesem Abend 16 bis 18 kurze Kapitel aus Alexander Kluges „48 Geschichten für Fritz Bauer“. Die ausgewählten Texte thematisieren die Schicksale bekannter und unbekannter Menschen während des Holocaust und die Organisationsformen der Nationalsozialisten, die zur Vernichtung führten. Und sie berichten von Not, Trauer, Verzweiflung, Tod. In Kluges Buch bilden historische Dokumente, Briefe, Tagebuchtexte, Zeitungsberichte, Statistiken, Gutachten die Grundlagen - verbunden mit fiktionalen Erzählelementen. Es rezitieren die Schauspieler Agnes Müller und Frank Hangen - vier weitere Vortragende lesen aus Kluges Buch. Anlass dieser ersten Lesung eines dreiteiligen Literatur-Lesungsprojektes von Heidi Petermann und Ekkehard Nau ist die Erinnerung an die Wannsee-Konferenz am 20. Januar 1942. Denkanstoß, Weckruf und Warnung können wir in der heutigen Welt vielleicht mehr denn je brauchen. Infos: www.biosphaerium.de

Tot?
Mach was du willst!
Kapitelsaal, Kloster Lüne
Freitag 23. Januar
16.00 Uhr

Im Rahmen der „Geprächsfäden - Lüner Vorträge“ spricht Oberkirchenrat i.R. Dr. Christoph Künkel im Kapitelsaal des Klosters Lüne. „Tot? Mach was du willst! – Zum Ende der Moral in der Bestattungskultur“ ist das Thema, welches er an diesem Abend mitbringt. Anschließend sind Sie eingeladen, an der Vesper auf dem Nonnenchor teilzunehmen – Treffpunkt ist um 17.30 Uhr in der Brunnenhalle. Die Vesper als regelmäßiges ökumenisches Abendgebet von Kloster und Gemeinde lebt von gesungenen Psalmen, Lesungen und Momenten der Stille. Eingeläutet wird sie von der benediktinischen Betglocke und dauert eine knappe halbe Stunde. Am 9. Januar um 17.30 Uhr ist ein weiterer Vesper-Singen-Termin. Informationen: (04131) 5 23 18

Fado, Nelken und Saudade
Pianokirche
Samstag, 24. Januar
19.00 Uhr



© Christina Alves Zeitze und Andreas Rauh

Das PARKETT OUTLET



PARKETT
ab Werk
ab 29,95
€/m²



**EICHEN
WERK**

Zum Torfmoor 19-27
21423 Winsen (Luhe)



Portugal ist seit nunmehr 50 Jahren eine Demokratie. Cristina Alves Zeitz (Kontrabass, Gesang, Erzählung) und Andreas Ravn am Piano spielen live und erzählen in eindrucksvollen Texten und sehr unterhaltsam von den Jahren der Diktatur in Portugal, und wie letzten Endes die friedliche "Nelkenrevolution" 1974 mithilfe von Songs im Radio raffiniert koordiniert wurde. Ein Abend mit traditionellem und modernem Fado und portugiesischen ESC-Songs, neu interpretiert mit Gesang, Klavier und Kontrabass. Genießen Sie Klang und Atmosphäre der Pianokirche an diesem besonderen Abend mit der Musik Portugals zwischen Diktatur und Demokratie. Infos & Tickets: www.pianokirche-lueneburg.de

Ukulele-Konzert **kaffee.haus Kaltenmoor** **Samstag, 24. Januar** **19.00 Uhr**

Als Musiker tourt der 'Hamburger Ukulele-Papst' Roland Prakken landauf, landab durch die Republik und bewegt sich dabei im Spannungsfeld zwischen Folk, Blues, Pop und Jazz. Nun gibt er ein Konzert im kaffee.haus Kaltenmoor und Sie sind herzlich eingeladen! Die Ukulele mit ihrem besonderen Klang ermöglicht ein völlig eigenes Musik-Erlebnis, das Sie nicht verpassen sollten. Infos: www.kaffeehaus-kaltenmoor.de

Danbue's Banks **Salon Hansen** **Samstag, 24. Januar** **19.30 Uhr**

Wenn Musik einen Geschmack hätte, würde dieser Sound nach Zwetschgenschnaps schmecken, nach gegrillter Paprika, nach wilden Feigen, nach

Lagerfeuerrauch und Tanzschweiß. Die Band hat einen Namen: Danube's Banks. Die Musik hat keinen Namen, weil es solche Musik sonst nicht gibt: 50 % Klezmer, 30 % Gypsy Swing, 10 % Weltmusik, 10 % schwedischer Indie-Pop. Beim Hören gibt es Momente, in denen die Musik einen mitreißt - wie eine Nacht, die außer Kontrolle gerät. Das ist Musik von den Ufern der Donau, dort, wo sie noch wild sein darf, im Osten, Richtung Sonnenaufgang. Danube's Banks sind Jonathan Wolters (Klarinette), Jan-Hendrik Röckemann (Saxophon), Jenny Apelmo Mattsson (Kontrabass & Gesang) Timo Zett (Gitarre) und Malte Müller (Schlagzeug). Manchmal singen sie auf Deutsch, manchmal auf Englisch, manchmal singt die Klarinette. Infos & Tickets: www.salonhansen.com

Auf der Schwelle **Koordinierungsstelle** **Frau und Wirtschaft** **Donnerstag, 29. Januar** **9.30 Uhr**

Die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft bietet einen Workshop mit Literaturwissenschaftlerin, Supervisorin und Naturcoach Silja Schoett an. Auf der Schwelle zwischen Altem und Neuem können Sie als Teilnehmerin Ihre aktuelle Situation zum Jahresbeginn reflektieren. Vielleicht ist genau das Ihr Thema: Das Alte ist nicht mehr, das Neue ist noch nicht richtig gestartet. Vorgestellt wird ein Schwellen-Modell aus dem Naturcoaching. Eine spielerische Erkundung in Bewegung mit kreativen Materialien unterstützt Sie dabei, gut über die Schwelle zu gelangen. Infos: www.koordinierungsstellen-feffa.de; Anmeldung: kontakt-lg@feffa.de

The Quarrymen Beatles **Konzertscheune,** **Kulturforum Wienebüttel** **Freitag, 30. Januar** **20.00 Uhr**

Beatlemania is back! Quarrymen war die erste Band von John Lennon - auf der Quarry Bank High School traf er auf Paul und George und alles nahm somit seinen Lauf. Der Grund für die wachsende Popularität von „The Quarrymen Beatles“ ist ihre unglaubliche Ähnlichkeit mit den echten Beatles: Detailreiche Frisuren, authentische und wechselnde Kostüme, Höfner Violin Bass, Gretsch und Rickenbacker Gitarren, Ludwig Downbeat Drum Set von 1964 und originale Vox Verstärker. Die größte Ähnlichkeit zu den echten Fab Four zeigt sich jedoch auf musikalischer Ebene.

Jeder Song wird auf diese Weise im Detail wiedergegeben, so perfektioniert, dass mancher Beatles-Kenner diesen authentischen Sound nicht vom Original unterscheiden kann. Die Musiker spielten bereits in verschiedenen Beatles Musicals, sie kommen aus bekannten Beatles Coverbands und bringen riesige Beatles Erfahrung mit - das sind die Besten der Besten auf einer Bühne. Infos & Tickets: www.kulturforum-lueneburg.de

Exklusiv & Schön **Schloss Bleckede** **Samstag, 31. Januar** **& Sonntag 1. Februar** **11.00 Uhr bis 18.00 Uhr** **& 11.00 Uhr bis 17.00 Uhr**

Handgefertigte Geschenke wie Schmuck, Damenmode oder modische Accessoires, Hüte, Taschen, Keramik, Holzskulpturen, Dekorationen für drinnen und draußen oder Grafiken gehören ebenso zum Angebot des Kunsthändlermarktes wie ku-

linarische Spezialitäten. Professionell arbeitende Künstler, Handwerker und Designer bieten Ihre Werke für Sie an. Wer sich für altes Handwerk interessiert, modernes Design sowie hochwertige Materialien schätzt und regionale Produkte bevorzugt, darf einen Bummel über diesen wunderschönen Veranstaltung nicht verpassen. Infos: www.biosphaerium.de & www.keramikmaerkte.de

Party-Zeit!



© Rollexx-Ralle

2026 mit Lebensfreude beginnen - es darf getanzt werden! Entdecken Sie neue und vertraute Tanzformate, Locations & Mittanzende ...

Ritterakademie: Samstag 10. Januar - 21 Uhr - 40up Party

One World: Samstag 10. Januar - 20 Uhr - Disco - Kick Off mit DJ ROLLEXX RALLE

Salon Hansen: Donnerstag 15. Januar - 20.30 Uhr (EINLASS: 20 Uhr) - 120 Minuten Party mit CRISH!

Tanzsaal Bardowick: Freitag 16. Januar - 20.30-23 Uhr - Single Party des Tanzsportvereins

Salon Hansen: Samstag 17. Januar - 22 Uhr - I Love 80ies - Party: 80ies serviert von Dj Kai

Ritterakademie: Samstag 17. Januar - 23 Uhr - Wir feiern die 80er, 90er & 2000er

Café Klatsch: Samstag 24. Januar 2026 - 20:30 Uhr - Querbeatz live - Partymucke von ABBA bis Williams

Ritterakademie: Samstag 24. Januar - 21 Uhr - 80s night

Ritterakademie: Samstag 31. Januar - 23 Uhr - Hits Don't Lie - 2000er & 2010er Party



Projektassistentin Karen Beigel
und Leiterin Berit Müller

Begegnung für Jung und Alt

**Das Senioren-Quartier im Parlü am Kreideberg
ist ein lebendiger Ort für mehr Miteinander**

von Irene Lange

Seit 2009 ist die Service- und Begegnungsstätte Parlü des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V., Kreisverband Lüneburg, auf dem Kreideberg ein beliebter Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren. Im Rahmen des Landesprogramms „Wohnen und Pflege im Alter“ entstand das Projekt „Alter und Vielfalt im Quartier Kreideberg“, mit dem sich das Parlü nun weiter zu einem lebendigen Ort für Begegnung, Teilhabe und Engagement entwickelt hat. Projektleiterin Berit Müller möchte mit der Neuausrichtung einen Ort schaffen, der das Leben im Alter erleichtert und das Miteinander im Quartier stärkt. Unterstützt wird sie dabei von Projektassistentin Karen Beigel.

Im Parlü finden bereits zahlreiche Angebote statt – vom offenen Frühstück über Tanz, Kreativ-, Bildungs- bis hin zu Bewegungsangeboten, Tablet-/Handy-Beratung und Spielenachmittage. Diese Vielfalt zeigt, wie lebendig das Miteinander im Quartier schon jetzt ist. Die Spende von 1 Euro dürfte für jedermann erschwinglich sein. Bisher haben immerhin pro Monat bis zu 180 Personen im Alter von circa 60 bis sogar 100 Jahren am Veranstaltungsangebot im Quartierstreff teilgenommen. Für Menschen mit Demenz und deren Angehörige öffnet jeden 1. und 3. Dienstag im Monat das Café „Zeitreise“ von

14.30 bis 17.00 Uhr. Nach dem Motto „Einfach vorbeikommen“ soll dieser Ort die Gemeinschaft stärken aber auch gegenseitigem Verständnis schaffen. Ebenso wichtig ist Lachen und Wertschätzung. Außerdem soll das Treffen dazu beitragen, dass Demenz offen und mit Respekt behandelt wird.

Rund 20 Ehrenamtliche engagieren sich derzeit bereits im Parlü. Weitere Interessierte sind herzlich willkommen. „Unser Ziel ist es, Menschen im Quartier miteinander zu verbinden und Ehrenamt zu stärken“, sagt Berit Müller und stellt fest: „Denn Ehrenamt macht glücklich, weil Wertschätzung letztlich zurückkommt“.

Im Januar 2026 lädt das Parlü zu einer Veranstaltung ein, bei der die Ergebnisse einer Befragung vorgestellt werden, die im Herbst 2025 im Quartier durchgeführt wurde. Dabei werden auch erste Schwerpunkte des Projekts „Alter und Vielfalt im Quartier Kreideberg“ präsentiert.

■ Infos unter: Telefon: 04131 / 60376-0
oder parlue.lueneburg@paritaetischer.de

Das Parlü in der Thornerstr. 19, 21339 Lüneburg, ist an folgenden Tagen geöffnet: Montag: 8.30–16.00 Uhr
Dienstag bis Freitag: jeweils 8.30 – 12.30 Uhr

Weil das Beste für das Klima eine neue Heizung ist.



Jetzt
Heizung
tauschen!



Wir beraten Sie gerne:

SCHNEIDER & STEFFENS

HEIZUNG | SANITÄR | ELEKTRO

effizient - innovativ - regenerativ

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



Ihre Servicenummer:

0 41 31 / 99 99 888

www.schneiderundsteffens.de



Was wir vom Goldfisch lernen können

ALLGEMEINE BESONDERHEITEN VON CAREN HODEL

Den härtesten Kampf führe ich nicht etwa gegen meine störrischen Kinder oder das wuchernde Unkraut im Garten. Nein, mein größter Feind ist die Ablenkung. Da will ich Papiere abheften, den Keller entrümpeln oder das Fahrrad reparieren. Ich schnappe mir Zettel, Kisten und Flickzeug, will gerade loslegen und dann... Ping, das Handy. Die Freiwillige Feuerwehr sucht jetzt schon Helfer fürs Dorffest. Nein, nicht schon wieder ich! Ich habe letztes Mal schon geholfen, bei strömendem Regen wohlgeremt! Die Tiedemanns könnten jetzt mal ran. Die halten sich immer schön aus allem raus, aber wenn es um Bratwurst und Bier geht, sind sie ganz vorn mit dabei. Bratwurst. Könnte man auch mal wieder machen. Schön mit Kartoffelbrei und Erbsen... Ähm, warum habe ich eigentlich eine Tube Vulkanisierlösung in der Hand? Ach ja, das kaputte Fahrrad...

Unsere Aufmerksamkeitsspanne, so das Ergebnis einer Studie von Microsoft, sank in der vergangenen Dekade von 12 auf 8 Sekunden. Selbst Goldfische sind mit 9 Sekunden inzwischen mehr bei der Sache

als wir; was natürlich auch daran liegt, dass sie selten am Smartphone rumfummeln und im Internet surfen. Höhö, surfen.

Wie soll man denn auch einen klaren Kopf bewahren bei diesem digitalen Dauerfeuer? Ständig summt, klingelt und piept es. Raten Sie mal, wie oft wir pro Tag aufs Handy glotzen. Satte 150-mal!

Wir zücken es an der Ampel, im Supermarkt an der Kasse – eigentlich immer dann, wenn wir einen kurzen Moment warten müssen. Pausen mit uns selbst sind nur schwer auszuhalten. Viel zu langweilig. Schuld ist unser Dopaminhaushalt, sagen Forscher. Dopamin ist der wichtigste Mitspieler im Belohnungssystem des Gehirns. Jedes Mal, wenn wir etwas Neues entdecken, wird der glücksbringende Botenstoff durch unseren Körper gejagt. Schokolade schüttet übrigens auch Dopamin aus. War da nicht noch ein Stück Mandel-Marzipan im Schrank? Ich schau mal kurz nach...

Wo waren wir stehen geblieben? Richtig, beim Thema Ablenkung. Nun könnte man sagen: Was soll's,

dann sind wir halt ein bisschen unkonzentriert. Das Problem ist nur, dass wir durch den digitalen Input komplett reizüberflutet und gleichzeitig latent angeödet sind. Kein Wunder, die Dosis an guter Unterhaltung muss ständig erhöht werden. Dafür stehen jederzeit Millionen Videos bereit, in denen Tiere drollige Kunststücke machen und Kinder lustige Grimassen schneiden. Oder umgekehrt: Die Tiere machen die Grimassen und die Kinder die Kunststücke.

Beim Stichwort tierische Kunststücke kommt mir gerade wieder der Goldfisch in den Sinn. In den neun Sekunden seiner Aufmerksamkeitsspanne könnte ich ihm Wasserballett beibringen. So ein Mini-Aquarium wäre ohnehin eine gute Idee. Fische-Gucken senkt ja bekanntlich den Blutdruck und steigert den Gute-Laune-Pegel. Ich schaue gleich mal in der Zoohandlung vorbei. Ping. Och nö, schon wieder die Feuerwehr. Jetzt brauchen die auch noch Sitzbänke. Sitzbänke. Da fällt mir ein, dass unsere dringend mal eine neue Lackschicht bräuchten. Aber Moment mal, warum habe ich eigentlich einen Autoschlüssel in der Hand?



