



# QUADRAT

MAGAZIN ÜBER DAS LEBEN IN LÜNEBURG • KOSTENLOS



**Tanzschule  
Beuss**  
*120 Jahre*

SYMBIOSE AUS TRADITION UND MODERNE

## Ohrstecker

39,- € (Paarpreis)  
19,50 € (Einzelpreis)

massiv 925  
Sterling Silber



## Takelagchaken

massiv 925 Sterling Silber

69,- €

## Hanse KRÜZ

79,- €

Hanse Giebel  
79,- €

## Charms

massiv 925  
Sterling Silber

Hanse Herz  
99,- €

## Anhänger

119,- €



inkl. Kautschukband schwarz,  
45 cm oder 50 cm Länge  
mit 925 Silberverschluss.  
massiv 925 Sterling Silber

## HANSEBEADS®

Beads massiv 925 Sterling Silber  
Donut Naturbernstein in Silberfassung  
passend zu allen handelsüblichen  
Armbändern

99,- €

29,- €

99,- €

99,- €

## Natur-Bernstein-Anhänger

Jeder Anhänger ein handgeschliffenes Unikat.  
Gefasst in massiv 925 Sterling Silber.

In Zusammenarbeit mit der  
Bernstein-Manufaktur Ribnitz-Damgarten  
inkl. Kautschukband schwarz,  
45 cm oder 50 cm Länge mit 925 Silberverschluss.

299,- €

## Hanse Herz®-Ring

massiv 925 Sterling Silber  
Ringgröße von 52-62 Umfang  
Andere Ringgrößen auf Anfrage (+20)

159,- €



## "Der Ring der Hanse"

129,- €

massiv 925 Sterling Silber  
Ringgröße von 52-62 Umfang  
Andere Ringgrößen auf Anfrage (+20)



## Hanse KRÜZ®

massiv 925 Sterling Silber  
inkl. Kautschukband schwarz

## Hanse Herz®

Ohrstecker

69,- € (Paarpreis)  
34,50 € (Einzelpreis)  
massiv 925 Sterling Silber



## Manschettenknöpfe

massiv 925 Sterling Silber

129,- €



## Hanse Herz®



299,- €

massiv 925 Sterling Silber  
inkl. Kautschukband schwarz mit 925 Silberverschluss.

## Eine Prise Liebe...

Lüneburger

## Salzlöffel & Salzfüßchen

Salzlöffel massiv 925 Sterling Silber  
Salzfüßchen Farben: Eiche dunkel | Eiche hell-natur  
handgedreht von der Bremer Drechslerei

149,- €



Erhältlich bei Juwelier Süpke, Große Bäckerstr. 1, 21335 Lüneburg, Tel 04131/31713  
und bei Lüne Souvenirs, Rosenstr. 7, 21335 Lüneburg  
Mit herzlichen Grüßen an Joachim Fahrenkrug

# Liebe Leserinnen und Leser!

**D**er Wahlkampf ist vorbei und die Plakate sind zum größten Teil abgenommen worden. Wenn Sie diese Ausgabe Ihres Stadtmagazins Quadrat ab Oktober in den Händen halten, wissen wir alle schon mehr über die Ergebnisse der beiden spannenden Stichwahlen, die am 27. September stattgefunden haben. Bis zum letzten Moment wurde Überzeugungsarbeit geleistet. Alle Kandidaten, die Kandidatin und die jeweiligen Parteien waren präsent – unzählige Gespräche wurden in der Bäckerstraße an den Infoständen geführt. Doch egal, wer am Ende das Rennen gemacht hat – ich bin überzeugt davon, dass die Gewählten sich für die Stadt Lüneburg und den Landkreis einsetzen und Lösungen für die vielfältigen Probleme erarbeiten werden. Geben wir ihnen die Chance dazu!

Von der Gegenwart unserer politischen Verhältnisse führt uns eine Zeitreise auf den Seiten 34-35 zurück in die vergangene Welt der Bankgeschäfte, als das Sparbuch noch zum Alltag gehörte. Wer erinnert sich noch an das kleine Sparbuch? An den Gang zur Bank, an Groschen und Pfennige in der Spardose und daran, wie der neue Kontostand sorgfältig von Hand eingetragen wurde?

Gespart wird auch heutzutage noch. Zum Beispiel für den Kauf von Trauringen. Denn bei der Hochzeitsplanung steht ein Symbol ganz besonders im Mittelpunkt: Ringe, die so einzigartig sein sollen wie das Paar, das sie später



**Christiane Bleumer**

tragen wird. Seit einem Jahr gibt es dafür in Lüneburg Yes – das Trauringstudio. Was dieses Geschäft so besonders macht, lesen Sie auf den Seiten 46-47.

Und wenn wir schon beim Thema Heiraten sind, ist es nicht mehr weit zum Hochzeitstanz. Auch diese Schritte kann man in der Tanzschule Beuss erlernen. Doch das Angebot dieser Lüneburger Institution, die gerade ihren

120. Geburtstag feiert, ist natürlich viel größer. Über die Geschichte der Tanzschule können Sie mehr auf den Seiten 10-11 erfahren.

Dass man für eine kleine Auszeit oder um etwas Neues zu sehen und zu erleben gar nicht so weit wegfahren muss, zeigt unser Reisebericht auf den Seiten 72-75. Die beiden niedersächsischen Städte Goslar und Wolfenbüttel sind schnell mit der Bahn oder dem Auto zu erreichen und bieten wunderschöne Innenstädte und viel Kultur. Ein Besuch lohnt sich in jedem Fall.

Und wie gewohnt lohnt es sich auch in diesem Monat, im Quadrat zu blättern und weitere spannende Geschichten aus Lüneburg zu entdecken.

Ihre

*Christiane Bleumer*

Chefredakteurin

## Weil das Beste für das Klima eine neue Heizung ist.



Jetzt  
**Heizung**  
tauschen!

