



QUADRAT

MAGAZIN ÜBER DAS LEBEN IN LÜNEBURG • KOSTENLOS



Juwelier Süpke

120 Jahre



GELLNER

THE SPIRIT OF PEARLS

Exklusiv in Lüneburg bei

Juwelier
S V P K E

Große Bäckerstraße 1

21335 Lüneburg

04131 / 31713

Liebe Leserinnen und Leser!

Wichtige Entscheidungen liegen vor uns. Bei der Kommunalwahl am 13. September können wir unmittelbar darauf Einfluss nehmen, wie sich Lüneburg und die Region in den nächsten Jahren weiterentwickeln werden. Dieser Kommunalwahlkampf ist auch deshalb so spannend, da in fast allen Lüneburger Parteien eine Generation mit neuen und jungen Kandidaten bereitsteht. Unsere Stadt bleibt also bunt und vielfältig – auch was die politischen Farben angeht. Ob die vielen Wahlplakate, die seit Wochen das Stadtbild bestimmen, bei einer Entscheidung hilfreich sind, sei dahingestellt. Besser ist es allemal, sich intensiv mit den Zielen und Schwerpunkten der Kandidatinnen und Kandidaten auseinanderzusetzen. Tun Sie das – ob bei Gesprächen an den Informationsständen in der Innenstadt oder durch das Lesen von Broschüren oder Anzeigen in der lokalen Presse. Nur dann können Sie gut informiert Ihre Kreuze machen.

Und was ist sonst noch los in Lüneburg? Ziemlich viel, wie Sie an unserer Rubrik „In aller Kürze“ sehen können. Die Sommerferien sind vorbei und die Museen, Konzertveranstalter und Chöre freuen sich darauf, Besucher und Besucherinnen zu empfangen. Das traditionelle Oktoberfest auf den Sülzwiesen, das große Familienfest in der Innenstadt und zahlreiche andere Events – all das verführt dazu, mitzumachen und Spaß zu haben. Auch das Theater Lüneburg startet in die neue Spielzeit – mit neuen Stücken und einer neuen Leiterin der Kommunikations- und Marketingabteilung. Nicole Tharau freut sich darauf, die Verbindung zwischen Büh-

ne, Publikum und Stadt stets neu zu gestalten, Theater sichtbar zu machen und vor allem Menschen dafür zu begeistern, S. 54. Sie persönlich ist besonders neugierig auf das Musical Anatevka, das als erste große Premiere im Großen Haus zu erleben ist, S.53.

Ruhiger geht es sicherlich bei der Premiere der Veranstaltung „Jugend meditiert“ zu. In den wunderschönen

Räumlichkeiten des Klosters Lüne findet am Samstag, 12. September von 19.00 bis 22.00 Uhr ein Abend voller Achtsamkeit und Gemeinschaft für Jugendliche und junge Erwachsene ab 14 Jahren statt, denn Meditation und Achtsamkeit kann man nicht früh genug erfahren und erlernen, S. 40-41.

Beim ausführlichen Quadrat-Interview haben diesmal gleich drei Personen auf dem Sofa Platz genommen. Das Ehepaar Rolf-Dieter und Gisela Aye und Renate Rudolph verbindet eine jahrzehntelange Freundschaft, die von sehr viel Ver-

trauen aber auch großer Unternehmungslust und Offenheit für die Welt um sie herum geprägt ist, S. 42-45.

In diesem Sinne wünsche ich auch Ihnen viele neue Impulse und wie immer viel Freude beim Lesen und Entdecken.

Ihre

Christiane Bleumer

Chefredakteurin



Christiane Bleumer



Unser Special im September



Typisch norddeutsch:

Birnen, Bohnen und Speck

Dazu passt ein frisch gezapftes



Pilsener vom Fass.



Eine perfekte Kombination!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Am Stintmarkt 8 · 21335 Lüneburg
Tel. (04131) 22 49 10
www.das-kleine-restaurant.com



In dieser Ausgabe

Editorial	3	SVG Lüneburg	56
von Christiane Bleumer		Das Team läuft sich warm	
Jubiläum Juwelier Süpke	12	Erinnerungs-Broschüre	60
120 Jahre Tradition und Innovation		Das Schicksal von Sinti und Roma in der NS-Zeit	
A Cinematic Christmas	24	ensemble reflektor	62
Internationales Filmmusik-Konzert im Audimax		Intensive Konzerterlebnisse und Bürgerarbeit	
Schleichwege	26	Stade & Buxtehude	64
Die Stadt stimmt mit den Füßen ab		Wo Obstbäume auf Hanseflair treffen	
Patrick Pietruck	28	Volksbühne Lüneburg	66
Jetzt geht es um Lüneburg		Im Wandel der Zeit	
Amistad	30	Horst Lietzberg	68
Deutsch-spanischer Brückenschlag		Meine Erlebnisse mit Freddy Quinn	
Kräuterkunde	31	Reise	72
Eberesche		Offshore-Segelreise durch Nordnorwegen	
Museumsbesuch	32	Abgelichtet	76
Rollrädchen aus der römischen Kaiserzeit		Sommertreffen auf der Clubhaus-Terrasse „Castello“	
Gartenkicker	34		
Vom Berufsleben ins Blütenparadies			
Blindschleiche	38		
Nützlicher Bewohner im heimischen Garten			
Jugend meditiert	40		
Raum für Ruhe im Kloster Lüne			
Lüneburg Privat	42		
Renate Rudolph, Dr. Gisela Aye & Dr. Rolf-Dieter Aye			
Gesundheit	46		
Blutzucker – nicht nur ein Thema bei Diabetes			
Theater Lüneburg	53		
Musikalklassiker Anatevka			
Nicole Tharau	54		
Neue Kommunikationsleiterin am Theater Lüneburg			

Standards

Suchbild des Monats	09
Kolumne	10
In aller Kürze	14
Gelesen – Buchtipps	48
Gehört – Musiktipp	49
Getrunken – Weintipp	49
Moin	50
Neu im Kino	58, 71
Marunde	80
Plattsacker	81
Impressum & Adressen	82

**DIE ADRESSE FÜR
IHR RECHT IN DER
GOSEBURG**

Kostenlose
Erstberatung
im Kündigung-
schutzrecht

KGSW

Anwälte



Sie suchen eine kompetente und zielstrebige Unterstützung in rechtlichen Angelegenheiten? Wir stehen Ihnen mit langjähriger Erfahrung und umfassender Beratung zur Seite. Unsere Philosophie basiert auf einem vertrauensvollen Mandantenverhältnis und einer effizienten Konfliktlösung statt langwieriger Streitigkeiten.

Der Mandant steht bei uns im Mittelpunkt. Als Ihre Anwälte in Lüneburg beraten und vertreten wir Sie – außergerichtlich wie vor Gericht.

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

Wir suchen:

eine Rechtsanwältin-Fachangestellte (m/w/d)

Auch Berufsanfänger und Wieder- sowie Quereinsteiger sind willkommen.

Kostenlose
Parkplätze
vor der Tür



Bessemersstr. 3 · 21339 Lüneburg
Tel.: (04131) 789 600
www.kgs-anwaelte.com
Instagram: kgs.anwaelte



**DIE ADRESSE FÜR
IHR RECHT IN DER
GOSEBURG**

Kostenlose
Erstberatung
im Kündigungs-
schutzrecht

KGSW

Anwälte

**Bewerbungen werden bei uns
streng vertraulich behandelt!**

****Rechtsanwaltsfachangestellte/r (m/w/d) in Vollzeit oder Teilzeit gesucht****



Wir suchen eine ReFa (m/w/d) in Vollzeit oder Teilzeit. Berufserfahrung und MS- Office- Kenntnisse sind wünschenswert. Jedoch sind auch Berufsanfänger und Wiedereinsteiger sowie Quereinsteiger willkommen.



Auch wenn Sie sich bereits im Ruhestand befinden, sind Sie bei uns ausdrücklich willkommen. Wir wissen Erfahrung, Zuverlässigkeit und die Gelassenheit langjähriger Berufspraktiker sehr zu schätzen und freuen uns auf Ihre Bewerbung. Durch die Aufhebung des Freibetrages für den Zuverdienst lohnt sich eine Tätigkeit neben der Rente heute besonders.



Unsere Kanzlei bietet Beratung und Vertretung in den Bereichen des Verkehrsrechtes, Arbeitsrechtes, Mietrechtes und des allgemeinen Zivilrechtes, wobei der Tätigkeitsschwerpunkt im Verkehrsrecht liegt.



Sie erwartet eine Abwechslungsreiche Tätigkeit mit Verantwortung. Sie sind telefonischer Ansprechpartner für die Mandanten und korrespondieren mit Versicherungen und Behörden. Sie verwalten und bearbeiten Akten selbstständig und erledigen allgemeine Sekretariatsaufgaben.



Wir bieten ein unbefristetes Arbeitsverhältnis, leistungsgerechte Vergütung und eine kollegiale und kooperative Arbeitsatmosphäre in einem empathischen Team.



Die Kanzlei arbeitet mit der Software RA Micro. Homeoffice ist grundsätzlich möglich. Bei Interesse an Weiterbildungsmöglichkeiten werden diese gefördert und unterstützt.



Wenn Sie kundenorientiert und teamfähig sind und gerne selbstständig und strukturiert arbeiten, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung (gerne unter Mitteilung Ihrer Gehaltsvorstellung sowie des nächstmöglichen Eintrittstermins).



Senden Sie Ihre Bewerbung gerne per Post oder per E-Mail an:
kanzlei@kgs-anwaelte.com

Ansprechpartnerin ist Frau RAin Granholm-



Bessemerstr. 3 · 21339 Lüneburg



Tel.: (04131) 789 600



www.kgs-anwaelte.com



Instagram: [kgs-anwaelte](https://www.instagram.com/kgs-anwaelte)

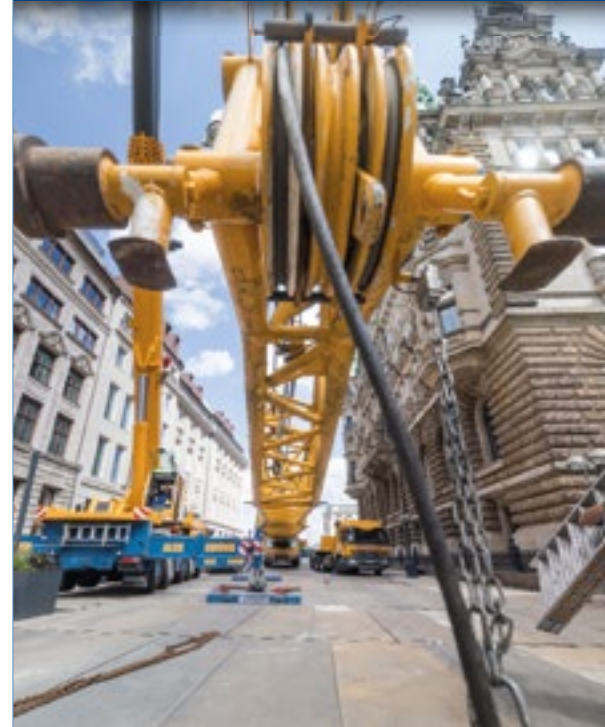




**Der Herbst klopft an
Stoppelfeld bei Gut Wienebüttel**

Foto: Ed Minhoff

... das ist nur die Spitze
des „eisernen Giganten“



Mit der fortschrittlichen Technologie unserer modernen Großfahrzeugflotte, ihrer hohen Tragfähigkeit und Reichweite der leistungsstarken Ausleger sowie der Einsatzbereitschaft und dem Können unserer Crew ... werden anspruchsvolle Abeitseinsätze und -prozesse optimiert und noch sicherer und effizienter gestaltet.

Die Profis für die schweren Fälle!



seit 1924
BRUNS
KRANVERMIETUNG GMBH

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

LÜNEBURG FAMILIEN- FEST

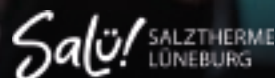
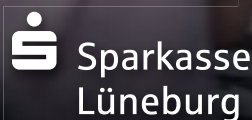
26. – 27. SEP.
11 – 18 UHR

TOGO
TOUR



**Spiel und Spaß
für die ganze
Familie**

Alle
Infos unter:
lueneburg.info



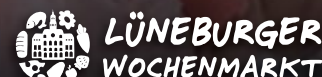
LÜNEBURG ERLEBNIS- SONNTAG

27. SEP.
13 – 18 UHR

18.

**Lüneburger
Selbsthilfetag**

**SHOPPING
IN DER
INNENSTADT
AB 13 UHR**



Suchbild

September 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. September an gewinn@maelzer-brauhaus.de.
Zu gewinnen gibt es in diesem Monat ein Sundowner Paket Mälzer Mühle (Spritzbaum für 6).
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, die Gewinner werden per E-Mail benachrichtigt.



Lösung des August-Fotos:

Am Sande 9

Gewinner der August-Verlosung:

Claudius P. / Elena Z.

mälzer

derzeit:

Pale Ale das Kupferfarbene
mit der deutlichen Hopfennote

Sa/So 05. & 06. September

Alte Handwerkerstrasse

Mitwirkende in historischen
Gewändern, Buden mit
Handwerkern, Händlern,
Musikern und Künstlern
schaffen in der romantischen
Lüneburger Altstadt ein
Markttreiben wie im 16. Jahrh. –
mit Handwerk, Handel, Kunst,
Kulinarik und Musik.

Fr 06.11. ab 19 Uhr

J-Dag



nach dänischem Vorbild
der gemeinsame Bockbieranstich
der Lüneburger Brauereien
mit Livemusik und Shuttleservice

Infos: Facebook / Instagramm
Nolte / Dachs / Mälzer





Wenn das WLAN Fieber misst

ALLGEMEINE BESONDERHEITEN VON CAREN HODEL

Es beginnt harmlos. Ein Ziehen im Knie. Vielleicht vom Treppensteigen. Vielleicht vom Leben. Oder von dem Moment, in dem man merkt, dass Treppen inzwischen eine ernstzunehmende sportliche Disziplin sind. Früher hätte man gesagt: „Wird schon wieder.“ Heute sagt man: „Moment, ich schau mal kurz bei Dr. Google nach.“ Dieses „kurz“ ist das Einfallstor. Zwei Klicks später weiß ich, dass ich entweder falsch aufgetreten bin – oder an einer seltenen, bislang nur in entlegenen Feuchtgebieten Mittelamerikas dokumentierten Erkrankung leide. Das Internet kennt kein Vielleicht. Nur Gewissheiten – und die sind grundsätzlich dramatisch. Aus einem Muskelkater wird eine systemische Entzündung, aus Müdigkeit ein Vitaminmangel mit apokalyptischer Perspektive. Besonders eindrucksvoll sind die lateinischen Be-

griffe. Sie klingen nach römischen Feldherren und machen aus einem Schnupfen eine Persönlichkeit. Rhinitis acuta, Feldherrin über beide Nasenflügel.

Man klickt sich tapfer durch Symptome, die man bis vor drei Minuten noch gar nicht hatte. „Leichte Übelkeit?“ – Wenn ich ehrlich bin: jetzt schon. „Gelegentliche Schweißausbrüche?“ – Natürlich, ich lese ja gerade das hier! Am Ende sitzt man kerzengerade vor dem Bildschirm, spürt in sich hinein und wartet darauf, dass irgendetwas Bedeutungsvolles geschieht.

Besonders perfide ist die Zeitangabe: „Suchen Sie sofort eine Ärztin auf, wenn ...“ – und dann folgt eine Liste, die das gesamte menschliche Dasein zuverlässig abdeckt. Atmung? Puls? Bewusstsein? Haken dran. Ich lebe noch. Aber wie lange?

Zwischen Panik, Pillenempfehlungen und Forenbeiträ-

gen von Menschen namens „Sonnenschein72“, die „genau das auch hatten“ – und seit 2014 nicht mehr geantwortet haben, was nicht unbedingt beruhigend wirkt –, wächst die Erkenntnis: Dr. Google hat immer Sprechstunde, aber kein Wartezimmer. Es gibt keinen beruhigenden Blick, kein Abtasten, kein „Das ist halb so wild“.

Stattdessen blinkt Werbung für Nahrungsergänzungsmittel, deren Namen klingen, als könnten sie jederzeit mit Helm und Umhang durch einen römischen Monumentalfilm marschieren. Neurofortis Maximus, ImmuComplex Ultra, Magnesium 7 Forte. Und plötzlich hat man nicht nur Rückenschmerzen, sondern auch einen Warenkorb.

Also gehe ich am Ende doch zur Apothekerin meines Vertrauens. Sie hört sich mein Leiden an, nickt freundlich und stellt genau die richtigen Fragen: „Seit wann?“ – „Nach Belastung?“ – „Haben Sie vielleicht einfach ungewohnte Schuhe getragen?“ Ihre eigentliche Spezialität besteht allerdings darin, Herzklopfen nach Online-Diagnosen sanft zu kurieren. Ein Lächeln, ein nüchterner Satz, manchmal eine Salbe. Und plötzlich schrumpft die tropische Seuche wieder zu einem ganz normalen Ziehen im Knie.

Das ist die wahre Kunst in Zeiten unbegrenzten Wissens: nicht alles zu wissen. Manchmal reicht es schon, das WLAN auszuschalten und dem eigenen Körper zu vertrauen – der Mensch ist ja Jahrtausende lang auch ohne Online-Diagnosen ganz gut ausgekommen.



BUCHTIPP

Wenn man feststellt, dass man die besten Freunde seltener besucht als Arzt oder Apothekerin, weil irgendwas immer irgendwo zieht oder knackt, dann braucht man zusätzlich zu einer gewissen Altersmilde auch Humor. Und den liefern Bestseller-Cartoonist Peter Butschkow und unsere Kolumnistin Caren Hodel in diesem lustigen Geschenkbuch. (12 Euro, Lappan Verlag)

www.carlsen.de/hardcover/je-aelter-desto-knackiger-den-gelenken/978-3-8303-3741-6



PEUGEOT

3008



JETZT ZU ATTRAKTIVEN KONDITIONEN!

DAS SUV-COUPÉ DER NÄCHSTEN GENERATION

Abb. zeigt nicht angebotenes Beispielfahrzeug.

AUTO
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

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



Juwelier Süpke

120 Jahre



Florian Rollert, Inhaber · **Janina Invidia**, Kundenberaterin · **Gesine Schöneberg**, Goldschmiedemeisterin · **Michael Garbers**, Uhrmacher
Ali Hasanzada, Goldschmied · **Ingrid Käbein**, Kundenberaterin · **Marie-Luise Roemer**, Kundenberaterin · **Uwe Rollert**, Senior
Katja Scheele, Goldschmiedin · **Annette Schulz**, Kundenberaterin · **Finnley Kremer**, Kundenberater · **Ursula Rollert**, Seniorin
Lourin Mhho, Kundenberaterin · **Nicole Kruskop**, Kundenberaterin · **Frisch dabei:** **Anna Wisniewska**, Umschülerin · **Can Aksoy**, Auszubildender
Lia Harder, Goldschmiedepraktikantin (v. links n. rechts)

GEMEINSAM Gemeinsam

FÜR PERSÖNLICHE BEGEGNUNGEN UND BESONDERE WÜNSCHE

Ob für einen besonderen Anlass oder als Geschenk an sich selbst – es ist unsere Leidenschaft, mit Ihnen das passende Schmuckstück oder die richtige Uhr zu finden. Dabei zählt für uns vor allem eins: das Persönliche. Als inhabergeführtes Unternehmen mit langjähriger Erfahrung begleiten wir Sie mit viel Aufmerksamkeit, ehrlicher Beratung und handverlesenem Sortiment. Unser ganzes Team ist mit Freude für Sie da – und macht Ihren Besuch bei uns zu etwas Besonderem. Wir freuen uns auf Sie.

Tradition und Innovation

Juwelier Süpke – ein Lüneburger Familienunternehmen in der vierten Generation

VON CHRISTIANE BLEUMER

Beim Aufschlagen eines alten Kassens-
buchs wird die lange Geschichte des Lüneburger Juweliers Süpke sofort greifbar: Sämtliche Ein- und Ausgaben wurden darin von Hand akribisch dokumentiert. Bei dem 1906 gegründeten Geschäft ging es zu Beginn hauptsächlich um Uhren. Der Verkauf und vor allem die Reparatur der mechanischen Zeitmesser mit Feder- und Räderwerk standen im Mittelpunkt des traditionellen Fachbetriebs. Seit nunmehr 120 Jahren wird es am selben Standort in der Bäckerstraße 1 geführt und gehört damit zu den Aushängeschildern des Lüneburger Einzelhandels. „Auf unsere Werkstatt können sich die Lüneburger und Lüneburgerinnen bis heute verlassen“, betont Florian Rollert, der das Geschäft pünktlich zum hundertsten Jubiläum im Jahr 2006 von seiner Mutter Ursula Rollert übernommen hat und in vierter Generation führt. Doch natürlich hat sich Juwelier Süpke als erfolgreiches Unternehmen im Laufe von 120 Jahren immer wieder verändert und an den Geschmack der Zeit angepasst.

Florian Rollert kann sich noch gut an seine Großmutter Elisabeth erinnern. „In den schwierigen Nachkriegszeiten hat sie das Geschäftsfeld erweitert und ab 1952 eine Schmuckabteilung aufgebaut. Gold, Silber und Platin bekamen nun einen festen Platz in den Vitrinen.“, Ein kluger Schachzug, denn nicht einmal zehn Jahre später übersteigt der Umsatz mit Schmuck erstmals den Uhrenumsatz. „Das Fundament für unsere heutige Ausrichtung als Schmuck- und Uhrenhaus war gelegt“, so der Inhaber. „Im Rückblick empfinde ich eine große Ehrfurcht und Hochachtung vor der Lebensleistung und dem Fleiß meiner Vorgänger, angefangen bei meinem Urgroßvater über meine Großeltern und



natürlich meine Eltern, die den Betrieb in 120 Jahren zu dem gemacht haben, was er heute ist.“

Das Bewusstsein für die eigene Geschichte prägt die Haltung des Hauses: Tradition wird hier nicht bloß konserviert, sondern als Verpflichtung im täglichen Geschäft verstanden. Diese besondere Unternehmensphilosophie wird auch von den rund 15 Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen gelebt. „Manche sind schon über 30 Jahre bei uns“, freut sich Florian Rollert. „Eine Kollegin, die inzwischen im Ruhestand ist, war sogar 50 Jahre für uns tätig.“ So ergebe sich eine große Verbundenheit zwischen Kunden und Beratern. „Wir kennen unsere Kundschaft und die kennt unser Team - der unschlagbare Vorteil eines Familienunternehmens.“

Aufbauend auf das Fundament in der Bäckerstraße hat Juwelier Süpke aber auch stets auf moderne Entwicklungen und Trends gesetzt. Mit frischen Impulsen, modernen Aktivitäten und inzwischen zwei weiteren Adressen führt Florian Rollert das Traditions Haus seit zwanzig Jahren souverän in die Zukunft. Da ist zum einen der beliebte Trendshop Süpke petit An der Münze. Eröffnet 2003 und erweitert im Jahr 2012 setzt Süpke hier auf eine vielfältige Auswahl aktuellster Schmuckstücke, Uhren und Accessoires etwa von modischen Labels wie Fossil, Boss und Joop. Der jüngste Ableger ist der erst in diesem Jahr eröffnete Erlebnisraum SüpkeVR Bei der Abtsperferdetränke 1a. Mit immersiven Erlebnissen und spannenden Gruppenevents werden hier neue, virtuelle Welten erschaffen. „Ein spannendes Projekt, das mir viel Spaß macht“, betont Florian Rollert, der damit einmal mehr beweist, dass sich Tradition und Innovation nicht ausschließen. Im Gegenteil: „Man kann Tradition bewahren und trotzdem perfekt mit der Zeit gehen.“

Achtung Baby

U2 Tribute Show



Vorverkauf läuft, Tickets unter
www.schroedersgarten.de



11.09.2026 - 19:30 Uhr
Schröders Garten

In aller Kürze

TIPPS UND WISSENSWERTES ZUSAMMENGESTELLT
VON MELANIE MANDT (STAND: 20.08.2026)

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

Herzblut und Handwerk

Museum Lüneburg

Bis Sonntag, 6. September

Herzblut und Handwerk ist eine Ausstellung der Tischlerinnung Lüneburg - von einer ersten Idee zum fertigen Möbelstück, dem Gesellinnen- oder Gesellenstück. Die Vielfalt an Werkstoffen, traditionelle handwerkliche Eckverbindungen, moderne Beschlagtechnik und eine ausgewogene Gestaltung spiegeln sich in den Einzelstücken wider. Ob Sideboard oder Tisch, Regalschrank oder Stummer Diener, dies und viel mehr kann in dieser Ausstellung bestaunt werden! Infos: museumlueenburg.de



© Hannis & Nannis Quiznight

die beiden besten Freundinnen Lisa und Isabella, die mit viel Herzblut, Teamgeist und einer großen Portion Spaß ihre Quizabende gestalten. Nun bringen sie ihr Erfolgsformat an den Ort zurück, an dem die ursprüngliche Idee entstand und setzen dort neue Impulse für die Quizkultur. Fernseher aus & ab in die Stadt! Einlass ab 16 Jahren, Infos: salonhansen.com

Hannis & Nannis Quiznight

Salon Hansen

Mittwoch, 2. September

19.30 Uhr (Einlass 18.30 Uhr)

Aus dem Salon Hansen inspiriert, entwickelte sich Hannis & Nannis Quiznight seit 2023 in Uelzen rasant zum Kultformat. Hinter dem Projekt stehen

The Sound of Stan Getz

Foyer Museum Lüneburg

Freitag, 4. September

19.30 Uhr

Der September wird jazzy! Gleich drei Konzerte veranstaltet die JazzIG im September. Zu Gast sind nationale

und internationale Musiker - darunter der Lüneburger Bassist Jakob Dreyer, der seit vielen Jahren in der New Yorker Musikszene mitmischte. Thema des Openers heute mit Special Guest Hans Malte Witte ist Saxophonist Stan Getz, der zu den musikhistorisch einflussreichsten Saxophonisten aller Zeiten gehört. Egal, ob als prägende Figur im Cool Jazz, Latin Jazz oder Fusion. Sein singender, warmer Ton brachte ihm den Spitznamen „The Sound“ ein. Im zweiten Set des Abends folgt die Jam Session mit lokalen Gästen. Weitere Termine: Fr. 11.09. Jakob Dreyer Quartet, Forum der Musikschule und Sa. 19.09. Auster Quintett, Museum Lüneburg. Infos: jazzig.net

Mein privates Glück

Heinrich-Heine-Haus
Freitag, 4. September
19.30 Uhr

Alles beginnt mit einem vierjährigen Buben, der nicht weiß, dass er Eltern hat – bis er eines Tages mit der Eisenbahn in Lindau ankommt. Ein fremder Mann holt ihn ab und begleitet ihn in ein Haus ans Bett einer gelähmten Frau. Er ist sein Vater, sie ist seine Mutter. Wie wird man der Mensch, der man ist? Michael Köhlmeier erzählt von den Traumata der Weltkriege, die bis in die Gegenwart nachwirken, und vom Alltag in einer erzählsüchtigen Verwandtschaft. Schonungslos ehrlich dringt er in die Tiefe der menschlichen Existenz. „Alles wird sich irgendwann irgendwie zurecht-schütteln, darin liegt die Zuversicht meines Lebens.“ Infos: literaturbuero-lueneburg.de



© Festival am Butterberg/Flo Hubrich

Festival am Butterberg

Freitag 4. September
17.00 Uhr bis 0.00 Uhr
& Samstag 5. September
12.00 Uhr bis 1.00 Uhr

Endlich ist es wieder so weit! Der Festplatz am Butterberg in Barnstedt verwandelt sich wieder in ein Festivalgelände für den guten Zweck. Die letzte Ausgabe war ein voller Erfolg: 2.000 Besuchende, 14 Bands, die ohne Gage gespielt haben und 80 ehrenamtlich Helfende. Am Ende kamen 30.000 Euro Spenden zusammen, ein deutlicher Anstieg zum Vorjahr. Das bewährte Konzept bleibt: Freitag wird es laut und hart, Samstag bunt und familiär. Neu in diesem Jahr ist außerdem ein Schülerband-Contest. Alle Infos: www.butterberg-benefiz.de

Alte Handwerkerstraße

Rund um St. Michaelis
Samstag, 5. September,
12.00 – 19.00 Uhr
Sonntag, 6. September,
11.00 – 18.00 Uhr

Die Alte Handwerkerstraße ist eine einmalige Veranstaltung in Norddeutschland. Hier wird gezeigt, wie Handwerker vor Jahrhunderten gearbeitet haben. 300 Mitwirkende

in historischen Gewändern, 60 Buden mit Handwerkern, Händlern, Musikern und Künstlern schaffen in der malerischen Lüneburger Altstadt ein Markttreiben wie im 16. Jahrhundert. Die Gelegenheit für eine wundervolle Zeitreise.