Café mit Aussicht

„Don Panino“: italienisches Flair direkt am Marktplatz

von CHRISTIANE BLEUME



Mitten im Herzen der Stadt gibt es eine neue kulinarische Adresse: das Café „Don Panino“ hat seine Türen geöffnet – und bringt eine frische Portion italienisches Lebensgefühl in die Hansestadt. Schon von außen fällt das Café ins Auge – freundlich, hell und mit einem großzügigen Raumangebot lädt es alle Lüneburger und Lüneburgerinnen und die Gäste der Stadt ein, den ganz persönlichen Lieblingsplatz zu finden. Soll es auf einem der bequemen Sofas sein? Oder lieber am runden Tisch in der Ecke, der perfekt zum Verweilen und Plaudern mit guten Freunden ist? Das geschmackvolle Ambiente macht den Besuch auf jeden Fall zu einem Erlebnis. Zusätzlich zum sorgfältig ausgewählten italienischen Mobiliar schmücken zahlreiche Bilder die Wände. In kräftigen Farben geben sie das italienische Lebensgefühl des Dolce Vita perfekt wieder. Da kann es draußen ruhig regnen – im „Don Panino“ herrscht auch dank der Kunstwerke immer sonniges Flair.

Ein großartiger Blickfang erwartet diejenigen, die die Treppe ins Obergeschoss hinaufgehen. Denn die großen Glaserker der ersten Etage eröffnen einen wirklich einmaligen Ausblick auf das historische Rathaus und das lebendige Marktplatztreiben. Wer hier Platz nimmt, ist mittendrin. Übrigens auch eine wunderbare Option für eine kleine private Feier, denn dieser Bereich kann exklusiv reserviert werden. Mehr Lüneburg geht kaum. Und ein bisschen Italien gibt es gleich dazu.

Das liegt nicht zuletzt an Gaetano Dachow. Der Besitzer von Don Panino stammt selbst aus Italien und hat seine Liebe zur eleganten, italienischen Café-Kultur mit nach Norddeutschland gebracht. „Als ich vor etwa eineinhalb Jahren diese Immobilie ent-

deckt habe, hatte ich sofort die Vision eines Cafés mit einem gastronomischen Angebot, das die besondere kulinarische Tradition Italiens sichtbar und schmeckbar macht.“ Bis es soweit war, waren allerdings umfangreiche Renovierungs- und Umbauarbeiten nötig. „In enger Abstimmung mit der Stadt und dem Denkmalschutz haben wir fast alles neu gemacht.“ Doch der Aufwand hat sich gelohnt.

Ein großzügiger Tresen bestimmt nun das Interieur im Erdgeschoss. Hier berät und bedient das freundliche Servicepersonal. Die Theke lockt unter anderem mit hausgemachtem Gebäck und italienischen Konditoreispezialitäten, die duften, als kämen sie direkt aus einer kleinen Pasticceria irgendwo in der Toskana. Dazu gesellt sich eine vielseitige Auswahl an Frühstücksvarianten von herhaft bis süß, leicht oder opulent, klassisch oder italienisch

interpretiert – übrigens den ganzen Tag. Da darf natürlich auch das namensgebende Panino nicht fehlen, das in vielen Geschmacksrichtungen in Körben bereitsteht. Vor allem herzhaftes Speisen werden die Karte in Zukunft erweitern. „Es gibt kleine Pizzen und Focaccia, aber auch gerade jetzt im Winter herzhafte Suppen zum Aufwärmen“, verspricht der Gastronom.

Sobald es das Wetter zulässt, bietet „Don Panino“ auch Draußenplätze. Mit einem Cappuccino in der Hand und der Sonne im Gesicht lässt sich der erste Kaffee des Tages, ein gemütliches Frühstück am Samstag oder eine entspannte Pause mit Aussicht genießen: Don Panino bringt ein Stück Süden nach Lüneburg – charmant, authentisch und mit jeder Menge Liebe zum Detail. *Buon appetito!*

■ **Don Panino**, Am Markt 5, 21335 Lüneburg

Klingeln war gestern —————

————— Experten buchen ist heute.

Einfach online buchen, bequem von zuhause: die Glasfaser-Experten der lünecom.

Beim Glasfaser-Ausbau tauchen in vielen Haushalten ähnliche Fragen auf: Wer kommt wann? Was passiert mit meinen bestehenden Leitungen? Muss ich vor Ort sein? Und welche Geräte benötige ich eigentlich?

Weil viele Menschen diese Dinge lieber persönlich klären wollen statt per Hotline, bietet lünecom jetzt einen neuen Service an: **den buchbaren Besuch regionaler Glasfaser-Experten.**

Ein neuer Service in der Region

Auf Wunsch der Anwohner sind die Glasfaser-Experten täglich in verschiedenen Gemeinden der Region unterwegs und erklären direkt vor Ort, wie der Ausbau abläuft, welche Schritte folgen und was sich technisch verändert. Ob erste Einstiegsinformationen bis hin zu sehr individuellen Anliegen – alles kann im Gespräch geklärt werden.

Ein Blick hinter die Kulissen

Viele Kontakte entstehen bislang spontan an der Haustür – manche Fragen lassen sich direkt klären, andere benötigen mehr Zeit. Häufig trifft der Berater auch niemanden an oder der Moment ist ungünstig. Gerade dann zeigt sich, wie hilfreich eine planbare Beratung ist. Deshalb wird die Möglichkeit, einen eigenen Termin zu buchen, immer häufiger genutzt: So können Abläufe in Ruhe erläutert und offene Themen gesammelt besprochen werden.

Antworten – so, wie es am besten passt

Ob per Videocall, Telefongespräch oder persönlichem Besuch zu Hause – der Termin kann ganz nach Bedarf gewählt und zur gewünschten Zeit ohne Wartezeiten wahrgenommen werden. Viele nutzen diese Möglichkeit, um ihre individuelle Situation zu besprechen: Hausinstallation, Anbieterwechsel oder Fragen zum Anschluss.

So einfach funktioniert's:

1. Wunschtermin mit Glasfaser-Experten online buchen (luenecom.de/beratung oder QR-Code scannen).
2. Terminbestätigung per E-Mail erhalten.
3. Die Beratung erfolgt je nach Wunsch als Videocall, Telefongespräch oder persönlicher Besuch zu Hause und ermöglicht die Klärung aller offenen Fragen.

Warum persönliche Beratung den Unterschied macht

Die Rückmeldungen aus den Haushalten sind eindeutig: Persönliche Gespräche geben Sicherheit und erleichtern Entscheidungen – gerade in einem Prozess, der viele Schritte umfasst und selten vollständig überschaubar wirkt. Manchen Menschen reicht eine kurze Erläuterung, andere möchten technische Details verstehen und benötigen transparente Planungsschritte. Für viele entsteht erst durch Kommunikation ein Gefühl für die Relevanz des Glasfaser-Ausbaus.

Eine Region. Gut informiert. Schnelleres Netz.

Je besser Menschen informiert sind, desto reibungsloser gelingt der Ausbau. Für lünecom ist es daher ein zentrales Anliegen, Lüneburg zuverlässig und verständlich auf dem Weg zum Glasfaser-Netz zu begleiten.

Vereinbare deine Beratung.

Persönlich per Telefon, Video oder bei dir zu Hause:

luenecom.de/beratung

Du erreichst uns auch unter:

glasfaser-experten@luenecom.de

04131 580 11 15





**Wir sind die lünecom.
Wir sind ein Glasfaser-
Unternehmen. Und so viel mehr.**

Wir sind dein kreativer Spielplatz.
Und Speicherplatz.

Wir sind die 1.000 Megabit für deine
1.000 Mega-Geschäftsideen.

Wir sind deine Playlist beim Kochen,
Staubsaugen und Einschlafen.

Wir sind deine Videokonferenz mit
dem Arzt. Ohne Wartezimmer, aber
mit Vertrauen.

Wir sind alle deine Streaming-Serien
in einem Rutsch. Und ohne Ruckler.

Wir sind deine Online-Fortbildung am
Abend. Für die Karriere von morgen.

Wir sind seit über 25 Jahren da,
damit du 24 Stunden am Tag im
Netz sein kannst.

lünecom.

Bereit, loszuleben?



Autowechsel 2026? Wir machen's einfach

MB Fahrzeugvermittlung: So leicht war Fahrzeugkauf und -verkauf noch nie

von CHRISTIANE BLEUMER



Patrick Braun und Moritz Muxfeldt

Der Jahresanfang ist der perfekte Moment, um frischen Wind ins Leben zu bringen – und warum nicht auch in die eigene Mobilität? Genau hier kommt MB Fahrzeugvermittlung aus Lüneburg ins Spiel: ein junges, engagiertes Unternehmen, das Ihnen den Weg zu einem neuen Auto so leicht wie möglich macht. Auch der gewinnbringende Verkauf Ihres alten Fahrzeugs wird Schritt für Schritt unterstützt und begleitet.

Hinter der MB Fahrzeugvermittlung stehen mit Moritz Muxfeldt und Patrick Braun zwei engagierte Männer mit einem gemeinsamen Ziel: „Wir möchten das Maximale für unsere Kunden herausholen“. Das geht natürlich nicht ohne Erfahrung und Expertise. Moritz Muxfeldt ist gelernter Metallbauer mit fundiertem Fachwissen und einer großen Leidenschaft für Autos und Motorräder. Patrick Braun ist ausgebildeter Kfz-Mechatroniker und Kaufmann, der sowohl über langjährige Erfahrung im Fahrzeughandel verfügt aber auch den Werkstattalltag kennt. Seine Sachkenntnis in der Karosserie- und Unfallinstandsetzung ist die perfekte Basis für das innovative Geschäftsmodell der beiden Unternehmer.

„Der Autoverkauf ist manchmal ganz schön stressig“, weiß Patrick Braun. Unrealistische Preisvorstellungen, unzuverlässige Kaufinteressenten, die oft umständliche Kommunikation auf den diversen Onlineplattformen – all das kostet Zeit und Nerven. Doch es kann auch anders ablaufen. „Unsere Kunden lehnen sich entspannt zurück, ohne selbst Zeit und Energie investieren zu müssen, während wir den gesamten Prozess übernehmen – von der Beratung über die Preisfindung bis zur Erstellung der professionellen Verkaufsinserate über unsere Händleraccounts.“ Auch die weiteren Verhandlungen können die Autoverkäufer getrost den beiden Experten überlassen, denn „Wir sorgen dafür, dass das Fahrzeug schnell den passenden Käufer findet und übernehmen alles bis hin zur finalen Übergabe – und zwar unkompliziert, transparent, absolut zuverlässig und zum besten Preis“, verspricht Moritz Muxfeldt. Die Geschäftsphilosophie des eingespielten Teams ist gleichzeitig das Motto ihrer Arbeit: „Wir FAIRkaufen Ihr Auto!“ Bei MB Fahrzeugvermittlung steht weniger der schnelle, jedoch unter Umständen zu niedrige Verkaufserlös im Mittelpunkt als die Erzielung eines maximalen Gewinns für den Kunden. „Darauf



kann man sich verlassen“, betonen die Unternehmer, die entweder in ihrem Büro am Blümchensaal 1b oder telefonisch für eine kostenlose Erstberatung erreichbar sind. „Bei uns gibt es keine anonymen Hotlines und kein Durchreichen: Wir stehen unseren Kundinnen und Kunden direkt zur Seite, jederzeit ansprechbar, offen und ehrlich.“

Diese persönliche Begleitung ist beim zweiten Tätigkeitsbereich ebenso wichtig: der Kaufberatung. „Viele Menschen haben das Gefühl, dass ihr aktuelles Auto nicht mehr so richtig zu ihnen passt. Manchmal ändern sich die Lebensumstände oder die Arbeitsstelle – ein neues Fahrzeugmodell wird gewünscht.“ Doch der Markt mit seinen unzähligen Modellvarianten sei unübersichtlich, eine Einschätzung für Laien oft schwierig. Die zwei Inhaber von MB Fahrzeugvermittlung beraten daher auch, wenn es darum geht, das perfekte Auto für die jeweiligen Bedürfnisse zu finden. „Egal ob Leasing, Neuwagen oder Gebrauchtfahrzeuge.“ Gerade bei der letzten Kategorie ist die langjährige Expertise von Patrick Braun gefragt. „Wir prüfen die Angebote sehr sorgfältig und besprechen einzelne Inserate sowie deren Vor- und Nachteile. Ein Auto mag auf den Fotos im Internet gut aussehen, aber wir schauen ganz genau hin.“ Für diese differenzierte Begutachtung legt er auch gerne weitere Strecken zurück, wenn es nötig sein sollte. Nur so kann der Kauf transparent, sicher und

erfolgreich verlaufen. Ist das Fahrzeug schließlich auf Herz und Nieren geprüft worden, geht es an die Kaufverhandlungen. „Unser Bestreben ist es immer, den günstigsten Preis für unsere Kunden zu erzielen“, verspricht Moritz Muxfeldt. Besonders gewerbliche Kunden wissen den Rundum-Service sehr zu schätzen. Doch auch immer mehr private Kaufinteressenten verlassen sich auf die Erfahrung von Patrick Braun und Moritz Muxfeldt, wenn es um den zukünftigen Traumwagen geht.

Also – warum nicht bald den ersten Schritt machen? Der perfekte Zeitpunkt für Veränderung ist genau jetzt. Und Ihr nächstes Auto vielleicht schon näher als gedacht.



■ **MB Fahrzeugvermittlung GbR**
Blümchensaal 1b
21337 Lüneburg
Tel.: 0151 29612500
mb-fahrzeugvermittlung.de



Schutz für Schleiereule und Co.

Der Eulenschutz des NABU Lüneburg setzt sich für den Lebensraum der Vögel ein

von Irene Lange

In vielen Kulturen galten Eulen als Unheilvögel oder Todesboten. Die Gründe dafür liegen in ihrer nachtaktiven Lebensweise, dem lautlosen Flug und – nicht zuletzt – an ihren heulenden, krächzenden oder kreischenden Rufen. In Europa gilt das insbesondere für die Schleiereule mit ihrem scheinbar geisterhaft weißen Körper. Aber es gibt auch andere Sichtweisen. Bei den Griechen zum Beispiel sind Eulen das Symbol für Weisheit und Klugheit. Wie Volkmar Ziese vom NABU-Eulenschutz Lüneburg berichtet, ist die häufigste Art in Deutschland der zwar nicht gefährdet, jedoch geschützte Waldkauz. Dessen Lebensraum ist vielschichtig; So lebt er in Wäldern, Parks und auch Gärten. Gebrütet wird in Baumhöhlen oder Nistkästen. Stark gefährdet hinge-

gen ist der kleine Steinkauz. Dazu tragen auch starke Landschaftsveränderungen bei. Hingegen ist die Waldohreule mit ihren auffälligen „Ohrfedern“ nicht gefährdet, aber stark geschützt. Diesen Status haben auch einige weitere seltene Kauzarten, wie etwa Raufuß-, und Sperlingskauz, alles Arten, die in unserer Region vorkommen. Die größte Eule Europas ist der Uhu, weiß Katja Sallinger vom NABU-Eulenschutz. In Deutschland konnte er – nachdem er nahezu ausgerottet wurde – dank intensiver Schutzmaßnahmen wieder angesiedelt werden, so dass sich seine Bestände erholen. Seine bevorzugten Brutstätten sind Felsnischen und Steinbrüche, aber auch verlassene Greifvogelnester, Baumhöhlen oder einfach eine Mulde am Boden.

Fehlende Brutmöglichkeiten durch moderne Bebauung, Nahrungsmangel durch die stetig zunehmende intensive Landwirtschaft, aber auch der Klimawandel, gefährden den Lebensraum vieler Eulenvögel. Dagegen möchte die Arbeitsgruppe „Eulenschutz“, die der NABU-Kreisgruppe Lüneburg angegliedert ist, aktiv entgegentreten. Das Team besteht aus einigen Ehrenamtlichen, darunter sind untere anderem Volkmar Ziese, Katja Sallinger, Hans Jürgen Weidemann und Dietmar Zucker. Ihr Ziel ist es, zunächst einmal das Vorkommen und dann die Brutaktivitäten in den jeweiligen Brutstätten festzustellen und zu kontrollieren. Eine weitere Hauptaufgabe des NABU-Teams ist es, Lebensräume zu schaffen und im Austausch mit Landwirten Anwohnenden und Hausbesitzenden Nisthilfen zu

bauen, zu installieren und zu betreuen – in Zukunft auch mit technischer Unterstützung mittels Webcams.