Eine klimafreundliche Heizungs-lösung für dein Zuhause: Wärmepumpe **aroTHERM plus**



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](http://www.schneiderundsteffens.de)



06

Jessy/MGN



10

Hajo Boldt



30

freepik.com



34

Sammlung Hajo Boldt



38

Birgit Kretschmer



68

Ralph Siegel



72

Christian Bierwagen

## In dieser Ausgabe

|                                                       |           |                                              |           |
|-------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------|-----------|
| <b>Editorial</b>                                      | <b>3</b>  | <b>Museumsbesuch</b>                         | <b>58</b> |
| von Christiane Bleumer                                |           | Lüneburger Kindermode anno 1669              |           |
| <b>Kulinarischer Botschafter</b>                      | <b>06</b> | <b>Kneipp-Verein-Lüneburg e.V.</b>           | <b>60</b> |
| Kürbisstuten von Harms & de Heidebäcker ausgezeichnet |           | Tradition trifft Moderne                     |           |
| <b>Tanzschule BEUSS</b>                               | <b>10</b> | <b>Christine Böhm</b>                        | <b>62</b> |
| 120 Jahre im richtigen Takt                           |           | Die Flaneurin sammelt Stadt-Momente          |           |
| <b>Manzke-Stiftung</b>                                | <b>13</b> | <b>Theater Lüneburg</b>                      | <b>64</b> |
| Auszeichnung für zehn Projekte                        |           | Schwerpunkt „Herkünfte & Heimaten“           |           |
| <b>Quadrat-Weihnachtsgala</b>                         | <b>24</b> | <b>Horst Lietzberg</b>                       | <b>68</b> |
| A Cinematic Christmas im Audimax                      |           | Meine Erlebnisse mit Ralph Siegel            |           |
| <b>SALLIER Immobilien</b>                             | <b>26</b> | <b>Kräuterkunde</b>                          | <b>68</b> |
| Das Team gibt Zukunft Raum                            |           | Der Weißdorn                                 |           |
| <b>Restaurant Waldfrieden</b>                         | <b>28</b> | <b>Städtetour</b>                            | <b>72</b> |
| Herzensprojekt in vierter Generation                  |           | Harzer Welterbe und Welfen-Charme            |           |
| <b>Elster</b>                                         | <b>30</b> | <b>Abgelichtet</b>                           | <b>76</b> |
| Vogel mit großer sozialer und kognitiver Intelligenz  |           | Sommerliches Treffen mit Kunst und Kulinarik |           |
| <b>Gesundheit</b>                                     | <b>32</b> |                                              |           |
| Schnarchen – wenn es nachts laut wird                 |           |                                              |           |
| <b>Zurückgeblickt</b>                                 | <b>34</b> |                                              |           |
| Zeitreise in die vergangene Welt der Bankgeschäfte    |           |                                              |           |
| <b>Sparkasse Lüneburg</b>                             | <b>37</b> |                                              |           |
| Besonderheiten im Immobilienverkauf                   |           |                                              |           |
| <b>Gartenkicker</b>                                   | <b>38</b> |                                              |           |
| Das schönste Reiseziel liegt vor der Haustür          |           |                                              |           |
| <b>Lüneburg Privat</b>                                | <b>42</b> |                                              |           |
| Sophie und Ulf Wellner                                |           |                                              |           |
| <b>YES Trauringe</b>                                  | <b>46</b> |                                              |           |
| Das „Apartment“ feiert seinen ersten Geburtstag       |           |                                              |           |
| <b>SVG Lüneburg</b>                                   | <b>50</b> |                                              |           |
| Die LüneHünen laufen sich warm                        |           |                                              |           |
| <b>Longevity</b>                                      | <b>56</b> |                                              |           |
| Individuelle Wege, um länger jung zu sein             |           |                                              |           |

## Standards

|                      |               |
|----------------------|---------------|
| Suchbild des Monats  | <b>09</b>     |
| Kolumne              | <b>12</b>     |
| In aller Kürze       | <b>16</b>     |
| Neu im Kino          | <b>48, 67</b> |
| Gelesen – Buchtipps  | <b>52</b>     |
| Gehört – Musiktipp   | <b>53</b>     |
| Getrunken – Weintipp | <b>53</b>     |
| Moin                 | <b>54</b>     |
| Marunde              | <b>80</b>     |
| Plattsnacker         | <b>81</b>     |
| Impressum & Adressen | <b>82</b>     |

**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



# Ausgezeichneter Genuss

Der Kürbisstuten von Harms & de Heidebäcker ist  
„Kulinarischer Botschafter Niedersachsen“

VON CHRISTIANE BLEUMER



**W**er den Kürbisstuten oder die etwas kleineren Kürbiswecken von Harms & de Heidbäcker schon einmal probiert hat, weiß, dass sie etwas ganz Besonderes sind. Einmalig köstlich mit Butter oder süßen Aufstrichen warten viele Lüneburgerinnen und Lüneburger das ganze Jahr darauf, dass die Saison dieser typischen Leckerei im Spätsommer und Herbst endlich wieder beginnt. Jetzt ist der auch überregional bekannte Kürbisstuten offiziell ausgezeichnet worden und konnte den Wettbewerb „Kulinarischer Botschafter Niedersachsen 2026/27“ für sich entscheiden.

Prämiert wurde das leckere Gebäck unter anderem für seine sensorische Exzellenz, die regionale Verankerung sowie für seine bewusste Herstellung. Konkret zählten beispielsweise Geschmack, Aroma und eine klare Zutatenliste ohne geschmacksverstärkende Zusatzstoffe. Ein Hauptkriterium ist zudem, dass namensgebende Hauptzutaten aus Niedersachsen stammen. Dies war im Falle des saftigen Kürbisstutens leicht zu erfüllen. Denn sämtliche verwendeten Kürbisse der Sorte „Gelber Zentner“ wachsen auf einem Feld in der Nähe der Wittorfer Backstube und werden vom Team der Bäckereien laufend selbstständig geerntet.