50 Jahre Inklusion

St. Nicolai
Samstag, 5. September
14.00 bis 18.00 Uhr

In diesem Jahr gibt es ein besonderes Jubiläum: 50 Jahre Inklusion im Kirchenkreis Lüneburg. Am 5. September, gibt es daher ein großes Fest im Garten der Kirche St. Nicolai, alle sind herzlich willkommen. Von 14 bis 18 Uhr gibt es Aktionen zum Mitmachen und Erleben, Fußball-Dart und Live-Musik. Der Eintritt ist frei. Am Sonntag, 6. September, steht der Gottesdienst in St. Nicolai unter dem Motto „Segen für alle – 50 Jahre gemeinsam inklusiv“. Beginn ist um 11 Uhr. Die Website zum Jubiläum: www.segen-fuer-alle.de

Innwendig

Galerie Kulturboden
Samstag, 5. September
16.00 Uhr (Vernissage)

Drei Künstler, die unterschiedlicher kaum sein könnten: Katinka Hirschbiel träumt sich mit klaren symbolhaften Formen in komplexen vielschichtigen Farbräumen an Orte poetischer Balance. Daneben Designer und Maler Uwe-Jens Thomsens Auseinandersetzung mit Farbe und Form in Landschaften einer farblich expressiven Bilderwelt sowie dessen Sohn Volker Thomsen, der sein

50 Jahre
Johann und Erika
LOEWE
Stiftung

27. September 2026
Erntedankfest
11 – 17 Uhr

Was Sie erwartet:

- 🍁 11 Uhr Familiengottesdienst mit dem Posaunenchor HippoBrass aus Amelinghausen
- 🍁 Tolle Aktionen für Kinder
- 🍁 Kinderkarussell
- 🍁 Blumen-, Kürbis- und Gemüseverkauf
- 🍁 Kürbissuppe und andere Leckereien
- 🍁 Hausgemachte Kuchen
- ... und vieles mehr!

📍 Ochtmisser Str. 10, 21339 Lüneburg
✉ info@loewe-stiftung.de



Die Künstlerin
Elisabeth Höveler

Galerie am Stint

Ausstellung in einem historischen Gebäude

Es gibt einen neuen Ort für Kunst in Lüneburg. Im Herzen der Stadt direkt Am Stintmarkt 6 hat ein Kollektiv des Kunstkreises 2012 spannende Räumlichkeiten angemietet, um die vielfältige Kunst, die innerhalb der Vereinigung entsteht, zu präsentieren. Das Gebäude, aus dessen Fenstern man wunderbar direkt aufs Wasser der Ilmenau schauen kann, soll umgebaut werden. Doch bevor die Handwerksarbeiten richtig starten, hat sich das charakteristische Altstadtgebäude in eine Pop Up Galerie mit besonderem Charme verwandelt. 17 ausstellende Künstler, davon 14 Maler und Malerinnen und drei Skulpteure, und damit nur ein Teil des gesamten Kunstkreises, hat sich auf dieses Abenteuer eingelassen. Das dreistöckige Haus bietet Platz für etwa sechs Werke pro Künstler, die dort noch bis 11. Oktober zu sehen sind. Doch auch wer schon einmal den Weg in die Galerie gefunden hat, sollte nicht zögern, nochmals vorbeizuschauen. Mitte August wurden fast alle Werke ausgetauscht, so dass eine komplett neue Ausstellung entstanden ist. Das Gleiche ist auch für den 20. September geplant. Dass die Lage ein großer Glücksfall ist, wurde schon durch das große Publikumsinteresse bei der Eröffnung deutlich. Und auch jetzt schlendern viele Lüneburger und Lüneburgerinnen aber auch Gäste der Stadt gerne durch die Etagen, um sich von den völlig unterschiedlichen Kunstwerken inspirieren zu lassen.

■ Geöffnet ist von Mi bis Sa von 12.00 bis 17.00 Uhr.

bildnerisches Potential durch Kameralinsen und Computer entfaltet. Vernissage in der Bardowicker Str. 2 in Scharnebeck am 5. September mit Burkhard Schmeer, geöffnet jeweils Sa. 15-17 & So. 11-13 Uhr bis 4. Oktober. Ausreichend Gelegenheit, diese bemerkenswerte Ausstellung auf sich wirken zu lassen.

Die Welt ist schlecht

Wasserturm

Sonntag, 6. September

20.00 Uhr

Achim Amme und Ulrich Kodjo Wendt sind erneut zu Gast im Wasserturm! Nach ihrem großen Erfolg mit Ringelnatz 2025 präsentieren sie nun poetische Chansons, Popsongs und Kabarettlieder voller Tief- wie Unsinn. Lieder, die sich zeitlose Gedanken machen über die Zeit, in der wir leben. Ringelnatz-Preisträger Achim Amme singt Lieder und spielt Gitarre. Ulrich Kodjo Wendt (Filmmusik für Fatih Akin u. „Die Discounter“) spielt Diatonisches Akkordeon, Klavier und singt, wenn Not am Mann ist. Vorsicht: Ohrwürmer! Infos: wasserturm.net

Kunst gegen Bares

Spätcafé im Glockenhof

Mittwoch, 9. September

20.00 Uhr (Einlass 19.00 Uhr)

Musik trifft auf Poetry Slam, Comedy trifft auf Zauberei. 4 Künstlerinnen und Künstler aus den unterschiedlichsten Bereichen der Kleinkunst treten an einem Abend gegeneinander an. Jede hat 15 Minuten Zeit, um das Publikum zu überzeugen. Am Ende stimmen die Zusehenden ab, welcher Beitrag ihnen am besten gefallen hat, indem sie Bargeld in die Sparschweine der Auftretenden werfen. Wer am Ende das meiste Geld im Schwein hat, verlässt das Café mit dem Titel „Kapitalistenschwein des Abends“. Infos: spaetcafe.inglockenhof.de

KunstSalon

Atelier 4, KulturBäckerei

Freitag, 11. September

19.00 Uhr (Einlass 18.30 Uhr)

Salty hearted Lüneburg – Die kleinen Leute aus Lüneburg. Was passiert, wenn nur wenige Millimeter große Menschen die Stadt erobern? Karin Greife und Christoph Maria Schwarz zeigen es, nehmen Euch mit in eine wunderbare Welt. Freuen Sie sich auf einen 10-minütigen Kurzfilm, in dem kleine Hanseaten plötzlich lebendig werden: Sie springen kopfüber in den Rathausbrunnen, skaten über die Kaufhausbrücke, treiben jede Menge Unsinn, spielen ganz nebenbei die wohl kleinste Daily Soap der Welt. Wie aus einer spontanen Idee ein Herzensprojekt wurde? Erfahren Sie heute! Infos: www.kulturbaeckerei-lueneburg.de

35. Lüneburger Bachwoche

Diverse Spielorte

Ab 11. September

Vom 11. bis 17. September 2026 lädt die 35. Lüneburger Bachwoche wieder zu vielfältigen Konzerten an historischen Orten ein. Offiziell eröffnet wird die Woche am 11.9. in der Klosterkirche Lüne. Zu den unterschiedlichen Musikern gehören die Bundespreisträger von „Jugend musiziert“, Thomas Haas mit Bachs Cello-Suiten sowie ein Cembalo-Abend mit Beni Araki. Ein Literaturkonzert zu Pablo Casals bereichert das Programm im Brömsehaus während David Kiefer in St. Johannis an der Orgel zu erleben ist. Im Fürstensaal verabschiedet sich das Lüneburger Bachorchester gemeinsam mit Ralph Neubert am Klavier. Infos unter: www.bach-woche.de



Russische Spezialitäten

KLIPPO (Leuphana)
Freitag, 11. September
20.00 Uhr

Eine Familie aus Kyjiw verkauft russische Spezialitäten in Leipzig. Wodka, Pelmeni, SIM-Karten, Matrosenshirts – und ein irgendwie osteuropäisches Zusammengehörigkeitsgefühl. Wobei, Letzteres ist seit dem russischen Überfall auf die Ukraine nicht mehr zu haben. Die Mutter steht an der Seite Putins. Und ihr Sohn, der keine Sprache mehr als die russische liebt, keinen Menschen mehr als seine Mutter, aber auch keine Stadt mehr als Kyjiw, verzweifelt. Bittersüß und zutiefst politisch schreibt Dmitrij Kapitelman über Familie und die (Un-)Möglichkeit der Verständigung in Zeiten alter und neuer Kriege. Infos: literaturbuero-lue-neburg.de

Kinderlesezeit

mosaique
Samstag, 12. September
14.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Nadine schreibt Kindergeschichten und lädt alle ein, die gerne Kindergeschichten hören. Ihre Geschichte ist für Kinder im Grundschulalter und letztes Kindergartenjahr. Sie handelt von zwei Tieren, die auf eine abenteuerliche Weise zu Freunden werden, Prüfungen bestehen und ein Paradies finden müssen – um einen von beiden zu retten. Das wird spannend und alle dürfen gerne Fragen stellen. Infos: mosaique-lueneburg.de

Industriekultur digital entdecken

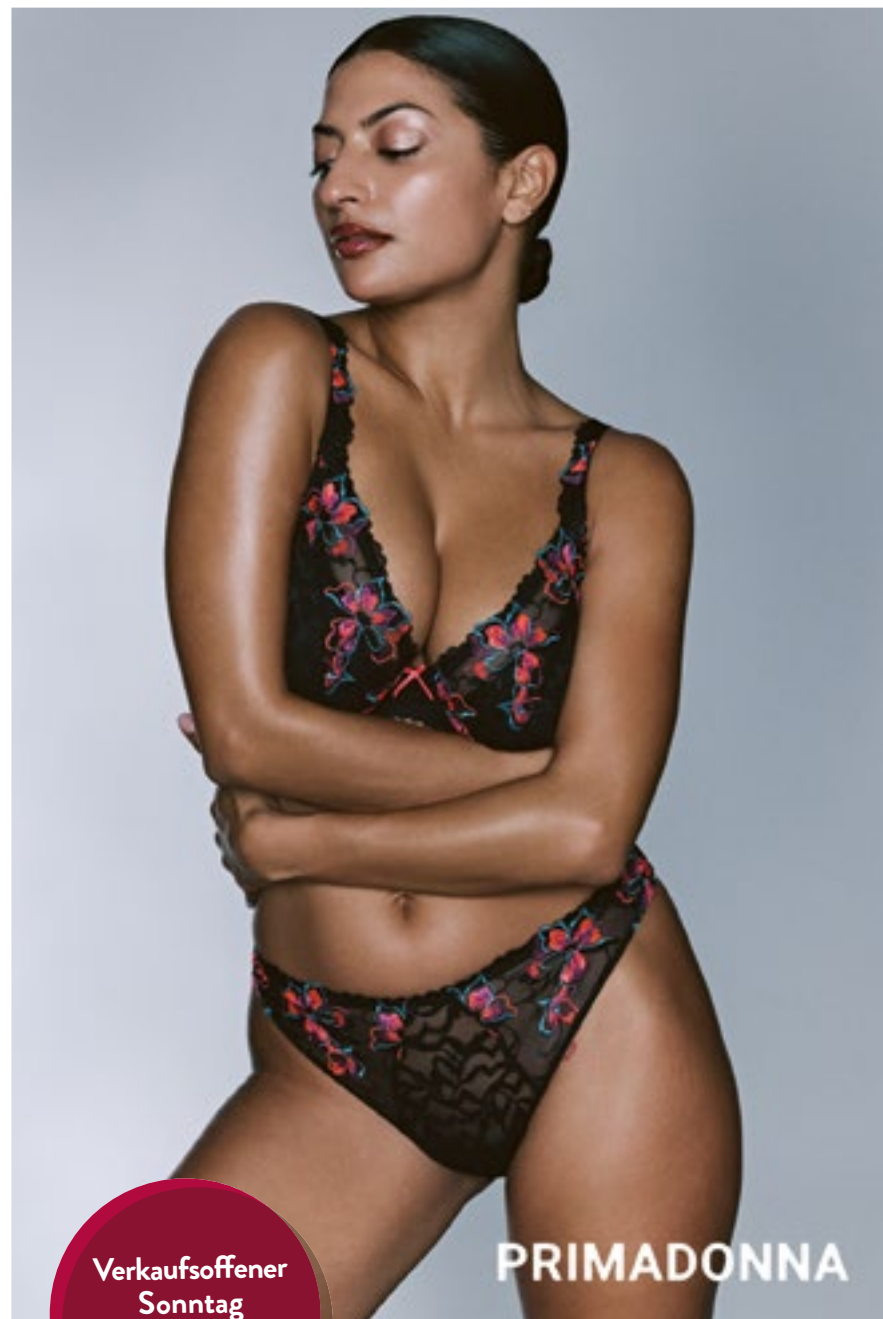
Deutsches Salzmuseum
Samstag, 12. September
10.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Das Deutsche Salzmuseum ist Teil des Industrial Quest, einer digitalen Schnitzeljagd der European Route of Industrial Heritage (ERIH). Mit spannenden Challenges an historischen Industriestandorten wird europäisches Industriekulturerbe auf interaktive Weise erlebbar. Der Einstieg erfolgt direkt am Museum über den QR-Code. Zum Tag des offenen Denkmals am Sonntag, 13.09. ist der Eintritt in das Deutsche Salzmuseum kostenfrei. Die Teilnahme am Industrial Quest ist an beiden Tagen kostenfrei. Ein Smartphone oder Tablet wird zur Teilnahme benötigt. Infos: www.salzmuseum.de

Tag der offenen Tür

Nordost-Institut
Samstag, 12. September
12.00 bis 17.00 Uhr

Anlässlich seines 25-jährigen Bestehens lädt das Nordost-Institut in der Lindenstraße 31 alle Interessierten herzlich ein. Eine Ausstellung gibt Einblicke in die Geschichte und Arbeit des Instituts. An Ländertischen können sich Besucherinnen und Besucher über Polen, das Baltikum, die Ukraine und Russland informieren. Mehrere Kurzvorträge widmen sich aktuellen Forschungsprojekten und historischen Themen; Führungen durch die Bibliothek finden um 14 und 16 Uhr statt. Für Kinder wird ab 12 Uhr Kinderschminken angeboten. Infos zu weiteren interessanten Veranstaltungen am 15. und 29. September unter: www.ikgn.de



Verkaufsoffener
Sonntag
am 27.9.2026
13–18 Uhr



V E N U S M O D E N

LINGERIE UND BADEMODEN

Annette Redder e.K. • Untere Schragenstraße 13 • 21335 Lüneburg
Telefon: 04131 / 48 202 • www.venus-moden.de
Montag–Freitag von 9.30–18 Uhr, Samstag von 9.30–17 Uhr

39. Bayerisches Oktoberfest

Vom 11. bis 14. September heißt es auf den „Sülzwies’n“ wieder: „O’zapft is!“

Wenn auf den Lüneburger Sülzwiesen bayerische Tradition auf norddeutsche Feststimmung trifft, ist es wieder so weit: das Bayerische Oktoberfest verwandelt vom 11. bis 14. September die rund 800 Meter lange Festmeile erneut in einen Treffpunkt für Kirmesvergnügen, kulinarische Spezialitäten und geselliges Beisammensein.

Der Festbetrieb startet am Freitag, 11. September, um 14 Uhr. Wer Wiesen-Atmosphäre erleben möchte, findet auf den Sülzwiesen alles, was dazugehört – von frisch gezapftem Festbier über Brezn und Weißwürste bis hin zu herzhaften Grillspezialitäten abgerundet mit viel Kirmes-Flair und bayerischer Blasmusik.

Herzstück des Festes ist das große Bayernzelt mit Platz für rund 2.500 Gäste. Aber auch auf dem Festplatz ist für Unterhaltung gesorgt: 60 Schaustellerbetriebe bieten eine gute Mischung aus beliebten Fahrgeschäften, Familienattraktionen und klassischen Jahrmarktangeboten.

Ein besonderes Angebot erwartet die Gäste am Freitag von 14 bis 16 Uhr. Dann findet die beliebte Lünepost Happy Hour statt. In diesem Zeitraum sind Chips für die Großfahrgeschäfte zum halben Preis erhältlich. Die erworbenen Chips behalten während der gesamten Veranstaltungsdauer ihre Gültigkeit. Ein Höhepunkt am Freitag ist das Höhen-Brillant-Feuerwerk ab 21.45 Uhr. Der Festplatz ist Freitag bis Sonntag von 14 bis 23 Uhr sowie Montag von 15 bis 22 Uhr geöffnet. Im Anschluss gilt jeweils eine Stunde Auslaufzeit.

■ **Tischreservierungen für das Festzelt sind über reservierungen@bayernzelt-lueneburg.de oder per WhatsApp unter 01517 4537710 möglich.**



Iberische Nachklänge
One World
Sonntag, 13. September
17.00 Uhr

Musik, Tanz und Literatur im Dialog - Soloflötistin Marta Femenía, Komponist und Sänger Javier Sánchez Cuejero sowie Tänzerin Muriel Bermejo führen Sie vom iberischen Volkslied bis zur nordischen Melancholie, von den Rhythmen des Flamenco bis zur armenischen Klage: Dieses Projekt verbindet Kammermusik, Tanz und Literatur zu einer vielschichtigen künstlerischen Begegnung. Gedichte von Federico García Lorca, Antonio Machado, Joseph von Eichendorff und weiteren literarischen Stimmen begleiten den Abend als poetischer Faden und eröffnen neue Perspektiven auf die musikalischen Werke von Manuel de Falla, Maurice Ravel, Jean Sibelius und Komitas, die mit den Eigenkompositionen von Javier Sánchez Cuejero in einen lebendigen Dialog treten. Infos: 1w-lg.net

Ladies Night
vhs.halle Lüneburg
Mittwoch, 16. September
19.00 Uhr

Außen läuft's, Innen brennt's! To-Do's, Verantwortung und Entscheidungen bestimmen den Alltag – und trotzdem bleibt oft das Gefühl, nie allem gerecht zu werden! Die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft, die vhs.REGION Lüneburg sowie die Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises und der Hansestadt Lüneburg laden Frauen zur kostenfreien Ladies Night mit Anke Tielker ein. Anmeldungen an kontakt-lg@feffa.de

Luna Music Club
Glockenhaus
Mittwoch, 16. September
19.00 Uhr

Die städtische Konzertreihe startet nach der Sommerpause mit zwei Bands: Pearl Grey spielen Rock, Blues & Soul mit Herz und Leidenschaft. Die Musiker verleihen den Klassikern ihren eigenen Sound – mal druckvoll, mal gefühlvoll, mal mit einer Prise Augenzwinkern. Beim Saxophon-Trio Konträr ist der Name Programm – eine musikalische Bandbreite, die so gegensätzlich ist wie seine Besetzung. Axel Herrlich, Dominique Loufs und Svenja Ahlers bewegen sich mit viel Spielfreude durch die Genres. Ihre individuellen Persönlichkeiten kommen durch ganz eigene Arrangements zum Ausdruck.



Therapie bei Brustkrebs
Gemeindehaus St. Michaelis
Donnerstag, 17. September
19.00 Uhr
Werner-von-Meding-Str.2

Dr. Juliane Ebert ist Fachärztin für Frauenheilkunde und befasst sich mit medikamentöser Tumorthherapie. An diesem Abend gibt sie im Rahmen der Vortragsreihe des Ambulanten Hospizdienstes Lüneburg einen Einblick in die antihormonelle- und Chemotherapie, Immun- und Antikörpertherapie sowie informiert über unterstützende Behandlungsmöglichkeiten. „Wo ist sie geblieben?“ lautet der Titel ei-

ner weiteren Veranstaltung am 19. November, ebenfalls 19.00 Uhr. Prof. Dr. Heike Düselder berichtet über Sterbe- und Bestattungskultur früher und heute. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Infos unter: www.hospiz-verein-lueneburg.de

Was Demokratie ausmacht

**Ostpreuß. Landesmuseum
Donnerstag, 17. September
18.30 Uhr**

„Was Demokratie ausmacht und wie sie aus der Krise kommt“ erklärt Prof. Dr. Julian Nida-Rümelin. Die Demokratie als Staats- und Gesellschaftsform ist weltweit unter Druck geraten. Liberale Demokratien sehen sich zunehmend mit dem Erstarken rechtspopulistischer und nationalistischer Kräfte konfrontiert; in mehreren europäischen Staaten prägen diese bereits die Regierungspolitik. Vor diesem Hintergrund legt Prof. Dr. Dr. h. c. Julian Nida-Rümelin, deutscher Philosoph und ehemaliger Politiker, eine präzise Analyse der Grundelemente und Prinzipien der Demokratie vor. Anmeldung: 04131 759950 info@ol-ig.de - Schüler und Studenten kostenlos!

**6 Tage im April –
eine Spurensuche
Waggon im Wandrahmpark
Freitag, 18. September
15.00 Uhr bis 16.30 Uhr**

Diese Fahrradführung zu Orten des schwersten Kriegsverbrechens im April 1945 bietet die Geschichtswerkstatt Lüneburg e.V. mit dem VVB/BdA, KV Lüneburg an. Treffpunkt ist der Waggon im Wand-



rahmpark neben dem Museum Lüneburg. Die Tour führt zu den Orten des Verbrechens am ehemaligen Güterbahnhof. Dort strandete ein Zug mit 390 KZ-Häftlingen, von denen viele auf grausame Weise von der Wachmannschaft ermordet wurden. Die Führung endet auf dem KZ Ehrenfriedhof, auf dem die Ermordeten beigesetzt wurden. Anmeldung und Infos: Tel. 04131-40360 AB oder info@geschichtswerkstatt-lueneburg.de

**Benefiz-
Konzert für den
Mittagstisch
St. Marienkirche
Freitag, 18. September
18.00 Uhr**

Im Rahmen einer Initiative des Radiosenders NDR-Kultur, „Viermal vom Guten“, wurden vier verschiedene Vereine oder Initiativen im Norden ausgewählt. Den Anfang macht Lüneburg mit einem Benefiz-Konzert in St. Marien zu Gunsten des „Mittagstisches“ in St. Marien und St. Stephanus. Der aus der Sendung „Das Klassik-Wunschkonzert“ bei NDR-Kultur bekannte Moderator Hans J. Mende und der Pianist Philipp Schmid zaubern aus den Musikwünschen der Besucher einen bunten Mix aus Musik, Gedichten und Geschichten. Das alles ist für einen guten Zweck, um damit den Mittagstisch in seiner

Arbeit zu unterstützen. Anmelden bitte bei C. Zelaß unter (04131) 6030910 (AB).

Die Gedanken sind bunt

**Sozialraum
Samstag, 19. September
16.00 Uhr (Vernissage)**

Acht Künstler der Gruppe „neue formation kunst“ möchten die Besuchenden mitnehmen, die Wirkung bunter Gedanken im eigenen Wohlbefinden zu verankern. Im Alltag stehen die bunten Gedanken meist für positives Denken, Achtsamkeit und Kreativität, in der Farbpsychologie für Emotionen und Lebensfreude. Bunte Farben stehen für Sommer, warme Temperaturen, Lebensfreude oder Glück. Lassen Sie sich von den Interpretationen zu diesem Thema verzaubern. Zu bewundern vom 21.09. bis 30.10. im Sozialraum der Samtgemeinde Bardowick zu den Öffnungszeiten - am 30.10. um 17.00 Uhr ist Finissage.

**Abend der
Russischen Kultur
Kaffee.Haus Kaltenmoor-
Samstag, 19. September
16.00 Uhr**

Die Tanz- und Gesangsgruppe „Kalinka“ der Landsmannschaft der Deutschen aus Russland unter der Leitung von Nadeschda Kunz präsentiert Lieder und Tänze. Leckere Speisen gehören natürlich auch dazu. Eine herzliche Gelegenheit, die Vielfalt Lüneburgs kennenzulernen. Infos: awo-lueneburg.de/kaffeehauskaltenmoor

Weil das Beste für das Klima eine neue Heizung ist.



Eine klimafreundliche
Heizungslösung
für dein Zuhause: Wärmepumpe
aroTHERM plus

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



© Joss Ririck

Plattbeats

Wettbewerb für junge Musiker

Im vergangenen Jahr sicherte sich die Lüneburgerin Eythee den Sieg beim Finale im Lübecker Riders Café. Nun geht Plattbeats im Jahr 2026 in eine neue Runde. Deshalb gilt: Jetzt bewerben, denn am 14. November werden wieder die Lautsprecher aufgedreht – diesmal im Rostocker Peter-Weiss-Haus. Bereits zum achten Mal bringt das Länderzentrum für Niederdeutsch beim plattdeutschen Songcontest Plattbeats Bands und Solomusikerinnen und -musiker im Alter von 15 bis 35 Jahren aus dem ganzen Norden auf die Bühne, um den plattdeutschen Song des Jahres 2026 zu küren. Die Gewinner-Acts erwarten Geldpreise im Gesamtwert von 1500€.

Seit 2018 schafft Plattbeats einen Raum, um junge plattdeutsche Künstler sowie Nachwuchsacts ohne bisherigen Bezug zum Plattdeutschen zusammenzubringen. Damit strahlt die Regionalsprache in den verschiedensten Musikgenres – von Hardcorepunk bis Hip-hop.

■ Interessierte mit oder ohne Plattkenntnisse können sich ab sofort unter plattbeats.de bewerben.

8 FRAUEN

theater im e.novum
Samstag, 19. September
19.30 Uhr

Ein abgelegenes Landhaus, acht Frauen und ein grausamer Fund am Weihnachtsmorgen. Was als hübsche Familiengeschichte beginnt, wird bald zum Horrortrip für alle Anwesenden. Nach und nach kommen die bestgehüteten Geheimnisse ans Licht. Wem kann man noch trauen? Wer schafft es, die elegante, bürgerliche Fassade aufrechtzuerhalten? Und wer wird vielleicht das nächste Opfer sein? Es spielt für Sie das Erwachsenenensemble E1. Noch mehr großartige Theaterabende? Infos: theater-enovum-lueneburg.de

Roggen Roll aus Lemgrabe
Jahrmarkttheater
Bostelwiebeck
Sonntag, 20. September
15.00 Uhr

Frisch, frech und freudig präsentiert sich der Hofchor aus Lemgrabe im Jahrmarkttheater Bostelwiebeck. Gesungen wird querbeet: Rio Reiser, Nena, The Pogues, aber auch Klassiker und Plattdeutsches. Axel Pätz, vielen als Kabarettist bekannt, leitet den



© Hofchor

Chor und hat einige der Songs neu arrangiert. Wenn Vertrautes auf Ungehörtes trifft, gibt's Roggen Roll. Karten: 05807/979971 oder karten@jahrmarkttheater.de

Lolas
Perspektivwechsel
Samowar-Tea&Records
Donnerstag, 24. September
19.00 Uhr bis 21.00 Uhr

Drei Gäste. Drei Blickwinkel. Ein Abend - Lolas Perspektivwechsel ist eine Gesprächsreihe mit Lola Schulz. Sie öffnet an diesem Abend zum vierten Mal den Raum für spannende Interview-Gäste und unterschiedliche Sichtweisen auf ein Thema. Es geht um Zuhören, Umdenken – und um die Leichtigkeit, die entsteht, wenn wir andere Sichtweisen zulassen. Thema des Abends sind diesmal Mut und Angst. Mutig für Neues in liebevoll gestaltetem Umfeld? Infos: www.tea-and-records.de

Meditationsabend
Museum im Kloster Lüne
Freitag, 25. September
18.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Singen – Gesang – Impuls – meditatives Gehen . . . Meditation hilft, unseren Geist zu sammeln. Sie lädt uns ein, den inneren Raum in uns zu entdecken. „In der Meditation sitzen wir dreimal für etwa 20-25 Minuten, begleitet von Gesängen und dem Gehen in der Stille“, erklärt Veranstalter Karsten Köppen. Anmeldung. Tel. 04131/15 89 70 oder cantare@web.de. Weitere Veranstaltungen unter: kloster-luene.de

More Amore
Pianokirche
Samstag, 26. September
19.30 Uhr

Unter dem Motto „More Amore“ präsentiert der New Voices Popchor am 26. September 2026 in der Piano Kirche Lüneburg ein Benefizkonzert zugunsten des Ambulanten Hospizdienstes Lüneburg e.V. Das Publikum erwartet ein vielfältiges Programm aus gefühlvollen Pop-Arrangements und bewegenden Texten, die Hoffnung, Trost und Gemeinschaft stiften. Der Konzertbeginn ist um 19.30 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr). Tickets sind direkt beim Chor oder im Büro des Hospizdienstes in der Bögelsstraße 1 erhältlich. Infos: www.hospizverein-lueneburg.de

Kunstaussstellung
Glockenhof
Sonntag, 27. September
11.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Draußen im Glockenhof, zwischen liebevoll restaurierten historischen Gebäuden, veranstaltet der Kunstkreis2012 eine Kunstaussstellung zum Familienfest. Bei Regen sind die Werke im Glockenhaus zu sehen. Einfach vorbeischlendern, inspirieren lassen, das sonntägliche Innenstadtfair genießen und vielleicht zur Stärkung zwischendurch bei einem Café verweilen oder Picknicken - fertig ist der perfekte Sonntag.