Oft bedeuten die Einsätze der Eulenschützer lange Abende bis in die Nacht hinein – immer auf der Suche nach den Eulen oder deren Rufen. Doch wenn sich tatsächlich ein lautloser Jäger der Nacht zeigt – zum Beispiel die Schleiereule in ihrem natürlichen Lebensraum – dann sei es ein Beweis dafür, dass sich die Naturschutzarbeit der Gruppe lohnt, berichtet Hans Jürgen Weidemann mit einem zufriedenen Lächeln auf den Lippen.

Kurz nachgefragt:

Welche Eulenarten kommen in unserer Region am häufigsten vor, und welche werden vom NABU-Eulenschutzteam besonders unterstützt?

Katja Sallinger: Im Landkreis Lüneburg sind der Waldkauz, die Waldohreule und die Schleiereule die Eulenarten, die häufiger zu beobachten sind. Arten wie die Kleineulen des Waldes – Raufuß-, Sperlingskauz und selbst ein Kulturfolger wie der Steinkauz –

sind bei uns selten und können kaum einmal gehört oder gar gesehen werden. Unsere Schutzmaßnahmen konzentrieren sich vor allem auf die Schleiereule, den Steinkauz und den Raufußkauz.

Welche konkreten Schutzmaßnahmen führt die Eulenschutz-AG des NABU im Hinblick auf die seltenen Eulenarten durch?

Volkmar Ziese: Grundsätzlich schützen wir alle Eulenarten (und nicht nur sie) dadurch, dass wir uns für den Erhalt geeigneter Lebensräume einsetzen oder solche – nach Möglichkeit – auch schaffen. Darüber hinaus bauen und montieren Mitglieder unserer Arbeitsgruppe Nisthilfen für die Arten, die Höhlenbrüter sind. Das sind zunächst die genannten seltenen Wald-Eulen. Aber auch den Steinkauz möchten wir durch das Anbringen von Nisthilfen wieder bei uns ansiedeln, zunächst dort, wo er gelegentlich beobachtet wurde, etwa auf Streuobstwiesen oder an beweideten Flächen. Die Schleiereule ist – wie bereits erwähnt – bei uns nicht selten oder unmittelbar gefährdet, findet aber immer weniger geeignete Brutstätten. Deswegen bringen wir auch

für sie Nisthilfen in Kirchtürmen oder Scheunen an, wenn das Umfeld gut geeignet und auch für den Nachwuchs ausreichend Beute zu erjagen ist.

Wie können Menschen, die nicht Mitglieder des NABU oder der AG sind, die Eulenschutz-Arbeit unterstützen?

Katja Sallinger: Wir bitten darum, Eulen-Beobachtungen zu melden. Vor allem ist es wichtig, auch auf verletzte Tiere hinzuweisen oder Totfunde zu melden. Dabei sollte bedacht werden, dass junge Eulen fast aller Arten den Brutplatz verlassen, obwohl sie noch kaum flugfähig sind. Sie werden in der Regel von den Elterntieren weiterhin versorgt. Es kann aber sehr hilfreich sein, am Boden sitzende oder gar verletzte Jungvögel vor Katzen und anderen Greifern oder Gefahren zu sichern, bis „Ersthelfende“ kommen. Verletzte Eulen, die versorgt werden müssen, kommen dann umgehend in eine Auffangstation oder zu einer sonstigen fachkundigen Stelle.

■ Mehr Informationen unter: www.nabu-lueneburg.de oder per Mail: Info@nabu-lueneburg.de

www.ahorn-lips.de
04131 – 24 330

ahorntauerhilfelips****
GmbH



Wir möchten, dass Sie sich gut aufgehoben fühlen.

Deswegen kümmern wir uns als Familie persönlich um jeden Trauerfall.



Zuckerfrei leben – ein Neustart für Körper und Geist

Wir leben in einer Salzstadt. Jahrhunderte lang galt Salz als das „weiße Gold“ – kostbar, unverzichtbar und im richtigen Maß gesund. Heute ist es ein anderes weißes Kristall, das unseren Alltag bestimmt: Zucker. Besonders in den vergangenen Wochen, in denen überall weihnachtliche Süßigkeiten lockten, konnten wir diesem Stoff kaum widerstehen. Aber anders als Salz brauchen wir ihn nicht. Und doch landet er in fast jedem Lebensmittel, ob wir wollen oder nicht. Er gibt uns schnelle Energie, macht aber genauso schnell wieder müde – und in großen Mengen schadet er mehr, als uns lieb ist.

Vielleicht haben Sie das schon gespürt: Ein Stück Kuchen am Nachmittag hebt die Stimmung für eine halbe Stunde, dann folgt das berühmte „Zuckertief“. Plötzlich sinkt die Konzentration, die Augenlider werden schwer und die Hand wandert wie von selbst zur

nächsten Knabbererei. Zucker kann uns in eine Achterbahn aus Hochs und Tiefs schicken, die auf Dauer nicht nur nervt, sondern auch krank machen kann. Zucker – warum kann das ein Problem sein?

Zucker ist nicht grundsätzlich böse. In Obst, Milch oder Gemüse steckt er in natürlicher Form, eingebettet in Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe. Das Problem ist der Industriezucker, der isoliert, raffiniert und in riesigen Mengen in Lebensmitteln steckt, in denen wir ihn gar nicht erwarten: Fruchtjoghurt, Ketchup, Wurst, Müsliriegel, Salatdressings.

Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt maximal 25 Gramm freien Zucker pro Tag. Doch im Durchschnitt essen wir Deutschen oft mehr als doppelt so viel. Die Folgen zeigen sich nicht sofort, aber langfristig: Diabetes Typ 2, Fettleber, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Karies – und diese stille Müdigkeit, die viele

als „normal“ hinnehmen, bis sie merken, dass es auch anders geht.

Wie fühlt sich der Verzicht an?

Die ersten Tage ohne Zucker können sich anfühlen wie der Abschied von einem alten Freund – mit Kopfschmerzen, schlechter Laune und dem sehnsüchtigen Blick Richtung Keksdose. Doch schon bald merkt man: Dieser „Freund“ war ein Energieräuber. Nach einer Woche wird Obst zum Dessert, nach zwei Wochen sind die Energieeinbrüche weniger, und nach drei Wochen schmeckt selbst ein Apfel fast so süß wie Bonbons.

Süß geht auch anders

Süßungsmittel wie Xylit oder Erythrit sehen aus wie Zucker, schmecken ähnlich, belasten aber den Blutzuckerspiegel kaum und schonen die Zähne. Nur sollte

man es damit nicht übertreiben, sonst zwickt der Bauch. Stevia ist ebenfalls kalorienfrei, hat aber einen speziellen Eigengeschmack, an den man sich gewöhnen muss. Honig, Agavendicksaft oder Kokosblütenzucker klingen gesünder, sind im Grunde aber auch Zucker – also eher Feinschmecker-Zutaten als Alltagslösung.

Bitter ist das neue süß

Was kaum jemand weiß: Bitterstoffe können Heißhunger auf Süßes dämpfen. Denn bitter und süß sind Gegenspieler auf der Zunge. Wenn wir Bitteres essen, sendet der Körper ein Signal: „Es ist genug.“ So verschwindet die Lust auf Schokolade oder Kekse oft überraschend schnell.

Natürliche Quellen für Bitterstoffe sind Chicorée, Radicchio, Endivien, Rucola, Artischocken oder Grapefruit. Auch Kräuter wie Wermut oder Enzian enthalten viele Bitterstoffe. Wer es einfach mag, kann auf Bittertropfen aus der Apotheke zurückgreifen – ein paar Tropfen vor dem Essen reichen oft, um den Appetit auf Süßes zu zügeln.

Die sanfte Umstellung

Statt sich alles auf einmal zu verbieten, ist es klüger, den Zuckerkonsum Schritt für Schritt zu reduzieren. Die Flasche Cola weniger am Tag bringt mehr als der heroische Versuch, von heute auf morgen auf jede Süße zu verzichten. Wer selbst kocht, statt Fertigprodukte zu kaufen, spart automatisch jede Menge Zucker. Und wer Lust auf Süßes hat, darf sich ruhig mal mit einer Handvoll Beeren, einem Stück dunkler Schokolade oder einem selbstgemachten Dessert belohnen.

Kleine Tipps für den Einstieg:

- Fangen Sie beim Trinken an. Wasser und Tee sind die einfachste Stellschraube. Wer Limonade weglässt, spart oft schon den halben Tagesbedarf an Zucker.
- Verhandeln Sie mit Ihrem Kaffee. Drei Löffel Zucker? Machen Sie zwei draus. Eine Woche später nur noch einen. Und ehe Sie sich versehen, fragen Sie sich: „Wieso möchte ich das mal so süß?“
- Kleine Siege feiern. Statt „nie wieder Kuchen“ lieber denken: „Heute habe ich meine Schokolade bewusst genossen – und das reicht.“
- Nicht dogmatisch werden. Wenn der Lebkuchen köstlich duftet: essen, genießen, lächeln. Zuckerfrei soll schließlich keine Religion sein, sondern ein Weg zu mehr Leichtigkeit.
- Mut zur Bitterkeit. Ein Stück Radicchio im Salat oder ein Schluck Grapefruitsaft kann manchmal Wunder wirken – der Süßhunger zieht sich beleidigt zurück.

Denn mal ehrlich: Das Leben schmeckt süß genug – auch ohne Zuckerstreuer.



Falls Sie Fragen zu diesen oder anderen Themen haben, freue ich mich über einen Austausch.

■ Saskia Druskeit

Heilpraktikerin, Coach und Autorin
www.saskia-druskeit.de
Tel: 0175 546938



50 JAHRE ZEITGENÖSSISCHE KUNST AUS 5 KONTINENTEN

„Vielen Dank für die wunderschöne Ausstellung, eine besondere, leicht beschwingte Energie in diesen Räumen und ein warmes Willkommen beim Empfang.“ ...

KUNSTSAMMLUNG HENNING J. CLAASSEN

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









Gelesen

VON LÜNEBUCH

Jetzt gerade ist alles gut

Stefan Schäfer

PARKXULLSTEIN VERLAG



Ein winziger Schnitt, eine plötzliche Sepsis – und das Leben des Erzählers kippt in eine andere Richtung. Nach dieser existenziellen Erfahrung fragt er sich, warum wir so vieles auf später verschieben, obwohl jeder Moment zählen kann. Wieder zuhause beginnt er, das Kostbare im Alltäglichen zu sammeln: Liebe, Nähe, Freundschaft, Natur. Stephan Schäfer zeigt mit leiser, eindringlicher Kraft, wie überraschend zärtlich das Leben wird, wenn man es bewusst wahrnimmt. Ein tröstliches, ermutigendes Buch über das Wesentliche.

CLUE 1 - Schiffbruch vor der Felseninsel

Jørn Lier Horst

OETINGER VERLAG



An den rauen Küsten Norwegens passieren seltsame Dinge. Das fällt auch den drei Freunden Cecilia, Leo und Une auf. Als eines Tages ein toter Mann am Strand angespült wird, ist für die drei Freunde klar: Sie müssen ermitteln. Gemeinsam begeben sie sich auf spannende Verfolgungsjagden, gefährliche Bootstouren und müssen auch mal in dem ein oder anderen Hotelzimmer herumschnüffeln. Ich habe das Buch nicht mehr aus der Hand legen können und war wie gefesselt. Ein sehr spannender und gelungener Auftakt der Kinderbuchreihe „Clue“ von Jørn Lier Horst.

Royal Heist

Lena Kiefer

LYX VERLAG



Seit die Royals ihre Familie zerstört haben, schwört Darcy Rache gegen sie. Als geniale Trickbetrügerin begeht sie, gemeinsam mit ihrer Crew, brillante Raubzüge, und sorgt für Gerechtigkeit zwischen den Armen und den Reichen. Jetzt bekommt sie die einmalige Gelegenheit, sich an der königlichen Familie zu rächen und ihnen das Wertvollste zu stehlen, das sie besitzen. Allerdings hat sie nicht mit Prinz Tristan gerechnet, der sowohl ihre Pläne als auch ihre Gefühle durcheinanderbringt... Lena Kiefer hat es wieder geschafft! Der Auftakt ihrer neuen Reihe ist eine großartige Mischung aus Action, Spannung, Romantik und Familiengeheimnissen.

Safe Space

Sarah Bestgen

BASTEI LÜBBE VERLAG



Sie weiß, dass sie am richtigen Ort ist, auch wenn alles dagegenspricht. Umgeben von den schlimmsten und brutalsten Tätern – Psychopathen, Sadisten und Serienmördern – bekommt sie Einblick in tief psychische Abgründe. Anna Salomon beginnt ihren neuen Job in der JVA, um dort alte Wunden zu heilen und Rätseln der Vergangenheit auf den Grund zu gehen. Doch schon bald verfängt sie sich in einem gefährlichen Katz-und-Maus-Spiel. Sarah Bestgen verbindet Spannung, psychologische Tiefe und gut recherchierte Details zu einem Thriller, den man kaum aus der Hand legen kann. Perfekt geeignet für hartgesottene Thriller-Fans oder Einsteiger*innen.

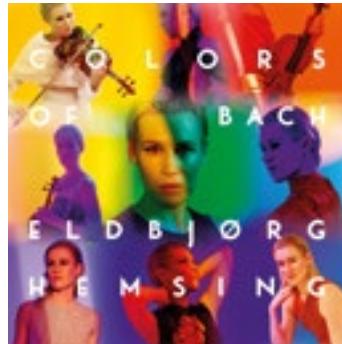
Gehört

VON CHRISTIANE BLEUMER

Colors of Bach

Eldbjørg Hemsing

SONY CLASSICAL

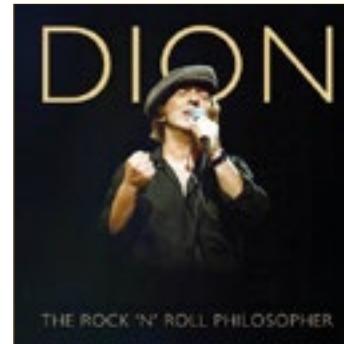


Auf ihrem neuen Album lässt Violinistin Eldbjørg Hemsing die ausdrucksstarke Musik von Johann Sebastian Bachs in völlig neuen Arrangements erklingen und eröffnet zeitgenössische Perspektiven auf sein Werk. Vielschichtig, fein nuanciert und mit ungezügelter Spiel- freude, schöpft das Album auch dank der großartigen Interpretin seine Inspiration aus der strukturellen Raffinesse und der expressiven Schönheit von 20 ausgewählten Werken. Durch buchstäblich neue „Farben“ werden bekannte Meisterwerke in ein neues Licht gerückt. Im Zentrum des Projekts steht eine künstlerische Philosophie: Bachs Musik zu erweitern, neu zu denken und zu formen – ohne sie zu verfälschen. Sowohl neue als auch erfahrene Hörerinnen und Hörer werden eingeladen, die unendlichen Farben in Bachs Musik neu zu entdecken.

The Rock 'N' Roll Philosopher

Dion

KEEPING THE BLUES ALIVE RECORDS (KTBA)



Dion DiMucci, einfach Dion genannt, ist einer jener Künstler, die das Fundament des amerikanischen Rock 'n' Roll geprägt haben. Geboren 1939 in der Bronx, wuchs er in den rauen Straßen von New York auf. Hits wie „A Teenager in Love“ machten ihn über Nacht zum Idol einer ganzen Generation. Doch Dion wollte mehr als süße Pop-Melodien: Ende der 60er öffnete er sich Folk, Rock und Soul - seine Stimme kann Schmerz, Sehnsucht und Hoffnung perfekt transportieren. Über Jahrzehnte blieb er immer authentisch, immer er selbst. Dion ist kein Nostalgie-Star – er ist lebende Musikgeschichte. Auf seinem neuen Album versammelt er neu geschriebene Songs, überarbeitete Fassungen einiger Klassiker sowie Material aus den vergangenen zehn Jahren – sie sind als Spiegel einer Lebensreise gedacht.