Die bei der Verarbeitung entfernten und gemahlenen Kürbiskerne dienen gleichzeitig als Aussaat für das kommende Jahr. Auch dieser Nachhaltigkeitskreislauf hat die Jury am Ende überzeugt und dem Kürbisstuten das Siegel „Kulinarischer Botschafter Niedersachsen 2026/27“ eingebracht. Nur insgesamt 47 Produkte von 36 Betrieben

überzeugten die unabhängige Fachjury und dürfen künftig den verliehenen Titel tragen. Niedersachsens Ministerpräsident Olaf Lies, Schirmherr des Wettbewerbs, überreichte die Urkunden an die erfolgreichen Unternehmen.

Hinter den prämierten Produkten stehen Unternehmen, die auf ganz unterschiedliche Weise zeigen, was die Land- und Ernährungswirtschaft in Niedersachsen ausmacht. Viele von ihnen sind kleine und mittelständische, regional verwurzelte Unternehmen wie die Bäckerei Harms & de Heidbäcker. Sie verarbeiten Rohstoffe aus der Region, bewahren handwerkliches Wissen, entwickeln traditionelle Produkte weiter und setzen zugleich mit neuen Ideen neue Impulse. Damit schaffen sie nicht nur besondere Lebensmittel, sondern tragen auch zur Wertschöpfung und wirtschaftlichen Vielfalt in den Regionen Niedersachsens bei.

„Niedersachsen ist Agrarland Nr. 1 und zugleich ein Land mit einer starken, vielfältigen Ernährungswirtschaft. Die Kulinarischen Botschafter machen sichtbar, was unsere Unternehmen leisten: hochwertige Lebensmittel, die für Qualität, regionale Herkunft und Innovationskraft stehen. Hinter ihnen stehen Menschen, die mit Können, Leidenschaft und unternehmerischem Mut arbeiten. Gerade die vielen kleineren und mittelständischen Betriebe sind fest in ihren Regionen verwurzelt. Sie schaffen Wertschöpfung, sichern Arbeitsplätzen und zeigen, wie zukunftsfähig die niedersächsische Ernährungswirtschaft ist“, sagte Ministerpräsident Olaf Lies bei der Preisverleihung auf dem Gutshof in Rethmar.



Fotos: Jensen/MGN

## Das „Auskranen“ der Schmuckstücke beginnt!



Ab Mitte Oktober geht´s wieder los! Aus dem „großen Teich“ ins verdiente Winterlager – das erfordert natürlich Präzisionsarbeit, oft auch unter extremen Einsatzbedingungen!

Ob Peilen oder Beidrehen, auf unsere „Flotte“ und die langjährige Erfahrung unserer Crew ist Verlass und das gute Stück in besten Händen!

seit 1924  
**BRUNS**  
KRANVERMIETUNG GMBH

LÜNEBURG ■ HAMBURG ■ ☎ 3 40 36  
[www.bruns-kranvermietung.de](http://www.bruns-kranvermietung.de)

De Heidebäcker

  
Harms

AUSGEZEICHNETER

# KÜRBIS- STUTEN

GEWINNER DER AUSZEICHNUNG



harms\_backtradition @ deheidbaecker



MIT FRISCHEM  
KÜRBIS AUS  
EIGENER ERNTE

# Suchbild

**Oktober 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. Oktober an [gewinn@maelzer-brauhaus.de](mailto:gewinn@maelzer-brauhaus.de).  
Zu gewinnen gibt es in diesem Monat das Weihnachtsmarkt Paket: Getränk und Snack  
nach Wahl für 2x2 Gäste auf unserem Weihnachtsmarkt an der Mälzer Mühle  
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, die Gewinner werden per E-Mail benachrichtigt.



**Lösung des September-Fotos:**

Anno 1900, Auf der Altstadt

**Gewinner der September-Verlosung:**

Silke H.

# mälzer

06.11. ab 19 Uhr

**J-Dag**



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

Infos: Facebook /Instagram  
Nolte / Dachs / Mälzer

13.11. ab 20 Uhr

**Brauhausabend**

# Salü!

in der Siederei der Salztherme  
Lüneburg  
Geschichten und Kostproben  
der Bierprofis der Stadt

[www.salue.info](http://www.salue.info)

Dienstag 3.11. ab 19:00

**KOMISCHE NACHT**

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

Tickets unter:

[www.mitunskannmanreden.de](http://www.mitunskannmanreden.de)

**Im MÄLZER leider ausverkauft-  
andere Spielstätten noch möglich**



# 120 Jahre im richtigen Takt

**Bei der Tanzschule Beuss macht Tanzen macht Spaß und hält gesund**

VON CHRISTIANE BLEUMER



viel Tageslicht haben“, betont Henning Koop. „Ein großer Unterschied zum alten Standort“. Das Herzstück bei Beuss ist natürlich der große Tanzsaal. Auf hellem Eichenparkett, das sich durch die gesamte Tanzschule zieht, lassen sich hier nun seit rund sieben Jahren immer neue Schrittkombinationen ausprobieren und andere Stile erlernen.

In Lüneburg kann der Name Beuss auf eine 120-jährige Tanzschul-Tradition an verschiedenen Standorten in Lüneburg zurückblicken. Doch die Geschichte ist noch älter, weiß Henning Koop, der im Moment in alten Unterlagen und Aufzeichnungen stöbert, um genauer zu erfahren, wie alles einmal anfang. Fest steht bis jetzt, dass BEUSS bis heute als ein Name für seriös geführte Tanzschulen in ganz Norddeutschland steht. „Wahrscheinlich geht diese Tradition auf Wilhelm Beuss zurück, der schon 1868 das Mutterhaus in Verden gegründet hat“, erzählt er. Es müssen insgesamt vier Brüder gewesen sein, die sich dann auch noch in Lübeck, Soltau und Berlin mit einer Tanzschule angesiedelt haben. „Eines der aus dieser Generation hervorgegangenen Kinder ist dann wohl nach Lüneburg gegangen und hat hier 1906 die erste Tanzschule Beuss eröffnet.“