Großer Kleiner Riese
kaffe.haus Kaltenmoor
Sonntag, 27. September
15.00 Uhr bis ca. 15.40 Uhr

Ein Jubiläum, das sich auszahlt.

Wir feiern 5 Jahre VR Prime!
Jubeln Sie mit und sichern Sie
sich jetzt 3,0 % p. a.* Zinsen.

Mehr auf vblh.de/jubeln



3% p.a.*

*Zinssatz gültig bis 28.02.2027 für Beträge von 5.000 € bis max. 250.000 € für neues Geld, das mind. 3 Monate nicht bei unserer Volksbank angelegt war und von einer Fremdbank überwiesen wird. Begrenztes Kontingent.

Wir machen den Weg frei.

Volksbank
Lüneburger Heide eG





© Lüneburg Marketing/ Thomas Laukat

Familienfest in Lüneburg

Ein Wochenende voller Spiel, Spaß und Unterhaltung

Beim Familienfest am 26. und 27. September verwandelt sich die Lüneburger Innenstadt in eine große Erlebniswelt: Es gibt spannende Mitmachaktionen, beeindruckende Shows, zahlreiche Spielstationen und ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm sowie bunte Schausteller-Buden. Zusätzlich lädt der Einzelhandel am Sonntagnachmittag zum Erlebnis-Sonntag ein und auch der „Selbsthilfe-Tag“ des Paritätischen Wohlfahrtsverbands auf dem Marktplatz bietet ein informatives und musikalisches Programm. Außerdem stehen am Samstag zahlreiche regionale Majestäten und Repräsentantinnen und Repräsentanten zum Erinnerungsfoto bereit - darunter unser Lüneburger Sülfmeister Kozi I. und der Heidelbeerkönig aus Rethem. Am Sonntag erobern dann Salty vom SaLü, Tobi von der Sparkasse und weitere Maskottchen die Innenstadt und freuen sich auf Begegnungen mit kleinen und großen Gästen. Höhepunkt für viele Kids ist wahrscheinlich die TOGGGO Tour auf dem Platz Am Sande von 11 bis 18 Uhr. Die vielen Erlebnisstationen laden zum Austoben ein. Auch die ganz Kleinen haben einiges zu entdecken: Es warten die PAW Patrol-Zentrale, das Peppa Pig-Spielehaus und die Toggolino Hüpfburg auf sie. Natürlich stehen auch wieder die beliebten TOGGGO Stars für Fotos bereit: PAW Patrol, SpongeBob Schwammkopf, Peppa Pig - und erstmals mit dabei: Woozle Goozle und Weihnachtsmann & Co. KG. Auf der Bühne führen bekannte TOGGGO Gesichter durch das siebenstündige Programm. Kunst und Mitmachaktionen runden den Sonntagnachmittag ab: im Glockenhof kann Kreatives vom Kunstkreis 2012 bestaunt und am Stand der Kunstschule Ikarus kann auch selbst gestaltet werden. Zusätzlich können Kinder sich Kunst ins Gesicht zaubern lassen beim Kinderschminken. So wird der Shopping-Nachmittag zu einem farbenfrohen Erlebnis für die ganze Familie.

Ein Figurentheaterstück für kleine und GROSSE Riesen ab 4 Jahren spielt das MAPiLi Puppentheater. Hoch oben in den Bergen lebt ein Riese. Er kann gewaltige Felsbrocken werfen. Er kann Bäume ausreißen. Wenn er sich auf die Zehenspitzen stellt, reicht seine Hand bis zu den Wolken. Kann der Riese alles, was er will? Finden Sie es heraus! Infos: awo-lueneburg.de/kaffeehauskaltenmoor

Showtime bei OHRegano
Forum der Musikschule
Sonntag, 27. September
18.00 Uhr

Der traditionsreiche Lüneburger Chor OH-Regano bringt im September gleich zweimal sein neues Herbstprogramm zu Gehör. Am 27. September in Lüneburg und einen Tag vorher um 19.00 Uhr in der Michaeliskirche in Bienenbüttel. Unter Regie und Dirigat der Bienenbütteler Chorleiterin Anka Lütke trägt der Chor berühmte Songs von Bühne und Leinwand sowie Musicalstücke vor. Die Zuhörenden erwarten viele bekannte Lieder und Chorumsetzungen, die moderiert und auf teils „illustre Weise“ schwungvoll dargeboten werden: Vom „Kriminaltango“ aus den 1950ern (Piero Trombetta) über „Hinterm Horizont“ bis zum James-Bond-Thema. Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.

Was uns bewegt – Geld als Waffe
Heinrich-Heine-Haus
Montag, 28. September
19.30 Uhr

Wie entstehen Kriege? Und wie Frieden? Ulrike Herrmann untersucht in diesem Buch große internationale Konflikte und analysiert, dass die Gründe nicht nur historisch, psychologisch oder politisch,

sondern, dass oft ökonomische Faktoren ausschlaggebend sind. Sie zeigt am Beispiel Russlands, wie die wirtschaftliche Entwicklung des Landes permanente Kriege auch in Zukunft wahrscheinlich macht. Und sie beschreibt Chinas Aufstieg zur Supermacht. Infos: literaturbue-ro-lueneburg.de

Erzählcafé
Bürgertreff Goseburg
Dienstag, 29. September
14.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Nun gibt es auch im Stadtteil Goseburg-Zeltberg ein Erzählcafé. Jeden letzten Dienstag im Monat lädt der Bürgertreff Goseburg Menschen ab 60 Jahren ein. Ein Erzählcafé ist ein offener Treffpunkt, bei dem Menschen angeleitet in gemütlicher Atmosphäre zusammenkommen, um Erinnerungen, Geschichten und Erfahrungen aus ihrem Leben zu teilen. Info: freiwilligenagentur-lueneburg.de oder Telefon 04131 8618-36

Apfelfest
Hof an den Teichen, Rettmer
Sonntag, 4. Oktober
11.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Der Lüneburger Streuobstwiesenverein lädt zum Entdecken, Bestimmen und Mitmachen ein. Mit dem diesjährigen Motto „Streuobstwiesen im Hitzestress“ möchte er auf die Bedeutung dieser einzigartigen Kulturlandschaft aufmerksam machen. Mitgebrachte Apfelsorten bestimmt Pomologe Michael Ruhnau - bringen Sie fünf gesunde Früchte aus Ihrem Garten mit. Aktivitäten für Kinder sorgen für Spiel, Spaß und spannende Naturerlebnisse. Eine Sortenausstellung mit über 50 alten und regionalen Obstsorten inspiriert vielleicht sogar zum Bestellen eines Apfelbäumchens? Infos: streuobst-lueneburg.de

Fein raus: Wir verkaufen Ihr Haus.



**Und Sie profitieren davon, dass wir
den Käufer gleich mitbringen.**



Unsere Makler-Experten
freuen sich auf Sie.

Ihre Immobilie immer im Fokus.



Sparkasse
Lüneburg



EIN INTERNATIONALES FILMMUSIK KONZERT IN LÜNEBURG

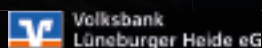
A CINEMATIC CHRISTMAS

19. 12. 2026 | 20 UHR LEUPHANA AUDITORIUM LÜNEBURG

hintere Reihe: SERGEI ISTRATI | PHIL RYAN | MIRIAM LEE BURGER | VERONIKA VITAZKOVA | ULRICH KRATZ
vordere Reihe: CHIARA DUBEY | AYOUB SISTERS | ALEXANDER BOLDACHEV | HAYAT SELIM

MUSIKALISCHE LEITUNG: JAN WILLEM DE WITH

Mit freundlicher Unterstützung



Man hört wenige Takte – und hat sofort eine Szene vor Augen. Ein bestimmtes Motiv genügt, und Erinnerungen an einen Film, eine Figur, einen besonderen Moment oder ein Gefühl sind wieder da. Filmmusik funktioniert auch ohne Leinwand. Genau das macht ihren besonderen Reiz aus.

Jan Willem de With,

31, wuchs im beschaulichen Scharnebeck auf. Heute lebt, komponiert und lehrt er in der Musikmetropole London. Nach orchestralen Erfolgen zieht es den umtriebigen Künstler auch einmal zurück in die Heimat, um ein besonderes musikalisches Wintermärchen – „A Cinematic Christmas“ – auf die Beine zu stellen.

Von Kirchenmusik zum Filmsound

Jan Willem de With ist nicht nur Komponist, sondern ein leidenschaftlicher Vollblutmusiker und Produzent. Hinter dem heutigen Erfolg steht eine vielseitige, tief verwurzelte musikalische Laufbahn. Aber nicht zuletzt waren es auch immer Menschen, ein starkes Netzwerk aus Wegbegleitern, Mentoren und kreativen Freunden, die an ihn und seinen Weg glaubten und ihn ermutigten. Bereits ab 5 Jahren erhielt er Instrumentalunterricht bei seiner Lehrerin Galina Burgart. Einen Grundpfeiler legte der damalige Pastor der St. Marienkirche in Scharnebeck, Johannes Link. Er führte ihn bereits in jungen Jahren zu einer kirchenmusikalischen Ausbildung. Den sogenannten C-Kurs der Landeskirche Hannover absolvierte er als Teenager unter der Leitung von Henning Voss, Kantor von St. Michaelis Lüneburg. Es waren diese frühen Erfahrungen mit sakralen Klängen und großen Raumakustiken, die sein Gespür für epische Melodien bis heute prägen.

Musik kann zum Ausdruck bringen, was man im Film nicht sehen kann

Der Drang, Bilder in Töne zu verwandeln, führte ihn dann schnell weg von der Kirchenbank und hin zur Filmmusik. Fasziniert von dieser einzigartigen und zugleich vielseitigen Sprache, analysierte er die Wirkung der musikalischen Darstellung. Er erspürte die Vermittlung von

Heimkehr zum Fest nach Lüneburg! Ein Konzert mit Freunden für Freunde.

Gefühlen, Eindrücken und Geschichten – eine Kunst, für die man ein fundiertes musikalisches Wissen und eine entsprechende Ausbildung benötigt, und die er unbedingt erlernen wollte. Es folgte ein akademischer Vorzeigeweg: Fernstudium in Köln, Finalist bei ZDF TV-Show „Dein Song“, der Deutsche Filmmusikpreis mit gerade einmal 22 Jahren. Nach dem Bachelor an der Zürcher Hochschule der Künste erhielt er ein Stipendium am Royal College of Music in London, wo er seinen Master in Komposition mit Auszeichnung abschliessen konnte. Im Studium kam er u.a. mit großen Filmkomponisten wie Niki Reiser (Das fliegende Klassenzimmer), George Fenton (Planet Earth), Michael Giacchino (Star Trek, Jurassic World) in Kontakt.

Grenzgänger zwischen den Welten

Heute ist de With's Alltag ein Spagat zwischen Filmmusik, eigener Klangforschung und Live-Produktionen. Ein hybrider Künstler, der sich zwischen klassischer, orchesterlicher Musikwelt und an der Schnittstelle von Neoklassik, Electronic und Ambient bewegt. Häufig geht er in den Prozess mit besonderen Tonaufnahmen und schafft Verbindungen zwischen analogen wie digitalen Klangelementen. Im pulsierenden weltoffenen London arbeitet er als Komponist und Musikproduzent mit vielen kreativen, inspirierenden Menschen, Musikern und Regisseuren aus aller Welt zusammen. Als Künstler und aktiver Schaffender vertont er internationale Filmproduktionen und schreibt Soundtracks, die auch auf den Streaming-Plattformen zu finden sind. Seine Musiken wurden auf internationalen Filmfestivals z.B. in Cannes, London, New York, Prag, Köln und Zürich präsentiert.

De With arbeitete mit Ensembles wie „City of Prague Philharmonic Orchestra“ und kreativen Kollegen und Künstlern zusammen, mit denen

er Produktionen in legendären Tonstudios wie den Abbey Road Studios (London) oder den Smecky Studios (Prag) verwirklichte. Erst kürzlich dirigierte er das Rundfunk-Sinfonieorchester Berlin bei den gefeierten symphonischen Live-Konzerten des Indie-Pop-Aufstiegers BERQ.



Ein Wintermärchen mit Wegbegleitern

Trotz der jetzigen Wahlheimat London reißt der Kontakt nach Deutschland und nach Lüneburg nie ab – hier sind seine Wurzeln, seine Familie und Freunde, und in den letzten Jahren engagiert er sich mit Filmmusik-Workshops beim lokalen Im.Kasten Kurzfilm Festival oder eben durch sein neues Herzensprojekt:



„A Cinematic Christmas“

Für dieses cinematische weihnachtliche Konzert **am 19. Dezember in der Leuphana**, holt der Komponist und Leiter seine langjährigen Wegbegleiter und Freunde, hochkarätige internationale Solisten auf die Bühne, die er seiner Heimatstadt zusammen mit dem Lüneburger Kammerorchester und dem Leuphana Kammerchor präsentieren möchte. Das Konzert verbindet traditionelle Festtagsstimmung mit dem monumentalem Sound des modernen Kinos.

Weihnachten und Filmmusik bringen Menschen zusammen, um in eine andere Welt einzutauchen, eine besondere Stimmung zu erzeugen und gemeinsam magische Momente zu teilen.

Die Stadt stimmt mit den Füßen ab

Trampelpfade entstehen ohne Planung

VON HAJO BOLDT

Alle fünf Jahre wird bei den Kommunalwahlen gewählt. An jedem einzelnen Tag des Jahres wird dagegen mit den Füßen abgestimmt. Das Ergebnis sieht man an vielen Stellen in Lüneburg: Schleichwege, die sich ganz ohne Beschluss des Stadtrates ihren Weg bahnen. Einen „Schleichweg“ sucht man im Lüneburger Straßenverzeichnis vergeblich. Dabei gibt es sie überall – nur eben ohne Straßenschild. Wer mit offenen Augen durch die Stadt geht, entdeckt sie: vor Hornbach an der Straße „Bei der Keulahütte“, an der Polizei „Auf der Hude“, am Parkplatz des Straßenverkehrsamtes „Neueterstraße/Am Springintgut“ oder vor der Kreisverwaltung „Auf dem Michaeliskloster“. Diese Trampelpfade entstehen ganz ohne Planung.

Ein Fußgänger beginnt, andere folgen – und irgendwann ist aus einer kleinen Spur ein deutlich sichtbarer Weg geworden. Die Menschen zeigen damit ganz einfach, wo sie wirklich gehen möchten. Es ist eine stille Abstimmung mit den Füßen.

Und eines fällt dabei auf: Ein Schleichweg macht selbst vor der Polizei nicht halt. Der ausgetretene Pfad „Auf der Hude“ beweist, dass der Wunsch nach der kürzesten Verbindung offenbar stärker ist als der Drang, sich an die vorgesehene Wegeführung zu halten – selbstverständlich völlig legal.

Nicht jeder Schleichweg ist ein Planungsfehler. Oft verändern sich Wegebeziehungen im Laufe der Zeit. Manchmal verraten die ausgetretenen Pfade aber auch, dass ein offizieller Gehweg am Bedarf der Men-

schen vorbeiführt. Einige Städte beobachten deshalb zunächst die tatsächlichen Laufwege der Fußgänger und pflastern erst anschließend die Verbindungen, die sich im Alltag bewährt haben.

Die vier gezeigten Beispiele sind nur eine kleine Auswahl. In Lüneburg gibt es noch viele solcher Schleichwege. Vielleicht wäre es sogar an der Zeit, den längsten Trampelpfad der Stadt offiziell „Schleichweg“ zu nennen. Nutzer hätte er jedenfalls längst.

Welchen Weg Sie auch gehen – ob Schleichweg oder Hauptstraße: Einen Weg sollten Sie im September auf jeden Fall einschlagen – den zur Wahlurne.

Und wenn Sie einmal keinen Schleichweg gefunden haben, dann sind Sie vielleicht auf dem Holzweg. Dieser wäre dann wieder eine andere Geschichte.



Claudia Kalisch

Beherzt. Besonnen. Bewährt.

- Gute Infrastruktur als Wirtschaftsbasis
- Gesunde Stadt als Wohn- & Lebensraum
- Grüngürtel für frische Stadtluft
- Marienplatz als Begegnungsraum
- Bildungspakt als Zukunftsbasis
- Sichere Mobilität für alle

Mehr Inhalte? claudia-kalisch.de

Weiter: Kurs halten!

Oberbürgermeisterin für Lüneburg



Jetzt geht es um Lüneburg

Herr Pietruck, die Lüneburger haben Sie in den vergangenen Monaten über mehrere Beiträge kennengelernt. Warum sollten sie Ihnen jetzt ihre Stimme geben?

Ich spüre in vielen Gesprächen, dass es in Lüneburg einen Wunsch nach Veränderung gibt.

Jetzt geht es um die Frage, wie diese Stadt in Zukunft geführt werden soll. Wollen wir im bisherigen Tempo weitermachen oder wollen wir einen anderen Führungsstil, mit klaren Zielen, nachvollziehbaren Entscheidungen und mehr Umsetzung?

Ich bringe dafür nicht nur den Willen mit, sondern auch Erfahrung. Ich habe ein Unternehmen aufgebaut, Verantwortung für rund 200 Mitarbeitende übernommen, investiert und Entscheidungen getroffen. Genau diese Kompetenz möchte ich jetzt für Lüneburg einsetzen.

Denn Lüneburg hat enormes Potenzial. Aber bei Wirtschaft, Wohnen, Innenstadt und Verwaltung bleiben wir an vielen Stellen hinter unseren Möglichkeiten.

Was wäre mit Ihnen im Rathaus tatsächlich anders?
Vor allem der Führungsstil.

Ich möchte klare Ziele setzen, Verantwortung übertragen und Entscheidungen einfordern. Die Verwaltung hat viele engagierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Sie braucht Richtung, moderne Werkzeuge und Rückendeckung.

Mein Anspruch ist nicht, alles selbst zu entscheiden. Mein Anspruch ist, dafür zu sorgen, dass entschieden wird.

Was würden die Menschen im ersten Jahr konkret merken?

Ich will zuerst dafür sorgen, dass Lüneburg wieder mehr finanziellen Handlungsspielraum bekommt.

Dafür müssen wir wirtschaftlich stärker werden, Unternehmen halten, neue ansiedeln und Wachstum ermöglichen. Denn nur mit ausreichenden Einnahmen können wir dauerhaft gute Kitas, Schulen, Sport, Kultur, soziale Angebote und Infrastruktur finanzieren.

Wirtschaftspolitik ist für mich deshalb kein Selbstzweck. Sie ist die Grundlage dafür, dass diese Stadt funktioniert.

Gleichzeitig will ich die Verwaltung schneller und digitaler machen, beim Wohnungsbau mehr Tempo ermöglichen, die Innenstadt beleben und Mobilität pragmatischer organisieren.

Mein Ziel ist, dass die Menschen merken: Lüneburg kommt wieder stärker ins Machen.

Es wird Entscheidungen geben, die nicht jedem gefallen. Können Sie das?

Ja.

Führung heißt nicht, es allen recht zu machen. Man muss zuhören, Argumente abwägen und dann entscheiden. Und man muss erklären, warum man so entschieden hat.

Natürlich werde auch ich nicht jedes Problem sofort lösen können.

Aber ich werde Probleme offen ansprechen, Entscheidungen treffen und Verantwortung dafür übernehmen.

Was macht Ihnen bei Lüneburg derzeit am meisten Sorgen?

Dass wir an Gestaltungskraft verlieren.

Wenn Wohnraum fehlt, Leerstände bleiben, Unternehmen nicht wachsen können und Entscheidungen zu lange dauern, dann verliert eine Stadt Stück für Stück an Dynamik. Das möchte ich umkehren.

Lüneburg soll wieder mehr Möglichkeiten schaffen, statt vor allem mit Einschränkungen und langen Verfahren beschäftigt zu sein.

Und was macht Ihnen Hoffnung?

Die Menschen in dieser Stadt.

Ich habe in den vergangenen Monaten unglaublich viele Menschen getroffen, die Ideen haben, Verantwortung übernehmen und Lüneburg voranbringen wollen. Unternehmer, Beschäftigte, Ehrenamtliche, Eltern, Senioren, Studierende und viele andere.

Lüneburg fehlt nicht die Energie.

Wir müssen sie nur besser zusammenbringen und aus guten Ideen auch Entscheidungen machen.

Was sagen Sie Menschen, die politisch vielleicht gar nicht der CDU nahestehen?

Ich kandidiere mit Unterstützung der CDU und stehe zu meiner politischen Heimat. Aber als Oberbürgermeister wäre mein Auftrag größer.

Bei einer Kita, einer Baugenehmigung, einem Bus, einer Wohnung oder einem Arbeitsplatz spielt das Parteibuch keine Rolle.

Ich möchte Oberbürgermeister für ganz Lüneburg sein. Für alle, die wollen, dass diese Stadt wieder schneller, klarer und lösungsorientierter geführt wird.

Was wünschen Sie sich für den 13. September?

Dass möglichst viele Menschen wählen gehen.

Und natürlich wünsche ich mir ihr Vertrauen.

Ich bin angetreten, weil ich Verantwortung für diese Stadt übernehmen will.

Ich glaube, dass Lüneburg mehr kann.

Und wenn die Lüneburger mir die Chance geben, möchte ich beweisen, dass dieser Satz mehr ist als ein Wahlkampfeslogan.

Am 13. September bitte ich Sie um Ihre Stimme.

Brückenschlag auf Spanisch

**Wie aus einem deutsch-spanischsprachigen Kinderspielkreis
ein Verein zur Förderung des interkulturellen Austauschs wurde**

VON GERWIN SCHUCHER



Als am 15. Oktober 1998 aus einem deutsch-spanischsprachigen Kinderspielkreis der Amistad Lüneburg e.V. entstand, war noch lange nicht klar, wie sich dieser entwickeln würde. Es ging laut Satzung um die Förderung des interkulturellen Austauschs zwischen den Menschen aus spanischsprachigen Ländern und Deutschen. Was etwas trocken klingt, ist inzwischen ein lebendiger Zusammenschluss geworden. Schließlich bedeutet „Amistad“ Freundschaft, und genau diese wird nun seit fast 28 Jahren gepflegt und gefördert.

Anfangs wollte man vor allem jungen Familien - oft mit zwei spanischsprachigen Elternteilen - helfen, sich hier in Lüneburg und Umgebung zu Recht zu finden. Zum Beispiel wurden sie von Amistad-Mitgliedern bei Behördengängen begleitet oder Übersetzer halfen bei wichtigen Terminen oder beim Ausfüllen von Formularen. Zudem hatte der Verein großes Interesse an den Ländern Lateinamerikas. Das sei bis hin zu Spendenorganisationen bei dortigen Katastrophen gegangen, erzählt die heutige Vereinsvorsitzende Andrea Melissa Umaña Lima.

Einen großen Erfolg konnte Amistad mit der Einführung der spanischen Sprache an Schulen in der Stadt und im Landkreis Lüneburg verbuchen, denn an den vorbereitenden Beratungen war Amistad beteiligt. Inzwischen wird Spanisch an allen Gymnasien mindestens als Wahlfremdsprache angeboten und nicht nur in Arbeitsgemeinschaften. Bereits seit 2007 können Schüler auch im Unterrichtsfach Spanisch ihre Abiturprüfung ablegen. Das sei vor allem Lucy Grimme, der damaligen Vorsitzenden des Vereins zu verdanken, erzählt Andrea Melissa Umaña Lima. Heute, nach fast 28 Jahren, hat der Verein un-

gefähr 80 Mitglieder, von denen sich rund 25 aktiv an den Veranstaltungen beteiligen. Zu diesen Aktivitäten zählen die monatlichen Treffen (Tertulia = Stammtisch) im Pons, die Tapas Abende mit Musik und Spiel im mosaïque (Katzenstraße) bis hin zu gemeinsamen Fahrradtouren, Grillnachmittagen in Deutsch Evern oder anderen zur jeweiligen Jahreszeit passenden Aktivitäten.

Aber es ging und geht auch heute nicht nur um gemeinsame Aktivitäten, sondern immer auch um den Austausch der Kulturen und um Integration. Auch die Förderung der spanischen Sprache steht bis heute im Mittelpunkt. Neuankömmlingen aus spanischsprachigen Ländern (zumeist aus Lateinamerika) steht der Verein mit Rat und Tat zur Seite und bringt ihnen die deutsche Kultur und deren Bräuche näher. Umgekehrt werden häufig Sprachtandems gebildet, um Deutschen beim Erlernen der spanischen Sprache zu helfen. Zudem geht es um die einzigartige Kultur der Länder Süd- und Mittelamerikas, die nicht selten große Reiselust bei den Mitgliedern weckt. Bei regelmäßigen Reiseberichten hängen nicht nur die Deutschen an den Lippen der erzählenden Person, sondern auch die Latinos hören aufmerksam zu und träumen von ihrem Heimatland und den Lieben, die dort noch leben. So entstand ein Verein, der sich um Neubürger kümmert, das Ankommen erleichtert und Menschen hilft, die eine fremde Sprache lernen möchten.

Man muss im Übrigen kein Mitglied sein, um dazuzukommen und mitzumachen. Der nächste Stammtisch findet am 2. September um 19.00 Uhr im Pons statt.

■ Nähere Infos unter: www.amistad-lueneburg.de



Was wächst denn da?

Eine Kräuterkunde von Anette Reinhardt,
Kräuterfrau beim NABU Lüneburg

Eberesche /Sorbus aucuparia

Der Name täuscht: Weder hat dieser bekannte und schöne einheimische Baum etwas mit dem Eber noch mit der Esche gemein. Er gehört nicht, wie die Esche zu den Ölbaumen, sondern zur Familie der Rosengewächse, was man gut an den Blüten im Frühjahr erkennt. Statt des Ebers sind es 63 Vogelarten, die durch die Früchte angezogen werden. Deshalb wird die Eberesche im Volksmund Vogelbeere genannt. Nicht nur Vögel, sondern auch 31 Säugetierarten wie Eichhörnchen, Siebenschläfer und Haselmaus und 71 Insektenarten besuchen rund um das Jahr den Baum, um sich an Früchten, Blättern, Blüten und Rinde zu laben. Für uns Menschen war dieser Baum schon seit den Kelten nicht nur eine Heilpflanze, sondern auch ein Kultbaum. Die leuchtend orangen Früchte und das schwere, harte Holz wurden zum Schutz vor bösen Geistern eingesetzt. Die Früchte, die viel Vitamin C enthalten und dadurch sehr sauer und herb sind, regen die Verdauung und den Stoffwechsel an. Gekocht mit Äpfeln kann man ein Mus daraus herstellen, wenn man den herben Geschmack mag. Wenn nicht, gibt es die Mährische Eberesche. Sie ist viel milder.

Vögel verbreiten die Samen der Apfelfrüchte überall. So wächst dieser Baum dort, wo er nicht gestört wird. Er ist anpassungsfähig und anspruchslos. Nimmt trockene und auch moorige Böden in Kauf. Da er auch noch die ökologische Vielfalt unterstützt, könnte er eine perfekte Alternative für den Klimawandel sein. Könnte - doch leider verträgt er keine lange Trockenheit.

Illustration: Anette Reinhardt



NATÜRLICH HÖREN MIT REVOLOUD - INDIVIDUELL WIE IHR GEHÖR.

Kennen Sie das?

Sie hören, aber Sprache wirkt oft unnatürlich oder anstrengend. Mit RevoLoud passen wir Ihre Hörgeräte exakt an Ihr persönliches Hörempfinden an - für ein natürliches, entspanntes Hören.