Getrunken

VON SÖREN WABNITZ



2023 Lacrimus Apasionado

RODRIGUEZ SANZO, RIOJA

In Norden Spaniens, zu beiden Seiten des Ebro, erstreckt sich „La Rioja“ – eine der spannendsten und vielfältigsten Weinlandschaften weltweit. Rioja profitiert von einer einzigartigen Verbindung aus atlantischen, mediterranen und kontinentalen Einflüssen. Diese klimatische Vielfalt, kombiniert mit kalkhaltigen, lehmigen und eisenreichen Böden, schafft ideale Bedingungen für Weine mit Struktur, Finesse und Ausdruckskraft. Gleichzeitig prägt eine neue Generation von Winzerinnen und Winzern die Region, die traditionelle Methoden bewusst hinterfragen und mit modernen Ansätzen frischen Wind in den Weinmarkt bringen. Ein aktueller Trend in der Weinwelt ist das gezielte Antröcknen der Trauben nach der Lese. Durch den damit verbundenen Wasserverlust konzentrieren sich Zucker und Extrakt, wodurch intensivere, kraftvollere Weine entstehen. Der aus diesen Trauben gekelterte Wein erhält dank dieses sogenannten „Appassimento“-Verfahrens ein eigenständiges Aromenspiel. Ursprünglich in Italien beheimatet, wird die Methode heute in zahlreichen Regionen genutzt. Auch der spanische Winemaker Javier Rodriguez setzt für seinen „Lacrimus Apasionado“ auf dieses Verfahren, um einen modernen, charakterstarken Rioja zu kreieren. Diese Cuvée aus Tempranillo und Graciano nutzt ebenfalls einen Anteil an getrockneten Trauben, die getrennt von den frischen Beeren vinifiziert und anschließend in Eichenfässern vereint werden. Das Resultat ist ein vollmundiger, trockener und zugleich bemerkenswert fruchtbetonter Wein. Der Lacrimus Apasionado präsentiert sich im Glas in einem intensiven Kirschrot mit dunklem Schimmer. In der Nase dominieren dunkle Früchte, Waldbeeren und feine Vanillenoten. Am Gaumen wirkt er weich und geschmeidig, mit zartem Tannin und einem langen, kraftvollen Finale. Ein idealer Begleiter für die kalte Jahreszeit – ob beim knisternen Kaminfeuer oder draußen unter freiem Himmel – ein echter Winterrotwein.



... im Januar 2026:

Preis 7,95 €/0,75 Ltr.

Lieferung ab 12 Flaschen frei Haus

Und die Abholvergütung gilt:

12 Flaschen bezahlen 13 trinken

www.wabnitz1968.depost@wabnitz1968.de

Familien-
preview am
SO 04.01.



Ab 08. Januar 2026

CHECKER TOBI 3 - DIE HEIMLICHES HERSCHERIN DER ERDE

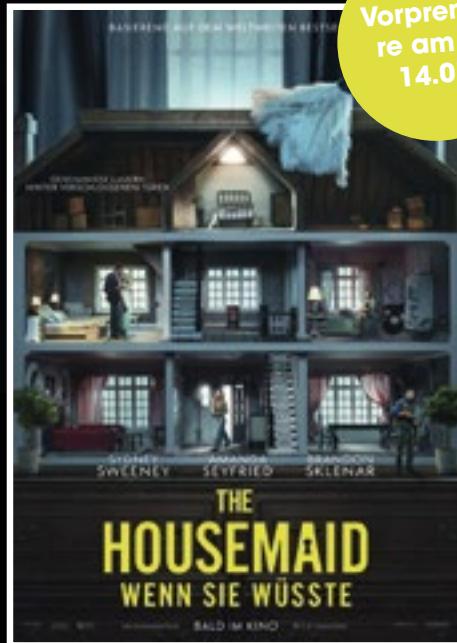
Tobi greift ein altes Rätsel aus seiner Kindheit wieder auf: Wer hinterlässt die tiefsten Spuren in der Erde? Seine Suche führt ihn an Orte wie Madagaskar, Spitzbergen und Mexiko, wo er entdeckt, was diese Orte verbindet, und die Antwort findet, die ihm als Kind gefehlt hat.



Ab 15. Januar 2026

EXTRAWURST

In einem Tennisclub im ländlichen Deutschland leitet Heribert die Vorbereitungen für die Sommerparty. Als vorgeschlagen wird, für Erol, das einzige muslimische Mitglied des Clubs, einen separaten Grill aufzustellen, kommt es zu Spannungen. Was als einfache Diskussion beginnt, entwickelt sich schnell zu einer Debatte über gesellschaftliche und persönliche Konflikte, die den Club zu spalten droht.



Ab 15. Januar 2026

THE HOUSEMAID - WENN SIE WÜSSTE

Millie, eine junge Frau mit schwieriger Vergangenheit, verliert nach einem Vorfall fast erneut ihre Freiheit und auch ihren Job. Die Stelle als Hausmädchen bei der wohlhabenden Familie Winchester scheint ihre Chance auf einen Neuanfang zu sein. Doch in dem luxuriösen Anwesen auf Long Island merkt sie bald, dass hinter der perfekten Fassade von Nina, Andrew und ihrer Tochter Cecelia dunkle Geheimnisse lauern.



Alle Infos & Tickets auf **filmopalast.de**

filmopalast
Dein Kino.

LÜNEBURG

FREUT EUCH AUF 2026

VERANSTALTUNGS HIGHLIGHTS

21. Februar

Lange Nacht
der Museen

12. April / 07. Juni

27. Sep. / 01. Nov.
Erlebnis-Sonntage

30. April - 04. Mai

Lüneburger
Frühjahrsmarkt

30. April

Azubi-Wheel-Dating

04. -07. Juni

Lüneburg feiert!

23. Juli - 19. August

Kultursommer

27. - 28. August

BerufBeats Festival

11. - 14. September

Bayerisches Oktoberfest

07. November

Nacht der Musik

19. November -

30. Dezember

Weihnachtsstadt



www.lueneburg.info



Moin!



Mit „Die Möwe“ bringt Regisseurin Yana Ross ab dem 23. Januar 2026 eine ihrer persönlichen Tschechow-Lieblingsarbeiten auf die Bühne des Deutschen SchauSpielHaus – und feiert damit zugleich ihre Hamburg-Premiere.

Frei nach Anton Tschechow und in einer Bearbeitung von Ross selbst, erzählt die Inszenierung von großen Sehnsüchten, enttäuschten Erwartungen und der vergeblichen Suche nach dem erfüllten Leben. In der ländlichen Provinz treffen Künstlerinnen, Idealistinnen und Getriebene aufeinander, die einst von radikalen Umbrüchen und leidenschaftlicher Liebe träumten – und nun zwischen Ernächterung, Resignation und bitterem Humor nach ihrem Platz in der Welt suchen. Es sind Figuren, die gescheitert sind, bevor sie richtig anfangen konnten, und deren inneres Flimmern Yana Ross mit feinem Gespür in die Gegenwart überträgt. Die aus Moskau stammende Regisseurin mit ukrainisch-polnisch-jüdischen Wurzeln, die zuletzt zum Leitungskollektiv des Schauspielhauses Zürich gehörte, ist für ihre zeitgenössischen Lesarten klassischer Stoffe bekannt. Mit Ross' internationaler Handschrift, einem hochkarätigen Ensemble – u. a. mit Josef Ostendorf, Josefine Israel, Daniel Hoevels und Bettina Stucky – sowie der Musik von Knut Jensen verspricht Die Möwe ein intensives Theatererlebnis zwischen Tragödie und Komödie.

Wo: Deutsches SchauSpielHaus, Kirchenallee 39, 20099 Hamburg, **Wann:** Premiere: Freitag, 23. Januar 2026, 19:30 Uhr | Weitere Termine: 25.1., 7.2., 19.2., 24.2., 15.4., **Tickets:** ab 11 € / ermäßigt ab 9 €, **Web:** www.schauspielhaus.de/die-moewe

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

von Anna Kaufmann

Lessingtage 2026



Wenn sich das Thalia Theater in einen internationalen Debattenraum verwandelt, ist wieder Festivalzeit: Vom 31. Januar bis 15. Februar 2026 finden die Lessingtage statt – kuratiert vom renommierten Theatermacher Matthias Lilienthal. Unter dem Motto Postpopulismus richtet das Festival seinen Fokus auf das Erstarken rechter und rechtsextremer Kräfte in Europa, mit einem besonderen Schwerpunkt auf Polen. Zu sehen sind unter anderem zwei der meistdiskutierten Inszenierungen der polnischen Gegenwart: Attack on the National Stary Theatre von Jakub Skrywanek und Mothers von Marta Górnica. Beide Stücke setzen sich eindringlich mit dem politischen Klima ihres Landes auseinander – zwischen Widerstand und Angst, Kraft und Kontrollverlust. Auch Milo Rau bringt mit einem neuen theatralen Prozessformat hochpolitisches Theater nach Hamburg. René Polleschs letzte Regiearbeit ja nichts ist ok mit Fabian Hinrichs sorgt für einen bewegenden Moment des Innehaltens – und wurde bereits 2025 zum Berliner Theatertreffen eingeladen. Ergänzt wird das Programm durch Neuproduktionen, Publikumsgespräche und Begegnungsformate, die sich der Frage widmen: Wie können Kunst und Gesellschaft gemeinsam auf die Herausforderungen unserer Zeit antworten?

Wo: Thalia Theater, Alstertor 1, 20095 Hamburg

Wann: 31. Januar bis 15. Februar 2026

Tickets: ab 25 € / ermäßigt ab 14 €

Web: www.thalia-theater.de/lessingtage

Monster's Paradise



Wenn Elfriede Jelinek und Olga Neuwirth zusammenarbeiten, wird es radikal, klug und überraschend. Über 20 Jahre nach ihrer letzten Zusammenarbeit kehren die beiden Ausnahmekünstlerinnen mit einem neuen Musiktheaterwerk zurück – und lassen in Monster's Paradise die Welt in einem absurd wie düsteren Musiktheater-Spektakel untergehen. Die Uraufführung des Werks findet am 1. Februar 2026 in der Staatsoper Hamburg statt, inszeniert vom neuen Intendanten Tobias Kratzer. Zwei Vampirinnen, Avatare von Jelinek und Neuwirth selbst, reisen als Beobachterinnen durch eine Welt im Verfall. Tyrannen regieren, Monster kämpfen um Macht – und die letzte Hoffnung ruht ausgerechnet auf Gorgonzilla, einem grotesken Ungeheuer mit Rettungsanspruch. Was sich liest wie eine surreale Fantasie, ist in Wahrheit ein messerscharfer Kommentar auf den Zustand der Gegenwart. Neuwirths Musik changiert dabei zwischen elektronischer Düsternis, Operngestus und experimentellen Klangbildern, während Jelineks Text die Grenzen von Tragödie, Farce und Satyrspiel auslotet. Mit einer Spieldauer von 90 Minuten, einer Sprache zwischen Deutsch und Englisch und einer Inszenierung, die sich am Stil des Grand Guignol – des grausamen Schauer-Theaters – orientiert, ist Monster's Paradise ein Wurf, der gesellschaftliche Abgründe mit künstlerischer Brillanz sichtbar macht. Für alle ab 14 Jahren, die Lust auf ein unkonventionelles, politisch aufgeladenes Musiktheater haben, ist dieses Werk ein Pflichttermin.

Wo: Hamburgische Staatsoper, Dammtorstraße 28, 20354 Hamburg

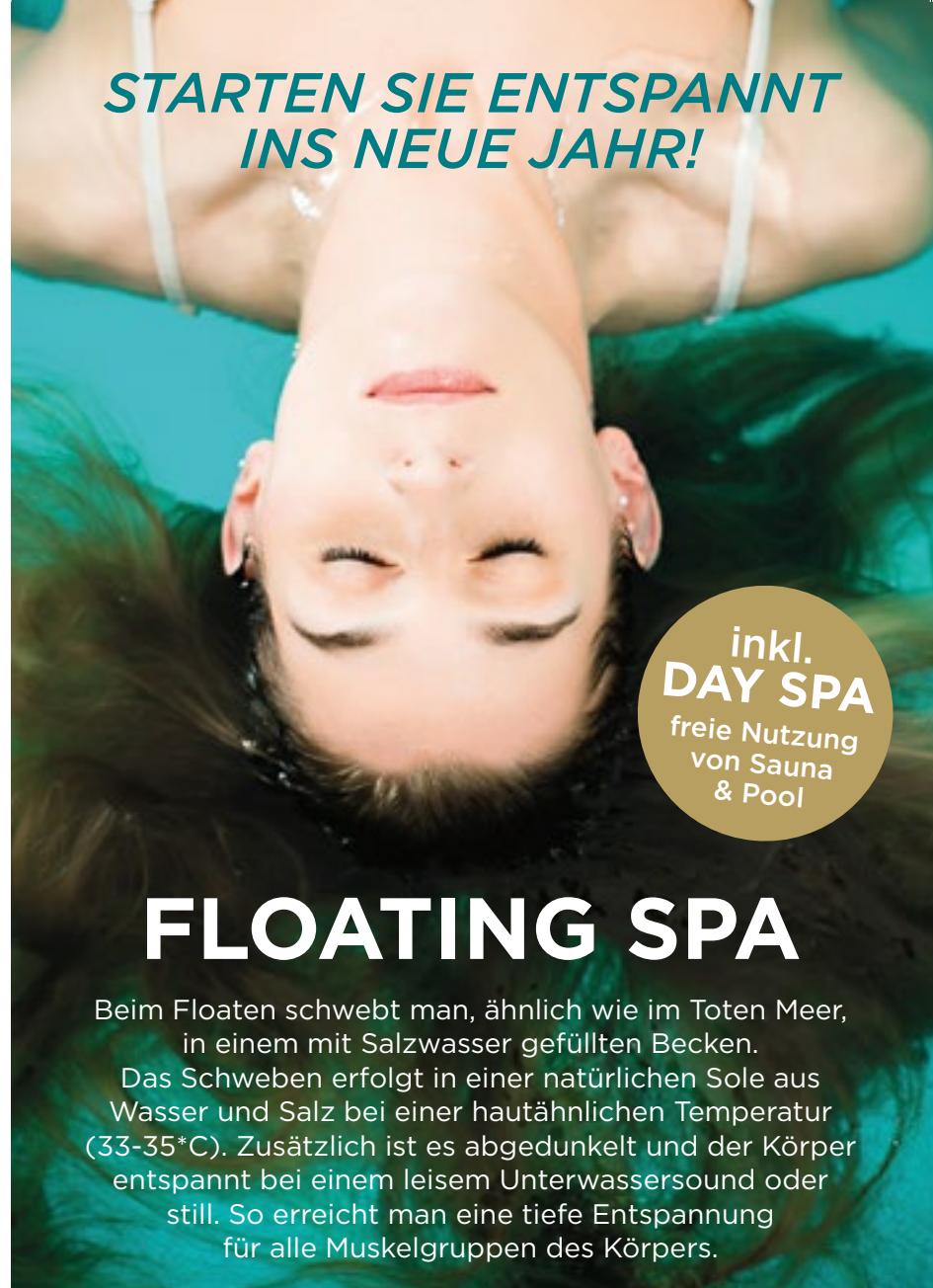
Wann: Premiere: Sonntag, 1. Februar 2026, 19:30 Uhr |

Weitere Termine: 4.2., 8.2., 11.2., 13.2., 19.2.

Tickets: ab 7 Euro

Web: www.die-hamburgische-staatsoper.de

**STARTEN SIE ENTSPANNNT
INS NEUE JAHR!**



FLOATING SPA

Beim Floaten schwebt man, ähnlich wie im Toten Meer, in einem mit Salzwasser gefüllten Becken.

Das Schweben erfolgt in einer natürlichen Sole aus Wasser und Salz bei einer hautähnlichen Temperatur (33-35°C). Zusätzlich ist es abgedunkelt und der Körper entspannt bei einem leisem Unterwassersound oder still. So erreicht man eine tiefe Entspannung für alle Muskelgruppen des Körpers.