**W**enn eine Institution wie die Lüneburger ADTV-Tanzschule Beuss ihr 120-jähriges Jubiläum feiert, ist das weit mehr als nur ein Meilenstein für einen Traditionsbetrieb. Es zeigt zugleich die zeitlose Faszination einer der ältesten Kulturformen der Menschheit: des Tanzes. Henning Koop, der heutige Inhaber der Tanzschule, ist stolz und glücklich auf das Erreichte. Besonders der Umzug in die neuen Räume in der Dorette-von-Stern-Straße 9 sei ein Meilenstein in der Geschichte der Tanzschule gewesen. „Nach 45 Jahren unter der Adresse Ilmenaustraße war 2019 die Zeit für eine Veränderung gekommen. Der Neubau ist extra für die Bedürfnisse einer modernen Tanzschule errichtet worden.“ Hell, großzügig und freundlich sind die Räumlichkeiten im Hanseviertel. „Wichtig war mir vor allem, dass wir hier



Wie die Tanzbegeisterung bei ihm selbst begann, das weiß Henning Koop noch ziemlich genau. „Mit 15 Jahren hat meine Mutter mich überredet, in die Tanzschule zu gehen“. Und wie das zu dieser Zeit war, wurden ihm die Klamotten dafür herausgelegt, er wurde abgeholt und geradewegs zur Tanzschule Beuss gebracht, die damals noch ihren Standort in der Ilmenaustraße hatte. „Die Anmeldung zu diesem Kurs habe ich wieder gefunden, als ich 2016 die Tanzschule Beuss von Birgit Kessel-Döhle übernommen habe“, berichtet Henning Koop.



Fotos: Hajo Boldt

Aus anfänglicher Skepsis wurde schon bei den ersten Schritten große Begeisterung. „Es hat mich sofort gepackt“, erinnert er sich heute. Tanzen mache schließlich viel Spaß und gute Laune. „Wenn man einmal die Leichtigkeit und das gute Gefühl beim Tanzen erlebt hat, kann man nicht mehr aufhören.“ Aber es war nicht nur das Tanzen an sich, sondern auch die Atmosphäre innerhalb der Tanzschule. „Daraus hat sich ein ganz toller Freundeskreis entwickelt“.

Bald schon ging es für Henning Koop zum Turniertanz, um diesen Sport mit noch mehr Engagement zu betreiben. Doch trotz der Leidenschaft dafür machte er erst einmal eine Gärtnerausbildung und besuchte später die Meisterschule für Floristik. 1999 übernahm er dann die elterliche Gärtnerei Koop in Bleckede, in der er auch heute noch tätig ist.

„Doch der Tanz hat mich nie losgelassen“, sagt er. Nach einigen Jahren als Tanzlehrerassistent sowohl bei der Tanzschule Beuss als auch in anderen Schulen entschied er sich für die dreijährige Ausbildung als Tanzlehrer, die er 2009 erfolgreich beendete.

Doch was macht – nicht nur für ihn - den Wert des Tanzes aus und warum verliert die Tanzfläche über Generationen hinweg nie ihre Anziehungskraft? „Tanzen ist eine der wenigen Aktivitäten, die Körper, Geist und Emotionen gleichermaßen fordern“, fasst Henning Koop zusammen. Wissenschaftlich sei längst erwiesen, dass Tanzen die beste Prävention für die Gesundheit des Gehirns ist. „Die Kombination aus Koordination, Orientierung im Raum, Musikgefühl und Merkfähigkeit hält den Geist flexibler als reine Ausdauersportarten“, erläutert Henning Koop. Doch auch die soziale Nähe und Gemeinschaft beim Tanzen ist wichtig und verbindet Menschen ohne sprachliche oder gesellschaftliche Barrieren.

Für viele Lüneburgerinnen und Lüneburger ist der erste Tanzkurs bei Beuss eine noch heute lebendige Erinnerung. Hier wurden nicht nur die ersten Schritte des Wiener Walzers geübt, sondern auch Selbstbewusstsein gelernt, Freunde fürs Leben gefunden und nicht selten die große Liebe getroffen. Die Musik verändert sich, doch das gute Gefühl, wenn man sich zur Musik bewegt, bleibt dasselbe. Probieren Sie es doch einfach mal wieder in einem der vielen Kurse aus, die die Tanzschule Beuss für jedes Alter anbietet!

#### ■ **ADTV-Tanzschule BEUSS**

Dorette-von-Stern-Straße 9

21337 Lüneburg

Tel: 04131 – 44011

[www.beuss.de](http://www.beuss.de)





# Ein Hoch auf die Albernheit

ALLGEMEINE BESONDERHEITEN VON CAREN HODEL

**N**eulich war ich auf einem Junggesellinnen-Abschied. Soweit, so klassisch. Die Location allerdings: ein Kindertobeland. Kein Witz. Zwischen Hüpfburgen und Bällebad standen wir mit Sektflöten in der Hand und fragten uns kurz, ob wir falsch abgebogen waren – oder im Leben endlich richtig.

Deutschlandweit gibt es inzwischen Ü18-Tobeabende. Zweimal im Monat dürfen Erwachsene offiziell durchdrehen. Da, wo sonst Dreikäsehochs in Socken bremsenlos durch Röhren rutschen, stürzen sich dann Controller, Projektmanagerinnen und Steuerfachangestellte ins Bällebad. Motto: einmal wieder Kind sein und den stressigen Arbeitsalltag abschüteln.

Als wir die Halle betraten, herrschte ein kunterbuntes Chaos. In der Hüpfburg sprang ein Pärchen Händchen haltend im Takt zu „Atemlos“. Auf der Gokart-Bahn lieferten sich zwei Männer ein Rennen, das klang, als würden sie um die Poleposition in Monaco fahren. Meine Freundinnen? Verwandelten sich innerhalb von Sekunden in Achtjährige auf Zuckerent-

zug. Auf dem Bauch liegend surften sie die gelbe Röhrenrutsche hinunter und beschossen sich gegenseitig mit Softbällen. Ob der Sekt schuld war? Möglicherweise. Aber ich fürchte: Wir hätten auch nüchtern nicht würdevoller ausgesehen.