Erleben Sie den Unterschied - exklusiv bei uns.

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

SO ERREICHEN SIE UNS:

Bardowicker Straße 18 • 21335 Lüneburg

Tel. 04131 - 8849379

www.hoerschmiede.de



Mit dem Rollrädchen in die Römische Kaiserzeit

Bilmer Berg erweist sich als archäologische Fundgrube

VON TOBIAS SCHOO, STADTARCHÄOLOGE UND KURATOR AM MUSEUM LÜNEBURG

Was heute als neues Gewerbegebiet am Bilmer Berg in Lüneburg-Hagen erschlossen wird, entpuppt sich als archäologische Fundgrube von überregionaler Bedeutung. Bei den bislang größten Ausgrabungen in der Geschichte der Lüneburger Stadtarchäologie wurden Hinweise auf eine umfangreiche Eisenproduktion aus der römischen Kaiserzeit entdeckt.

Besonders spektakulär sind die Überreste einer Siedlung aus der Zeit zwischen dem 1. und 5. Jahrhundert nach Christus. Dort lebten Menschen in großen Langhäusern, in denen Familien und Nutztiere gemeinsam unter einem Dach wohnten. Ergänzt wurden sie durch kleinere Grubenhäuser, die vermutlich als Werkstätten dienten.

Die eigentliche Sensation liegt jedoch im Handwerk. Erstmals konnte in Lüneburg nahezu die gesamte Produktionskette der antiken Eisengewinnung archäologisch nachgewiesen werden. Das in

den umliegenden Feuchtgebieten vorkommende Raseneisenerz wurde zunächst abgebaut und getrocknet. Anschließend schmolzen die Menschen das Erz in sogenannten „Rennfeueröfen“ mit Holzkohle zu einer Eisenerzschmelze ein. Diese wurde in Ausheizherden weiterverarbeitet und schließlich zu Eisenbarren ausgeschmiedet. Damit reiht sich die Siedlung von Lüneburg-Hagen in die bedeutendsten frühgeschichtlichen Zentren der Eisenproduktion Niedersachsens ein.

Neben den Werkstätten förderten die Ausgrabungen zahlreiche Alltagsgegenstände zutage. Darunter waren auch mit sogenannten Rollrädchen verzierte Keramikscherben. Bei diesen Gefäßen wurden noch vor dem Brand im Töpferofen mit einem Gerät, das einem modernen Pizzaroller nicht unähnlich ist, Muster in den noch feuchten Ton gerollt. Entsprechende Gefäße dürften bei den Menschen in der römischen Kaiserzeit einen Wow-Effekt ausgelöst haben!

Die wissenschaftliche Auswertung der Funde steht noch am Anfang. Erst ein Teil der Siedlung wurde bislang untersucht, weitere Grabungen laufen derzeit. Schon jetzt zeigt sich jedoch: Der Bilmer Berg eröffnet einen einzigartigen Blick auf das Leben, Wohnen und Arbeiten der Menschen vor rund 2.000 Jahren und macht deutlich, dass hier bereits in der Antike ein bedeutender Standort handwerklicher Produktion gewesen ist.

**Rollrädchenverzierte
Keramik hautnah**



MARTIN LÜHMANN

61 Jahre, Gastronom,
einer von Euch!

Stadtrat:
WAHLBEREICH 1
PLATZ 3

Westliche Altstadt,
Kreideberg,
Ochtmissen



AM
13.09.
ALLE
STIMMEN
CDU!

Ich bin einer von Euch!

24/7 für Euch ansprechbar!



Gastronom
seit 1991
in Lüneburg



Seit 1992
glücklich
verheiratet



5 wundervolle
Töchter und
6 Enkel



Über 10 Jahre aktiv
bei Bündnis 90/
Die Grünen



4 Jahre
im Stadtrat

Warum Grün?

Weil Grün dazu gehört!

Der grüne Gedanke ist genauso wichtig
wie der wirtschaftliche Gedanke.
Aber alles mit Sinn und Verstand –
nicht mit der Brechstange.

Warum nicht mehr bei den Grünen?

Weil mich in der letzten Zeit einige Themen
ärgerten und weil ich ein loses Mundwerk habe.

- **Ilmenaustraße:** Mischparken wäre eine gute
Kompromisslösung gewesen. Stattdessen
Brechstange oder gar alle Parkplätze weg?
Schwachsinn!
- **Stadtfest:** Öffnungszeiten am ersten Tag bis
00.00 Uhr – Antrag angenommen!
- **Weihnachtsmarkt:** 3 Tage früher anfangen
(vor dem Totensonntag, als Test) – sogar die
Kirche war dafür. Am Ende lehnte meine
Fraktion ab.
- Immer waren es CDU, SPD und FDP, die mich
unterstützt haben.

Im Februar verließ ich die Grünen und bin seitdem
parteilos im Stadtrat – mit meinem Grundmandat
besetze ich den Bauausschuss.

Meine Themen. Euer Lüneburg.

- ✓ **Mobilität:** Für alle Verkehrsteilnehmer genügend
Platz – nicht nur für Radfahrer.
- ✓ **Kultur & Tourismus:** Lüneburg lebt von Kultur,
Events und Gästen.
- ✓ **Wirtschaft & Gewerbe:** Unsere Geschäfte und
Betriebe sichern Arbeitsplätze und zahlen die
Gewerbesteuer.
- ✓ **Pragmatismus statt Ideologie:** Sinnorientierte
Lösungen für eine lebenswerte Stadt.
- ✓ **Einheitliches Mehrweg-Verpackungssystem**
für Lüneburg, um Müll zu vermeiden und die
Einweg-Steuer zu vermeiden.
- ✓ **24/7 für Euch:** Eure Themen mitnehmen,
zuhören und handeln.



Ganz klar Lüneburg.

Alle 3 Stimmen



für MARTIN



*"Ich schaue nach vorne,
nicht nach hinten und
ganz bestimmt
nicht runter."*

Martin Lühmann



Gute Kommunalpolitik geht nur im Team
mit unserem Oberbürgermeisterkandidaten
Patrick Pietruck



www.cdu-lg.de





Vom Berufsleben ins Blütenparadies

Der neue Lebensmittelpunkt liegt mitten im Grünen

VON BIRGIT KRETSCHMER

Heute darf ich den Garten von Inge und KD Kaiser in Adendorf vorstellen. Als Inhaber von zwei Frisörsalons haben sie sich nach 44 Jahren Selbständigkeit in einen neuen Lebensabschnitt verabschiedet. Die Salons wurden abgegeben und während KD noch an drei Tagen in der Woche seinem Beruf nachgeht, genießt Inge den wohlverdienten Ruhestand in vollen Zügen. Haus und Garten sind nun ihr Lebensmittelpunkt geworden. Der schön angelegte Garten spiegelt die Liebe des Paares zur Natur und zur schönen Gestaltung wider.

Seit wann haben Sie Haus und Garten und wie sah es hier früher aus?

„Unser Einzug war 1990“, erinnert sich KD. „Wir haben damals einen Rohbau auf einem 800 qm großen Grundstück gekauft.“ „Gleich nach dem Einzug haben wir mit der Gartengestaltung begonnen“, erzählt Inge. „Da der Garten nur aus Sandhaufen bestand, haben wir als Sichtschutz, wie damals üblich, rund ums Grundstück Tannen gepflanzt. Die waren güns-

tig und hatten schnell eine stattliche Größe, dazu eine kleine Terrasse und ein großer Teich – das war unser Garten für die ersten Jahre.“

Was hat sich im Laufe der Jahre verändert?

„Zum Teich kam noch ein Bachlauf, die Tannen mussten weichen und das Grundstück wurde hundsicher eingezäunt und mit Blühstreifen, Rhododendren und Hortensien umpflanzt, denn mittlerweile hatten wir unseren ersten Golden Retriever Oskar. Oskar liebte den Bachlauf und war ständig im Wasser. Auch unser zweiter Golden Retriever Bruno ließ keine Gelegenheit aus, im Teich ein erfrischendes Bad zu nehmen und erklärte mit tropfendem Fell und schmutzigen Pfoten das Haus zu seiner verlängerten Abenteuerstrecke. Der Teich wurde entfernt und durch Rasen und Beete mit Buchsbaumumrandung ersetzt.“

Unser Rundgang beginnt seitlich am Haus. Ein Weg, gesäumt von verschiedenen Hortensienarten, führt in den hinteren Gartenbereich. Schon hier geben üppige Blüten einen Vorgeschmack auf das, was folgt.



Erinnern. Verstehen. Weitergeben. 85 Jahre Deportation der Deutschen in der Sowjetunion



Eine Vortragsreihe.

15. September – 3. November 2026

Nordost-Institut | Lindenstraße 31 | 21335 Lüneburg | Eintritt frei



Weitere Infos:





Gartentipp für September

Kahlstellen im Rasen bei noch warmem Boden nachsäen.
Wintersalate wie Feldsalat jetzt aussäen.

Wenige Schritte weiter öffnet sich die überdachte Terrasse, die den Blick über den gesamten Garten freigibt. Von hier aus lassen sich die gepflegte Rasenfläche und die harmonisch angeordneten Beete besonders gut überblicken.

Wer hatte die Ideen für den Garten, wie haben Sie geplant, gab es Schwierigkeiten?

„Die Planerin in der Gartengestaltung bin ich“, sagt Inge. „Ich sehe etwas bei Freunden oder in Zeitschriften und überlege mir dann die Umsetzung. Einen Plan habe ich nie gezeichnet, die Ideen entstehen im Kopf. Die einzige Schwierigkeit gab es, als unser Buchsbaum dem Zünsler zum Opfer gefallen ist. Da mussten wir erneut umgestalten und haben uns für die jetzige Form mit Rasen, Gräsern, Phlox, Rosenstämmchen, Allium und Hosta entschieden.“

Pfirsich im Speckmantel

Reife Pfirsiche entkernen und mit Roquefort und einem Rosmarinweig füllen, zusammenklappen, mit Bacon umwickeln, mit Zahnstocher fixieren. Ofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen und 15 – 20 Min backen. Stange formen, schneiden und Kugeln formen, in Pistazienkernen oder Kakao wälzen.

Macht der Garten viel Arbeit?

„Ja“, bestätigt Inge, „aber ich habe Hilfe, einmal monatlich kommt der Gärtner. Für mich bleibt dann das Knospen abknipsen, durchharken, Unkraut zupfen, durch die Stauden ist alles schön eingewachsen und pflegeleicht.“

Unser Rundgang geht weiter. Gräser verleihen den Pflanzungen Leichtigkeit und Bewegung, während Rhododendren, Hortensien und Phlox Grundstücksgrenze und Rasen sanft umspielen. Die verschiedenen Sitzecken sind mit viel Liebe zu Detail gestaltet und laden dazu ein, den Garten zu jeder Tageszeit zu genießen.

Die liebevoll arrangierten Sitzecken und geschmackvoll dekorierte Pflanzgefäße zeigen eine ganz persönliche Note, wer ist hierfür zuständig?

„Hier lässt mir mein Mann ganz freie Hand und ich kann meine Kreativität in Haus und Garten voll ausleben“, verrät Inge. „Inspiration bekomme ich auch im Gartencenter von Ehren in Hamburg. Bei den Pflanzgefäßen stimme ich die Bepflanzung harmonisch aufeinander ab, ich liebe die Farben Rosa, Blau und Weiß. So entsteht ein ruhiges Gesamtbild.“

Gibt es neue Projekte?

„Nein, wir genießen es so, wie es ist“, ist sich das Paar einig.

Alles wächst üppig, womit düngen Sie?

„Wir verwenden Naturdünger. Gern Hornspäne, aber auch Kaffeesatz für die Rosen.“

Verbringen Sie viel Zeit im Garten?

„Seit ich nicht mehr arbeite, habe ich mehr Zeit für Entspannung im Garten. Ein schöner Schattenplatz, Kaffeetrinken, Zeit zum Lesen, Vögel beobachten, die Natur genießen und zum Sundowner mit meinem

Mann darf ein italienischer Rotwein nicht fehlen“, verrät die Gartenbesitzerin.

Lässt der Garten Zeit für Urlaub und andere Hobbys?

„Natürlich“, sagt Inge, „einmal im Jahr fahre ich mit einer Freundin nach Amrum, da haben wir Natur pur. KD und ich fliegen gern nach Mallorca und neu dazu gekommen sind Autotouren über mehrere Wochen über Südtirol nach Italien. Durch unsere Selbständigkeit war das früher nicht möglich und wir genießen diese Freiheit sehr, ein ganz anderes Erlebnis und Urlaubsgefühl.“

„Sport fange ich jetzt wieder an, Fitness für die Knochen, man muss geschmeidig bleiben“, sagt Inge lächelnd. „Außerdem walke ich mit fünf Freundinnen seit vielen Jahren. Sehr wichtig ist mir auch meine Zeit im Lüneburger Tierheim. Seit unser Hund Bruno nicht mehr lebt, bin ich dort ehrenamtliche Gassi Geherin. Das beinhaltet auch Kuscheln und Fellpflege. Diese Aufgabe ist unglaublich erfüllend, die Hunde sind so dankbar für Menschenkontakt, ich kann helfen und erhalte ein Vielfaches an Zuneigung zurück. Weitere Helfer und Spender sind übrigens herzlich willkommen.“

Nun sind wir schon bei den Gartenfragen angelangt, die Sie bitte spontan beantworten wollen.

Welche Pflanze ist ihre Lieblingspflanze?

Hortensien

Was wird man in Ihrem Garten nie finden?

Orange und gelbe Blumen

Sie geben Ihrem Garten Pflege, Wasser, Aufmerksamkeit und Zeit, was gibt der Garten Ihnen?

Ein glückliches, zufriedenes Gefühl, Entspannung, Runterkommen

Mit vielen schönen Eindrücken verlasse ich diesen liebevoll gestalteten Garten und sage Danke für die Stunden zwischen Blüten, Gräsern und zauberhaft dekorierten Lieblingsplätzen.



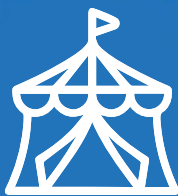
Birgit Kretschmer, Kursleiterin „Gartenbesichtigungen“ bei der VHS, schaut für die Quadrat-Serie GARTENKIEKER über den Zaun in fremde Gärten und gibt Einblicke in ihre Gartenwelt auch bei Instagram unter [b_die_gartengestalterin](#)

LÜNEBURG

39. BAYERISCHES OKTOBERFEST

11.- 14. SEPTEMBER

O'ZAPFT IS
AUF DEN
SÜLZWIESN



Mit großem
Festzelt!



Jahrmarkt für
groß und klein

LÜNEPOST

HAPPY HOUR

FREITAG

11. SEPTEMBER

14-16 UHR

www.lueneburg.info



Hansestadt Lüneburg

LÜNEPOST



LÖWENBRÄU

Alle weiteren
Infos!





Echse ohne Beine

Die Blindschleiche ist ein nützlicher Bewohner im heimischen Garten

VON IRENE LANGE

Wenn im Garten plötzlich ein langes glänzendes Tier ohne Beine auftaucht, wird es meist für eine Schlange gehalten. Aber keine Sorge: das schlangenähnliche Tier ist eine heimische Echse, allerdings ohne Beine. Im Unterschied zu Schlangen hat sie einen schmaleren Kopf, und ihre Augen haben bewegliche Lider. Es handelt sich um eine Blindschleiche. Ihr Name ist jedoch irreführend, denn sie ist keineswegs blind. Die Bezeichnung leitet sich vom althochdeutschen Wort „plintslido“ ab. Das Wort „plint“ bezieht sich auf „Blende“ und „plido“ auf „schleichen“, also ein blendender Schleicher. Dies beschreibt treffend ihre Fortbewegung am Boden durch langsames und vorsichtiges Schlängeln.

Ebenso ist der lateinische Name – *Anguis fragilis* – irreführend, denn sie ist ja keine Schlange, sondern eine Echse. „fragilis“ (zerbrechlich) ist jedoch zutreffend. Bei Gefahr kann die Blindschleiche ihren Schwanz, der wie eine Sollbruchstelle wirkt, abwerfen und schafft damit Verwirrung bei ihren Feinden, da sich der abgeworfene Schwanz eine Zeitlang zuckend bewegt und den Fressfeind ablenkt. Der Schwanz wächst jedoch wieder nach, wenn auch nur als Stumpf.

Eine Blindschleiche ist ungiftig, friedlich und für unsere Gärten sogar ziemlich nützlich. Denn sie ernährt sich hauptsächlich von Nacktschnecken, Würmern, Insektenlarven, Spinnen und Raupen, aber auch kleinen Wirbeltieren. Die Echse hat eine ganze Reihe von Fressfeinden. Dazu zählen Füchse, Marder, Igel, Ratten, sogar Wildschweine, aber auch zahlreiche Vogelarten wie Greifvögel, Eulen, Störche, Reiher und Rabenvögel. Auch die Schlingnatter, die im Landkreis Lüneburg vorkommt, hat die Blindschleiche auf ihrem Speiseplan. Ebenso können Haustiere wie Hunde und Katzen oder sogar Hühner eine Gefahr bedeuten. Eine ausgewachsene Blindschleiche kann immerhin bis über 40 Zentimeter lang werden und in Gefangenschaft rund 50 Jahre alt werden. Der glatte Körper entwickelt im Sonnenlicht besonderen Glanz, der von grau, bronze- bis hin zu silberfarben schimmert. Den Winter verbringen Blindschleichen gruppenweise in Erdlöchern, in denen sie in Kälte erstarren auf den Frühling warten. Anfang April wagen sie sich ins Freie, und dann beginnt der Kampf der Männchen um die Weibchen. Die Paarung endet zumeist in einer mehrstündigen Kopulation. Rund 14 Wochen trägt das Weibchen anschließend die befruchteten Eier aus und bringt die Jungen dann lebend zur Welt.

Obwohl die Tiere in Deutschland besonders geschützt und daher noch relativ weit verbreitet sind, geht der Bestand zurück. Dazu trägt der Verlust ihres Lebensraums durch intensive Nutzung von Gärten und Landschaften mit Einsatz von Pestiziden und Schneckenkorn in Gärten bei. Nicht zuletzt werden viele Blindschleichen Opfer des Straßenverkehrs, insbesondere durch Radfahrer.

Doch es gibt Möglichkeiten, um das Leben in unseren Breiten zu ermöglichen, indem unsere Gärten naturnah gestaltet sind und auf den Einsatz von Giften und Pflanzenschutzmitteln verzichtet wird. Zudem gilt es, Rückzugsmöglichkeiten zu schaffen, etwa durch Totholz, Steinhaufen, offene Komposthaufen und Wildwuchsecken.

So wird es den Blindschleichen ermöglicht, einen wichtigen Beitrag als ökologischer Nützlichling in der Natur zu leisten. Wenn also eine Blindschleiche im Garten vorkommt, ist das ein gutes Zeichen für ein gesundes und strukturreiches heimisches Umfeld.

Foto: www.freeplik.com

WohnStore

Die Raumgestalter

**Bunt und wild? Ja.
Pfusch? Nicht mit uns.**



**Unsere Maler und
Lackierer bringen Farbe
ins Spiel – fachgerecht
und mit Blick fürs Detail.**

Darauf können Sie bauen.



<https://meinwohnstore.de/leistungen/>

Der Malerfachbetrieb am Bilmer Berg.

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

www.meinwohnstore.de  

Raum für Ruhe in lauten Zeiten

Die Premiere von „Jugend meditiert“ im Kloster Lüne

VON CHRISTIANE BLEUMER

Alle aktuellen Studien zu diesem Thema vermitteln ein alarmierendes Bild – so auch das Deutsche Schulbarometer der Robert Bosch Stiftung: Über ein Viertel der Lernenden fühlt sich überdurchschnittlich stark psychisch belastet. Klimawandel, Wirtschaftskrisen, Kriege, Populismus und Extremismus prägen den Alltag. Es ist keine Welt, die aktuell eine gesunde und angstfreie Persönlichkeitsentwicklung begünstigt.

Doch wie lässt sich dieser Entwicklung etwas entgegensetzen? Meditation und Achtsamkeitsübungen bieten jungen Menschen im Spagat zwischen Schule, Social Media und Identitätssuche wertvolle Orientierung. Achtsamkeit stärkt die Konzentration, schützt vor digitaler Reizüberflutung und hilft beim Lernen. Gleichzeitig schaffen kurze Atempausen oder tägliche Minuten der Ruhe einen wertvollen Abstand zwischen Impuls und Reaktion: Emotionen wie Stress, Wut oder Prüfungsangst werden wahrgenommen, ohne dass man von ihnen überrollt wird. Statt sich dem ständigen Selbstoptimierungsdruck sozialer Medien zu unterwerfen, lenkt diese Praxis den Fokus zurück ins Hier und Jetzt.

Eine, die diese Wirkung täglich im Schulalltag erlebt, ist Dr. Selma Polat-Menke. Die Gymnasiallehrerin am Herder-Gymnasium arbeitet zudem als Fortbilderin sowie gefragte Referentin rund um eine zukunftsfähige, achtsame Lern- und Lebenskultur. Als ausgebildete Achtsamkeitstrainerin entwickelte sie das Programm und Buch „Herzbeschirmt“ (herzbeschirmt.de). An ihrer Schule leitet sie nicht nur die Achtsamkeits-AG



„StressFREI!“, sondern führt auch vor dem Unterricht regelmäßig Entspannungsübungen mit ihren Schülerinnen und Schülern durch.

Aus dieser Praxis heraus entstand die Idee zu einem besonderen Event: Unter dem Motto „Jugend meditiert“ laden die Veranstalter am 12. September ins Kloster Lüne ein. Einen passenderen Ort für diese Premiere könnte es kaum geben – das Kloster steht seit Jahrhunderten für Stille, innere Einker und Frieden.

Gemeinsam mit Dr. Yves Steininger – ebenfalls ausgebildeter Achtsamkeitstrainer, klinischer Psychologe an der Berliner Charité und Experte für mentale Stärke (yves-steininger.de) – bringt sie das niedrigschwellige Projekt auf die Bühne. Beide sind Mitgründer des Vereins Anfängergeist, der sich dafür einsetzt, junge Menschen in einer zunehmend geforderten Welt präventiv zu stärken. Durch die Unterstützung des Vereins und aktueller Sponsoren ist die Teilnahme für alle Jugendlichen kostenlos.

Dr. Selma Polat-Menke geht es bei dem Projekt um weit mehr als bloße Entspannung. „Diese Übungen können echte Gamechanger sein. Gerade in Prüfungssituationen ist es dadurch möglich, sein vorher erlerntes Wissen abzurufen und daher ruhig in eine Prüfung gehen“, erklärt die Pädagogin. Dass die Methoden wirken, ist wissenschaftlich längst durch viele Studien belegt.

Ein Unterschied ist der Veranstalterin dabei ganz besonders wichtig: Es geht nicht um die vermeintliche Selbstoptimierung, wie sie viele andere kommerzielle Angebote versprechen, sondern vor allem darum, das eigene Potenzial zu entfalten. Dafür müsse man sich selbst gut kennen.

Ein wichtiges Stichwort in diesem Zusammenhang ist „Inner Leadership“. Das bedeutet gerade für junge Menschen im Kern, die Regie über das eigene Leben zu übernehmen, bevor es andere tun – sei es der Social-Media-Algorithmus, der Erwartungsdruck von Eltern und Schule oder gesellschaftliche Trends.



Dr. Selma Polat-Menke

Bei Meditation und Achtsamkeitsübungen lernt man genau diese Fähigkeiten: ruhig sitzen bleiben, wenn der Kopf laut wird, und die Kontrolle über die eigene Aufmerksamkeit zurückholen.

Für die Gymnasiallehrerin ist das übrigens auch eine ganz wichtige Voraussetzung für den Erfolg neuer Schulkonzepte. Das moderne Unterrichtskonzept der „Geöffneten Schule“ bricht mit dem traditionellen Frontalunterricht und stellt das selbstgesteuerte Lernen in den Mittelpunkt. „Doch Freiheit braucht Verantwortung. Die Lernenden müssen sich selbst gut kennen, einschätzen und regulieren



Dr. Yves Steininger

können“, betont Polat-Menke. Ihr Leitsatz bringt es auf den Punkt: „Man muss einen sicheren Ort in sich selbst haben, damit man sich auch in der Welt sicher fühlen kann.“

„Jugend meditiert“ schafft für Jugendliche ab 14 Jahren einen geschützten Raum für Ruhe, Klarheit und Selbstvertrauen. Vom frühen Abend an wird kompakt vermittelt, wie Meditation gegen Stress wirkt – vor allem aber wird gemeinsam praktiziert. In einer Welt voller Ablenkungen geht es darum, wieder neu zu entdecken, wie man mit sich selbst und der Welt in Verbindung bleibt.

Jugend meditiert

Ein Abend voller Achtsamkeit und Gemeinschaft für Jugendliche und junge Erwachsene ab 14 Jahren am Samstag, 12. September von 19.00 bis 22.00 Uhr im Kloster Lüne. Anmeldung per Mail zur besseren Planung an kontakt@jugendmeditiert.de. Auch spontane Besuche sind möglich. Die Veranstaltung ist kostenlos.



**Renate Rudolph,
Dr. Gisela Aye
& Dr. Rolf-Dieter Aye**

Freunde fürs Leben

Seit mehreren Jahrzehnten sind Renate Rudolph, Dr. Gisela Aye und ihr Mann Dr. Rolf-Dieter Aye freundschaftlich miteinander verbunden. Ob gemeinsames Frühstück und Spazierengehen, Theaterbesuche oder die Mitgliedschaft in Vereinen und Verbände – die drei unternehmen viel zusammen und haben sich auch gegenseitig unterstützt, wenn die Zeit durch einen Schicksalsschlag mal nicht so einfach war. Im Quadrat-Interview erzählen sie aus ihrem erfüllten Leben und warum es sich lohnt, auch im Alter aktiv zu sein.

VON CHRISTIANE BLEUMER

Sie sitzen vor mir als drei gute Freunde, die ganz viel zusammen unternehmen und das bereits seit vielen Jahrzehnten.

Dr. Gisela Aye: Wir kennen uns schon, seit mein Mann und ich nach Lüneburg gekommen sind und zwar vor allem über die Kirchengemeinde St. Marien. *Renate Rudolph:* Natürlich auch über die Schule, denn eure Kinder wurden an der St. Ursula Schule eingeschult. Zudem sind wir fast Nachbarn und wohnen nicht weit voneinander entfernt. Das sind gute Voraussetzungen.

Dr. Rolf-Dieter Aye: 1974 haben wir hier in Lüneburg die Kran Apotheke gegründet. Wir hatten noch keine Kinder und kannten zuerst niemanden, aber weil wir beide vorher in Darmstadt in einer ökumenischen Gemeinde (mit Pater Leppich) aktiv waren, wollten wir daran anknüpfen. Wir sind zur Katholischen St. Marienkirche gegangen und haben uns beim damaligen Pfarrer Jürgen Schwarzenburg vor-

gestellt und gesagt, dass wir hier neu sind. Daraufhin hat er uns gleich mit einigen Ehepaaren bekannt gemacht, darunter das Ehepaar Uli und Renate Rudolph. Unsere Verbindung zur St. Mariengemeinde hat übrigens bis heute Bestand, denn Renate und ich sind dort nach wie vor aktiv. Meine Frau begleitet mich öfter.

Warum ist 1974 die Wahl auf Lüneburg gefallen?

Rolf-Dieter Aye: Zuvor war ich in der Pharmaindustrie tätig, doch später hatten wir beschlossen, eine eigene Apotheke zu gründen. Weil auch unsere Eltern in Norddeutschland lebten, haben wir uns dort umgeschaut. Wir suchten einen schönen Ort, der in der Nähe zu einer Großstadt liegen sollte, und nicht zu weit vom Elternhaus entfernt ist. Auch das kulturelle Angebot war uns damals schon wichtig. So fiel die Wahl auf Lüneburg, zumal hier die zur Verfügung stehenden Räume und die Lage für unsere zukünftige Apotheke sehr interessant waren.



Waren Sie von Anfang an in der Lünertorstraße 5?

Rolf-Dieter Aye: Ja. Das Gebäude gehört der Familie Scholze, die hier ein Café führte, das für uns als Apotheke umgebaut wurde. Die Apotheke haben meine Frau und ich gemeinsam geführt.