**€ 84,00 / 60 Min/ 1 Person
€ 114,00 / 60 Min/ 2 Personen**

Reservieren Sie unter: 04131 - 22 33 25 50



Und fiel in einen tiefen Schlaf

Tanzstück von Olaf Schmidt „Dornröschen“

24.01.2026-16.04.2026 | Großes Haus

Karten: 04131 42100 | www.theater-lueneburg.de



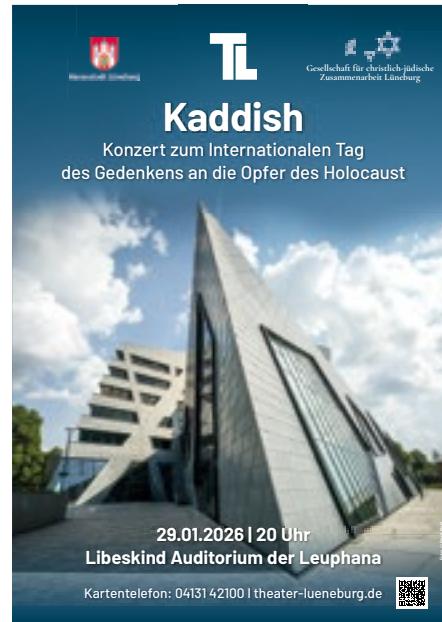
Gegen das Vergessen

Leonard Bernsteins Symphonie Nr. 3, genannt „Kaddish“ im Libeskind Auditorium

Bereits Ende der 1950er Jahre begann Leonard Bernstein an einer groß angelegten, spirituell-dramatischen Symphonie zu arbeiten, die das jüdische Totengebet „Kaddish“ einbezieht. Es sollte ein Werk werden über den Dialog des Menschen mit Gott, den Zustand der Welt nach dem Krieg und die Frage, ob man trotz allem glauben kann. So wurde „Kaddish“ eines seiner emotional intensivsten und politischsten Werke.

Bernstein hatte die Partitur praktisch fertiggestellt, als am 22. November 1963 John F. Kennedy erschossen wurde. Für Bernstein, der Kennedy persönlich kannte und ihn zutiefst bewunderte, war dies ein Schock. Kennedy galt für ihn als Symbol einer moralisch erneuerten, humanistischen, hoffnungsvollen jungen Generation Amerikas. In dieser Situation wirkte seine symphonische Auseinandersetzung mit Chaos, Verzweiflung, der Anklage gegenüber Gott und dem Versuch, wieder Ordnung und Hoffnung zu finden, fast unheimlich passend. Angesichts der Ereignisse entschied Bernstein spontan, das Werk Kennedy zu widmen.

Der Komponist sah im „Kaddish“ etwas, das auf erschütternde Weise zur nationalen Trauersituation passte. Obwohl es den Tod nicht erwähnt, ist es das Gebet der Hinterbliebenen – ein Ritual für Verlust und gleichzeitig ein Bekenntnis zur Zukunft. Kennedys Ermordung



wurde weltweit als Schock erlebt, der eine Zeit moralischer Unsicherheit markierte. Bernsteins Werk spricht genau dieses Gefühl aus. In dem dramatischen Textteil der Symphonie ringt der Sprecher mit Gott um Gerechtigkeit, und es wirkt wie eine menschliche Reaktion auf Gewalt, Sinnlosigkeit und Zerstörung – auch das passte in die nationale Trauerstimmung.

Konzert zum Internationalen Tag des Gedenkens an die Opfer des Holocaust

Bernsteins „Kaddish“ gibt der Sprachlosigkeit eine Stimme: Das Werk stellt Fragen, klagt an und versucht gleichzeitig, so etwas wie Hoffnung zu vermitteln. Das Kaddish-Gebet steht für das Weiterleben der Gemeinschaft trotz unermesslichen Verlusts. Es ist ein Gebet der Lebenden – ein lebendiges „Trotzdem“. Die Aufführung dieses Werkes wird zu einem Zeichen, dass Erinnerung nicht endet, sondern weitergetragen wird. Die Lüneburger Symphoniker, das ensemble reflektor, das Hugo-Distler-Ensemble, der Kinderchor der Musikschule und der Opern- und Extrachor des Theater Lüneburg spielen gemeinsam gegen das Vergessen und fragen mit diesem Konzert: Was bedeutet Menschlichkeit? Wo finden wir Hoffnung?

Das Konzert am 29. Januar findet im Libeskind Auditorium der Leuphana statt. Es ist eine von mehreren Veranstaltungen, die gemeinsam unter dem Leitmotiv „Wider den Schlussstrich“ stehen. Im Februar feiern gleich zwei weitere Produktionen zu diesem Thema im Theater Lüneburg Premiere: das Rechercheprojekt „Anfang – kein Ende“ im T.3 und das Schauspiel „Amsterdam“ von Maya Arad Yasur im Großen Haus.

Zwischen Traum und Wahrheit

„Dornröschen“ als Tanzstück zwischen märchenhafter Poesie und zeitgenössischer Sensibilität

Und fiel in einen tiefen Schlaf“ heißt der Tanzabend von Olaf Schmidt, der - inspiriert von Tschaikowski's schillernder Musik aus dem Ballett „Dornröschen“ und der poetischen Erzählung der Brüder Grimm - Bekanntes neu befragt. Die Premiere ist am 24. Januar um 20.00 Uhr im Großen Haus. Die vertraute phantastische Märchenhandlung entfaltet sich in sinnlichen Bewegungen, kraftvollen Bildern und musikalischer Pracht – und öffnet gleichzeitig Räume für neue Deutungen. Wer ist die geheimnisvolle dreizehnte Fee wirklich? Welche Stimme verbirgt sich hinter jener Figur, die im Märchen so abrupt ausgeschlossen wird? Warum kündigt ausgerechnet ein Frosch die Geburt der Prinzessin an – Wächter der Schwelle, Zufall oder Symbol tieferer Wandlung? Und welche Bedeutung trägt die Spindel, die das Schicksal in Gang setzt? Steht sie für das Verweben von Zeit, für das Erwachsenwerden, für die dunkle Kraft des Unvermeidlichen?

Der Abend lädt zum gemeinsamen Träumen ein. Zwischen märchenhafter Poesie und zeitgenössischer Sensibilität entsteht ein Abend, der sowohl das Kind in uns berührt als auch den wachsamen Blick des Erwachsenen anspricht. Lassen Sie sich verzaubern von einem Dornröschen, das mehr offenbart, als es zu verschlafen scheint. Wir freuen uns auf Sie!

Mit Energie und Leidenschaft

„Fame“ – der Musicklassiker im T.3 bietet einen inspirierenden Blick auf die nächste Generation

Wenn sich im Theater Lüneburg der Vorhang hebt und die ersten mitreißenden Takte von „Fame“ erklingen, wird schnell klar: Diese Inszenierung ist etwas Besonderes. Das Erfolgsmusical über den Traum vom großen Durchbruch, über harte Arbeit, Freundschaft und das Ringen um die eigene künstlerische Identität bekommt hier eine ganz eigene, authentische Note – denn die Darstellerinnen und Darsteller stehen quasi selbst am Anfang ihrer Laufbahn.

Einige der jungen Performer sind Teil der Akademie Junges Musiktheater des Theater Lüneburg und damit bereits in einem studienvorbereitenden Ausbildungsprogramm, andere haben in den letzten Jahren schon öfters im Jungen Musical mitgespielt und wieder andere sind inzwischen dem Kindermusical entwachsen. Eine Darstellerin ist sogar zum ersten Mal dabei. Es ist eine bunte Truppe, in der alle ganz genau wissen, wovon das Stück erzählt: vom Mut, sich zu zeigen, vom täglichen Üben, von Erfolgen und Rückschlägen. Ihre eigene Lebensrealität und die Themen des Musicals liegen oft nur einen Atemzug voneinander entfernt – und genau das macht die Aufführung so unmittelbar und berührend.

Statt Routine bekommt das Publikum eine geballte Ladung frischer Energie, spürbare Leidenschaft und das besondere Knistern eines Ensembles, das sich mit jeder Faser hineinwirft. „Fame“ feiert am 17. Januar Premiere im T.3 und man wird den Stolz, aber auch die Verletzlichkeit dieser Generation junger Künstlerinnen und Künstler spüren, die

den Sprung in die professionelle Welt wagen. Damit bekommen Klassiker wie „Hard Work“, „Bring on Tomorrow“ oder der ikonische Titelsong „Fame“ eine neue Intensität. Damit ist diese Produktion viel mehr als ein nostalgischer Ausflug in die Welt eines Musi-

calklassikers. Sie bietet zugleich einen inspirierenden Blick auf die nächste Generation – auf junge Menschen, die trotz aller Unsicherheiten mutig ihren Weg gehen und uns daran erinnern, wie viel Kraft in Leidenschaft und Beharrlichkeit steckt.

„Fame“ am Theater Lüneburg ist ein lebendiges Statement für Nachwuchsförderung, künstlerische Bildung und die Freude daran, jungen Talenten beim Wachsen zuzuschauen. Ein Abend, der Schwung verleiht – und lange nachhält.

Zur Erklärung: Die Akademie Junges Musiktheater am Theater Lüneburg, unter der Schirmherrschaft von „Altmeister“ Thomas Borchert, ermöglicht es jugendlichen Darsteller:innen, die jüngsten sind gerade acht Jahre alt, gemeinsam mit den Profis des Theaters auf der Bühne zu stehen. Entweder bearbeiten sie im T.3 ihre eigene Sicht auf zentrale Fragen des Erwachsenwerdens und des Menschseins ganz allgemein und sammeln unter professioneller Anleitung in den Bereichen Gesang, Tanz und Schauspiel erste Erfahrungen und finden Ausdrucksformen für aktuelle Themen, Gefühle und Herausforderungen. Oder sie stehen auch in Produktionen im Großen Haus mit den großen Musicalstars auf der Bühne. Derzeit kann man das junge Ensemble z.B. in dem Musical „Rent“ von Jonathan Larsen erleben, in dem eine Gruppe junger Menschen das Leben, die Freundschaft und die Liebe in all ihren Formen im New York der 1990er Jahre feiert. Die Vorstellungen laufen noch bis zum 11.04.2026, alle weiteren Infos finden Sie unter www.theater-lueneburg.de



Treffpunkt TamTam

Musicalstar Thomas Borchert ist am 28. Januar zu Gast im T.NT am Markt

von CHRISTIANE BLEUMER

Thomas Borchert ist inzwischen ein echter Lüneburg-Fan. Durch viele Produktionen – häufig gemeinsam mit seiner Frau Navina Heyne – ist er inzwischen eng mit dem Theater Lüneburg verbunden. Er genießt aber auch die besondere Atmosphäre der alten Salzstadt, wenn er für Proben oder Aufführungen vor Ort ist.

Ob beim „Graf von Monte Christo“, bei „Love Never Dies“ oder auch bei einem Gastspiel wie „Novecento“, bei dem er allein auf der Bühne steht – die ungeteilte Aufmerksamkeit und Begeisterung des Lüneburger Publikums ist ihm stets sicher. Mitte Dezember hatte er zudem einen gefeierten Auftritt bei der Großen Internationalen Weihnachtsgala im Libeskind Au-

ditorium. Das zeigt: Lüneburg ist inzwischen ein fester Teil seines Lebens.

Deswegen war er natürlich auch sofort bereit, sich den 28. Januar für einen besonderen Nachmittag frei zu halten, den das Theater Lüneburg gemeinsam mit dem Magazin Quadrat veranstaltet – schließlich machen ihm Improvisation und Spontaneität immer besonderen Spaß.

Treffpunkt TamTam heißt es, wenn er sich um 17.00 Uhr mit einigen musikalischen Kostproben als Sänger präsentiert. Nach einer kurzen Vorstellung des Musicalstars und einigen Informationen zu seinen kommenden Stücken, ist ein kleiner Auszug aus „Mr & Mrs Musical“ geplant. „Das ist eine Produktion, die meiner Frau Navina und mir sehr am Herzen liegt. Für unser neues Konzertprogramm haben wir die beliebtesten Musical-Melodien aller Zeiten ausgewählt – das wird unserem Publikum und uns großen Spaß machen.“ Das Große Haus in Lüneburg sei die erste Station einer kleinen Tournee, die im Herbst nach Süddeutschland und Österreich führt. Daher können sich die Lüneburger und Lüneburgerinnen freuen, das Ehepaar schon am 26. Februar um 20.00 Uhr auf der Bühne zu erleben. Dabei sorgt die Lüneburger Pianistin Eva Pankoke für die musikalische Unterstützung von „Mr & Mrs Musical“ – und steht zudem auch am 28. Januar im TamTam gemeinsam mit Thomas Borchert auf der Bühne.

Natürlich darf an diesem Nachmittag eine Kostprobe aus dem Musicalhit „Love Never Dies“ nicht fehlen. Wegen des großen Erfolges in der vergangenen Spielzeit gibt es eine Wiederaufnahme am Freitag, 20. Februar um 20 Uhr, der acht weitere Vorstellungen bis Ende Mai folgen.

Zu einem solchen Termin gehört für Thomas Borchert selbstverständlich, Autogramme zu schreiben. „Auch für die Beantwortung von Fragen ist sicherlich genug Zeit“, freut sich der Musicalstar auf einen spannenden Nachmittag im TamTam direkt am Marktplatz. Also, kommen Sie am 28. Januar vorbei. Die Tür des TamTam steht für jeden Interessierten offen.



Netz-Welt

**Tyler Koslowsky hat für die SVG gespielt, jetzt ist er Teil des Trainerteams.
Ein Leben für und mit Volleyball**

von CARLO EGGLING



**Tyler Koslowsky hat als Libero gespielt,
jetzt arbeitet er im Trainerteam der SVG mit.**



In der Gellersen-Halle trainieren die LüneHünen mehrmals die Woche, manchmal zweimal am Tag. Sie üben Aufschläge und Spielzüge. Doch hier müssen sie anders agieren, denn die Halle hat eine geringere Deckenhöhe als die Arena an der Lüner Rennbahn.

Er stammt aus Kanada, „aber Lüneburg ist mein Zuhause“. Tyler Koslowsky strahlt und erzählt, wie wunderbar sein Job im Trainerteam der SVG sei. Der 32-Jährige lief von 2017 bis 2022 für die LüneHünen auf. Als er 2022 seine Karriere als aktiver Spieler beendete, wollte er mit seiner Familie zurück in seine alte Heimat – doch nach nicht einmal einem Vierteljahr kehrte er aus Kanada zurück. An der Ilmenau fühlt er sich wohler. Er arbeitete als Fitness-Trainer und in der Reha, auch in einem Café jobbte er, doch er merkte: „Ich will zurück zum Volleyball, das ist einfach meins.“ Chef-Coach Stefan Hübner holte „TK“ in sein Team. Es sei eine neue Rolle, eine neue Aufgabe, doch vor allem könnte er einige Ziele erreichen, die die Mannschaft in seiner Zeit als Spieler noch nicht gepackt hatte: „Wir spielen jetzt in der Champions League mit.“ Ein anderes Highlight: „Ich habe zwar eine volle Gellersen-Halle erlebt, aber dass die Arena immer wieder ausverkauft ist mit dieser Stimmung, das ist etwas anderes. Auch das Spiel selbst – die Halle in Reppenstedt hat nicht die Höhe wie die Arena.“ Die Mannschaft trainiert intensiv, oft zweimal am Tag, Kraft, Ausdauer, Technik. Da ist TK dabei, überdies wertet er beispielsweise Videos aus, um sich und die Spieler auf die gegnerische Mannschaft vorzubereiten: Wie schlagen die auf? Wie positionieren sie sich? Da er selbst vor dem Netz stand, hat er ein gutes Gefühl für die Dynamik des Matches und das Miteinander. Es sei anders, als wenn man als Trainer quasi nur nach dem Lehrbuch arbeite. Er könnte da viel von Hübner lernen, der eben auch vom Spieler zum Trainerposten wechselte: „Wir sind in gutem Austausch. Ich möchte mehr und mehr unterstützen.“ Neben seiner Arbeit bereitet er sich auf die Prüfung zum Trainer mit A-Lizenz vor. Wenn er den Schein habe, wolle er bleiben, eben weil Lüneburg besonders ist. Das gelte für die Mannschaft und den Verein, aber gerade für die Fans: „Die sind laut, das gibt Energie und dazu die vielen Ehrenamtlichen, die bei Auf- und Abbau dabei sind und noch mehr machen.“ Bis 2028 laufe sein Vertrag, er kann sich gut vorstellen, länger zu bleiben: „Volleyball ist mein Leben. Und Lüneburg bedeutet für mich eine große Chance.“

Kreativ ins neue Jahr!

friemel stube

RAUM FÜR KREATIVITÄT

Resin-Schmuck & Accessoires

Erschaffe einzigartige Stücke mit UV-Resin (Kunstharz).