Ich muss gestehen: Mir war das Ganze etwas suspekt. Albern irgendwie. Andererseits: Das Leben ist schon ernst genug. Steuererklärung, Wocheneinkauf, WhatsApp-Klassengruppe. Warum also nicht kopfüber hängen, bis einem das Blut in den Kopf schießt und die Sorgen gleich mit? Warum nicht eine Extrarunde in der Drehtür drehen, einfach weil sie da ist? Laut singen im Auto, obwohl man keinen Ton trifft? (Gerade dann!).

Wann haben Sie das letzte Mal etwas herrlich Sinnloses getan? Als Kind brauchte man keinen Anlass, um kichernd im Kreis zu rennen. Heute brauchen wir dafür offenbar ein Ticket und einen Haftungsausschluss. Wir sollen funktionieren, performen, optimieren. Immer beschäftigt, immer effizient. Bloß nicht albern wirken. Dumm eigentlich.

Denn Albernheit ist keine Charakterschwäche, son-

dern Seelenhygiene. Studien zeigen: Eine Minute Lachen wirkt wie ein Kurzurlaub fürs Nervensystem. Stress sinkt, Glückshormone steigen, das Immunsystem klatscht Beifall. Im Grunde ist Kichern also Präventionsarbeit.

Ich habe den Selbstversuch gewagt. Auf unserem Dorfspielplatz – ohne Sekt, aber mit Überwindung. Statt auf der Bank zu sitzen und „Pass auf!“ zu rufen, setzte ich mich auf die Schaukel. Einmal kräftig angeschubst – und da war es: dieses Kribbeln im Bauch, diese Leichtigkeit, als wäre der Alltag plötzlich federleicht. Für einen Moment war es völlig egal, ob die Wäsche noch im Trockner lag.

Seitdem versuche ich, öfter Unsinn zu machen. Über Pfützen springen. Im Sommerregen tanzen. Mit meinen Kindern um die Wette Grimassen schneiden. Bei der nächsten Kitzelattacke rolle ich einfach mit über den Teppich, auch wenn danach meine Frisur aussieht wie ein gerupftes Huhn im Windkanal.

Erwachsen sein läuft nicht weg. Aber die Gelegenheit, albern zu sein, schon. Also: Rein ins Bällebad des Lebens.

# Friedensarbeit vor Ort

## Manzke-Stiftung zeichnet zehn Projekte aus

VON HAJO BOLDT

**E**s geht darum, Menschen in den Blick zu nehmen und Mitmenschen als Mitmenschen zu sehen“, sagte Friedrich von Mansberg, Vorsitzender des Stiftungsrates und Intendant des Theaters Lüneburg, als die Friedensstiftung Günter Manzke kürzlich im Museum Lüneburg zehn Projekte und Initiativen aus der Region auszeichnete. Die Geehrten öffneten Türen, statt sie zu schließen, und zeigten, wie Frieden im Alltag entstehen könne.

Den mit 765 Euro dotierten Anerkennungspreis erhielt die Wilhelm-Raabe-Schule für ihren Jugendaustausch mit Lüneburgs japanischer Partnerstadt Naruto. Jeweils 1000 Euro gingen an das „Adventskalenderboot“ des StudioMalTrickHauses, das DRK-Wunschmobil und den ASB-Wünschewagen, die „Spielerei“ als konsumfreien Begegnungsort für Familien sowie die „Come-together-Jugendfreizeit“ des Vereins Gut leben Ostheide.

Förderpreise über jeweils 5000 Euro erhielten „Seniorpartner in School“ für die ehrenamtliche Konfliktvermittlung an Schulen, das Sprach- und Demokratieprojekt des „mosaique – Haus der Kulturen“, das Lüneburger Chapter der internationalen Kinderbegegnungsorganisation CISV sowie LIVT, die Lüneburger Initiative für Vielfalt und Teilhabe. Insgesamt wurden Anerkennungs- und Förderpreise in Höhe von 25.765 Euro vergeben.

Felix Manzke dankte im Namen des Stiftungsrates den Preisträgern für ihr ehrenamtliches Engagement. Musikalisch begleitet wurde die Veranstaltung von Lennert Meyer mit Gesang und Kontrabass sowie der Sängerin Jiuning Liu.

Von Mansberg fasste die Botschaft der Feierstunde so zusammen: „Friede ist nicht nur ein Wort. Friede, das sind Worte und Taten.“



# TOP for TEA



*Die schönste  
Stadt der Welt*

**LIBESKIND ZENTRALGEBÄUDE  
LEUPHANA UNIVERSITÄT LÜNEBURG**

**EINLASS 20:00 UHR | BEGINN 21:00 UHR | AFTER PARTY 0 UHR  
TICKETS UNTER [WWW.LUENEBURGTICKETS.DE](http://WWW.LUENEBURGTICKETS.DE)**

**31  
10  
26**



# Ein Lied. Eine Stadt. Ein Gefühl.

**Das Konzertereignis des Jahres.  
Die Kultband in  
Originalbesetzung.**

Das Publikum erwartet ein Abend voller musikalischer Erinnerungen, mitreißender Stimmung und echter Verbundenheit zur Hansestadt. Die Band steht seit Jahren für authentischen Lüneburg-Sound und begeistert mit einer energiegeladenen Bühnenshow, die generationsübergreifend Fans zusammenbringt.

Neben der Musik setzt die Veranstaltung auch ein Zeichen für gesellschaftliches Engagement: Von jedem verkauften Ticket wird 1 Euro an die Deutsche Knochenmarkspenderdatei (DKMS) gespendet. Damit unterstützt TOP FOR TEA den Kampf gegen Blutkrebs und verbindet einen stimmungsvollen Konzertabend mit einem guten Zweck.

P.S.: Abendkasse besteht nur, soweit es ein Restkontingent an Tickets gibt.