Gisela Aye: Ich habe auch Pharmazie studiert, obwohl ich mich damals nach dem Abitur schon sehr für das Fach Kunstgeschichte interessiert hatte. Aber meine Eltern haben gesagt, dass man damit keine Familie ernähren kann. Auch wenn ich zu Beginn ein bisschen daran gehindert habe, hatte es doch etwas Gutes: Ohne die Praktika während der Ausbildungszeit hätte ich Rolf-Dieter nicht kennengelernt. Das Kunstgeschichts-Studium habe ich später, als unsere Kinder auch studierten, in Hamburg nachgeholt und in zwölf Semestern inklusive Promotion abgeschlossen. Das hat mir großen Spaß gemacht, obwohl es auch anstrengend war, jeden Tag neben den Apothekenaufgaben dorthin zu fahren. Aber zu der Zeit waren die Bahnverbindungen noch verlässlich und man konnte auch bis zur Uni am Dammtor durchfahren.

Frau Rudolph, als gebürtige Lüneburgerin haben Sie viele Jahre als Rektorin die katholische St. Ursula Schule geprägt.

Renate Rudolph: Ja, die Schulleitung hatte ich von 1974 bis 2002 inne. Aber ich bin auch als Kind schon auf der Ursula Schule gewesen, die damals noch Volksschule IX hieß. Nur während meines Studiums an der Pädagogischen Hochschule in Alfeld habe ich nicht in Lüneburg gelebt. Ansonsten war ich immer hier, denn auch meine erste Stelle 1964 bekam ich an der Ursulaschule. 1974 bewarb ich mich dann auf die Leitungsposition. Und das hat geklappt.

Was war ihr Mann von Beruf?

Renate Rudolph: Er war Baudirektor in Hamburg und ist jeden Tag gependelt. Ich habe ihn jeden Morgen zum Bahnhof gefahren und abends auch wieder



abgeholt. Tagsüber bin ich dann meiner eigenen Arbeit nachgegangen. Daher war es gut, dass meine Mutter währenddessen unser Kind gehütet hat, denn ich habe nach sechs Wochen Mutterschutz sofort wieder angefangen zu arbeiten. Eine Krippenbetreuung gab es damals noch nicht.

Das klingt sowohl bei Ihnen, Frau Rudolph als auch beim Ehepaar Aye nach einem ausgefüllten und gut durchstrukturierten Tagesablauf. Was haben Sie in Ihrer Freizeit gemacht?

Gisela Aye: Früher gab es noch etliche Bälle, die in Lüneburg veranstaltet wurden. Der Handelsball, der Tennisball, der Juristenball und viele Festveranstaltungen der Bundeswehr. Da sind wir zu viert häufig hingegangen.



Dr. Rolf-Dieter Aye

geboren 1940 in Frankfurt an der Oder

Apotheker, der weiterhin als Sachverständiger im Arzneimittelbereich tätig ist

Dr. Gisela Aye

geboren 1946 in Helmstedt

hat Pharmazie studiert und ist zugleich promovierte Kunsthistorikerin, die sich in vielen Verbänden und Gremien engagiert

Rolf-Dieter Aye: Auch das vielseitige Kulturleben und die Mitgliedschaft im Lions Club war für uns alle wichtig.

Gisela Aye: Zusätzlich gab es für Renate und mich unsere regelmäßigen Rundgänge im Tiergarten. Viele Jahre, fast 30, sind wir gejoggt. Entweder morgens ganz früh, wenn du deinen Mann zum Bahnhof gebracht hattest oder manchmal auch mittags nach der Schule. Je nachdem, wie es für uns passte und durch unsre Berufe möglich war. Das machen wir seit 36 Jahren, aber jetzt joggen wir natürlich nicht mehr, sondern haben uns dem Nordic Walking zugewandt. Wir sind jeden Tag 45 Minuten auf derselben Strecke unterwegs. Seit wir alle im Ruhestand sind, hat es sich eingependelt, dass wir nach dem gemeinsamen Frühstück losgehen.

Und es gibt immer noch genug zu reden?

Gisela Aye: Ja, natürlich. Man erzählt sich, was man macht, aber wir können auch über alle Probleme miteinander sprechen. Das ist sehr wichtig.

Rolf-Dieter Aye (lacht): Und ihr macht jeden Tag die gleichen Fotos.

Renate Rudolph: Das stimmt; an festen Punkten werden jeden Fotos von der Natur gemacht. Dieses Gehen ist sehr angenehm; wir sind beide an der Natur interessiert und bestimmen auch manchmal uns unbekannte Gewächse mit einer Pflanzenapp. Wir achten zum Beispiel darauf, wann wir den ersten Kuckuck hören oder welche Pflanze am Wegesrand wächst – und ärgern uns auch, wenn wir sehen, wieviel Unrat von Picknicken einfach liegen gelassen wird. Dabei ist es doch viel einfacher, die Sachen leer wegzutragen als voll mitzubringen.

Seit wann gibt es die Dreifach-Frühstücksrunde?

Renate Rudolph: Das machen wir seit dem Tod meines Mannes im Jahr 2002. Wegen seiner ALS-Erkrankung bin ich 2002 frühzeitig aus dem Dienst

ausgeschieden, weil ich noch auf ein paar gemeinsame Jahre gehofft hatte. Dann ging es sehr schnell und er ist nach wenigen Monaten verstorben. Um diese große Lücke zu füllen, bin ich dann erst einmal in die Vereine eingetreten, in denen mein Mann vorher war. Auch Gisela hat mir in dieser Zeit sehr geholfen, denn ich durfte sie während der Arbeit an ihrer Dissertation begleiten.

Gisela Aye: Ich habe über „Taufbecken und Taufengel in Niedersachsen“ promoviert, so dass Renate und ich 2004 und 2005 immer mal wieder für zwei Wochen in Niedersachsen unterwegs waren und die unterschiedlichsten Kirchen besucht haben.

Renate Rudolph: Das war eine sehr schöne Zeit, die mir unheimlich geholfen hat. Parallel bin ich mit Ehepaar Faulhaber etappenweise durch Deutschland gewandert. Ich habe es als großes Glück empfunden, dass ich so gut eingebunden war. Dadurch kam ich relativ schnell über die Trauer hinweg.

Zusätzlich zu dem Studium und der Arbeit in der Apotheke haben Sie jahrelang beim Kirchenvorstand von St. Johannis mitgearbeitet, Frau Dr. Aye.

Dr. Gisela Aye: Ich war in diesem Gremium lange Zeit Vorsitzende und habe die große Renovierung der St. Johannis Kirche ab den 1990ziger Jahren bis zum Ende 2006/07 federführend von A bis Z begleitet. Für dieses Engagement wurde mir 2008 der Ehrenring des Bürgervereins Lüneburg als „Bürgerin des Jahres“ verliehen. Kunstgeschichtliche Themen haben mich auch weiterhin interessiert und daher habe ich noch ein weiteres Buch - diesmal über „Lüneburger Altäre“ - geschrieben, das 2018 erschienen ist.

Gibt es noch weitere ehrenamtliche Aktivitäten, Frau Dr. Aye?

Gisela Aye: Ja, im Sommerhalbjahr führe ich die Gäste durch das Kloster Lüne. Ich bin ein bisschen auf christliche Kunst spezialisiert, aber auch an vielen weiteren kunstgeschichtlichen Themen interessiert, wie Malerei, Architektur, Denkmalpflege und Bildsprache/Symbolik.

So mache ich diverse Führungen und halte Vorträge, zum Beispiel in Museen, Vereinen oder bei der Seniorenunion, in der Renate bis heute aktiv ist.

Renate Rudolph: Von 2006 bis 2016 war ich als Kommunalpolitikerin aktiv und als CDU-Mitglied Teil des Lüneburger Stadtrats. Es war eine Zeit, in der Lüneburg einige große Projekte gestemmt hat, wie



etwa den Libeskindbau, die Kulturbäckerei, die neue St. Ursula-Schule und die Musikschule mit Turnhalle daneben.

Auch Ihren Namen habe ich schon häufig bei Veranstaltungsankündigungen gelesen, Herr Dr. Aye. Welche Themenschwerpunkte haben Sie?

Rolf-Dieter Aye: Ich halte häufiger Vorträge über Heilpflanzen, da ich in verschiedenen Pharmafirmen damit zu tun hatte. Zudem spreche ich über Gifte, Pflanzenschutzmittel, Umweltthemen oder ich erkläre, wie ein Arzneimittel entsteht. Es geht um alles, was mit Naturwissenschaften zu tun hat. Daher sind wir auch Mitglied im naturwissenschaftlichen Verein und organisieren dort jedes Jahr eine oder zwei Fahrten für die Mitglieder.

Gisela Aye: Ebenso organisieren wir kulturell geprägte Exkursionen für den Museumsverein für das Fürstentum Lüneburg, als Beispiel in diesem Jahr eine 2-tägige Fahrt nach Hann. Münden und Kassel.

Zwei Figuren, die vorher in der Apotheke standen, schmücken das Wohnzimmer. Welche Heiligen sind das?

Rolf-Dieter Aye: Das sind Cosmas und Damian. Damian ist der Apotheker und Cosmas ist der Arzt. Damian hat immer eine Flasche oder eine Pille in der Hand, Cosmas dagegen hält eine Rechnung. An diesen Attributen erkennt man die beiden. Das ist recht wirklichkeitsnah.

Haben Sie Ihre Apotheke damals schweren Herzens verkauft?

Renate Rudolph

geboren 1940 in Lüneburg

**ehemalige Schulleiterin
und frühere Kommunalpolitikerin
mit vielen Interessen**

Rolf-Dieter Aye: Ich hatte eigentlich immer zwei Berufe. Auf der einen Seite stand die Apotheke, die ich geleitet habe und auf der anderen Seite bin ich als Sachverständiger für pharmazeutische Chemie und Arzneimittelzulassungen bei der IHK Lüneburg-Wolfsburg benannt und zudem externer Sachverständiger bei der nationalen Arzneimittelzulassungsstelle. Weil klar war, dass unsere Kinder den Betrieb nicht fortführen wollten – ich bin Apotheker in der 7. Generation – wurde die Apotheke 2008 verkauft und ich konnte mich auf meine anderen Tätigkeiten konzentrieren. Eigentlich wollte ich das nur fünf Jahre machen, jetzt sind daraus 18 geworden.

Was unternehmen Sie drei sonst noch gerne zusammen?

Renate Rudolph: Theater-, Museums- oder Ausstellungsbesuche gehören auf jeden Fall auch dazu.

Gisela Aye: Wichtig ist außerdem der Club von Lüneburg, in dem wir alle drei Mitglied sind. Dort bin ich stellvertretende Vorsitzende, nachdem ich einige Jahre den Vorsitz innehatte. Das ist ein Wirtschaftsclub, der eng mit der IHK verbunden ist, und hervorragende Referenten mit Qualität und Niveau zu wirtschaftlich und gesellschaftlich wichtigen Themen zu Vorträgen einlädt.

Ich finde es unglaublich, wie aktiv Sie sind und wo Sie sich überall engagieren.

Gisela Aye: Dazu kommen auch noch unsere Hobbys. Renate widmet sich vorwiegend der Ölmalerei, während ich sehr gerne Porzellan bemale. Mein Mann beschäftigt sich viel mit Heilpflanzen/Kräutern und klassischer Musik.

Renate Rudolph: Es hängt eine Menge von einem selbst ab. Man darf nicht zu Hause sitzen, und warten, dass jemand kommt. Man muss selbst aktiv werden, neugierig bleiben und auf Menschen zugehen. Das ist das Wichtigste.



Blutzucker – nicht nur ein Thema bei Diabetes

Beim Thema Blutzucker denken viele zunächst an Diabetes. Doch unser Blutzuckerspiegel spielt jeden Tag eine Rolle – ganz unabhängig davon, ob eine Stoffwechselerkrankung vorliegt oder nicht. Er steigt nach dem Essen an, sinkt wieder ab und wird durch verschiedene Hormone reguliert.

Wie stark diese Schwankungen ausfallen, kann sich darauf auswirken, wie wir uns fühlen. Müdigkeit nach dem Essen, ein Leistungstief am Nachmittag oder plötzlich auftretender Heißhunger werden häufig mit dem Blutzucker in Verbindung gebracht. Ganz so einfach ist es zwar nicht – aber ein genauerer Blick lohnt sich.

Was passiert eigentlich nach dem Essen?

Kohlenhydrate aus unserer Nahrung werden im Verdauungstrakt in kleinere Zuckerbausteine zerlegt. Einer davon ist Glukose, auch Traubenzucker genannt. Sie ist eine wichtige Energiequelle für unsere Körperzellen und gelangt über den Darm ins Blut. Dadurch steigt der Blutzuckerspiegel. Darauf reagiert die Bauchspeicheldrüse mit der Ausschüttung von Insulin. Insulin ist ein

Hormon, das dafür sorgt, dass Glukose aus dem Blut in die Körperzellen aufgenommen werden kann. Dort wird sie zur Energiegewinnung genutzt oder gespeichert. Nach einiger Zeit sinkt der Blutzuckerspiegel wieder. Das ist ein völlig normaler Vorgang. Schwankungen gehören zur normalen Physiologie.

Die berühmte Blutzucker-Achterbahn

In den sozialen Medien wird häufig von sogenannten Blutzuckerspitzen gesprochen. Manche Ernährungstrends vermitteln dabei den Eindruck, jeder stärkere Anstieg nach einer Mahlzeit sei grundsätzlich problematisch. Das stimmt so nicht. Nach einer kohlenhydrathaltigen Mahlzeit darf der Blutzucker steigen. Entscheidend ist vielmehr, wie schnell und wie stark dieser Anstieg erfolgt und wie der Körper darauf reagiert. Sehr schnell verfügbare Kohlenhydrate können zu einem raschen Anstieg führen. Darauf folgt eine entsprechende Insulinausschüttung. Sinkt der Blutzuckerspiegel anschließend relativ schnell wieder ab, empfinden manche Menschen dies als Müdigkeit, Konzentrationstief oder erneuten Hunger. Das bedeutet allerdings nicht automatisch, dass bei jedem Nach-

mittagstief eine Störung des Blutzuckers vorliegt. Müdigkeit und Heißhunger können viele Ursachen haben.

Warum Eiweiß, Fett und Ballaststoffe einen Unterschied machen

Nicht nur die Menge der Kohlenhydrate beeinflusst den Blutzuckerverlauf, sondern auch, womit sie kombiniert werden. Eiweiß, Fett und Ballaststoffe können dazu beitragen, dass Glukose langsamer aufgenommen wird und der Blutzucker weniger schnell ansteigt. Ein Stück Weißbrot allein verhält sich deshalb im Stoffwechsel anders als ein belegtes Brot mit Ei, Käse oder Gemüse. Auch Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte und ballaststoffreiches Gemüse sind günstig. Das heißt allerdings nicht, dass jede Mahlzeit optimiert werden muss. Meist reicht eine einfache Regel: Mahlzeiten sollten möglichst nicht ausschließlich aus schnell verfügbaren Kohlenhydraten bestehen.

Bewegung wirkt oft besser als gedacht

Unsere Muskulatur spielt eine wichtige Rolle im Zuckerstoffwechsel. Wenn Muskeln arbeiten, benötigen sie Energie und können vermehrt Glukose aus dem

Blut aufnehmen. Dafür ist kein intensives Training nötig. Schon ein Spaziergang nach dem Essen kann sinnvoll sein. Wer sich nach dem Mittagessen zehn oder fünfzehn Minuten bewegt, unterstützt damit gleichzeitig den Stoffwechsel.

Stress und Schlaf spielen ebenfalls mit

Blutzucker wird nicht allein durch Ernährung beeinflusst. Auch Stress und Schlaf spielen eine wichtige Rolle. In Belastungssituationen schüttet unser Körper unter anderem Adrenalin und Cortisol aus. Diese Hormone sorgen dafür, dass schnell Energie zur Verfügung steht – unter anderem in Form von Glukose. Aus evolutionärer Sicht ist das sinnvoll. Heute besteht die Herausforderung darin, dass wir bei Stress häufig am Schreibtisch sitzen und diese bereitgestellte Energie kaum körperlich nutzen. Auch Schlafmangel kann die Insulinempfindlichkeit beeinflussen und gleichzeitig den Appetit auf energiereiche Lebensmittel steigern. Wer seinen Stoffwechsel unterstützen möchte, sollte deshalb nicht nur auf die Ernährung schauen, sondern auch auf Bewegung, Schlaf und Stress.

Wann sollte man genauer hinschauen?

Bei gesunden Menschen gibt es keinen Grund, aus jedem Glukoseanstieg ein Gesundheitsproblem zu machen. Ernährung sollte nicht zu einem Wettbewerb um die flachste Blutzuckerkurve werden. Wenn Risikofaktoren oder Beschwerden bestehen, sollte man jedoch genauer hinschauen. Dazu gehören beispielsweise starkes Übergewicht, eine familiäre Belastung mit Typ-2-Diabetes, Bluthochdruck oder bereits bekannte erhöhte Blutzuckerwerte.

Auch Symptome wie ungewöhnlich starker Durst, häufiges Wasserlassen, ungeklärter Gewichtsverlust oder ausgeprägte Leistungsschwäche sollten medizinisch abgeklärt werden. Ob tatsächlich eine Störung des Zuckerstoffwechsels vorliegt, lässt sich nicht anhand eines einzelnen Müdigkeitstiefs beurteilen. Dafür stehen beispielsweise der Nüchternblutzucker oder der HbA1c-Wert zur Verfügung. Bitte wenden Sie sich dazu an eine Ärztin, einen Arzt oder eine Heilpraktikerin bzw. einen Heilpraktiker.

Es geht nicht um perfekte Werte

Vielleicht ist das die wichtigste Botschaft: Unser Körper funktioniert nicht in geraden Linien. Blutzucker steigt und fällt. Herzfrequenz verändert sich. Hormone schwanken. Es ist sinnvoll, die Bedingungen zu schaffen, unter denen unser Stoffwechsel gut arbeiten kann: abwechslungsreich essen, ausreichend Eiweiß und Ballaststoffe aufnehmen, sich regelmäßig bewegen, genug schlafen und dauerhaftem Stress entgegenwirken. Und dann darf nach einem Stück Kuchen der Blutzucker auch einmal steigen. Denn auch das kann ein gesunder Körper in der Regel ziemlich gut verkraften.



■ **Saskia Druskeit**
Heilpraktikerin,
Coach und Autorin
www.saskia-druskeit.de
Tel: 0175 5469318

Foto: www.freepik.com

www.ahorn-lips.de
04131 – 24 330

ahorntrauerhilfelips GmbH 



Wir möchten, dass Sie sich
gut aufgehoben fühlen.

Deswegen kümmern wir
uns als Familie persönlich
um jeden Trauerfall.

Bestattungsinstitut Ahorn Trauerhilfe Lips GmbH · Auf dem Wüstenort 2 · 21335 Lüneburg

Gelesen

VON LÜNEBUCH

Bon App

Isabelle Dunn

DORLING KINDERSLEY VERLAG

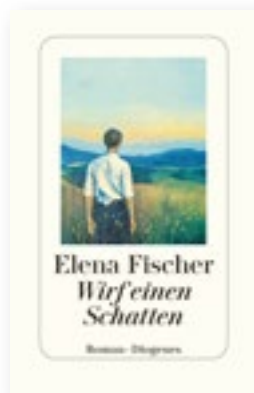


Ein absolut gelungenes Kochbuch von Isabelle Dunn, das die Klassiker der französischen Küche ganz unkompliziert und mit wenigen Zutaten modern interpretiert. Die wunderschönen Fotografien inspirieren direkt zum Schürzeanziehen. Neben der großen Rezeptvielfalt und praktischen Tipps überzeugt vor allem ein besonderes Extra: Bei jedem Gericht wird detailliert erklärt, wie man es am besten lagert und wie lange es frisch bleibt. Dieses Buch bringt das französische Lebensgefühl direkt in die eigene Küche.

Wirf einen Schatten

Elena Fischer

DIOGENES VERLAG



Ein harter Einstieg, den Elena Fischer in ihrem neuen Roman wählt. Es ist Weihnachten und Joseph ist allein auf seinem Hof, verlassen von seiner Frau und seinem Sohn. Selbstmordgedanken plagen ihn, bis es auf einmal an seiner Tür klingelt: Birdie. Eine junge Frau, die Unterschlupf sucht. Nach und nach weicht Josephs Verschlossenheit einer wachsenden Fürsorge. Schnell wird klar: Beide brauchen einander, um die Dämonen aus ihrer jeweiligen Vergangenheit hinter sich zu lassen und nach vorne zu schauen. Trotz der anfänglichen Schwere strahlt die Warmherzigkeit durch die Seiten des Buches, eine gewisse Leichtigkeit, die sich auch durch all das Ungesagte zieht, gelingt Elena Fischer grandios.

Keine Angst, Darling

Vera Buck

BASTEI LÜBBE VERLAG

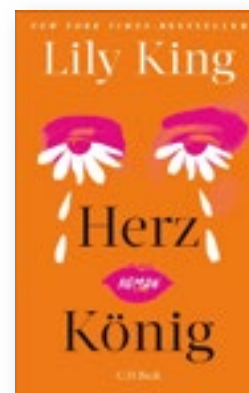


Hazel Hart, einst erfolgreiche Rom Com Autorin, hat nach ihrer Scheidung nicht nur mit einer Schreibblockade zu kämpfen, sondern verliert auch noch ihr Apartment. Als ihr Verlag mit der Kündigung droht, kauft sie impulsiv ein altes Haus in der Kleinstadt Story Lake. Bei ihrer Ankunft muss sie jedoch feststellen, dass das Haus kaum bewohnbar ist. Doch sie gibt nicht auf und macht sich daran, ihr Haus und ihr Leben wieder in den Griff zu bekommen. Unterstützung bekommt sie dabei von dem attraktiven, aber mürrischen Bauunternehmer Campbell Bishop, der sich zunächst nur widerwillig auf sie einlässt. Dabei entwickelt sich eine knisternde Dynamik zwischen den beiden – voller witziger Wortgefechte und berührender Momente.

Herz König

Lily King

C.H.BECK VERLAG



Die Protagonistin in Lily Kings neuem Roman befindet sich im letzten Jahr ihres Studiums, als sie die Freunde Yash und Sam kennenlernt. Schnell verschwimmen Grenzen zwischen Freundschaft und Liebe und sie finden sich in einem komplexen Dreieck wieder. Jahrzehnte später, die Protagonistin ist mittlerweile erfolgreiche Autorin, reißt ein unerwarteter Besuch alte Wunden wieder auf und sie ist gezwungen, sich mit ihrer Vergangenheit und ihren damals getroffenen Entscheidungen auseinanderzusetzen. Lily King hat mit viel psychologischem Geschick und in eindringlicher, ruhiger Sprache einen Roman über die erste Liebe und deren Einfluss auf das ganze Leben geschrieben. Sehr lesenswert.



Gehört

VON CHRISTIANE BLEUMER

Come this Madness

Europe

SILVER LINING MUSIC



Europe ist eine der wenigen Bands, die in den 80ern groß wurde und immer noch in Originalbesetzung spielt. Nach neun Jahren kehren die Musiker nun mit „Come This Madness“ zurück – ihrem zwölften Studioalbum und ihrem bisher kraftvollsten musikalischen Statement. In den neuen Songs kanalisiert die Band Spannung, Ehrlichkeit und rohe Energie zu einem Album, das zutiefst persönlich und gleichzeitig global relevant ist. Es zeigt Europe in ihrer vollen Reife und Präsenz; die Welt, wie sie ist, wird ungeschminkt inszeniert. Neben der bevorstehenden Veröffentlichung geht die Band auf eine ausgedehnte Live-Tournee. „The Final Countdown 40th Anniversary“ Tour kommt für zwei Shows im Oktober 2026 auch nach Deutschland.

Sommernachtskonzert 2026

Wiener Philharmoniker & Lorenzo Viotti

SONY CLASSICAL



Das Sommernachtskonzert aus dem wunderschönen Garten vor Schloss Schönbrunn zählt zu den bedeutendsten Klassikveranstaltungen weltweit und wird international im Fernsehen, Radio sowie online übertragen. Jährlich erleben rund 60.000 Besucher vor Ort das Open-Air-Konzert im Schlosspark Schönbrunn. Wenn Sie nicht live dabei waren, können Sie die einzigartige Atmosphäre auch per CD, DVD und Blu-ray auf sich wirken lassen. Erstmals geleitet von Lorenzo Viotti, präsentierten die Wiener Philharmoniker mit Bariton Bryn Terfel als Solisten ein abwechslungsreiches Programm voller musikalischer Höhepunkte und festlicher Atmosphäre. Neben Opernszenen aus Mefistofele, Falstaff und Das Rheingold wird auch die Zweite Suite aus Ravel's Daphnis et Chloé und Massenet's Méditation zu Gehör gebracht.

Getrunken

VON SÖREN WABNITZ

2024 Petit Bourgeois Sauvignon Blanc

HENRI BOURGEOIS, LOIRE



Das Weinbaugebiet Loire zählt zu den vielfältigsten und spannendsten Weinregionen Frankreichs und ist nach Bordeaux das zweitgrößte des Landes. Die unterschiedlichen Böden, klimatischen Bedingungen und die Nähe zum Atlantik sorgen für eine große stilistische Vielfalt. Besonders die Weißweine genießen international einen hervorragenden Ruf und spiegeln die jeweilige Herkunft und das Terroir auf eindrucksvolle Weise wider.

Etwa 150 Kilometer flussabwärts des Oberlaufs der Loire befinden sich die bekannten Appellationen Pouilly-Fumé, Sancerre und Menetou-Salon. Sie stehen insbesondere für die Rebsorte Sauvignon Blanc, die auf den charakteristischen Feuerstein- und Quarzböden eine ausgeprägte Mineralität entwickeln. Inmitten dieser renommierten

Weinlandschaft liegt die Domaine Henri Bourgeois, die in allen drei Appellationen für charaktervolle und hochwertige Weine steht. Der „Petit Bourgeois“ vereint Trauben aus verschiedenen Weinbergen dieser drei bedeutenden Teilregionen und bildet damit einen authentischen Querschnitt durch die Stilistik der Loire und des Hauses.

Unser Wein des Monats ist der „Petit Bourgeois“ der Domaine Henri Bourgeois. Der reinsortige Sauvignon Blanc zeigt sich dabei von einer etwas kräftigeren, fruchtbetonten Seite. In der Nase treffen saftige Aromen von reifer Stachelbeere und gelbem Apfel auf feine Holunderblüten und eine dezente Kräuterwürze. Am Gaumen präsentiert er sich vollmundig, mit intensiver Frucht und einer angenehm lebendigen Säure. Ein vielseitiger Begleiter für den Herbst, der hervorragend zu herbstlichen Salaten, gebratenem Gemüse, Kürbisgerichten oder leichten Fisch- und Geflügelgerichten passt.

... im September 2026:

Preis 9,95 €/0,75 Ltr.

Lieferung ab 12 Flaschen frei Haus

Und die Abholvergütung gilt:

12 Flaschen bezahlen 13 trinken

www.wabnitz1968.de

post@wabnitz1968.de


WABNITZ
WEINHANDLUNG

Moin!

Reeperbahn Festival: Vier Tage Musikfieber



St. Pauli wird wieder zum Hotspot der internationalen Musikszene: Vom 16. bis 19. September verwandelt das Reeperbahn Festival Clubs, Theater und ungewöhnliche Spielstätten in ein riesiges Festivalgelände. Vier Tage lang treffen vielversprechende Newcomer auf etablierte Acts – und Musikfans auf die Stars von morgen.

Europas größtes Clubfestival geht in die nächste Runde: Vom 16. bis 19. September bringt das Reeperbahn Festival die internationale Musikwelt nach Hamburg. Rund um die Reeperbahn stehen Hunderte Konzerte und ein vielseitiges Kulturprogramm auf dem Plan. Das musikalische Spektrum reicht von Indie, Pop und Rock über Electronic und Hip-Hop bis zu Soul und Jazz. Zu den angekündigten Acts gehören unter anderem das britische Punkrock-Quintett Fat Dog, Songwriter und Produzent Sonic Boom, die australische Band Playlunch, Luiza aus Frankreich und The Soap Girls aus Südafrika. Selbst die Elbphilharmonie wird am Festivalsamstag zur Spielstätte: Im Großen Saal sind Anna von Hausswolff und das Moses Yoofee Trio zu erleben. Doch das Festival kann längst mehr als Musik. Lesungen, Live-Podcasts, Ausstellungen und Comedy erweitern das Programm um popkulturelle und gesellschaftliche Perspektiven. Parallel bringt die Festival Conference rund 4.500 Fachbesuchende aus der Musikbranche zusammen. Und beim Anchor Award geht es einmal mehr um die Frage: Wer gehört zu den spannendsten Talenten von morgen?