Di 06.01. / Di 03.02. / Di 17.02. / Di 03.03. (jew. 19 Uhr)
3 Stunden - € 49,00 (inkl. Material & Softgetränken)



Acryl Pouring

Erlebe den faszinierenden Farbfluss und werde zum Künstler!

Di 20.01. / Do 19.02. / Do 02.04. (jew. 19 Uhr)
3 Stunden - € 45,00 (inkl. Material & Softgetränken)



Terrazzo-Deko

Wir gießen Schmuckschalen, Kerzenständer oder Untersetzer.

Di 13.01. / Do 05.02. / Do 05.03. (jew. 19 Uhr)
3 Stunden - € 45,00 (inkl. Material & Softgetränken)



Polymer Clay-Schmuck

Wir stellen schöne & individuelle Schmuckstücke her.

Di 27.01. / Di 24.02. / Di 31.03. (19 Uhr)
3 Stunden - € 45,00 (inkl. Material & Softgetränken)



Sukkulantenkranz binden

Wir zeigen euch, wie man die Pflanzen bindet/steckt und ihr könnt mit einer großen Auswahl an Naturmaterialien dekorieren.

Do 15.01. / Di 10.02. / Do 26.03. (jew. 19 Uhr)
2,5 Stunden - € 49,00 (inkl. Material & Softgetränken)



Tufting

Entdecke das faszinierende Tufting und stelle deinen eigenen kleinen Teppich in 3 Stunden her.

Do. 06.03. / Do 20.03. / Do 10.04. / Do 24.04. (jew. 19 Uhr)
3 Stunden - € 89,00 (inkl. Material & Softgetränken)



Zwischen glanzvoller Karriere und Gefängnis

Meine Erlebnisse mit der Schauspielerin Ingrid van Bergen

von HORST LIETZBERG

Sie war eine außergewöhnliche Frau: Ingrid van Bergen. Unverwechselbar. Herber Charme, kein Drumherum reden, klare Sprache. Wenn sie erzählte, glänzten ihre Augen vor lauter Leben und Wissen. Sie war ohne jegliche Koketterie und angefüllt mit viel Talent. Seit 2000 lebte sie zurückgezogen mit ihrer Freundin Mischa (Linda Schnitzler) und mehreren Möpsen im niedersächsischen Eyendorf in der Lüneburger Heide. Sie war glücklich und überzeugt, dort ihren

Frieden gefunden zu haben. In diesem Dorf wollte sie dann auch ihr aufregendes Leben beenden. „Ich möchte unbemerkt von dieser Welt verschwinden“, sagte sie mir noch vor Kurzem, als ich sie mit Fotograf Hajo Boldt besuchte. Nun ist ihr Wunsch in Erfüllung gegangen. Sie starb am 28. November 2025 im Alter von 94 Jahren in ihrem kleinen gemütlichen Bauernhaus. Still eingeschlafen, unbemerkt von ihrer Freundin, die ihr jahrelang als Hilfe beigestanden hatte. Diese fand sie tot im Bett.

Ingrid van Bergen war ein Kriegskind. Gerade 13 Jahre alt, musste sie mit Mutter und drei Geschwistern aus Ostpreußen flüchten. Richtung Westen. Ihr Vater, Offizier in der Wehrmacht, war an der Ostfront gefallen. Sie schlossen sich den Flüchtlingstrecken an. Doch sie wurden von den Truppen der sowjetischen Armee eingeholt. „Es war furchtbar“, erzählte sie mir. „Auch ich wurde von einem Rotarmisten vergewaltigt. Immerhin gelang es uns, in Danzig an Bord des 8000 BRT großen





Eine Schönheit: Ingrid van Bergen, ein Studio-Porträt / Werbefoto aus den späten 1950er- oder frühen 1960er-Jahren.

Fotos: Sammlung Hajo Boldt

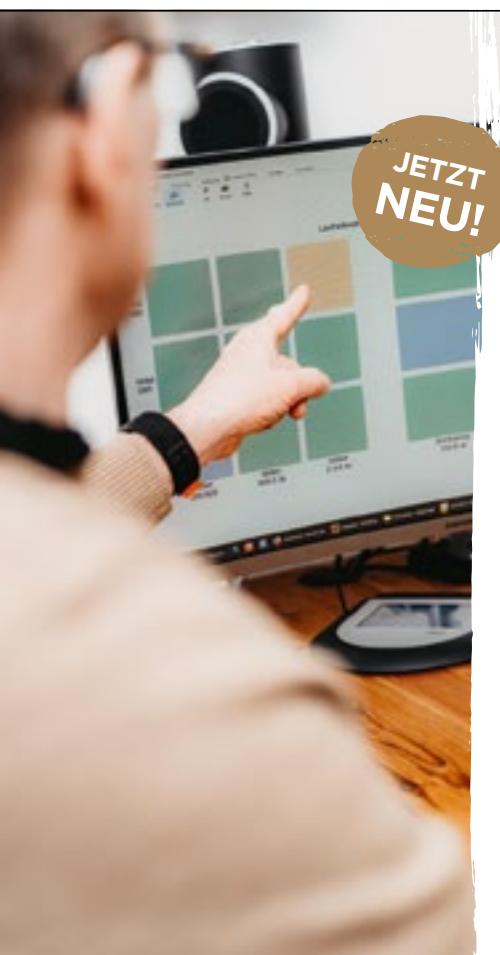
deutschen Schiffes „Moltkefels“ zu kommen. Es war mit 2700 Flüchtlingen, 1000 Verwundeten und 300 deutschen Soldaten völlig überfüllt. Kaum hatten wir den Hafen verlassen, wurde es von sowjetischen Jagdbombern in Brand geschossen. Panik brach aus. Viele Menschen kamen um. Uns gelang es, in ein Rettungsboot zu kommen. Wir hatten den Tod vor Augen. Aber wir wurden gerettet.“

Wieder in Deutschland machte sie das Abitur und arbeitete in einer Fabrik, um die Schauspielschule in Hamburg bezahlen zu können. Sie wollte unbedingt Schauspielerin werden. Davon ließ sie sich nicht abbringen. Sie hatte Glück. Dieser Traum erfüllte sich 1953 in dem Münchener politischen Kabarett „Die kleinen Fische“. Sie wurde entdeckt. Der Staudte-Film „Rosen für den Staatsanwalt“ mit Walter Giller war dann 1959 der Startschuss für eine großartige Karriere. Ingrid van Bergen wurde ein Star. Sie spielte mit Partnern wie Harald Juhnke, Mario Adorf und Curd Jürgens („Des Teufels General“). Sie erinnerte sich kurz vor ihrem Tode: „Mit Curd spielte ich besonders gern. Ihn mochte ich, weil er mir immer beistand, wenn mal etwas nicht klappte.“

Dann legte er seinen Arm auf meine Schultern und sprach mir Mut zu. Außerdem war er ein ganzer Kerl!“

Auch bei Kirk Douglas fiel ihr eine Anekdote aus den Jahren ihrer großen Erfolge ein. Sie erinnerte sich: „Ein feiner Mann. Ich spielte mit ihm in „Stadt ohne Mitleid“. Meinetwegen ließ er den Drehplan umstellen, damit ich meine Maschine für den Heimflug nach Deutschland noch bekomme“. Ingrid van Bergen hatte in jenen Jahren auch viel im Ausland gespielt – wie Amerika, England und Japan. Überdies spielte sie im Berliner Kabarett „Stachelschweine“, wo sie zum umjubelten Ensemble gehörte. Mit Horst Tappert ging sie auf Theatertournee und bei den Karl-May-Festspielen sprang sie aufs Pferd. Eine Frau, die vor nichts zurückschreckte. Die Produzenten rissen sich um sie.

Dennoch war Zeit für einen Geliebten. „Ich mochte meinen Klaus sehr. Er war meine große Liebe“, erzählte sie mir. „Aber dann erfuhr ich, dass er mich hinterging. Er demütigte mich. Ich war fassungslos. Ich hatte an dem Abend reichlich Alkohol getrunken. Ich wusste, wo seine Pistole lag. Als er in die Villa am Starnberger See zu-



KENNENLERN-TAGE

REVOLOUD – DAS NEUE LEVEL FÜR IHRE HÖRGERÄTE

Jetzt exklusiv das neue Anpassverfahren bei uns in Lüneburg erleben!

Kennen Sie das? Sie tragen Ihre Hörgeräte, aber Sprache klingt unnatürlich, Nebengeräusche stören und Sie sind schnell erschöpft vom Hören? Dann ist RevoLoud genau das Richtige für Sie – unser neues, wissenschaftlich entwickeltes Anpassverfahren sorgt dafür, dass Ihre Hörgeräte wirklich zu Ihnen passen! Wir optimieren den Klang Ihrer Hörgeräte mit RevoLoud individuell für Ihr Gehör, damit Ihr Hören wieder entspannter wird.

Und so einfach gehts:

1. Melden Sie sich bis zum 31.03.2026 bei uns unter 04131-8849379
2. Wir stellen Ihre Hörgeräte mit Ihnen zusammen mit RevoLoud individuell ein, auch wenn Sie Ihre Hörgeräte nicht bei uns gekauft haben.
3. Sind Sie zufrieden, dann **zahlen Sie einmalig nur 69,- € statt 99,- €**
4. Nicht überzeugt? Keine Sorge – wir stellen die alte Einstellung kostenfrei wieder her.

Jetzt Termin sichern und Ihr persönliches Hören neu erleben.

SO ERREICHEN SIE UNS:

Bardowicker Straße 18 • 21335 Lüneburg • 04131-8849379
www.hoerschmiede.de

**HÖR.
SCHMIEDE.**
Hörgeräte. Handwerk. Leidenschaft.

GUTSCHEIN

Erleben Sie mit RevoLoud ein ganz neues Hörgefühl! Dank spezieller Signale erfassen wir die Lautstärke genauso, wie Sie sie wahrnehmen.

Das Ergebnis: Natürlicher, entspannter und angenehmer hören! Bringen Sie diesen Abschnitt mit und sichern Sie sich bis zum 31.12.2025 Ihre Einstellung für nur 69,- € statt 99,- € – ohne Risiko!

ausschneiden & mitbringen


revoloud



Autor Horst Lietzberg gratuliert Ingrid van Bergen zum 90. Geburtstag. Champagner mochte sie besonders gern.

rückkam, seinen Koffer packte und mir erklärte, dass er sich von mir trennen wolle, erschoss ich ihn. Eine Sensation. Die Medien überschlugen sich. Das Urteil: Sieben Jahre Haft, von denen mir zwei Jahre erlassen wurden, wegen guter Führung“.

Ich fragte, wie sie später darüber dachte. „Selbst nach so langer Zeit kann ich immer noch nicht begreifen, wie ich mich dazu habe hinreißen lassen. Ich bereue die Tat zutiefst. Nach wie vor“. Sie hatte Tränen in den Augen. Immerhin gelang es ihr, ihre Karriere neu zu ordnen und durch Krimi-Reihen wie „Derrick“, „Tatort“ und „Soko 5113“ fortzuführen.



Links: Zu „Des Teufels General“ mit Curd Jürgens sagte Ingrid van Bergen: „Er war ein guter Freund“.

Rechts: Sie war 1960 schon ein Star: Ingrid van Bergen mit dem Schauspieler Heinz Drache in dem Edgar Wallace-Film „Der Rächer“.



Auch bei Rosamunde Pilcher-Verfilmungen war sie gefragt. Oft verkörperte sie, reife, starke exzentrische Charaktere, für die ihre markante Stimme besonders geeignet war. Manches dauerte etwas. Aber dass sie einmal zu den bekanntesten Stars gehörte, war nicht in Vergessenheit geraten.

Sogar beim jüngeren Publikum kam sie an. Als sie – immerhin mit 77 Jahren – davon hörte, dass RTL für die Sendung „Ich bin ein Star – holt mich hier raus!“ jüngere Mitwirkende suchte, meldete sie sich mutig an. Ihre Mischung aus Humor, Selbstironie und Gelassenheit kam an. Sie wurde genommen, gewann die Staffel und wurde Dschungelkönigin. Dieser Medienerfolg führte zu erneuter Aufmerksamkeit und zahlreichen Einladungen in Talkshows und Unterhaltungssendungen. Dass sie dazu 16 Tage lang unter schwierigsten Bedingungen in der Wildnis leben musste, störte sie nicht. Schließlich soll es ein Honorar von knapp 100.000 Euro gegeben haben. Eigentlich hätte es in Eyendorf, ihrer neuen Heimat, eine große Krönungsfeier geben müssen. Doch der Bürgermeister wollte sie nicht offiziell veranstalten. Für ihn sprang die Edeka-Verkaufshalle ein. Mit großem Schmuck und Trara im ganzen Dorf.

Mehrmals haben Fotograf Hajo Boldt und ich Ingrid van Bergen in Eyendorf besucht. Immer wieder betonte sie, dass sie in der Abgeschiedenheit der Lüneburger Heide neben der attraktiven Windmühle ihren Frieden gefunden habe. Sie sei in allem zur Ruhe gekommen – nach ihrem aufreibenden Leben zwischen einer glanzvollen Karriere als Schauspielerin und fünfjährigem Gefängnis. „Aber es wird wohl meine letzte Station sein“, sagte sie ohne Wehmut. „Meine biologische Uhr tickt. Wer wird schon so alt wie ich? Außerdem habe ich Mischa, meine treue Freundin. Sie hilft mir in jeder Situation. Denn ich kann ja fast nichts mehr sehen und auch kaum noch laufen“.

Ich fragte Linda Schnitzler, wo sie sich kennen gelernt hätten? Sie lächelte: „Im Knast. Wir sind dort schon die besten Freunde gewesen!“. Auch sie hatte eine längere Strafe abzusitzen. Nun ist sie allein – und tieftraurig. Sie beabsichtigt, die Urne mit den sterblichen Überresten zunächst im Haus aufzubewahren. Später soll sie im Allgäu, wo die Tochter von Ingrid van Bergen ihren Wohnsitz hat, ihre letzte Ruhe finden.

Auf Spurensuche



Antoine Tamestit



Devid Striesow

„Geheime Botschaften“ bei der Musikwoche Hitzacker

Das internationale Spatenorchester Mahler Chamber Orchester (MCO) gestaltet zum dritten Mal die Musikwoche Hitzacker, die gleichzeitig ihr 40-jähriges Jubiläum feiert. Vom 20. Februar bis zum 1. März 2026 können Besucherinnen und Besucher in 19 Veranstaltungen herausragende, international gefragte Musikerinnen und Musiker in der kleinen Stadt an der Elbe erleben.

Zum diesjährigen Motto „Geheime Botschaften“ hat sich MCO-Geiger Tim Summers, „Artistic Representative“ vom kryptografischen Kompendium Herzog Augusts des Jüngeren, einem früheren Einwohners Hitzackers und Gründer der heutigen Bibliotheca Augusta in Wolfenbüttel, inspirieren lassen. Das Festival rückt das Zusammenspiel von Musik, Code und Bedeutung in den Mittelpunkt. Dabei geht es um mehr als nur Klang: Die Musikwoche begibt sich auf die Spur verschlüsselter Strukturen, musikalischer Muster – und früher Wurzeln digitaler Denkweisen in Hitzacker und der Region.

Bachs Verschlüsselungstechniken

Im Zentrum steht Johann Sebastian Bachs kontrapunktiisches Meisterwerk „Das Musikalische Opfer“, dessen Verschlüsselungstechniken in einem moderierten Kammerkonzert in der St. Johannis Kirche anschaulich gemacht werden. Dieser rote Faden zieht sich auch durch das Eröffnungskonzert im Verdo, das Kantatenkonzert in der St. Johannis Kirche, den Workshop zu musikalischen Codes bis hin zu den Konzerten des Abschlusswochenendes. Dabei werden der Musik Bachs Werke unter anderem von Johannes Brahms, Béla Bartók, Paul Hindemith, Alfred Schnittke und György Ligeti gegenübergestellt.