## **Promo-Aktion: 45€**

Zwei Karten für TOP for TEA plus eine CD mit der neuen Orchesterversion der Lüneburg-Hymne "Die schönste Stadt der Welt". Nur erhältlich auf [www.lueneburglied.de](http://www.lueneburglied.de)

Von jeder verkauften Karte geht ein Euro an die DKMS - Wir besiegen Blutkrebs!

# In aller Kürze

TIPPS UND WISSENSWERTES ZUSAMMENGESTELLT  
VON MELANIE MANDT (STAND: 22.09.2026)

**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](mailto:termine@quadratlueneburg.de)**

## TATTOOS

**KulturBäckerei**

**Gesamter Oktober**

**Montag bis Freitag**

**10.00 bis 18.00 Uhr**

**Wochenende 11.00 bis 17.00 Uhr**

Gleich zwei großartige Ausstellungen präsentiert die KulturBäckerei: „TATTOOS – Gezeichnet fürs Leben. Fotografien von Herbert Hoffmann“ im EG. Herbert Hoffmann (1919–2010) war Tätowierer, Fotograf und Chronist einer (un)sichtbaren Subkultur: Zu einer Zeit, als Tattoos stark mit Vorurteilen behaftet waren, porträtierte er unterschiedlichste tätowierte Menschen und hielt ihre Geschichten im klassi-



© Herbert Hoffmann

schen Schwarz-Weiß fest. Im OG findet man „ÜBERWUNDEN – Tattoos auf Narben der Vergangenheit“ mit ausdrucksstarke Fotografien von Menschen, die selbstverletzendes Verhalten hinter sich gelassen haben, ihre Körper, ihre Narben und die Tätowierungen, mit denen sie sichtbare Spuren der Vergangenheit neu gestaltet haben. Geschichten – von Verletzung und Schmerz, aber auch von Überwindung, Veränderung und der Kraft, einen neuen Weg zu beginnen. Infos: kunsthalle-lueneburg.de

## Massoud Godemann Trio

**Spätkaffee im Glockenhof**  
**Donnerstag, 1. Oktober**  
**20.00 Uhr**

Europäischer Jazz in concert! Vier Musiker. Vier Perspektiven. Ein lebendiger musikalischer Dialog. Das Massoud Godemann Trio zählt zu den markanten Stimmen des europäischen Jazz. Für diesen einmaligen Abend wird das Trio mit Stefan Back am Saxophon zum Quartett erweitert. Massoud Godemanns Gitarre spricht

– mit perlenden Linien, weiten Spannungsbögen, Dynamik und Groove. Jonathan Ihlenfeld ist Solist, Begleiter und Gestalter. Gemeinsam mit Markus Strothmann am Schlagzeug bildet er die Rhythmusgruppe – den Puls des Ensembles. Sie treiben die Musik voran, tragen sie in ungeahnte Höhen und verleihen selbst leisem Flüstern Spannung und Atem. Infos: spaetcafe.imglockenhof.de

## Ein Intermezzo

**Altes Forsthaus, Winsen**  
**Freitag, 2. Oktober**  
**19.00 Uhr Gespräch**  
**20.30 Uhr Konzert**

Seit über 30 Jahren ist L'art pour l'art eng mit dem Komponisten Michael Reudenbach verbunden. Der Zufall will es, dass dieser ebenso wie Hartmut Leistritz, Pianist des Ensembles, gerade seinen 70. Geburtstag feierten. Zu diesem Anlass gibt es ein Intermezzo als Sonderkonzert mit einer besonderen Programmkonstellation. Die Spielregel: Die „Geburtsstagskinder“ haben ein Vorrecht auf die Auswahl der Stücke; in gemeinsamem Austausch wurden Vorlieben diskutiert, gegenseitige Bezüge der Werke zueinander herausgestellt und das verblüffende Ergebnis lautet: Reudenbach und Brahms. Infos: lartpourlart.de

## Elias

**St. Johannis Lüneburg**  
**Samstag, 3. Oktober**  
**18.00 Uhr**

Der Oktober wird in St. Johannis Lüneburg in diesem Jahr besonders musikalisch, da gleich zwei große Oratorien zur Aufführung kommen: Felix Mendelssohn Bartholdys „Elias“, eines der

großartigsten Oratorien überhaupt erklingt mit der Kantorei St. Johannis und dem SanktNikolaiChor Kiel. Georg Friedrich Händels Meisterwerk sensationeller Tonmalereien und Klang, das Oratorium „Israel in Egypt“, musiziert der Motettenchor St. Johannis gemeinsam mit dem Ensemble Schirottko Hamburg am 25. Oktober. Weitere musikalische Veranstaltungen & Infos: st-johanniskirche.de

## Kinderkonzert

**mosaique Haus der Kulturen**  
**Sonntag, 4. Oktober**  
**10.00 Uhr bis 12.00 Uhr**



© Adriana Espinal und Isaac Cruz

Ein Interaktives zweisprachiges Kinderkonzert (Spanisch–Deutsch) für die ganze Familie. Mit fröhlichen Liedern, Bewegung und viel Spaß erleben Kinder und Erwachsene beide Sprachen. Adriana Espinal, Musikpädagogin aus Kolumbien, und der nicaraguanische Singer-Songwriter Isaac Cruz bringen den Kids und ihren Familien spielerisch die spanische Sprache näher. Dabei werden Kinder und Eltern eingeladen mit zu musizieren, zu tanzen und vor allem Spaß zu haben. Auch spannend: 24. Oktober, 11–13 Uhr - Kochzeit für Kinder; 5. Oktober, 19:00–21:00 Uhr - Wohnprojekte Stammtisch; 9. Oktober, 15:00–18:00 Uhr - Ü55-Café und noch so viel mehr! Infos: mosaique-lueneburg.de

# Kunstmeile Auf der Altstadt



**Samstag, 24. Okt. 2026 12 - 18 Uhr**  
**Sonntag, 25. Okt. 2026 11 - 17 Uhr**

- Atelier Gabriele Klipstein •
- Schmuckatelier Ulrike Klerner •
- Atelier Anja Struck • Atelier Jan Balyon •
- Luna's Tick Schmuck Ulrike Wiesemann & Verena Berger
- Bilderbuchverlag Bettina Cramm •
- Antiquitäten Achim Fahrenkrug •
- Handweberei Tini Bössel •

Genießen Sie einen Imbiss im Restaurant »Anno 1900«  
und ein gutes Glas Wein bei »Weinzeit«.