Wo: Diverse Clubs und Spielstätten rund um die Reeperbahn, St. Pauli, **Wann:** 16. bis 19. September 2026, **Web:** www.reeperbahnfestival.com

Tag des offenen Denkmals



Einmal hinter Fassaden schauen, die sonst verschlossen bleiben: Vom 11. bis 13. September lädt der Tag des offenen Denkmals dazu ein, Hamburgs Bau- und Kulturgeschichte aus neuen Perspektiven zu entdecken. Unter dem Motto „NetzWERKE: Denkmale & Infrastruktur – Historische Bauten, die uns bewegen und verbinden“ stehen 2026 insbesondere Orte im Mittelpunkt, die seit jeher Menschen zusammenbringen. Dazu gehören technische und infrastrukturelle Denkmäler ebenso wie historische Orte des Austauschs und Zusammenlebens. Zahlreiche Führungen, Rundgänge und Kulturveranstaltungen ermöglichen Einblicke in Denkmäler, die teilweise sonst gar nicht oder nur eingeschränkt zugänglich sind. Passend zum Jahresthema widmet sich beispielsweise das Deutsche Hafnsmuseum der Hamburger Hafeninfrastruktur: Rundgänge führen durch das Schaudepot, an Bord der „Peking“ und zur Geschichte der Rethebrücke. Bundesweit findet der Tag des offenen Denkmals immer am zweiten Sonntag im September statt – Hamburg macht daraus traditionell ein ganzes Kulturwochenende.

Wo: Verschiedene Denkmäler und Veranstaltungsorte in Hamburg, **Wann:** 11.–13. September 2026, **Tickets:** Viele Angebote kostenfrei; teilweise Anmeldung erforderlich, **Web:** www.denkmalstiftung.de/denkmaltag

DEA KUDIBAL

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

FilmFest Hamburg



Vorhang auf für zehn Tage großes Kino: Vom 24. September bis 3. Oktober bringt das FilmFest Hamburg wieder Geschichten aus aller Welt auf die Leinwände der Hansestadt. Für die 34. Ausgabe sind mehr als 120 Produktionen angekündigt – darunter Welt-, Europa-, Deutschland- und Hamburg-Premieren. Gespielt wird in den fünf Festivalkinos Abaton, CinemaxX Dammtor, Metropolis, Passage und Studio-Kino. Dabei versteht sich das FilmFest nicht nur als Schaufenster für internationales Kino, sondern auch als Ort der Begegnung: Filmschaffende aus aller Welt kommen nach Hamburg, präsentieren ihre Arbeiten und treten mit dem Publikum ins Gespräch. Ein besonderes Highlight wartet zum Abschluss am 3. Oktober: Zum „Tag des freien Eintritts“ können sämtliche Festivalfilme in den fünf Festivalkinos sowie teilnehmenden „FilmFest ums Eck“-Kinos kostenlos besucht werden – Tickets müssen allerdings vorab gebucht werden. Damit wird der Tag der Deutschen Einheit in Hamburg auch zum Feiertag für Filmfans.

Wo: Abaton, CinemaxX Dammtor, Metropolis, Passage & Studio-Kino

Wann: 24. September bis 3. Oktober 2026

Tickets: 3. Oktober: Tag des freien Eintritts

Web: www.filmfesthamburg.de



WULF
L Ü N E B U R G

www.wulf-mode.de

Bei der Abtspferdetränke 1
21335 Lüneburg
Tel.: (0 41 31) 85 46 750

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 10 – 18 Uhr · Sa 10 – 16 Uhr
oder nach Vereinbarung



inner symphonie >< SACRE

Tanzabend von Georg Reischl und Olaf Schmidt

19.09.2026 – 13.12.2026 | Großes Haus

Kartentelefon: 04131 42100 | theater-lueneburg.de



Foto: Jochen Quest

Ernst und Komik

Mit „Anatevka“ kommt ein Musicklassiker auf die Bühne des Theater Lüneburg, der von Tradition und Aufbruch, Vertreibung und Heimat erzählt. Regisseur Jasper Brandis erzählt über die Aktualität des Stücks, Gott am Küchentisch und die Kraft von Musik und Humor.

In „Anatevka“ geht es um eine jüdische Gemeinde zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Was ist für dich der Kern der Geschichte?

Im Mittelpunkt steht der Milchmann Tevje, der versucht, seine Familie zu ernähren und durchzubringen. Halt gibt ihm vor allem die Tradition: Sie hält die Gemeinschaft zusammen und macht dieses harte Leben erträglich. Als drei von Tevjes fünf Töchtern sich auf unterschiedliche Weise von den überlieferten Regeln lösen, bringt das nicht nur die Familie, sondern auch Tevjes Vorstellungen ins Wanken. Von dieser Reibung zwischen Tradition und Aufbruch handelt das Stück.

Tradition und Aufbruch stehen sich immer wieder gegenüber. Wie gegenwärtig ist dieser Konflikt für dich?

Die Fragestellung des Stücks ist zeitlos: Wie viel Form brauche ich und wie viel Aufbruch? Wie bekomme ich meine Sehnsucht im Leben unter, während ich gleichzeitig viele bewusste und unbewusste Regeln befolge? Gerade leben wir in einer Zeit, in der viele lange gehegte Gewissheiten wegbrechen und bestimmte Werte aus Angst vor ihrem Verlust umso stärker hochgehalten werden. Auch für die Menschen in „Anatevka“ ist nichts selbstverständlich: Sie leben ständig mit der Gefahr, ihre Heimat zu verlieren. Ihr Leben bleibt ein Provisorium – immer mit der Frage, ob sie es am nächsten Tag noch so weiterführen können. Dieses Gefühl, ständig auf Eiern zu laufen, können wir heute vielleicht stärker nachempfinden als zu anderen Zeiten.

Tradition bedeutet in „Anatevka“ aber nicht nur Begrenzung. Welche Rolle spielen dabei Musik, Tanz und Spiritualität?

Die Figuren reden viel von Tradition. Aber in der Musik und in der Art, wie aus dem Nichts eine Fei-

er ausbrechen kann, merkt man, dass es eigentlich um etwas Tieferes geht: um Spiritualität, Ekstase und Entgrenzung – darum, sich zu verlieren. Tradition ist quasi die Steigleiter, um dahin zu kommen. Musik und Tanz können helfen, aus dem Kopf herauszukommen, sich in einer Art Trance zu verlieren und dadurch Gott näherzukommen.

„Anatevka“ ist komisch und gleichzeitig von Vertreibung, Verlust und Schmerz geprägt. Wie bringt man diese Gegensätze auf die Bühne?

Es gibt eine alte Regel: Wenn du die Tragödie machst, such den Humor – und wenn du die Komödie machst, such die Tragödie. Genauso ist es hier. Der Witz funktioniert nur, wenn man den Schmerz ernst nimmt. Es geht deshalb nicht darum, beides fein auszutarieren. Wir versuchen vielmehr, beide Seiten auszuschöpfen. Schmerz und Witz liegen in diesem Stück unmittelbar nebeneinander.

Auch Tevjes Gespräche mit Gott bewegen sich zwischen Ernst und Komik. Was fasziniert dich daran?

Man hat das Gefühl, Gott sitzt mit am Küchentisch. Tevje macht ihm Vorwürfe und verhandelt mit ihm, als säße er direkt gegenüber. Und am Ende heißt es: „Na gut, wenn du es so willst, dann machen wir es.“ Es ist fast, als hätte man sich mit dem Schicksal geeinigt – was man objektiv natürlich nicht hat. Diese Art, das Leben zu betrachten, gefällt mir, weil dadurch immer alles möglich und gleichzeitig unmöglich ist.

Warum sollte das Lüneburger Publikum gerade „Anatevka“ erleben?

Weil es ein wunderbares Stück ist. Es hat tolle Musik, Humor und ist eine Geschichte übers Leben – obwohl es eigentlich eine Geschichte über die Vernichtung von Leben ist. Diese Fähigkeit, dem Leben immer wieder einen Funken abzugewinnen, ist bezaubernd.





Bühnen-Leidenschaft

Nicole Tharau leitet die Kommunikation am Theater Lüneburg

Theater ist für Nicole Tharau weit mehr als ein Arbeitsplatz: Es ist ein Ort für Begegnung, gesellschaftlichen Austausch und lebendige Kommunikation. Seit August liegt dieser Ort für sie mitten in Lüneburg. Sie ist die neue Leiterin der Abteilung für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit und Marketing am Theater Lüneburg. „Ein großer Glücksfall“, sagt sie. Seit ihre Tochter 2014 nach Uelzen gezogen sei, habe sie Lüneburg häufig besucht. Kino, Theater und diverse andere Kulturangebote haben Nicole Tharau begeistert. „Lüneburg ist sehr kulturraffin und heißt die Menschen willkommen“.

Als die Stelle am Theater schließlich Anfang des Jahres ausgeschrieben wurde, war für sie klar, dass sie sich bewerben wollte. „Ich mag das Haus, aber ich mag auch die Stadt und ihre Bewohner.“ Das sei wichtig, denn schließlich mache man das Marketing für genau diese Menschen. Nun fühlt es sich einfach gut an, hier mit der Arbeit zu beginnen, zumal viele Weggefährten aus ihrer Zeit an anderen Theatern auch am Theater Lüneburg tätig sind. Sei es Theaterfotograf Jochen Quast oder Jasper Brandis, Regisseur der ersten großen Premiere dieser Saison am 12. September: Anatevka. „Darauf freue ich mich schon sehr“, sagt sie.

Aufgewachsen ist sie in Niedersachsen. In Erlangen und Wien studierte Nicole Tharau Theaterwissenschaft, Philosophie und Linguistik. Ein späteres Studium der Public Relations in Berlin ergänzte ihre wissenschaftliche Ausbildung um die Perspektive der Kommunikation.

Ihre berufliche Laufbahn begann bei der Bremer Shakespeare Company. Von dort führte ihr Weg über das Hans Otto Theater in Potsdam und das Theater Magdeburg an das Theater Münster. 2014 wechselte sie an das Landestheater Detmold. Dort verantwortete sie zunächst den Gastspielmarkt und das regionale Marketing, später auch die Öffentlichkeitsarbeit. Nicole Tharau, die auch viele Jahre als Dramaturgin tätig war, hat innerhalb des Theaterbereichs einen Berufswechsel vollzogen. „Marketing liegt mir sehr, es macht einfach Spaß, Menschen für das Theater zu gewinnen“, betont sie.

Die Frage, wie Theater sein Publikum erreicht, wie es sich in einer Region verankert und wie aus Kommunikation echte Begegnung entsteht, ist seitdem ein zentraler Bestandteil ihrer Arbeit. 2023 folgte eine besondere Herausforderung: Für eine Interimsspielzeit übernahm Nicole Tharau die Leitung Kommunikation am Hessischen

Staatstheater Wiesbaden. Anschließend wurde sie für den Aufbau des Marketings am Landestheater Neuss engagiert.

Nun führt sie ihr Weg zurück nach Niedersachsen und damit in die Nähe ihrer Heimat. „Hier werde ich meine langjährige Erfahrung in Kommunikation, Marketing und Theaterbetrieb einbringen und weiterentwickeln.“ Ihr Anliegen bleibt dabei immer dasselbe: Die Verbindung zwischen Bühne, Publikum und Stadt stets neu zu gestalten, Theater sichtbar zu machen und vor allem Menschen dafür zu begeistern. Die Voraussetzungen dafür sind perfekt, denn: „Die gerade begonnene Spielzeit bietet viele spannende Produktionen“, ist Nicole Tharau überzeugt. Besonders neugierig ist sie persönlich auf die Umsetzung des Saša Stanišić Bestsellers „Herkunft“ für die Lüneburger Theaterbühne. Doch auch auf das hochgelobte Tanztheater von Ballettchef Olaf Schmidt freut sich die Neu-Lüneburgerin. „So kann ich seine letzte Spielzeit miterleben“. Interessante Projekte gebe es zudem von den Lüneburger Symphonikern. Die besten Voraussetzungen also für Nicole Tharau, um das Theater Lüneburg gemeinsam mit dem Publikum zu einem Ort zu machen, an dem Kultur nicht nur stattfindet, sondern gelebt wird.

OPEN HOUSE

am 18.09.2026 ab 15 Uhr

VOR DEM BARDOWICKER TORE 6B
HANSEKONTOR - 21339 LÜNEBURG

Unser Tag der offenen Tür im Hansekontor bietet eine wunderbare Gelegenheit, unser frisch renoviertes Gebäude zu entdecken und sich über die bei uns bietenden, vielfältigen Möglichkeiten und über unsere Angebote zu informieren. Die in den vergangenen Monaten erfolgte Renovierung des Hansekontors verleiht diesem Ort einen frischen und modernen Look, der die ideale Atmosphäre für ein solches Event schafft.

Im Rahmen dieser Veranstaltung findet zudem ein Bewerbungs-Speed-Date statt, das eine ausgezeichnete Plattform für potenzielle Bewerberinnen und Bewerber bietet, um schnell und unkompliziert mit uns in Kontakt zu treten. Die Teilnehmer haben hierbei die Chance, sich in kurzen Gesprächen persönlich vorzustellen und direkt einen bleibenden Eindruck zu hinterlassen.

Für die Kinder wird an diesem Tag gesorgt sein, und auch Yogalehrerin Janina Thießel sowie die AOK werden vertreten sein und die Besucherinnen und Besucher mit ihren vielfältigen Aktivitäten und Informationen versorgen.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, sich an diesem Tag inspirieren zu lassen, neue Kontakte zu knüpfen und die lebendige Gemeinschaft des Hansekontors zu erleben.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!

DIERKES PARTNER
WIRTSCHAFTSPRÜFER STEUERBERATER RECHTSANWALT



Die SVG läuft sich warm

Ende Oktober beginnt die Bundesligasaison der Volleyballer. Das Lüneburger Team bereitet sich vor.

VON CARLO EGGELING



Trainingsstart bei der SVG. Chefcoach Stefan Hübner erklärt dem Kader Abläufe und erste Einheiten.

Die Pause dauert lange, erst Ende Oktober beginnt an der Lüneburger Rennbahn der nächste Krimi: Die Volleyballer der SVG starten in die Saison. Gut vorbereitet natürlich, denn vor gut zwei Wochen trafen Cheftrainer Stefan Hübner und sein Team einen großen Teil der Mannschaft zum ersten Training. Allein beim Zugucken wuchs die Sehnsucht nach den hochklassigen Spielen, die mehr als 3000 Zuschauer in die Arena locken. Hübner gab sich zurückhaltend auf die Frage, wie erfolgreich man sein werde, der Kader sehe doch vielversprechend aus: „Das wird sich zeigen.“

Vergangene Saison waren die LüneHünen beim Vorbereitungsturnier mit den acht besten Bundesligisten der Vorsaison erstmals ins Endspiel einge-

zogen. Sieger wurde jedoch wieder Berlin. Gleichwohl gewannen die Lüneburger den DVV-Pokal. International schlugen sie sich wacker, sie standen in Endspielen des CEV-Cups.

Nun geht es weiter, das erste Auswärtsspiel der Bundesliga ist für den 21. Oktober in Karlsruhe angesetzt, drei Tage später kommt der SV Warnemünde nach Lüneburg. Doch erst einmal steht die Vorbereitung an. Höhepunkte dürften Turniere auf Mallorca Ende September und Anfang Oktober auf Sizilien sein, heißt es von den Öffentlichkeitsarbeitern der SVG. Der Liga-Cup in Hildesheim vom 16. bis 18. Oktober ist ebenfalls eine Herausforderung für das Team, das in den nächsten Wochen zusammenwächst. Nach dem Punktspielstart in Karlsru-

he folgt bald die erste echte Nagelprobe: Am 8. November geht es nach Friedrichshafen. Ein hochklassiger Gegner.

Zum Trainingsauftakt kam Mitte August auch die Führungsschere der SVG in die Arena. Andreas Bahlburg, Präsident und seit Beginn die treibende Kraft im Verein, begrüßte die neuen und alten Spieler. Ein paar Journalisten, die sich einen ersten Eindruck verschafften, verfolgten die Einstimmung und schossen Fotos.

Mit „Day one“ startete Hübner sein Willkommen des Kaders, der zu diesem Zeitpunkt noch nicht komplett war. Santi Välimaa, Axel Enlund, Shane Holdaway sowie die Neuzugänge Patrick Rogers



Die neuen Trikots für die Saison

und Cory Schoenherr waren noch nicht dabei. Eine Trainingseinheit legte Joscha Kunstmann ein, der inzwischen zu seinem neuen Verein nach Italien wechselte. Auke van de Kamp, ehemals für zwei Jahre bei der SVG, ist nun Co-Trainer in Groningen, er schaut Lüneburgern über die Schulter.

Natürlich sind die SVGler wieder gut angezogen. Kurz vor der ersten Trainingseinheit präsentierte der Verein die neuen „Arbeitsanzüge“. Das Heimtrikot leuchtet klassisch blau, geschmückt mit einer Linie der Stadt-Silhouette. Der Verein beschreibt die Botschaft so: „Verwoben wie Team, Fans und die gesamte SVG-Familie zieht es sich über das Jersey. Es soll die LüneHünen durch die Saison tragen und Teil davon werden, wenn (hoffentlich) weitere emotionale Momente in die SVG-Geschichte 'eingewoben' werden.“ Die werden kommen. Das hat die SVG in den vergangenen Jahren immer wieder bewiesen.

Fotos: Carlo Eggeling



BESONDERE MOMENTE im Castanea Resort

TRAUMHOCHZEITEN & UNVERGESSLICHE
FAMILIENFEIERN



IDYLLISCHE LAGE
MITTEN IM GRÜNEN



STILVOLLE RÄUME
& FINE DINING



PERSÖNLICH &
MIT LIEBE ZUM DETAIL




Castanea Resort
HOTEL | SPA | EVENT | GOLF

Best Western Premier Castanea Resort
Scharnebecker Weg 25
21365 Adendorf/Lüneburg
Tel.: 04131-2233 22 00
www.castanea-resort.de



Filmtipps

VOM SCALA PROGRAMMKINO

Vaterland

ab 3. September



Nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs begeben sich Literaturnobelpreisträger Thomas Mann und seine Tochter, die Schauspielerin, Autorin und Kabarettistin Erika, auf eine Reise durch ein Deutschland in Trümmern – von Frankfurt in der amerikanischen Besatzungszone bis ins sowjetisch kontrollierte Weimar. Zum Goethe-Jubiläum wünscht man sich auf beiden Seiten der innerdeutschen Grenze Worte des Trostes, der Zustimmung und der Vergabung vom größten aller Erzähler. Es ist das erste Mal seit dem Krieg, dass Thomas Mann zurückkehrt, nachdem er einst ins Exil geflohen war. Eine Reise in die verwundete deutsche Seele, die heilen soll – sie wird für Erika und den Zauberer, wie seine Kinder ihn oft nannten, zu einer Reise ins Innerste.

Hirten

ab 10. September



Werbetexter Mathyas reicht es. Nach einem stressbedingten Zusammenbruch lässt er Montréal und seine Karriere hinter sich, um sich ohne Plan in der Provence wiederzufinden. Was er dort sieht, lässt ihn nicht mehr los: ein Leben in der Natur, weit weg von Deadlines und Slogans. Er will Schäfer werden. Dass er davon keine Ahnung hat, stört ihn weniger als die Schafe. Doch die Realität ist alles andere als idyllisch: Wölfe, Stürme und die stumme Skepsis der einheimischen Bauern lassen Mathyas an sich zweifeln. Als er Élise begegnet, einer Verwaltungsbeamtin, die kurzerhand ihren Job hinwirft, nimmt sein Abenteuer eine neue Richtung: Gemeinsam wagen sie das Unwahrscheinliche – einen ganzen Sommer mit einer Herde von 827 Schafen hoch in den Provenzalischen Alpen, auf sich allein gestellt.

Adams Acht

ab 17. September



Ratzeburg, Ende der 1950er-Jahre – eine Kleinstadt an der Grenze zur DDR. Hier unterrichtet Karl Adam Mathematik, Physik und Sport und trifft auf eine vaterlose Generation junger Männer, Außenseiter, Einzelkämpfer, die nicht wissen, wohin mit ihrer Wut. Adam setzt sie in einen Ruder-Achter und gibt ihnen viel mehr als ein Ventil – er gibt ihnen eine Perspektive. Seine unkonventionellen Methoden führen, von den Funktionären des elitären deutschen Rudersports belächelt, zu ersten Erfolgen. Doch mit unbeirrbarer Entschlossenheit und visionären Methoden formt Adam aus den Underdogs etwas, das größer ist als die Summe seiner Teile. Und schließlich steht bei den Olympischen Spielen 1960 in Rom ein Team am Start, an das niemand geglaubt hat – bereit, Geschichte zu schreiben.

Pressure

ab 17. September



England, Juni 1944: Unter dem Oberbefehl von US-General Dwight D. Eisenhower steht die größte See-Invasion der Menschheitsgeschichte kurz bevor. Ob der Angriff der Alliierten in der Normandie gelingt, hängt jedoch von einer entscheidenden Bedingung ab – dem richtigen Wetter. In den letzten, entscheidenden 72 Stunden vor dem D-Day muss der britische Chefmeteorologe Captain James Stagg die folgenreichste Vorhersage seines Lebens treffen – und gerät dabei in einen erbitterten Konflikt mit der alliierten Führung. Nur wenige Stunden bleiben, um den richtigen Moment zu finden, der über Erfolg oder Scheitern der Invasion – und damit den Ausgang des gesamten Krieges – entscheidet.

EIN FILM VON OSCAR®-GEWINNER PAWEŁ PAWLIKOWSKI

SANDRA
HÜLLER



HANNS
ZISCHLER

VATERLAND

*„Wird bereits als ein
Oscarkandidat gehandelt“*

DER SPIEGEL

AB 03. SEPTEMBER IM KINO

Als die Nachbarn ins Lager kamen

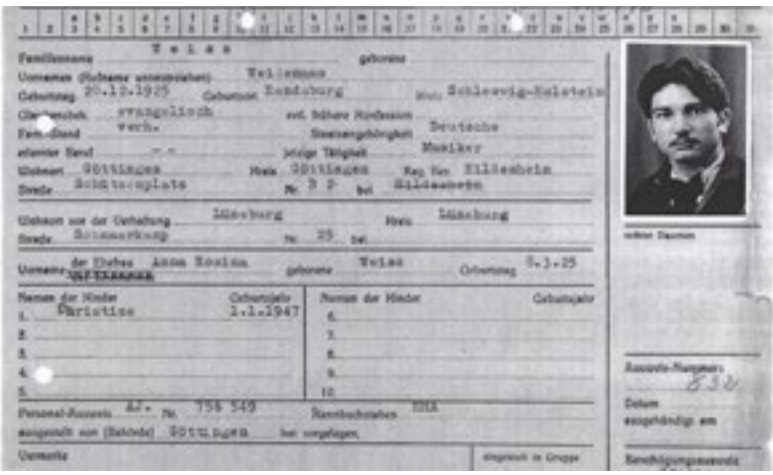
Das Schicksal von Sinti und Roma in Lüneburg im Nationalsozialismus ist nicht vergessen.
Eine Broschüre erinnert daran

VON CARLO EGGELING

Nutzen Bilder des Gedenkens ab? Neulich berichteten die Nachrichten über den Europäischen Holocaust-Gedenktag an Sinti und Roma. Schlimm, aber schnell irgendwo im Kopf verkramt. Was während des Nationalsozialismus zwischen 1933 und 1945 in der Region geschah, bleibt präsent, weil Mitglieder von Geschichtswerkstatt und der Vereinigung der Verfolgten des Naziregimes (VVN) mit Führungen und Broschüren zeigen, dass das Grauen auch in Lüneburg gleich um die Ecke geschah. An die „Verfolgung und Ermordung der Lüneburger Sinti“ hat die VVN bereits vor 18 Jahren mit einem Heft aufmerksam gemacht, nun legen Peter Asmusen und seine Mitstreiter es erneut vor. „Es ist an der Zeit, an die Lüneburger Sinti-Familien zu erinnern und an ihren weiteren Lebensweg, der sie überwiegend nach Auschwitz führte. Dort fanden wesentlich mehr Lüneburger Sinti den Tod als Lüneburger Juden, was kaum bekannt ist“, sagt Asmusen. Nach der

kruden „Rassenlehre“ der Nationalsozialisten gab es viele, die sie für nicht „lebenswert“ hielten. Staatlich organisiert wurden beispielsweise Juden, Menschen mit Behinderungen, Homosexuelle oder auch „Zigeuner“ verfolgt, eingesperrt, ermordet. Lüneburger Sinti-Familien lebten zumeist im Wasser- viertel. Nachdem die Nationalsozialisten die Regie- rung übernommen hatten, wollten sie die Menschen an bestimmten Orten quasi zentralisieren. Von 1934 an sollten sie sich an Mehlbachstrift ansiedeln, da- mals Brachland und Äcker, abgelegen außerhalb der Stadt. Der Staat erließ immer neue Auflagen gegen die Sinti, die schließlich nicht mehr in ihren Berufen wie Schausteller oder Scherenschleifer arbeiten durf- ten. Sie mussten in Lüneburger Betrieben schuften. Schließlich, von 1941 an, gab es ein Barackenlager am Zeltberg. Die Broschüre beschreibt, was passierte: „In den Morgenstunden des 9. März 1943 wurden alle Lüne-

burger Sinti in ihren Wohnungen Auf dem Schmaar- kamp/ Bardowicker Wasserweg von einem größeren Aufgebot der Lüneburger Kriminalpolizei festgenom- men und mit Lastwagen oder Omnibussen nach Hamburg-Veddel in ein Auffanglager verbracht und von dort nach Auschwitz-Birkenau deportiert. Es wur- de ihnen erklärt, dass sie irgendwo hinkämen, wo sie gute Arbeit und eine feste Bleibe fänden und gut le- ben können, und es wurde ihnen lediglich gestattet, ein Handgepäck mitzunehmen.“ Was sie zurücklassen mussten, kassierte die Stadt. Oberbürgermeister Wilhelm Wetzel setzte um, was ihm die staatliche Geheimpolizei, die Gestapo vor- gab. Das Rathaus ließ das Hab und Gut versteigern. Der Erlös floss in die Stadtkasse. Wetzel erhob aus den „Vermögen“ der Betroffenen überdies für die Un- terkunft in den Baracken Mieten - selbst dann noch, als die Menschen längst deportiert worden waren. Wetzel saß nach dem Krieg im Stadtrat, die Gesin-



Links: Das Klassenfoto entstand 1938, neben Lehrer Michelsen steht Hans-Gustav Weiss.
Rechts: Die Karteikarte zeigt Julius Weiss, vermutlich wurde sie um 1949 angefertigt.



Das Heft gibt es für fünf Euro im „Avenir“ im Utopia in der Katzenstraße 1a oder für acht Euro inklusive Porto unter vvn-bda-lg@vvn-bda-lueneburg.de

nung hatte er gewechselt, er gehörte der FDP an. Auch für Steuerinspektor Bernhard Jacob und Oberregierungsrat Fleischmann hatte ihr Handeln nach dem Krieg keine Folgen, beide durften auf ihren Posten im Finanzamt bleiben. Verwaltung funktioniert.

Das Heft erzählt Schicksale. Familie Weiss war aus Hamburg nach Lüneburg gezogen, wohl in der Hoffnung, dass Verfolgungen nicht so schlimm ausfallen würden wie in der Großstadt. Vater Eduard wurde 1938 als sogenannter Arbeitsscheuer ins Konzentrationslager Sachsenhausen gesperrt. Die Kinder gingen unter anderem in die Heiligengeistschule. Sohn Weidemann musste die Schule mit 14 verlassen und fing in einer Firma an. Bei seinen Brüdern sah es ähnlich aus.

Im März 1943 heißt es im Melderegister: „Abgemeldet 9./12. 3. 1943 nach dem Osten“. Das meint das KZ Auschwitz. Zeitzeugen sagten nach dem Krieg aus, der Kriminalbeamte Max Mussgiller und dessen Kollegen hätten die Familie und andere in Omnibusse getrieben. Die Mutter und ihre drei jüngsten Kinder starben in Auschwitz. Lediglich die älteren Kinder entgingen dem Tod, „weil sie in andere Konzentrationslager deportiert wurden“.

Johannes kam nach Mauthausen, Karl zunächst nach Natzweiler und Dachau, später nach Tirol, wo er von den Alliierten befreit wurde. Julius und Weidemann wurden nach Buchenwald verlegt, später nach Bergen-Belsen. Auch Schwester Christine kam nach Bergen-Belsen.