Weltstar auf der Bratsche: Antoine Tamestit

Musikalischer Partner der diesjährigen Festivalausgabe ist der international renommierte und vielfach ausgezeichnete französische Bratschist Antoine Tamestit, der in mehreren Konzerten am zweiten Wochenende der Musikwoche zu hören sein wird. Das MCO selbst tritt in großer und kleiner Besetzung auf, darunter das neu gegründete Mahler Quartett mit Werken von Schostakowitsch und Brahms sowie das preisgekrönte Klaviertrio TRIO GAON der MCO-Geigerin Jehye Lee. Der bekannte Schauspieler Devid Striesow vereint gemeinsam mit dem Kontrabassisten Henning Sievers Bach und Jazz

und stimmt im Prolog „Hitzacker entschlüsselt“ gemeinsam mit Musizierenden des MCO auf das Festival ein. Pianist Benjamin Hochman wird beim Klavierabend „Entdeckungen“ die Uraufführung eines Werks von György Kurtág spielen, gerahmt von Brahms-Fantasien und einer Klaviersonate von Beethoven. Mit Halvor F. Melien ist im moderierten Kantatenkonzert „Ricercare“ einer der gefragtesten Konzertbaritane Europas bei der Musikwoche zu hören.

Hören, Spielen, Swingen

Wie Musik nicht nur mit den Ohren, sondern mit allen Sinnen erlebt werden kann, demonstriert Paul Whittaker im Zukunftskonzert „Feel the Music 2.0“. Der von Geburt an gehörlose britische Musiker begleitet seit vielen Jahren das gleichnamige Projekt des MCO und kehrt 2026 mit einem neuen Programm nach Hitzacker zurück. Selbst aktiv werden kann das Publikum mit eigenen Instrumenten bei einer Performance von Terry Riley's außergewöhnlichen Werks „In C“ in der Aula der Freien Schule, die von Nachwuchsmusikerinnen und -musikern angeleitet wird. Und im Late-Night-Konzert im KulturBahnhof Hitzacker sorgt die MCO-eigene Johnny-Cash-Coverband für lässige Festivalmomente.

Musikwoche lebt Nähe

Erstmals gestalten Studierende der Leuphana Universität Lüneburg im Rahmen ihrer Zusammenarbeit mit dem MCO am ersten Festival-Sonntag einen musikalischen Aktionstag für gesellschaftliches Zusammenleben. Schließlich bietet die Musikwoche 2026 erneut zahlreiche Gelegenheiten, das MCO ganz nah zu erleben: über moderierte Konzerte, offene Proben und viele weitere Möglichkeiten, vor Ort mit den Künstlerinnen und Künstlern ins Gespräch zu kommen.

■ Ein vollständiger Überblick über das Programm und vieles mehr steht unter www.musikwoche-hitzacker.de zur Verfügung. Der Kartenvorverkauf ist über die Musikwochen-Website, telefonisch unter 05862 8197, per Fax unter 05862 8106 sowie per Mail an kontakt@musikwoche-hitzacker.de möglich. Darüber hinaus können Konzertkarten auch über das Ticketing-System Etix unter www.etix.com erworben werden.

Das ehrenamtliche Sozialunternehmen

Ein neuer Vorstand leitet die Lüneburger Tafel. Es ist viel zu tun, weil viele um Lebensmittel bitten. Die 90 Ehrenamtlichen ändern ihre Organisationsstrukturen

von CARLO EGGLING

Konstanze Dahlkötter und Martina van Clewe haben lange Zeit gesucht, denn sie hatten eine Menge Arbeit abzugeben. Ehrenamtlich. Es hat sich gelohnt: Die Mitglieder des Vereins Lüneburger Tafel haben einen neuen Vorstand gewählt. An der Spitze steht Wilfried Gericke, als zweiter Vorsitzender unterstützt ihn Walter Brandl, komplett macht das Team Ulrike Radtke als Kassenwartin. Alle drei betonen, dass

sie die Anforderungen auf mehrere Schultern verteilen wollen. Denn zu tun ist reichlich, die Tafel zählt im Durchschnitt rund 750 Kunden, mit den Familien dahinter sind es rund 2000 Menschen, die Lebensmittel beziehen. 90 Ehrenamtliche gehören zum Team – Koordination ist gefordert.

Mitte der 1990er Jahre zogen Studentinnen über den Markt, sammelten Obst und Gemüse, um es vor Ort an

Bedürftige zu verteilen. Inzwischen hat sich die Tafel zu einem ehrenamtlichen Sozialunternehmen gewandelt. Gerade eröffneten die Lüneburger eine Außenstelle im Dahlenburger Sozialkaufhaus. Denn der Bedarf ist riesig. Ein Jahrzehnt leitete Konstanze Dahlkötter die Tafel, 16 Jahre engagiert sie sich. Wie ihre Mitstreiterin Martina van Clewe findet sie: „Es ist Zeit für einen Wechsel.“

Wilfried Gericke, Ulrike Radtke, Walter Brandl, Martina van Clewe und Konstanze Dahlkötter





Wilfried Gericke, ehemaliger Polizist, hat ehrenamtliche Erfahrungen beim Paritätischen und in der Diakonie gesammelt. Seit Jahresanfang ist er bei der Ausgabe Im Tiefen Tal dabei. „Die Institution muss Bestand haben, das ist eine gute Sache“, sagt der 68-Jährige. Ihn begeistert am Team: „Hier kommen jeden Tag unterschiedliche Leute, packen mit an und freuen sich auf die Arbeit.“

Walter Brandl war Zollbeamter. „Meine Frau macht hier seit acht Jahren mit“, sagt der 65-Jährige. Im Urlaub sei er ebenfalls eingestiegen, das Miteinander und der Einsatz für die, die nicht immer auf der Sonnenseite stehen, hätten ihn überzeugt, mehr zu machen. „Wir verstehen uns gut und können gut zusammenarbeiten.“

Dritte im Bunde ist Ulrike Radtke, seit drei Jahren dabei und bereits seit zwei Jahren im Vorstand aktiv, sie kümmert sich um die Finanzen. Die 61-Jährige ist Physiotherapeutin, arbeitet unter anderem in der Seniorenbetreuung. Daher muss sie Job und Ehrenamt verbinden.

Tafel bedeutet Einsatz. Helfer sammeln in Märkten, Bäckereien und auf dem Markt Lebensmittel, dazu kommen Fahrten zum Zentrallager der Edeka in Mecklenburg. Zudem verteilen Frauen und Männer in ihrer Ausgabe hinter den Sülzwiesen an mehreren Tagen der Woche Brot, Obst, Gemüse und beispielsweise Konserven an Kunden. Viele sind dankbar, doch nicht immer ist es einfach.

Längst ist die Tafel zu einem Teil des Sozialsystems geworden, was eigentlich so nicht gedacht ist. Doch die Erfahrung zeige, dass Mitarbeiter der Sozialverwaltung auf das Angebot als Versorgungseinrichtung hinweisen. Die Tafel finanzieren sich allerdings über Spenden und nicht über öffentliche Gelder. Wer kommt, muss Bedürftigkeit nachweisen, etwa durch Bescheinigungen seiner Beihilfen.

Gericke und sein Vorstand wollen die Last auf mehrere Schultern verteilen, denn: „Das hier ist mehr als ein Full-time-Job.“ So verändert die Tafel ihre Organisationsstruktur, der Vorstand gibt Verantwortung ab. Beispielsweise soll es quasi Schichten geben, die jemand leitet. Ein anderer soll sich um die drei Fahrzeuge des Vereins kümmern. Auch die interne Verwaltung soll sich ändern.

Die größte Neuerung hat mit der Bundes-Tafel zu tun. Die schafft mehrere Zentrallager, um gesammelte Lebensmittel an die Ortsvereine abzugeben. Die Lüneburger steuern dann neben anderen Punkten eine Abgabestelle in Bremen an. Nachwuchsarbeit ist ein weiterer Punkt, den sich der Vorstand vornimmt. Eine Idee: Über soziale Projekte etwa mit Schulen sollen junge Menschen erreicht und zum Mitmachen motiviert werden.

Sich zu verabschieden fiel Konstanze Dahlkötter nicht leicht, es ende ein Stück ihres Lebens. Sie und ihre Mitstreiter haben viel erreicht. So geht sie zufrieden und wünscht ihren Nachfolgern Erfolg.

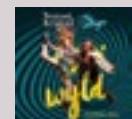
LÜNEBURG TICKETS

DEINE HIGHLIGHTS IN 2026!



SVG FUNCARD

GENIESSE VOLLEYBALL
VOM BESTEN PLATZ AUS
INKL. GETRÄNKE & SNACKS



FEUERWERK DER TURNKUNST ON STAGE

SA, 07.03.26 in der LKH Arena



EISELLE MEETS... TINA TURNER & WHITNEY HOUSTON

SA, 21.03.26 in der LKH Arena



MISS ALLIE

KULTURSOMMER LÜNEBURG
DO, 23.07.26 Open Air im Kurpark



GREGORY PORTER

KULTURSOMMER LÜNEBURG
DO, 30.07.26 auf den Sülzwiesen



EIN SOMMER- NACHTSTRAUM

OPEN AIR THEATER
12. – 16.08.26 Open Air im Kurpark



INA MÜLLER

LIVE 6.0
SA, 07.11.26 & SO, 08.11.26 in der LKH Arena



BÜLENT CEYLAN

DIKTATÜRK
SA, 05.12.26 in der LKH Arena

SICHERE DIR EXKLUSIVE ANGEBOTE UND RABATTE
MIT UNSEREM NEWSLETTER UNTER
WWW.LUENEBURGTICKETS.DE

Filmtipps

VOM SCALA PROGRAMMKINO

Der Fremde

ab 1. Januar



Algier, 1938. Meursault, ein stiller, un-auffälliger Angestellter Anfang dreißig, nimmt ohne sichtbare Gefühlsregung an der Beerdigung seiner Mutter teil. Am nächsten Tag beginnt er eine Affäre mit seiner früheren Kollegin Marie und kehrt in seinen gewohnten Alltag zurück. Dieser wird jedoch bald durch seinen Nachbarn Raymond gestört, der Meursault in seine zwielichtigen Machenschaften hineinzieht – bis es an einem glühend heißen Tag am Strand zu einem schicksalhaften Ereignis kommt...

Die Neuinterpretation von Albert Camus' gleichnamigem Literaturklassiker in betörenden Schwarzweißbildern markiert einen künstlerischen Höhepunkt in François Ozons vielschichtigem Œuvre.

Rental Family

ab 8. Januar



Ein in Tokio lebender US-Schauspieler – mittlerweile nicht mehr so erfolgreich und auf der Suche nach einem Sinn in seinem Leben – zieht einen ungewöhnlichen Job an Land: Für eine japanische „Rental Family“-Agentur schlüpft er in unterschiedliche Rollen und spielt den Bräutigam bei einer fingierten Hochzeit, den Freund eines alternden Schauspielers oder den Vater eines jungen Mädchens, um einer alleinerziehenden Mutter bei einem Aufnahmegericht an einer Privatschule zu helfen. Während er mehr und mehr in die Lebenswelten seiner Kundinnen und Kunden eintaucht und ihnen hilft ihre familiären Lücken zu füllen, beginnt er echte Bindungen aufzubauen, die die Grenzen zwischen Schauspiel und Realität verschwimmen lassen. In der Auseinandersetzung mit den moralischen Aspekten seines neuen Jobs entdeckt er das Gefühl von Zusammengehörigkeit und die Bedeutung zwischenmenschlicher Beziehungen neu ...

Extrawurst

ab 15. Januar



Reine Formsache – eigentlich: Heribert, langjähriger Vorsitzender des Tennisclubs Lengenheide, und sein ehrgeiziger Stellvertreter Matthias lassen über die Anschaffung eines Grills für die Vereinsfeier abstimmen. Der hippe Werbetexter Torsten, von Berlin in die Provinz ausgewandert, haut noch einen Spruch raus, damit die dörgte Versammlung ein schnelles Ende findet. Da schlägt seine Frau Melanie vor, für ihren Doppelpartner Erol – das einzige muslimische Mitglied des Vereins – einen zweiten Grill zu kaufen. Denn gläubige Muslime dürfen ihre Grillwürste bekanntlich nicht auf einen Rost mit Schweinefleisch legen. Die gut gemeinte Idee führt Satz für Satz zu einem turbulenten Schlagabtausch, bei dem Atheisten und Gläubige, Deutsche und Türken, Gutmenschen und Hardliner aufeinanderprallen. Schnell wird allen klar: Es geht hier um viel mehr als einen Grill ...

Hamnet

ab 22. Januar



Im späten 16. Jahrhundert trifft der junge William Shakespeare auf die geheimnisvolle Agnes. Trotz familiärer Warnungen verliebt er sich leidenschaftlich und gewinnt die Zustimmung für eine Verlobung. Eine Tochter sowie die Zwillinge Hamnet und Judith werden geboren – doch Agnes' Vorahnungen, dass ein Kind nicht überleben wird, erfüllen sich: Der elfjährige Hamnet stirbt an der Beulenpest, während William in London ist. In tiefer Trauer um seinen Sohn taucht er tief in seine Arbeit ein und widmet ihm das Stück „Hamlet, Prinz von Dänemark“.

„Ozons Film ist ein Genuss – visuell ebenso wie erzählerisch.“

THE HOLLYWOOD REPORTER

BENJAMIN
VOISIN

REBECCA
MARDER

PIERRE
LOTTIN

DENIS
LAVANT

SWANN
ARLAUD

DER FREMDE

EIN FILM VON
FRANÇOIS OZON

NACH DEM ROMAN VON
ALBERT CAMUS
© EDITIONS GALLIMARD 1942



AB 1. JANUAR IM KINO



weltkino



Eine Live-Show voller Kraft

Erleben Sie Dr. Leon Windscheid live in der LKH-Arena

Ob mit dem Podcast »Betreutes Fühlen«, seinem Bestseller »Besser Fühlen« oder als Moderator im ZDF – Dr. Leon Windscheid fasziniert die Menschen und ist wahrscheinlich der bekannteste Psychologe Deutschlands. Mit seinem neuen Live-Programm „Alles perfekt“ kommt er am 30. Januar nach Lüneburg und serviert wissenschaftlich fundiert zwei Stunden Psychologie live. Denis Ambrosius hat im Vorfeld ein Interview mit ihm geführt:

In Ihren Live-Shows verbinden Sie Psychologie mit Unterhaltung und ziehen ein großes Publikum damit an. Was ist für Sie selbst der entscheidende Unterschied zwischen dem gesprochenen Wort auf der Bühne und dem geschriebenen Wort im Buch?

Leon Windscheid: „In dem Moment, wenn wir als Menschen zusammenkommen, entsteht immer etwas ganz Besonderes – und das ist aus meiner Sicht nicht zu ersetzen. Atze Schröder, mit dem ich den Podcast zusammen mache, hat zu mir gesagt: „Leon, mir ist aufgefallen, du gehst raus mit dem Mikrofon in der Hand und dann fängt die Show an.“ Und er meinte: „Das ist ganz falsch.“ Ich habe erst mal gesagt: Wieso ist das falsch? Was soll ich denn anderes machen? Er erklärte, dass er erst einmal raus geht und das Mikrofon weglässt. „Also geh einfach mit leeren Händen raus und das Mikrofon liegt vielleicht irgendwo. Dann begrüßt du die Halle und du begrüßt den Abend und du kommst erst einmal selbst auf dieser Bühne an.“ Ich weiß noch ganz genau, was das für ein Unterschied war, als ich es das erste Mal so machte. Mittlerweile komme ich also raus und freue mich einfach erst einmal mit den Leuten, dass ich da sein darf, dass sie alle gekommen sind. Das gibt dem Ganzen eine andere Atmosphäre – wenn ich auf der Bühne stehe und den Leuten sage, wir machen uns heute zwei richtig gute Stunden, wir werden zusammen lachen, wie wir es meistens am Anfang schon sehr viel tun. Wir werden aber auch zusammen nachdenken. Die Stellen, wo es so ganz ruhig wird und wo die meisten vielleicht dasitzen und sagen: Das habe ich so noch nie gehört oder jetzt gerade wird mir etwas klar über mich selbst – das ist für mich dann einer der schönsten Momente. Solche Interaktionen kannst du in einer Halle, wenn ich das auf der Bühne erzähle, so viel intensiver wahrnehmen, als wenn du das in einem Buch liest oder von mir aus in einem Podcast hörst. Mittlerweile sind die Liveshows wirklich mit Abstand das, was ich am allerliebsten mache.“

Viele Besucher Ihrer Shows sagen, dass Sie nicht nur unterhalten, sondern emotional sehr bewegend sind. Welche Momente auf der Bühne haben Sie selbst am stärksten überrascht oder berührt?