[www.kunstmeile-lueneburg.de](http://www.kunstmeile-lueneburg.de)



Christiane Hoffmann © Susanne Schleyer

## Die Träume, die wir hatten Heinrich-Heine-Haus Dienstag, 6. Oktober 19.30 Uhr

Ende der achtziger Jahre: eine Gruppe von jungen Frauen studiert Russisch. Sie lesen Dostojewski, trinken Wodka, reisen durch die Sowjetunion, die sich gerade auflöst. Eine Zeit des Aufbruchs, der Hoffnungen und Träume von einem demokratischen Russland, einem friedlichen Europa. Jahrzehnte später nimmt sich eine von ihnen das Leben. Es ist die Woche, in der Russland die Ukraine überfällt. Auf bewegende Weise verbindet Autorin Christiane Hoffmann ein Frauen-Schicksal mit den weltpolitischen Umbrüchen. Außerdem im Oktober die Reihe „Was uns bewegt“: „300 Männer. Aufstieg und Fall der Deutschland AG“ - Konstantin Richter im Gespräch am 13. sowie „Der Reisende. Georg Forster und die Entdeckung der Menschlichkeit“ - Andrea Wulf im Gespräch am 19. Infos: literaturbuero-lueneburg.de

## Spätschicht Ateliers in der KulturBäckerei Mittwoch, 7. Oktober 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Überstunden, die Spaß machen: Werkstatt-Licht an, Feierabend-Modus an! Die Kreativen aus der KulturBäckerei

legen eine extra „Spätschicht“ ein. An jedem ersten Mittwoch im Monat bleiben die Türen der Ateliers von 17:00 bis 20:00 Uhr extralange offen. Statt Excel-Tabellen gibt es hier frische Malerei, coole Fotografie, funkelnden Schmuck und kuschelige Strickaccessoires direkt aus der Kreativschmiede. Ideal, um nach der Arbeit ein bisschen Kunstluft zu schnuppern, mit den Machern zu schnacken oder sich selbst ein wohlverdientes Feierabend-Geschenk zu machen. Infos: kulturbaeckerei-lueneburg.de

## parlARTE Atelier Christina Kaul Mittwoch, 7. Oktober 18.30 Uhr bis 21.30 Uhr

Paola Rosini und Christina Kaul laden zum nächsten Konversationsabend über ein Meisterwerk der italienischen Kunstgeschichte! Heute dreht sich parlARTE um Giorgio Morandi und seine Stille ausstrahlenden Maleien von Flaschen in feinsten Farbnuancierungen. Die meditative Wirkung seiner Stillleben passt wunderbar in den Herbst, lässt uns innehalten, über Wesentliches nachdenken. Ein inspirierender Abend, spannende Geschichten über den Künstler und sein Werk, jede Menge italienische Sprachpraxis und eigene Kreativ-Experimente, für die man nicht „Malen-Können“ muss... Das Abendatelier



© Paola Rosini u. Christina Kaul



# PEUGEOT

## 208 HYBRID



# JETZT ZU ATTRAKTIVEN KONDITIONEN!

## UNWIDERSTEHLICH DYNAMISCH

Abb. zeigt nicht angebotenes Beispielfahrzeug.

**AUTO**  
**brehm**

Kombinierte Werte für den PEUGEOT 208 Hybrid GT HYBRID 110  
e-DSC6, 74 kW (101 PS) gem. WLTP: Kraftstoffverbrauch: 4,5 - 4,6  
l/100km; CO<sub>2</sub>-Emissionen: 102 - 105 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse: C

Auto Brehm GmbH · 21365 Adendorf (Lüneburg) · Dieselstr. 1 · Tel. (04131) 789920 · [www.autobrehm.de](http://www.autobrehm.de)

am 28.10. beschäftigt sich mit Gerhard Richters Serie „mood“. Anmeldung: paola.rosini@gmx.net & kaul@christinakaul.de

### **Dorf, Stadt, Fluss** **kaffee.haus Kaltenmoor** **Donnerstag, 8. Oktober** **19.00 Uhr**

Sabine Lehmbeck, Jahrgang 1969, lebt seit ihrer Geburt auf dem Land in Niedersachsen vor den Toren Hamburgs. Sie ist gelernte Buchhändlerin, spricht gerne und viel über Bücher und wollte schon immer einen Roman schreiben: mit Dorf,Stadt,Fluss ist es ihr gelungen. Und am 24. Oktober nimmt Sie ab 19.00 Uhr „Dylans Dream“ mit auf eine musikalische Reise durch die Jahrzehnte. Infos: awo-lueneburg.de

### **Per Rundberg** **Forum der Musikschule** **Freitag, 9. Oktober** **19.30 Uhr**

Die neue Saison der CATOIRE-Konzerte im Raum Lüneburg wird von dem Schweden Per Rundberg eröff-

net. Er gehört zu den führenden Pianisten Skandinaviens. In seinem Programm stellt er neben Kompositionen von Debussy, Kodály, Chopin, Catoire und Scriabin auch Werke seiner Landsleute Wilhelm Stenhammar und Adolf Wiklund vor. Einen französisch-russischen Klavierabend mit Werken von Fauré, Debussy, Chausson, Catoire, Feinberg und anderen präsentiert zudem Christophe Sirodeau am 31. Okt. um 18 Uhr im Forum der Musikschule Lüneburg.