Nach 1945 wurden Täter nicht unbedingt zur Verantwortung gezogen. Der Kriminaloberassistent Max Mussgiller war augenscheinlich ein treuer Diener der braunen Diktatur. Er hatte 1933 Razzien geleitet gegen SPD, Gewerkschaften und ihnen nahestehenden Konsumvereine als Einkaufsläden für Arbeiter, er war Chef des „Zigeunerreferats“ der Kripo und damit organisatorisch verantwortlich für die Deportation der Lüneburger Sinti. Nach 1945 durfte er zunächst weiter als Polizist arbeiten.

Sein Vorgesetzter Wilhelm Wichmann war unter anderem in die Aktion gegen die Sinti als Hauptverantwortlicher eingebunden, er blieb nach 1945 Kripochef an der Ilmenau. Alles nicht so schlimm? Im Gegenteil.

Es bleibt das Erinnern an die, die man vertrieb, verfolgte, ermordete. Bilder in Nachrichten mögen sich abnutzen, die Geschichte und das Grauen nicht. Deshalb ist es wichtig, dass Menschen davon erzählen. An den Orten, an denen das Schicksal bleibt, auch wenn wir sie heute anders nutzen.

Fotos: Carlo Eggeling, VVN



Ab September
**DIE NEUE
SAISON**
mit frischen
Kunstschätzen

50 JAHRE ZEITGENÖSSISCHE KUNST AUS 5 KONTINENTEN

*...„Eine wunderbare Ausstellung,
tolle Räume und ein schönes Café,
rundum gelungen!“...*

KUNSTSAMMLUNG
HENNING J. CLAASSEN

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

Ganz nah dran

Mit intensiven Konzerterlebnissen leistet das ensemble reflektor musikalische Bürgerarbeit

VON CHRISTIANE BLEUMER

Als die Instrumente mit ihren ersten Tönen einsetzen, wird es ganz ruhig. „Diese besondere Stille, die eintritt, wenn die Instrumente anfangen zu spielen. Das ist das besondere an live gespielter klassischer Musik. Und das ist immer so. Egal, ob man in der Elbphilharmonie musiziert oder in einem Wohnhaus der Lebenshilfe“, freut sich Isaac Shaw, Projektmanager vom ensemble reflektor.

Gemeinsam mit der Lebenshilfe Lüneburg-Harburg hatte ensemble reflektor, das junge Lüneburger Kammerorchester, gleich zwei Konzerte rund um die Themen Musik und Inklusion organisiert. Kurz vorher hatten die Musiker und Musikerinnen noch in größerer Besetzung in St. Michaelis mit dem Kammerchor St. Michaelis unter der Leitung von Henning Voss gespielt. Mittags kamen sie dann mit einem Streichquartett direkt ins Wohnhaus Von-

Dassel-Straße, einem Haus der Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen. Knapp 50 Personen versammelten sich und konnten Musik von Beethoven, Emilie Mayer und anderen Komponisten genießen. Wo sonst tagsüber wuseliges Treiben im Wohnhaus herrscht, erklang auf einmal klassische Musik – die Atmosphäre wandelte sich augenblicklich und machte einer andächtigen Stille Platz.

Das norddeutsche Kammerorchester ensemble reflektor sieht sich als Botschafter einer Musikkultur ohne Grenzen. Man leiste musikalische Bürgerarbeit und gestalte tiefgehende Konzerterlebnisse – mit allen in jedem Raum, so der Anspruch des Orchesters. Die Musikerinnen und Musiker entwickeln gemeinsam Konzertprogramme, in denen sich unterschiedliche Werke jenseits ihrer Genres miteinander verbinden. Ob in Clubs oder Industriehallen, als Orchester oder in Kammermusikbesetzung – die befreundeten Künstler schaffen mit ihren kreativen Formaten immer wieder eine besondere Nähe zum Publikum und ermöglichen einen neuen Zugang zur Musik – auch für Menschen mit Behinderungen.

Dazu passte auch ein öffentliches Gesprächskonzert im Brömsehaus. Das Streichquartett spielte hier abermals einige Werke. Dazwischen wurde in entspannter und Podcast-ähnlicher Atmosphäre mit verschiedenen Gesprächspartnerinnen und -partnern zum Thema „Musik und Barrieren“ gesprochen. Mitglieder der inklusiven RPW-Düneband erzählten, wie sie ihre Songs gemeinsam entwickeln und wie sie sich gegenseitig unterstützen – zum Beispiel, wenn Bühnen keine Rollrampe haben. Ein Bewohner eines Wohnhauses berichtete davon, wie er mit einer Gruppe von Menschen mit und ohne Behinderungen aus der Lebenshilfe seit vier Jahren zum Heavy-Metal-Festival „Rock in Rautheim“ fährt und dort im Helferteam mitarbeitet.





Einig waren sich alle: Barrieren gibt es noch viele. Doch es geht auch anders, nämlich indem Rollstuhlplätze in Theatern und bei Festivals mitgeplant werden, indem Einfache Sprache verwendet wird, indem Veranstaltungen als „Relaxed Performances“ angeboten werden, so dass sie für viele Menschen zugänglicher werden.

„Diese zwei Konzerte mit dem ensemble reflektor zeigen: Musik verbindet und berührt alle gleichermaßen“, freut sich Anna Cordes, Prokuristin der Lebenshilfe Lüneburg-Harburg. „So geht Teilhabe, so geht Inklusion! Wir hoffen auf viele weitere gemeinsame Projekte“ fügt sie hinzu.

Ermöglicht wurde das Konzert im Wohnhaus Dank einer Spende der Stiftung der Lebenshilfe: „Die Stifter – für Menschen mit Handicap in der Region“.

■ Weitere Infos: ensemble-reflektor.de

Konzert-Highlights ensemble reflektor in Lüneburg

6. September, 20.00 Uhr

Johann Sebastian Bach: Messe in h-Moll, St. Michaelis, Lüneburg

8. Oktober, 19.30 Uhr

Der Dämon – Musik & Tanz, Kulturforum, Lüneburg

Schon mal vormerken: 13. Dezember, 20.00 Uhr

Weihnachtsoratorium (Kantaten 1–3), St. Michaelis

Vorverkauf: www.sankt-michaelis.de, www.kulturforum-lueneburg.de

Fotos: Konrad Hartig



Deine EVENTS



Konzert · Janice Harrington & Friends
4. September | 19 Uhr
live Let's dance! Freu Dich auf einen tanzbaren Musikmix aus Gospel, Blues, Rock und Jazz.

Konzert · BigBand Reloaded
11. September | 19:30 Uhr
live Erlebe die Vielfalt der Bigband-Musik mit bekannten Klassikern und modernen Arrangements.

Hof-Markt
13. September | 12 – 18 Uhr
 Ein Sonntag zum Genießen, Entdecken und Entspannen.
 Mit Verkostung unserer hofeigenen Produkte.

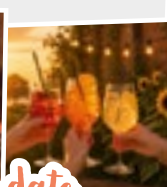
Die letzte Waldgarten-Führung in 2026
13. September | 14:30 – 16 Uhr
 Einblicke in eine nachhaltige Zukunft.
 Tickets auf www.lueneburgtickets.de

Erntedank-Fest
20. September | 12 – 18 Uhr
 Entdecke unsere bunte Erntevielfalt, hofeigene Spezialitäten und leckere Köstlichkeiten direkt vor Ort.



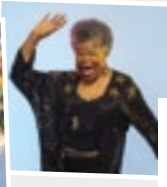












Save the date

04.10. Apfel-Fest

Das Apfelfest vom Lüneburger Streuobstwiesen e. V. lädt mit Sortenvielfalt, Apfelsaftpressen und spannenden Angeboten rund um Natur ein.



HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG FÜR UNSEREN NEWSLETTER





Hof an den Teichen in Lüneburg Rettmer | Heiligenthaler Straße 1
 Öffnungszeiten findest Du auf unserer Website: www.hofandenteichen.de

Altes Land am Elbstrom

Wo Obstbäume auf Hanseflair treffen

VON INES UTECHT

Stadthafen Stade



Radfahren durchs Alte Land

Nur eine gute Autostunde von Lüneburg entfernt erstreckt sich im Landkreis Stade eine Region, in der im Spätsommer eine der schönsten Jahreszeiten beginnt: Das Alte Land am Elbstrom ist das größte zusammenhängende Obstanbaugebiet Nordeuropas. Auf 35 Kilometern entlang der Elbe reihen sich Obstplantagen aneinander – mehr als 20 Millionen Obstbäume prägen die Landschaft. Was im Frühjahr mit weißer und rosa Blütenpracht beginnt, erreicht zwischen August und Oktober seinen kulinarischen Höhepunkt: Erntezeit. Dann duftet es nach reifen Äpfeln, die Bäume hängen voller Früchte, und die Region zeigt sich von ihrer genussvollsten Seite. Und mittendrin thronen zwei reizende Hanseperlen: Buxtehude und Stade.

Zwischen Apfelbäumen und Deichen

Gerade im Spätsommer entfaltet die Region ihren besonderen Reiz. Viele Höfe bieten Führungen durch die Plantagen an, erklären, warum das vom Meer geprägte Klima den Früchten zugutekommt, oder laden zu Fahrten mit dem Obsthof-Express ein – einer gemütlichen Tour zwischen Apfelbaumreihen. Mancherorts kann selbst gepflückt werden, andernorts wird im Hofcafé Apfelkuchen serviert, noch warm, mit Blick ins Grüne.

Wer die Weite sucht, steigt aufs Rad. Rund 1000 km ausgeschilderte Radrouten führen durch die farbig leuchtenden Plantagen, vorbei an Fachwerkhöfen, Prunkpforten und immer wieder an die Elbe. Gästeführungen durch Orte wie Jork oder über die Deiche verbinden Naturerlebnis mit Geschichten über Sturmfluten, Handel und die Kunst des Obstanbaus.

Stade, die Stadt am Wasser

Die über 1000 Jahre alte Hansestadt Stade ist sozusagen die maritime Schwester Lüneburgs. Wäh-

rend beide Städte auf stolze Hansetraditionen zurückblicken, punktet Stade mit besonders viel Wasser: Der vom Burggraben eingerahmte Altstadt kern birgt eine der ältesten Hafenanlagen Europas. Wo einst Hansekoggen entladen wurden, reihen sich heute am historischen Fischmarkt kleine Fachgeschäfte, Cafés und Kneipen mit Sommerterrassen direkt am Wasser. Ein Detail am Rande: Der historische Holzkran am Hansehafen wurde nach dem Vorbild des Lüneburger Krans gebaut – Grüße an die Nachbarstadt inklusive.

Das preisgekrönte Museum Schwedenspeicher direkt an der Hafeneinfahrt erzählt multimedial die bewegte Stadtgeschichte. Nicht weit entfernt ankert im modernen Stadthafen die „Greunendiek“ – ein prächtiges Museumsschiff, das besichtigt werden kann und auch zu Fahrten auf die Elbe ausläuft.

An sonnigen Spätsommertagen geht es am Holzhafen sportlich zu: Kanu oder SUP-Board ausleihen und ab geht es auf die Padeltrails der Schwinge. Nach der Tour lockt eine einzigartige Holz-Sauna – mitten auf dem Wasser – zur Entspannung. Wer übernachten möchte, kann sich auf dem „Kunstkudder“ im Hansehafen einmieten, einer zur schwimmenden Ferienwohnung umgebauten Alsterschute.

Buxtehude – Mehr als ein Märchen

Die zweite Hansestadt der Region hat weit mehr zu bieten als den legendären Wettlauf von Hase und Igel. Das Fleth – Norddeutschlands älteste künstlich angelegte Hafenanlage – schlängelt sich durch die historische Altstadt und verleiht ihr besonderen Charme. Prächtige Fachwerkhäuser säumen die Gassen, die zum Bummeln und Entdecken einladen. Festivals, Konzerte und Literaturveranstaltungen setzen Akzente im Jahreslauf. Die „Kleine Flethphilharmonie“ bringt Musik an ungewöhnlichem Ort, die Halephagenbühne steht für engagiertes Theater und Konzerte, und mit dem „Buxtehuder Bullen“ wird einer der renommiertesten Jugendbuchpreise Deutschlands vergeben.

Die Mischung aus hanseatischer Tradition und lebendigem, jungem Flair macht den Reiz dieser Stadt aus.

Praktisches für den Ausflug

Außer mit dem Auto klappt die Anreise bequem per Bahn über Hamburg-Harburg. Die Region lässt sich hervorragend mit dem Fahrrad erkunden. Gästeführungen durchs Alte Land, entlang der Deiche oder durch die Hansestädte vermitteln Kultur und Naturerleben. Ein Tagesausflug reicht kaum, um all die Facetten dieser vielseitigen Region zu entdecken – ein guter Grund, wiederzukommen.

■ Informationen beim Tourismusverband Landkreis Stade/Elbe e.V..

Tel.: 04142/88976-0

Mail: info@tourismusverband-stade.de

www.urlaubsregion-altesland.de

Neue WORKSHOPS

KREATIVITÄT. ACHTSAMKEIT. SCHÖNE MOMENTE.

EDELSTEIN-SCHMUCK

Trage deine Intention.

Gestalte dein individuelles Schmuckstück mit echten Edelsteinen und hochwertigen Materialien. Wähle intuitiv deine Steine und kreiere ein Armband, das dich im Alltag begleitet und stärkt.

INTUITIV
KREIEREN,
BEWUSST
TRAGEN.

KINUSAIGA

Japanische Stoffkunst.

Entdecke die meditative Kunst des Kinusaiga. Mit Stoff, Schaumstoff und viel Liebe zum Detail entsteht dein eigenes Textilbild – modern, harmonisch und einzigartig.

KREATIV
ENTSPANNEN

PERSÖNLICH
GESTALTEN

EINZIGARTIGE
WERKE

Jetzt anmelden: friemel.stube.lg@gmail.com

friemel stube – Raum für Kreativität
Bianca Stüben • Finkstraße 4 • 21335 Lüneburg

www.friemelstube.de



friemel
stube

Kultur als Herzschlag der Stadt

Die Volksbühne Lüneburg im Wandel der Zeit

VON DENIS AMBROSIOUS

Lüneburg ist eine Stadt mit viel Geschichte - aber auch mit einer quicklebendigen Gegenwart. Ein Teil davon ist die Volksbühne Lüneburg e.V. Seit ihrer Gründung im Januar 1952 hat sie es sich zur Aufgabe gemacht, eine Brücke zwischen den großen Bühnen und den Menschen dieser Stadt zu schlagen. Was in den Aufbruchsjahren der Nachkriegszeit aus einer Sehnsucht nach Unterhaltung und Gemeinschaft begann, hat sich über sieben Jahrzehnte zu einer Institution entwickelt, die heute moderner und relevanter denn je ist.

Kultur für Alle

Die Grundidee der Volksbühne ist bestechend simpel und doch von enormer gesellschaftlicher Tragweite: „Kultur für Alle“. In den Anfangsjahren wurde dies pragmatisch durch günstige Eintrittskarten und organisierte Busfahrten umgesetzt, um Barrieren abzubauen und Mobilität zu garantieren. Schon im Gründungsjahr 1952 verzeichnete der Verein stolze 1.000 Mitglieder – ein Beweis dafür, wie sehr die Lüneburger nach kultureller Teilhabe dürsteten.

Heute definiert der Verein seinen Anspruch über das Akronym KUNST: Kultur genießen, Unterhaltung pur, Neues erfahren, Schönes erleben und Theater für alle. Es geht nicht mehr nur um den reinen Konsum einer Aufführung, sondern um das Gesamterlebnis und den wertvollen Austausch innerhalb einer Gemeinschaft.

Ein Erbe, das verpflichtet.

Die jüngere Geschichte des Vereins ist eng mit dem Namen Lutterloh verknüpft. Während Geschäftsführer Harald Lutterloh den Verein seit vielen Jahren mit Beständigkeit durch die Gezeiten führt, übernahm sein Sohn Frank Lutterloh im Jahr 2022 den Vereinsvorsitz. Mit visionärem Elan und einer starken Vernetzung innerhalb der Lüneburger Kulturlandschaft belebte er den Verein neu. Sein Engagement wurde – gemeinsam mit dem seines Vaters – im Jahr 2025 mit dem Hans-Heinrich Stelljes Preis der Sparkassenstiftung gewürdigt. Ein Engagement, dass durch seinen Tod jäh endete.

Trotz des schmerzlichen Verlusts hat der Vorstand entschieden, sein Werk in seinem Sinne fortzuführen. Unter der Leitung der stellvertretenden Vorsitzenden Ulrike von Seelen zeigt der Verein eine beeindruckenden



Gemeinsamer Ausflug in den Landtag



de Resilienz und Leidenschaft. Das Programm bleibt ambitioniert: Ob die bereits ausgebuchte Kulturreise nach Dresden im November 2026 oder das erfolgreiche Jahrestreffen des Bundes Deutscher Volksbühnen – die Volksbühne bleibt ein dynamischer Akteur.

Vielfalt im Abonnement: Flexibilität für das 21. Jahrhundert.

Die Zeiten, in denen Abonnements starre Konstrukte waren, sind vorbei. Die Volksbühne Lüneburg hat ihr Angebot konsequent an moderne Lebensentwürfe angepasst. Neben den klassischen Abos (8 oder 10 Vorstellungen) gibt es heute das Flex-ABO (4 Karten nach Wahl) und das Wahl-ABO für maximale Freiheit. Besonders hervorzuheben ist das neue Klangabo, das sich gezielt an Liebhaber der Lüneburger Symphoniker richtet.

Gemeinschaft erleben – der Montagstreff

Wer die Volksbühne kennenlernen möchte, sollte den Montagstreff besuchen. Er findet während der Spielzeit an jedem ersten Montag des Monats um 19.00 Uhr im Theaterfoyer statt. Es ist ein Ort der Information und des Dialogs, an dem die Begeisterung für das Theater geteilt wird.

Zukunft gestalten: Ihre Chance zum Engagement

Die Volksbühne Lüneburg befindet sich aktuell in einer Phase der Neuorganisation. Da auf der Mitgliederversammlung im Juni 2026 noch kein neuer 1. Vorsitzender präsentiert werden konnte, sucht der Verein aktiv nach Menschen, die Freude an kultureller Netzwerkarbeit und Organisation haben. Es ist eine Einladung, die kulturelle Zukunft Lüneburgs aktiv mitzugestalten.

Wer es beim großen Theaterfest verpasst hat, persönlich mit den Machern der Volksbühne in Kontakt zu treten, kann sich auch online unter www.volksbuehne-lueneburg.de über die vielfältigen Möglichkeiten informieren, Teil dieser besonderen Gemeinschaft zu werden und eine spannende Theatersaison zu erleben.

Kultur ist mehr als ein Ticket – sie ist ein Erlebnis, das bleibt– besonders für Mitglieder der Volksbühne Lüneburg.

Fotos: Volksbühne



Stadtführung auf neuen Wegen

Erleben Sie Kunst, Kultur und Kulinarik hautnah auf einer ganz besonderen Stadtführung

Termine:

Sa., 24. Oktober
Sa., 21. November
Sa., 12. Dezember
Jeweils 13.30 Uhr

KUNST, KULTUR & KULINARIK

EXTRA-TERMINE FÜR HERBST UND WINTER

Das erwartet Sie:

Persönliche Einblicke: Wir besuchen das Atelier einer lokalen Künstlerin in der malerischen Altstadt Lüneburgs.

Zeitgenössische Kunst: Danach geht es weiter in die Kunstsammlung Henning J. Claassen. Hier werden Sie mit einer süßen Köstlichkeit willkommen geheißen, bevor wir bei einer Führung gemeinsam inspirierende Werke entdecken.

Genussvoller Ausklang: Wir beschließen den Nachmittag bei köstlichen Weinen und ausgewählten Spezialitäten im neuen Koishii am Stint.

Leistungen: Stadtführung, Eintritt & Führung durch die Kunstsammlung Claassen, Kostproben, Getränke, kulinarischer Abschluss (Wein nach Wahl & Sushi-Variationen)

 **Start: 13:30 Uhr, Rathausgarten**

 **Dauer: ca. 3 Stunden**

 **Preis: 42 Euro**



ANMELDUNG UND INFOS

WWW.BUCHUNG-LUENEBURG.INFO/
STADTFÜHRUNGEN
ODER EINFACH DIREKT UNTER
TEL: 0178 1523539

Zwischen Wahrheit und Legende

Meine Erlebnisse mit Freddy Quinn

VON HORST LIETZBERG



Freddy Quinn und Autor Horst Lietzberg im Maritim am Timmendorfer Strand. Im Mittelpunkt ihres Gesprächs stand eine Illustriertenserie, die später veröffentlicht wurde.

Es ist still um ihn geworden. Freddy Quinn hat sich zurückgezogen in die Einsamkeit von Schleswig-Holstein. Mit seiner zweiten Frau Rosi lebt er auf einem Bauernhof vor den Toren Hamburgs, wo er in aller Ruhe seinem Hobby, kaputte Uhren zu reparieren, nachgehen kann. In dieser Umgebung wird er nun am 27. September seinen 95. Geburtstag feiern können. Ohne Trara, ohne den Rummel, der ihn einst viele Jahre zwangsläufig umgeben hat.

Freddy Quinn gehört zu den bedeutendsten deutschsprachigen Unterhaltungskünstlern des 20. Jahrhunderts. Sänger, Schauspieler, Filmstar, Fernseh-Unterhalter und Zirkus-Artist. Ein breit gefächertes, berufliches Spektrum, wie es wohl nur ganz selten zu finden ist. Ich habe für ihn die Drehbücher für zwei ZDF-Fernsehsendungen geschrieben: im September 1983 „Der Junge von St. Pauli“ und im September 2001 „Freddy Quinn, eine Ikonen wird 70“. Das war nicht immer ganz einfach. Denn Freddy Quinn kann sehr merkwürdig und empfindlich sein. Mitunter auch widersprüchlich. Außerdem kann er flunkern. Die Welt am Sonntag hat es „schwindeln“ genannt. Da ich aber mit seinem Manager Werner Triefke, mit dem ich öfter segelte, befreundet war, konnte eigentlich nicht allzu viel schief gehen, war ich der Wahrheit nahe.

In Wien geboren, in den USA und Belgien zur Schule gegangen, mit einem Wanderzirkus durch die Lande gezogen, der Seefahrt adieu gesagt und in Hamburg auf St. Pauli „an Land gegangen“ – so fing alles an. In der Hafenspelunke „Washington-Bar“ begann die grandiose Karriere des Freddy Quinn. Denn als er 1952 von einem finnischen Frachter abmusterte, war er blank. Um sich über Wasser zu halten, vertauschte er den Seesack mit der Gitarre und sang abends in dieser Bar Seemannslieder und Country-Songs. Seine Zuhörer: Seeleute, leichte Mädchen, Touristen und Gestrauchelte. Aber auch Prominente, wie der TV-Moderator Werner Baecker und Krimi-Regisseur Jürgen Roland. Sie hatten ein feines Feeling für Talente und machten die Schallplattenfirma „Polydor“ auf ihn aufmerksam. Wenig später hatte Freddy Quinn einen Vertrag. Die erste Schallplatte „Heimweh“ (auch bekannt als „Brennend heißer Wüstensand“) wurde produziert. Sein Honorar betrug allerdings nur 320 Mark. Aber es erhöhte sich sehr schnell. Denn immerhin wurden von „Heimweh“ vier Millionen Tonträger verkauft. Es folgten



Freddy Quinn mit einem gewaltigen mexikanischen Sombbrero. Vier Wochen drehte er bei den Charros, den als wildeste Reiter Mexikos bekannten Pferdemännern.

viele Hits wie „Die Gitarre und das Meer“, „Junge komm bald wieder“ und viele andere. Freddy Quinn wurde ein Star. Dazu gehörte 1981 ein Konzert in der weltberühmten New Yorker Carnegie-Hall, wo ihm Standing-ovation entgegengebracht wurde. Wenig später bekam er das Bundesverdienstkreuz erster Klasse für seinen Einsatz als Botschafter Deutschlands. Der frühere Hamburger Bürgermeister Prof. Weichmann nannte ihn anerkennend „St. Pauli Caruso“.

Interessant ist bei „Heimweh“, dass die Schallplatte längere Zeit wie Blei in den Regalen lag. Das wurde anders, als Radiomoderator Werner Götze vom Bayerischen Rundfunk sie vor offenem Mikrophon mit der Bemerkung zerbrach, das sei „der größte Schund aller Zeiten“. Die Hörer tobten und beschwerten sich beim Sender. Das wiederum hörten andere Sender und spielten „Heimweh“ rauf und runter. Das Ergebnis: Die Leute stürmten die Plattenläden. „Heimweh“ schoss 1956 auf Platz 1 der Hitparade und blieb 38 Wochen in den Charts.

Aber auch am Film ging Freddy Quinn nicht vorbei. Denn die Filmproduzenten wollten an seiner Popularität partizipieren. So bekam er in 13 Kinofilmen die Hauptrolle. Darunter „Die Gitarre und das Meer“, „Freddy unter fremden Sternen“ oder „Heimweh nach St. Pauli“. Sie ließen die Kinokassen klingeln. Drei davon wurden als die erfolgreichsten des Jahres ausgezeichnet. Freddy Quinn spielte mit internationalen Stars wie Mamie van Doren und Jane Mansfield. Aber auch mit deutschen Publikumsbeliebten wie Heinz Reinke und Gustav Knuth. Stuntmen, die ihn doppelten sollten, lehnte er ab. Einen Handstand auf der Kante des 80 Meter hohen Europa-Centers in Berlin machte er selbst. „Bei mir muss es immer ein bisschen kribbeln“, sagte er. „Ich kenne keine Sänger oder Schauspieler, die ähnliches machen, die es mir nachmachen“.

Einige Zeit fühlte er sich wohl im Hamburger Amüsierviertel und auf der sündigen Meile. Von Dödel-Ede bis zum Chef der Davidswache kannten ihn damals alle. Zumal er sich unter den harten „Kuddels“, die auf dem Kiez Spielautomaten betrieben, eisern behauptet hat. Das hatte zur Folge, dass er ebenfalls diese begehrten Geräte betreiben durfte. So etwas durften nur wenige, das war nur Auserwählten erlaubt. Jedenfalls ist überliefert, dass Fred-

Foto: Sammlung Hajo Boldt

Ihr Spezialist
für HAPTISCHE Werbung
Jesco
von Neuhoff
DAS ORIGINAL macht Werbung seit 1985

Werbeartikel wirken !