Leon Windscheid: „Es gibt eine Stelle, da nehme ich die Leute, die es möchten – man kann sich an dieser Stelle auch gedanklich ausklinken, da es wirklich sehr emotional ist – mit auf ein Gedanken-Experiment, in dem es um die Eltern geht. In der ganzen Halle ist es ganz ruhig, du merkst, das berührt die Leute. Das sind Momente in einer Live-Show, die voller Kraft sind, die transportieren dich emo-

tional; ich hätte nicht gedacht, dass das so, so sehr die Leute berührt. Es geht aber auch andersherum. Ich habe eine ähnliche Stelle, da geht es um Liebe. Und um Liebe auf den ersten Blick, um das Sich-verlieben und welche Ansprüche dann an diese Liebe gestellt werden. Das ist dann sehr, sehr, sehr lustig, aber auch sehr überraschend und all die Leute lächeln. Das ist genauso schön, nur halt andersherum in der Emotionslage.“

Wie schaffen Sie es, bei diesen emotionalen Momenten die menschliche Nähe zu geben und trotzdem die Distanz zu bewahren?

Leon Windscheid: „Ich sage am Anfang den Leuten: Du musst dir nicht alles merken, nicht mental mitschreiben heute Abend. Wenn eine Sache irgend etwas in dir anstößt und sich in zwei oder drei Wochen bei dir im Hinterkopf meldet, dann ist schon alles erreicht. Ich muss nicht künstlich versuchen, mich von den Leuten fernzuhalten, sondern es entsteht eine unglaubliche Nähe – es entsteht ein unglaublicher Zusammenhalt – dieses Gefühl, weil wir diesen Abend zusammen gestalten. Die Energie, die die Leute geben, kommt bei mir an und von mir zurück. Aber es ist trotzdem immer etwas, wo ich denke, dadurch dass ich einmal einen Blick von außen gebe hast du eine ganz andere Distanz, als wenn du jetzt eine beste Freundin um einen Rat fragst oder dich mit deinem Partner in der immer gleichen Weise streitest. Das ist eigentlich das, was die Stärke mit sich bringt.“

Macht diese Stärke das menschliche Verhalten aus und sorgt letztendlich diese Stärke für die eigene mentale Gesundheit?

Leon Windscheid: „Mentale Gesundheit setzt sich aus ganz vielen Bauteilen zusammen. Aber dass wir Menschen zum Beispiel von guten sozialen Kontakten leben, dass diese ganz essenziell sind für unser Wohlbefinden, das zeigt die Forschung immer und immer wieder. Das denke ich auch und gerade in der Zeit, wo so viel digital stattfindet oder in irgendwelchen Kommentarspalten der sozialen Netzwerke – das Gefühl, dass die Leute zusammen an einem Abend in der Halle sitzen. Es wird so viel auf der Wissenschaft rumgetreten, es gibt Leute mit Alu-Hüten, die sich in Verschwörungstheorien hineinstiegen. Es gibt angeblich alternative Fakten. Ich fordere ein, dass das, was auf einer Bühne erzählt wird, mit Quellen belegt wird und auch jeder selbst einen kritischen Blick auf die Psychologie mitbringt, also mit einem positiv kritischen Blick hinterfragt, die Dinge wirklich verstehen möchte. Das macht mir Hoffnung. Ich bin auch kein Therapeut. Ich mache eine Unterhaltungsshow und es wird vor allem viel gelacht.“

■ **Alles perfekt**

Freitag, 30.01.2026, 20.00 Uhr, LKH Arena, Infos: www.leonwindscheid.de

Verlosung

3 mal 2 Tickets für die Show

Wenn Sie gewinnen möchten, schreiben Sie bitte bis zum 8. Januar an bleumer@quadratlueneburg.de. Die Gewinner werden bis zum 12. Januar per Mail benachrichtigt.

Vorfreude auf 2026!

Lüneburg bietet im neuen Jahr ein volles Programm

Das Jahr startet kulturell mit der **Langen Nacht der Museen am 21. Februar**. Ganze 7 Museen wollen entdeckt werden mit einem vielseitigen Programm für Alt und Jung - einfach in den Shuttle steigen und Lüneburgs Geschichte entdecken.

Besonders viel los ist an den vier **Erlebnis-Sonntagen am 12. April, 7. Juni, 27. September und 1. November**. Dann lädt Lüneburg zu entspannten Stadt- und Einkaufsbummeln ein, die durch ein buntes Rahmenprogramm bereichert werden.

Vom 30. April bis 4. Mai 2025 hält der **Lüneburger Frühjahrsmarkt** auf die Sülzwiesen Einzug und bringt farbenfrohen Jahrmarktszauber mit. Noch vor Eröffnung des Frühjahrsmarktes geht es zum 3. Mal hoch hinaus beim **Azubi-Wheel-Dating am 30. April**, bei dem Ausbildungsinteressierte in luftiger Höhe auf potenzielle Ausbildungsbetriebe treffen.

Natürlich heißt es auch wieder „**Lüneburg feiert“**. Von Freitag, 5. Juni, bis **Sonntag, 7. Juni** verwandelt sich die Innenstadt in ein großes Festareal, auf dem sich Live-Bühnen, sportliche Aktionen, eine fröhliche Feiermeile und ein vielfältiges kulinarisches Angebot aneinanderreihen.

Ein weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannter Termin ist das **Bayerische Oktoberfest**. Vom 11. bis 14. September wird im riesigen Festzelt auf den Sülzwiesen gefeiert, begleitet von original bayerischer Live-Musik. Mehr als 60 Schaustellerbetriebe bringen echtes Volksfestgefühl nach Norddeutschland. Zur „**Nacht der Musik am 7. November** verwandelt sich Lüneburg in eine einzige große Konzertlandschaft. Ein Ticket genügt, um Zugang zu allen musikalischen Stationen zu erhalten.

Zum Jahresende schließlich wirft die Hansestadt ihr festlichstes Gewand über: Zwischen dem **19. November und 30. Dezember wird Lüneburg zur stimmungsvollen Weihnachtsstadt**.

■ Infos unter www.lueneburg.info



Sundowner

**Große Eröffnung im
Don Panino am Markt**

FOTOS: HAJO BOLDT











Hest du al mol vun „Noma“ hört?

VUN GÜNTHER WAGENER

Wenn man dorna söken deit, finnt man so al-lerlei: Enen Drinkbuddel, en Gaststuuv in Kopenhagen un enen Onlineshop, de di so al-lerhand verköpen will usw.

Wat ik meen, dat is de grugelige Krankheit Noma, oder ok Backenbrand benöömt. Bakterien freet de Sliemhuut in 'n Mund twei un vun dor geiht dat wieder in de Huut vun 't Gesicht un de Knaken, bet allens wegfuult is un grote Löcker dor sünd, wo sünst dat Gesicht is. Biller dorvun kann 'n sik blots schwor ankieken un dat is meist nich uttoholen.

Ünner düsse grugelige Krankheit mööt meist Kinner ünner söss Johr lieden in de Ophöplänner (Entwicklungsländer). Solang as de Melk vun ehr Mudder kriegt, is allens goot, aver wenn denn de Tähn kaamt un se sülms eten un drinken mööt, nich noog dorvun dor is, dat Water dreckig is, se mööt hungern, kriegt nich noog Vitamine un Eiweiß, de Tähn warrt nich putzt usw., denn sünd düsse Kinner in grote Gefahr, dat se Noma kriegen doot.

Nu künn man jo annehmen, dat sik de Öllern üm Hülp bemöhen deen, man dat Gegendeel is meist de Fall. Düsse Kinner mit ehren Eitergeruch un de Löcker in 't Gesicht warrt verstött ut dat Dörpsleven un insparrt. Oder de Öllern wennt sik af vun de Kinner un de mööt beddeln gahn un sik sülms dörchslaan. De WHO ver-moedt, dat jedeen Johr över 80.000 Kinner an düsse Krankheit dootblieven doot. Se staarvt an Blootvergiften oder se künnt keen Eten un Drinken opnehmen, weil allens wedder rutlopen deit.

Noma steiht siet 2013 op de List vun de WHO as een vergeten Tropensüük. Erst na un na fangt man an, sik üm düsse Süük to kümmern un erste Behanneln op-tonehmen.

Wenn 't noch fröh noog is, mutt de Nohren, de bruukt warrt, herschafft warrn un de Mund mutt mit Bakterien-freters utspöölt warrn.

Bi de tweete Stufe mutt en Antibiotikamix insett warrn un dat Spölen in 'n Mund mutt wiedergahn.

Meist giftt dat keen Krankenhüüs un de nödige Nähren



över ene Infuschoon is nich möglich. Dorüm düsse hoge Doodenandeel bi Noma.

Vör dörtig Johren hett Günther Jauch bi „Stern-tv“ to 'n erstenmol in Düütschland över düsse Krankheit bericht. Dat hett 'n poor Wellen slaan un einige Lüüd hebbt sik seggt, dat man dorgen wat doon mutt.

Free vunenanner hebbt sik Minschen in verschieden Länner funnen, de op ehr egen Aart un Wies versöcht hebbt, to helpen. Losgahn is dat in een vun de arms-ten Länner in Afrika, in Niger. Aver wat künn man dor in düt Ophöpland maken? Wat sik dor „Sükenhuus“ nöömen dee, harr mit uns Vörstellen vun so 'n Krankenhüüs nix to doon.

So hett man enkelte Noma-Kinner in enen Fleger packt un in verschieden Länner na Europa bröcht, na Düütschland, de Schwietz, Österrieck, Mallorca, Belgien un annere. Dor muss man erstmol Krankenhüüs finnen, wo nödige Operatschonen möglich weern un denn muss man Doktors finnen, de sik düsse schworen Ope-

ratschonen totroon deen. Mehrstendeels weern nich blots een, man vele OP2s nödig, üm düsse böös torich-ten Gesichter wedder hertostellen.

Pleegfamilien müssen her, de düsse Kinner opnehmen un för vele Maande bi sik wahnien leten. De Kinner ut Niger wörrn ut ehr Dörp in de Savanne rutreten un kriegen schierweg den Kulturschock ahn Vörstellen, al bi 't Flegen un denn bi de fremdoordige Ümgegend.

Meist noch schworer wöör dat för de holpen Kinner wedder in ehr Dörpsleven in Niger trügg to kamen. Nich bi all weren se willkamen. Faken weer de Mudder alleen, Vadder verswunnen, de Grootfamilie künn oder wull nich helpen un denn de frömde Kledaasch an 'n Lief. Se passen nich mehr in ehr vertrotet Leven un to de Lüüd in 't Dörp. Se weern Frömmie worrn in 't egen Land.

En Fro in uns Land hett sik bi düsse Hülp besünners as Baasfro wiest un dorvun möch ik in en anner Ge-schicht vertellen.

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
Melanie Mandt
Anna Kaufmann
Saskia Druskeit
Herbert Jenckel
Günther Wagener

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

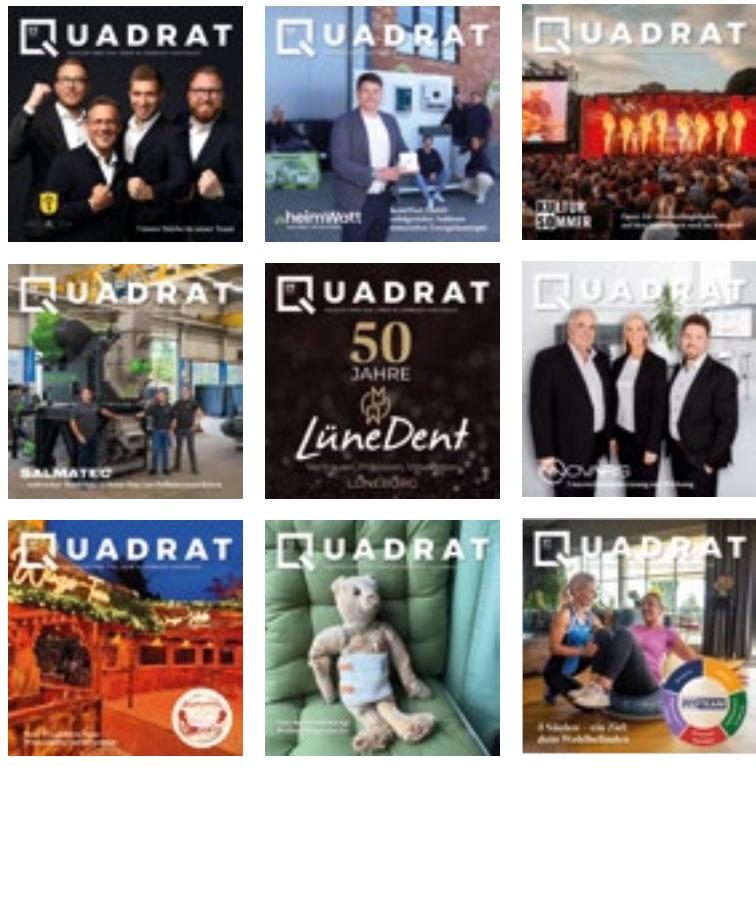
Quadrat ist monatlich und kostenlos
in Lüneburg, Adendorf, Bardowick und
Reppenstedt erhältlich.

Anzeigenpreise

Es gilt die Anzeigenpreisliste 2024
vom 01.01.2024; Download unter
[> Über Quadrat](http://quadratlueneburg.de)

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 Februar 2026



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 · Don Panino · 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! · Goldschmiede Arthur Müller · Graubner · Grossmann & Berger · Gut Bardenhagen · Günsche · Hansestadt Immobilien · Heide Hotel Reinstorf · Hold · Hotel Bargenturm · Hotel Bergström · Jesco v. Neuhoff · Krone · La Taverna · Lieblingsstück · Lüneburg · Mälzer Brauhaus · Mälzer Mühle · Mama Rosa · Mango Restaurant · Marc O'Polo · Mölders · Ochi's Barcelona · Optik Meyer · Optik Warnecke · Ortho Klinik · Osteria Häcklingen · Piccantini · Piemons · Plaschka · Q5 · Reiseagentur Brinkmann · Reisebüro Rossberger · Resch · Manufaktur Sehen · Ricardo Paul · Röhms Deli · Roy Robson Outlet · Salü · SCALA Programmkinos · Schallander · Schokotheek · Schlachterei Rothe · Schuhhaus Schnabel · S&K · Sparkasse An der Münze & Am Sande · Speicherhaus Café · Stadtbücherei · Stadtgespräch · 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 Roten Tore · 25 Minutes

MISSION: AUSBILDUNG

#MAZUBI



STARTE DEINE MISSION 2026 IN UNSEREM AUTOHAUS!

Bist du auf der Suche nach einer vielfältigen und abwechslungsreichen Ausbildung mit Zukunftsperspektive und einer hohen Chance auf Übernahme? Dann bewirb dich bei uns zum 01.08.2026 in deinem Wunschberuf:

- » **Automobilkaufmann** (m/w/d)
- » **Kraftfahrzeugmechatroniker** (m/w/d)

DEINE BENEFITS

- » 30 Tage Erholungslaub
- » Hohe Chance auf Übernahme
- » Feste Ansprechpartner
- » Kollegiale Arbeitsatmosphäre
- » Azubifahrt und regelmäßige Events
- » Kostenübernahme der Schulbücher



MISSION:
JETZT BEI UNS BEWERBEN!

Hier geht's zur Onlinebewerbung
und mehr Infos.





**E-Rezepte
für Deine ganze Familie?
Mit der
wir leben
App
kein Problem!**



Jetzt kostenlos runterladen
für iOS oder Android:



**E-Rezept?
Egal wo, Egal wann.**

Schnell und einfach E-Rezepte der
ganzen Familie mit der Gesundheitskarte
per App einlesen und Medikamente bestellen!

**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.

Auch in 2026 Dein Gesundheitspartner