**Besuchen Sie unseren
Showroom für HAPTISCHE Werbung
hier in Lüneburg**

**Kastanienallee 2
in 21337 Lüneburg
Tel.: 0 41 31 -
580 63 10**



Links: In Fredmys breiter Brust schlägt ein echtes Artistenherz. Im Zirkus wagte er sich sogar zu den Löwen und bestieg den ‚Wüstenkönig‘, wie das mächtige Tier hieß. Doch plötzlich griff der Löwe an und biss zu. Freddy behielt die Nerven, zog sich ganz vorsichtig zurück – und hatte großes Glück: Er kam mit dem Schrecken davon. Rechts: Endlich konnte sich Freddy seinen Jugendtraum erfüllen. Er ging mit seinem Schiff "Libertas" (Freiheit), das jahrelang in Lübeck vor Anker lag, auf große Fahrt. Doch die erste Reise wurde für den Seemann auch die letzte.

dy auf St. Pauli nichts habe anbrennen lassen. Ein alter „gestrandeter“ Seemann, den das Schicksal ins Abseits gespült hatte, sagte mir einst voller Respekt: „Er war mal einer von uns! Die harte Schule des Lebens hat ihn geformt“. Erfolg versüßt. Jedenfalls dauerte es nicht lange, bis er in der pikfeinen „Tarantella“ Bar auftrat, in einer feinen Villa in Hamburg-Poppenbüttel lebte und sich eine Dependence in der Schweiz leisten konnte. Wo man ihm das Zitat zuschrieb: „Spare in der Schweiz, dann hast du in der Not.“

Ausdauer, Zähigkeit und nie aufgeben gehörte zu seinem Leben. So auch, als er von zu Hause ausgerissen war und bei dem österreichischen Zirkusdirektor Schwandtner angeklopft hatte, ob er denn nicht einen Job für ihn habe. Es klappte. Er lernte Handstand und Flickflack. Sogar aufs Hochseil ging er. Es war eine Sensation. 18 Meter hoch balancierte er und blies auf der Trompete das Lied „Oh mein Papa“. Die Presse nannte ihn einen Teufelskerl. Der er zweifelsohne war. Denn er setzte sich im Zirkus sogar auf einen Löwen und schaukelte mit ihm. Dabei wurde er

ins Bein gebissen. Aber es ging noch mal gut. Eine Krallen von dem Löwen, der nach einem Jahr starb, trägt Freddy Quinn noch als „Talisman“:

1970 hatte Freddy Quinn im Hamburger Hafen in der Abwrackwerft einen ehemaligen Fischkutter entdeckt. „Es war Liebe auf den ersten Blick“, erzählte er. In mühsamer und jahrelanger Kleinarbeit baute er mit Hilfe von Fachleuten den ehemaligen Fischkutter um. 1974 war er fertig. Er nannte ihn „Libertas“ (Freiheit). So erzählte er es mir und so war es auch. „Das Meer ist meine Heimat. Es gibt nichts Schöneres, als auf der Brücke eines Schiffes zu stehen. Für mich ist das Meer die letzte Bastion der Freiheit“, schwärmte er. Das Schiff lag an der Lübecker Drehbrücke. Ich hatte die Ehre, sein Traumschiff, mit dem er die Weltmeere befahren wollte, zu besuchen. Wir plauderten. Die Küste Afrikas schwebte ihm vor. „Aber irgendwas kam immer dazwischen“, stöhnte er. „Von zwölf Monaten des Jahres war ich elf unterwegs, zu Fernseh- und Schallplattenaufnahmen, zum Filmen, zu Konzerten, Theaterauftritten und gelegentlich auch zu Zirkusgastspielen. Keine Zeit für Fern-

weh“. Statt mit diesem schönen Schiff die Weltmeere zu durchfahren, musste er sich damit begnügen, Staub zu wischen und Messingbeschläge zu putzen. Das ging auf Dauer nicht gut. So entschloss er sich zur Trennung. Nur vorher wollte er wenigstens einmal mit seiner „Libertas“ auf große Fahrt zu gehen. Mit Freunden ging's los. „Schon bei Cuxhaven hatten wir Windstärke 7. Im Kanal von Dover sogar schon 9“, erinnerte er sich. „Selbst der norwegische Kapitän wurde seekrank. Aber die „Libertas“ erwies sich als seetüchtig. Es waren 2200 Seemeilen bis Mallorca“. Im Hafen von Palma strich er noch einmal über das Ruder, den Kompass, den Maschinengrafen. Dann wurde seine teure Liebe zum Verkauf angeboten. Für eine runde Million.

Lange verheimlichte Freddy Quinn, dass er seit 1960 verheiratet war. Die Schallplattenfirma wollte es so. Ich erfuhr es von meinem Freund – und behielt es lange für mich. In meiner ZDF-Sendung stellten wir ihn dann aber doch mit Lilli Blessmann, einer wohlhabenden Hanseatin, ein bisschen älter als er, vor. Er war sauer, aber beruhigte sich wieder. Sie half ihm, seine gigantische Karriere durch alle Klippen zu steuern. Und so entstand der Spruch: „Wer Freddy einkaufen will, muss Lilli überwinden“. Eine kluge, charmante Frau, die ihren Freddy an langer Leine laufen ließ. Sie starb 2008. Ein schwerer Schlag für Quinn. Denn Lilli Blessmann war auch seine Managerin. Nach ihrem Tod zog er sich weitgehend zurück. Vorher allerdings, im Jahr 2004, geriet er wegen Steuerhinterziehung in die Schlagzeile. Es sollen 900 000 Euro gewesen sein. Das Landgericht Hamburg verurteilte ihn zu einer zweijährigen Freiheitsstrafe. Jedoch mit Bewährung. Denn er hatte seine Schulden bereits vor der Verurteilung zurückgezahlt.

Doch nun sind die goldenen Jahre vorbei. Ruhestand! Freddy Quinn nennt sich Rentner. Da ich ihn jahrzehntelang journalistisch begleitet hatte und sein Manager Werner Triepke (leider verstorben) mein Freund war, kenne ich seine Neigung zum Flunkern. Ich weiß aber auch, wie sein Leben wirklich verlief – und bin immer bei der Realität geblieben. Wenn er sich nun in einem Buch zu einer korrigierten Lebensgeschichte bekennt, mögen viele seiner Fans enttäuscht sein. Aber ihn wird es sicherlich erleichtern. Schön bleibt jedenfalls, dass seine vielen Lieder nicht korrigiert werden müssen. Lieber Freddy, zum Geburtstag alles Gute.



Ab 03. September 2026

DAS GEWISSE ETWAS

Nach einem Diebstahl müssen ein Mann und sein Sohn untertauchen. Auf der Flucht schließen sie sich einem Reisebus mit Menschen mit Beeinträchtigung und ihrer Betreuerin an. Kurzerhand geben sie sich als fehlender Teilnehmer und dessen Begleitperson aus. Doch je länger die Reise dauert, desto schwieriger wird es, ihre Tarnung aufrechtzuerhalten. Unerwartete Situationen und neue Begegnungen bringen ihre Fassade ins Wanken und die Ereignisse zunehmend außer Kontrolle.



Ab 10. September 2026

ZAUBERHAFFE SCHWESTERN 2

Der seit Generationen auf der Familie lastende Liebesfluch bedroht die Owens-Schwester erneut. Sally und Gillian müssen sich der dunklen Macht stellen, nachdem der Fluch nun auch Sallys Töchter erreicht hat. Entschlossen, ihre Familie zu schützen, wollen sie die unheilvolle Bürde endgültig brechen. Doch dabei erkennen sie, wie tief der Fluch in ihrer Familiengeschichte verwurzelt ist und welche Gefahren auf die nächste Generation warten.



Ab 24. September 2026

EMIL UND DIE DETEKTIVE

Für Emil beginnen die Sommerferien mit einer Zugfahrt nach Berlin. Unterwegs wird ihm sein Geld von dem Betrüger Max Grundeis gestohlen. Emil nimmt sofort die Verfolgung auf und erhält in der Hauptstadt Unterstützung von einer Gruppe junger Detektive. Gemeinsam machen sie sich auf die Suche nach dem Dieb. Dabei führt sie ihre Jagd quer durch Berlin und verlangt den Kindern jede Menge Mut, Einfallsreichtum und Teamgeist ab.



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

filmpalast
Dein Kino.



Zwischen hellen Nächten und Vier- Stunden-Wachen

Meine erste Offshore-Segelreise durch Nordnorwegen

VON CHARLOTTE KUNSTMANN

Los ging es in Tromsø – allerdings nicht mit dem romantischen Bild, das man als Segelanfängerin vielleicht zuerst im Kopf hat:

Leinen los, Wind in den Segeln, Fjorde am Horizont. Bevor wir überhaupt an Strecke denken konnten, ging es um Sicherheit. Sehr ausführlich. Zwei Tage lang wurden Abläufe erklärt, Rollen verteilt und Manöver geübt. Dazu gehörte auch eine erste gemeinsame Ausfahrt, bei der wir uns mit dem Schiff, den Kommandos und vor allem miteinander vertraut machten.

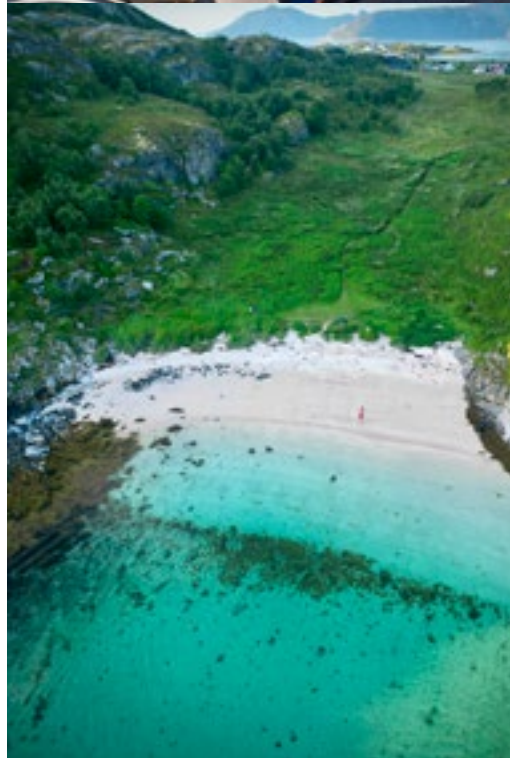
Ich lernte die ersten Begriffe nicht aus einem Lehrbuch, sondern dort, wo sie plötzlich Sinn ergaben: an Deck. Eine Wende bedeutet, den Bug durch den Wind zu drehen; bei der Halse geht das Heck durch den Wind. Schoten werden nicht einfach „Seile“, sondern je nach Funktion sehr konkrete Arbeitsleinen. An der Winsch entscheidet sauberes Arbeiten darüber, ob ein Segel kontrolliert dichtgeholt wird. Und ein Kommando ist auf See keine unverbindliche Idee, sondern Teil eines Ablaufs, bei dem alle wissen müssen, was als Nächstes passiert.

Besonders eindrücklich war das Mann-über-Bord-Training. Wir simulierten die Bergung einer Person aus dem Wasser und übten, wie schnell aus einer scheinbar einfachen Situation eine komplexe Abfolge wird: Alarmieren, Blickkontakt halten, Position sichern, das Schiff kontrolliert zurückführen und die Bergung vorbereiten. Wer bislang nur als Passagier auf einem Boot war, versteht spätestens hier, warum Sicherheitsbriefings keine lästige Theorie sind.

Die SY Imagine, unser Zuhause für die kommenden Tage, ist dabei kein klassisches Urlaubsschiff. Mit Carbonrigg, großem Cockpit und auf Geschwindigkeit ausgelegtem Segelplan ist sie für sportliches Segeln konzipiert – unter Deck aber erstaunlich funktional und komfortabel.

Sommarøy: **Weißer Sand am Rand der Arktis**

Nach den Trainings hieß es endlich: Leinen los. Unser erster längerer Schlag führte uns nach Sommarøy, westlich von Tromsø und bis heute ein kleines Fischerdorf. Bei strahlendem Sonnenschein wirkte die Insel fast unwirklich. Weißer Sand, glasklares blaues Wasser und dahinter die kantigen Berge Nordnorwegens – ein Kontrast, der schnell erklärt, warum bei Sommarøy so häufig karibische Verglei-



che bemüht werden. Nur die Wassertemperatur holt einen zuverlässig zurück in die Arktis.

Von Sommarøy ging es weiter nach Andenes, ganz im Norden der Insel Andøya in Vesterålen. Nordwestlich liegt Bleiksdjupet, ein unterseeischer Canyon, der sehr tiefes, nährstoffreiches Wasser vergleichsweise nah an die Küste bringt. Deshalb gilt die Region als einer der verlässlichsten Ausgangspunkte Norwegens für Walbeobachtung, insbesondere für Pottwale.

Auch hier verbrachten wir eine Nacht im Hafen. Danach stand die erste Passage an, bei der ich endgültig verstand, dass Entfernungen auf der Seekarte eine andere Bedeutung haben als an Land. Man fährt nicht einfach von A nach B. Windrichtung, See-gang, Strömung, Verkehr, Untiefen, Schären, Wetterfenster und die Frage, wie fit die Crew gerade ist, bestimmen mit, welche Route sinnvoll ist. Und manchmal bedeutet gute Seemannschaft eben auch, den Motor einzusetzen – etwa wenn der Wind fehlt oder eine enge Passage kontrolliert und planbar gefahren werden muss.

Durch Raftsundet in den Trollfjord

Unsere Route führte weiter südwärts durch die Inselwelt zwischen Vesterålen und Lofoten. Besonders eindrücklich war die Fahrt durch Raftsundet:

ein rund 25 Kilometer langer Sund zwischen Hinnøya und Austvågøya, eingerahmt von steilen Bergen. In solchen engen Fahrwassern wird Navigation plötzlich sehr körperlich. Küstenlinien kommen näher, Kurse müssen sauber gehalten werden, und der Gezeitenstrom kann im Verhältnis zur eigenen Fahrt deutlich spürbar werden. Gleichzeitig verändert die Topografie den Wind; Böen können durch Täler und Engstellen beschleunigt werden.

Am frühen Morgen bogen wir in den Trollfjord ein. Die Einfahrt ist an der engsten Stelle nur etwa hundert Meter breit, der Fjord selbst rund zwei Kilometer lang; die Felswände steigen stellenweise mehr als tausend Meter fast direkt aus dem Wasser. Vom Land führt keine Straße hinein – der Trollfjord ist eine Landschaft, die man vom Wasser aus begreifen muss. Zwischen diesen Wänden wirkt selbst eine 16-Meter-Yacht plötzlich sehr klein.

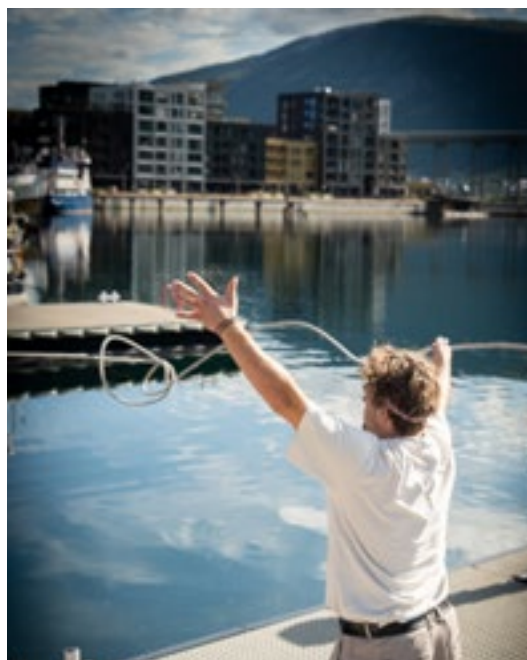
Die Nächte während unseres Törns waren immer noch erstaunlich hell. Astronomisch war die eigentliche Mitternachtssonnen-Saison Ende Juli in Tromsø und auf den Lofoten bereits vorbei. Aber das arktische Sommerlicht hielt sich bis tief in die Nacht. Für den Körper ist das verwirrend, für das Auge ein Geschenk – besonders, wenn man früh morgens an Deck steht und nicht recht weiß, ob gerade ein Tag endet oder der nächste beginnt.

Vom Trollfjord war es nicht mehr weit bis Henningsvær. Das berühmte Fischerdorf liegt auf mehreren kleinen Inseln vor Austvågøya und ist über Brücken mit dem Festland verbunden. Mehr als 500 Menschen leben hier dauerhaft; gleichzeitig ist Henningsvær längst einer der bekanntesten Orte der Lofoten. Die alten Fischereigebäude, Galerien, kleinen Läden und Cafés haben den Ort zu einem Kulturzentrum gemacht – und im Sommer ist die enorme Beliebtheit unübersehbar.

26 Stunden bis Bodø

Die letzte Etappe hatte es in sich. Von Henningsvær bis zu unserem Zielhafen Bodø waren wir rund 26 Stunden unterwegs – meine längste zusammenhängende Passage auf dieser Reise. Jetzt zeigte sich, was ein Wachsystem praktisch bedeutet. Unsere Crew war in Gruppen eingeteilt: vier Stunden Wache, vier Stunden Ruhe. Während die eine Gruppe an Deck Verantwortung übernahm, versuchte die andere unter Deck zu schlafen, zu essen, Kleidung zu trocknen oder einfach für ein paar Stunden aus dem Rhythmus von Wind, Wellen und Kommandos auszusteigen.

Vier Stunden klingen an Land überschaubar. Auf See bekommen sie eine eigene Länge. In der Wache wird gesteuert, Ausschau gehalten, navigiert, auf





Verkehr und Kurs geachtet, Segel werden kontrolliert und – je nach Wind – getrimmt oder gewechselt. Danach heißt es: Ölzeug aus, möglichst etwas Warmes essen, in die Kojе und versuchen, tatsächlich zu schlafen.

Was mir besonders in Erinnerung bleibt, ist die Fürsorge an Bord. Es wurde immer wieder geschaut, ob es allen gutgeht. Kaffee, Tee und warme Mahlzeiten waren plötzlich nicht nur Verpflegung, sondern kleine psychologische Anker. Übelkeit und Müdigkeit lassen sich nicht wegdiskutieren; man kann sie aber als Crew auffangen. Genau darin zeigte sich für mich die Qualität unserer beiden Skipper: viel Erfahrung, ruhige Erklärungen und eine Geduld, mit der auch ich als Anfängerin immer wieder fragen durfte, warum wir etwas gerade genau so machten.

Mit Seekrankheit hatte ich zum Glück nur am Anfang zu kämpfen. Der einfachste Rat war zugleich der wirksamste: raus an Deck, Blick zum Horizont, frische Luft, den Körper mit der Bewegung des Schiffes arbeiten lassen statt gegen sie. Danach wurde es deutlich besser.

Als wir schließlich in Bodø festmachten, war die Reise noch nicht ganz vorbei. Am letzten Tag wurde gemeinsam geputzt. Schrubben, ordnen, trocknen, die Yacht wieder so hinterlassen, dass die nächste Crew übernehmen kann. Auch das gehört zur Seemannschaft. Ein Schiff ist kein Hotelzimmer, aus dem man nach dem Frühstück einfach auscheckt. Es ist Arbeitsplatz, Schutzraum, ein fahrender Supermarkt und gemeinsames Zuhause – und damit Verantwortung.

Ich bin zu dieser Reise als Anfängerin gekommen und mit ziemlich viel Respekt wieder von Bord gegangen. Respekt vor der Arbeit der Skipper, vor Crews, die tagelang ohne Hafen unterwegs sind, vor der Konzentration, die nachts und bei schlechtem Wetter nötig ist, und vor der Selbstverständlichkeit, mit der an Bord jeder Handgriff Auswirkungen auf andere haben kann. Offshore-Segeln klingt von außen nach Freiheit. Von innen bedeutet es mindestens genauso sehr Disziplin, Teamarbeit, Schlafmangel, Routinen und Aufmerksamkeit.

War es anstrengend? Ja. War es eine Herausforderung? Unbedingt. Habe ich wenig geschlafen? Manchmal ja. Aber ich habe in neun Tagen mehr über Segeln gelernt, als ich vorher überhaupt an Fragen formulieren konnte – und gleichzeitig Orte gesehen, die vom Wasser aus noch einmal völlig anders wirken. Sommarøys helle Strände, Andenes am offenen Meer, die enge Fahrt durch Raftsundet, die Felswände des Trollfjords, Henningsværs Hafen und schließlich die lange Passage nach Bodø: Es war keine Reise, bei der das Ziel der wichtigste Punkt war. Es war eine Reise, bei der der Weg tatsächlich die ganze Geschichte schrieb.

■ **Für kurzentschlossene Abenteurer:**
Im September ist die “Imagine” um UK unterwegs.
Infos unter: theoceancollective.co

Sundowner

**Sonniges Treffen auf der
Terrasse des Castanea
Clubhauses „Castello“**

FOTOS: HAJO BOLDT











Kannst du ok keen Bloot sehn?

VUN GÜNTHER WAGENER

Meist een Viddel vun all Minschen künnt keen Bloot sehn, egal ob se dat egene oder dat vun frömde Lüüd seht. Jüm warrt schwummerig vör Ogen, se japst na Luft oder se klappt sogor ganz af, warrt ahnmächtig, as man seggt. Dat kann ok al passieren, wenn een na ´n Doktor mutt un de will Bloot afnehmen. Wenn meisttiets de Hölper-sche mit de Sprütt ankummt un sett to ´n Piek in den Arm an, denn is dat mit vele Lüüd al vörbi. Alleene de Anblick vun de Nadel oder de Ampullen un de Ruch vun dat Desinfektschoonsmiddel reckt al, üm sik slecht to föhlen. De mehrsten Lüüd künnt dor nich hinkieken, wenn de Kanüül ansett warrt. Is dat al passiert, warrt so faken de Behälter wesselt, wiesat bi en gro-tet Blootbild meist mehrere Proven bruukt warrt. Män-nigeen kann denn al wedder tokieken, aver ok dat fällt vele Lüüd swoor.

Jüst so swoor fällt dat düsse Lüüd, een Wunn to ver-sorgen, wenn een Kind oder wussen Lüüd to Schaden kamen sünd un de Wunn is blödig. De künnt denn ok blots noch üm Hülp ropen, dormit een annern de apen Wunn versorgt un verbinnen deit, oder dor tominnst en Plaaster ropbackt.

Man, woher kummt dat? Mit „Stell di nich so an!“ kummt man nich wieder. De Minschen künnt nix dor-för, dat se so reageert. Dor löppt wat af in jümehren Lief, wo man blots swoor wat an maken kann. Dor ach-ter stickt ene Reakschoon vun dat Nervensystem, de man fröher villicht al as Kind kregen hett. Dat kann een Besöök bi ´n Doktor ween hebben, de düchtig weh daan hett, oder et is dat Geföhl, dat man utlievert is un nix mehr doon kann, jüst so as bi ´t Flegen. Uns Af-spannnerv reagiert jüst ümgekehrt. Statt ganz ruhig un utspannt to ween fangt de Blootdruck un de Puls an, aftosacken, de Bregen kriggt weniger Bloot un wi künnt sogor afklappen.

Wenn Minschen düsse Erfohrung al fakener in ´t Le-ven maakt hebbt, kann dat dorto kamen, dat een gor nich mehr na ´n Doktor hingeiht, dat ümmer wedder opschufft oder dat slichtweg vergeten deit.



Man dat allens löst jo nich dat Problem, dat kann dat allens noch veel slimmer maken.

Wat kann man dorgegen doon? De erste Schritt is jo meist as bi all de Büxenbevern, dat man apen dormit ümgeiht. Nich verswiegen un weglopen helpt op lange Sicht, sünnern man seggt nipp un nau, woans dat üm een stahn deit.

Jedeene Doktorpraxis kenn düt Problem un se hebbt ümmer wedder dormit to doon. Un so is klaar, dat man glieks seggt, dat man bang is un welket Problem man hett. Meisttiets gaht de Doktor oder siene Hölperslüüd ümsichtig dormit üm.

Wat ik beleevt heff in ene Kinnertähndoktorpraxis in Lümborg hett mi bannig imponeert, as mit mien Groot-kinner dor hin müss. De Kinner sitt dor nich in ´n Stohl, nee, de leggt sik schierweg op ene weke Ünnerlaag. Denn is över jüm een Bildschirm, wo se ehre levsten Films kieken künnt oder se hört Musik. Denn warrt jüm jedeene Behannelschreed nipp un nau verklaart,

ok wenn dat mol ´n beten weh deit oder de Bohrer rummelt. As vörmalige Schoolmester heff ik blots jüm-mer dacht, wat sünd dat för bannig dulle Pädagogen! Jüst so kann man mit de Bang för de Sprütt un dat Bloot ümgahn. Sacht Atenhalen un deep in- un utaten, dormit sik de Lief lööst. De Lüüd hinleggen bit ´t Bloo-tafnehmen, so kann keeneen ümfallen un sik weh-doan. Aflenken mit Musik över Kopphörers, dat mun-tert uns op un wi künnt dat geneten. Wenn denn de Nadel insteken warrt, kann de Lief nich beides toglied ümsetten, Freid över de Musik un Bang vör de Sprütt. Un wenn dat noch nich noog is, kann een Minsch vör-her en poor Drüppen Baldrian oder annerswat inneh-men.

Wenn ik in enen Flegler sitt un mi ansnallen doo, denn helpt blots Vertroen in den Flegler un de Piloten, dat al-lens goot geiht. So kann dat ok bi ´n Besöök vun den Doktor sien, dorop vertroen, dat allens goot warrt un mi dat dorna beter geiht.

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
Horst Lietzberg
Denis Amrosius
Hajo Boldt

Gastautoren

Carlo Eggeling
Caren Hodel
Sören Wabnitz
Melanie Mandt
Saskia Druskeit
Birgit Kretschmer
Anna Kaufmann
Annette Reinhardt
Günther Wagener
Tobias Schoo
Charlotte Kunstmann
Ines Utecht
Gerwin Schucher

Schlussredaktion

Martin Rohlfing

Gestaltung

Bianca Stüben
grafik@quadratlueneburg.de

Foto

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

Anzeigen & Vertrieb

Ed Minhoff
anzeigen@quadratlueneburg.de

Erscheinungsweise

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

Anzeigenpreise

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

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

Die nächste Quadrat-Ausgabe erscheint Anfang Oktober 2026



Quadrat abonnieren!

**12 Ausgaben Quadrat-Magazin im Jahresabo – inklusive
Versandkosten für 55,00 Euro! Senden Sie uns eine E-Mail
an info@quadratlueneburg.de unter dem Stichwort
„Quadrat-Abo“ mit Ihrem Namen und Ihrer Anschrift.**

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

Hier liegt das Quadrat für Sie aus

Alcedo · Anna's Café · ArteSanum · Audi Zentrum Lüneburg · Auto Brehm · Bäckerei Harms · Bell & Beans · Best Western Plus Residenz Hotel · Brillen Curdt · Bursian · Café Bernstein · Café Zeitgeist · Castanea Adendorf · Central · Coffee House No. 1 · Dannacker & Laudien · Das Kleine Restaurant · Der Goldmann · Die Genusswelt · 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. Neuhooff · Krone · La Taverna · Lieblingsstück · Lünebuch · Mälzer Brauhaus · Mälzer Mühle · Mama Rosa · Mango Restaurant · Marc O'Polo · Mölders · Ochi's Barcelona · Optik Meyer · Optik Warnecke · Ortho Klinik · Osteria Häcklingen · Piccanti · Piemons · Plaschka · Q5 · Reiseagentur Brinkmann · Reisebüro Rossberger · Resch. Manufaktur Sehen · Ricardo Paul · Röhms Deli · Roy Robson Outlet · SaLü · SCALA Programmkino · Schallander · Schokothek · Schlachtereie 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 Heidkrug · Zum Roten Tore · 25 Minutes



Der SUV-Spätsommer

Die goldene Jahreszeit beginnt - und auch unsere Preise glänzen!

Sichern Sie sich einen unserer **T-Roc Lagerwagen** oder **Tiguan Lagerwagen** und sparen bares Geld.

T-Roc mit bis zu
7.777,- € Preisvorteil*

z.B.

T-Roc Life

(Benzin) 1.5 eTSI, 85 kW (116 PS), 7-Gang-DSG

Kraftstoffverbrauch in l/100 km, kombiniert: 5,7. CO₂-Emission in g/km, kombiniert: 130; CO₂-Klasse D.

Lackierung: Pure White

Ausstattung: Anhängervorrichtung anklappbar, Klimaanlage „Climatronic“, Ganzjahresreifen, Sitzheizung vorne, Multifunktionslenkrad beheizbar, Rückfahrkamera „Rear View“ u. v. m.

Hauspreis: **ab 31.888,- €**

Tiguan mit bis zu
9.999,- € Preisvorteil*

z.B.

Tiguan ENERGY

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

Kraftstoffverbrauch in l/100 km, kombiniert: 6,0. CO₂-Emission in g/km, kombiniert: 137; CO₂-Klasse E.

Lackierung: Uranograu

Ausstattung: Ganzjahresreifen, Anhängervorrichtung anklappbar, Klimaanlage „Air Care Climatronic“, Umgebungsansicht „Area View“ inkl. Rückfahrkamera „Rear View“ u. v. m.

Hauspreis: **ab 42.444,- €**

50 Fahrzeuge sofort verfügbar. Nur solange Vorrat reicht!

*Preisvorteil im Vergleich zur UVP des Herstellers.
Das Angebot gilt bei Kauf eines sofort verfügbaren Aktionsfahrzeuges bis zum 31.09.2026 bzw. solange der Vorrat reicht. Das Angebot ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Irrtümer, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten.

Entdecken Sie viele weitere
Aktionsfahrzeuge mit Preisvorteil
auf unserer Homepage:



Dannacker & Laudien GmbH

August-Horch-Str. 22

21337 Lüneburg

Tel. 04131 8886-818



/mein-autozentrum.de



Abholautomat

Neu

seit Juni 2026:

Abholung Deiner
Bestellung bequem per
Abholautomat!*



* Gilt nicht für die Abholung von kühlpflichtigen Arzneimitteln oder BTM.

2x in Lüneburg

(Feldstraße 2a,
Häcklinger Weg 66)

1x in Marschacht

1x in Winsen

Sicher abholen. Flexibel bleiben.

Mit unserem Abholautomaten erhältst
Du Deine Medikamente genau dann,
wenn es für Dich passt – unabhängig
von Öffnungszeiten.*

Dein Gesundheitspartner