### **Apfeltage** **Garten von Ehren, Hamburg** **Freitag, 9. Oktober** **und Samstag, 10. Oktober** **10.00 bis 18.00 Uhr**

Apfel, Birne, Kiwi, Wein ... Obst gehört in jeden Garten! Im Garten von Ehren werden Sie für jeden Bedarf und Standort fündig. Bei den Apfeltagen können Sie verschiedene Arten und Sorten probieren und sich von Profis beraten lassen, um dann den entsprechenden Baum auszuwählen. Die Experten von Garten von Ehren beraten Sie ausführlich zu Sorten, richtigem Schnitt und Pflege. Ein informati-

ver Vortrag mit vielen Tipps und Tricks erwartet Sie am Samstag um 14 Uhr. Auch die Experten von „Baum & Biene“ sind am Samstag für Sie da. Sie leisten naturgemäße Obstbaumpflege auf höchstem Niveau – schon vor der Pflanzung stellen sie die richtigen Fragen. Die Apfeltage sind traditionell auch der Start in die beste Pflanzzeit, denn im noch warmen Boden wachsen Gehölze jetzt optimal an und haben zum Saisonstart im nächsten Jahr einen Entwicklungsvorsprung und treiben kräftiger aus.

### **Funk it up** **& Burn it down** **One World** **Samstag, 10. Oktober** **20.00 Uhr**

An diesem Abend im OneWorld zu Reinstorf wird der Bogen weit gespannt. Ein Treffen des „who is who“ der Lüneburger und Uelzener Musiktreibenden wird erwartet. Trommel-Urgestein Markus Fellenberg feiert in seinen 60. Geburtstag hinein. An diesem Abend ist der Eintritt frei und viele Getränke für Männlein, Weiblein und alle anderen im Preis reduziert. Die klassische Musi-



© Bangers!

ker-Currywurst, nebst Pommes, wird auch nicht fehlen. Den Anfang an diesem Abend macht der „Chef“ selbst und wird mit dem LEVEL 42 Tribute WORLD MACHINE, nach dem gleichnamigen Album der Band benannt, die Sticks in die Hand nehmen. Danach werden die BANGERS! die Zeitmaschine besteigen und ein paar Gänge hochschalten. Live Präsenz, eine fast kindliche Spielfreude und der allseits berühmte „Zug zum Tor“ machen den Abend zum Fest. Alle kommen!

### **Zirkus –** **Spiel und Spaß** **Familienbildungsstätte** **12.-16. Oktober** **8.30 Uhr bis 14.00 Uhr**

# **Catoire** **Konzerte**

Konzertinfos: [www.catoire-musikinitiative.de](http://www.catoire-musikinitiative.de)

Piano Recital  
Kammermusik  
Piano-Jazz



Ein inklusives Kinderprogramm in den Herbstferien in Lüneburg! Zirkus – Spiel und Spaß für Kinder im Grundschulalter, mit und ohne Behinderung. Manege frei! Wer hat Lust, für eine Woche in die Welt des Zirkus einzutauchen? In den Ferien verwandelt die Fabs ihre Räume in eine bunte Zirkuswelt – mit jeder Menge Spiel und Spaß. Egal ob mit oder ohne Behinderung, ob Wirbelwind oder ruhiger Geist – hier sind alle willkommen und genau richtig. Gut zu wissen: Die meisten Aktivitäten finden geschützt und barrierearm im Erdgeschoß statt, in einer kleinen Gruppe von sechs bis 15 Kindern. Mindestens drei erfahrene Kursleitungen begleiten die Kinder durchgehend und verlässlich durch den Tag. Jetzt anmelden und Platz sichern [familienbildungsstaette.de](http://familienbildungsstaette.de), aber Achtung: es sind nur noch Plätze für Kinder mit Behinderung verfügbar.

## Auf Spurensuche

**Kloster Lüne**

**Montag, 12. Oktober**

**13.30 Uhr bis 16.30 Uhr**

Ein Herbstferientag für Schulkinder von 8 bis 12 Jahren und die Einladung, zusammen wie Detektive auf die Spurensuche nach den Kostbarkeiten im mittelalterlichen Kloster Lüne gehen. Welches ist wohl das älteste Kunstwerk? Könnte es ein monsterähnliches Wesen mit blank geriebener Nase sein? Es soll eine Tür bewachen, aber wo führt die Tür hin, und was befindet sich dahinter? Dann dürfen sich alle ein Beschützertier ausdenken, zeichnen und auf einer Softcut-Platte einritzen und dann mit bunter Farbe auf Papiertüten drucken. Am Donnerstag 15.10. heißt es dann „Klosterschätze wollen entdeckt werden!“ Dann

kann man in mittelalterlicher Kleidung mit einer Konventualin spannende Geschichten hinter sonst verschlossenen Türen entdecken. Infos & Anmeldung: [kloster-luene.de](http://kloster-luene.de)

## Russlanddeutsche Literatur

**Lesesaal**

**der Nordost-Bibliothek**

**Dienstag, 13. Oktober**

**18.00 Uhr bis 19.30 Uhr**

„Russlanddeutsche Literatur in den Jahren 1930–1960: Aufstieg, Niedergang, Wiederbelebung“: Darum geht es im Vortrag von Prof. em. Dr. Annelore Engel-Braunschmidt in der Reihe „85 Jahre Deportation der Deutschen in der Sowjetunion“. Politische Verfolgung, Deportation und der Verlust kultureller Strukturen prägten auch die literarischen Ausdrucksmöglichkeiten. Der Vortrag fragt zudem danach, wie Erfahrungen erinnert und literarisches Wissen an nachfolgende Generationen weitergegeben wurden. Am 20.10. spricht Prof. Dr. Eva-Maria Auch „Von Erfolgen zu Verfolgungen. Der Weg der Kaukasusdeutschen in die Deportation“ Am 27. Oktober 2026 referiert Prof. Dr. Olga Litzenberger über „Die Rolle der Religion für die Russlanddeutschen nach der Deportation“ Infos & Livestream: [ikgn.de](http://ikgn.de)

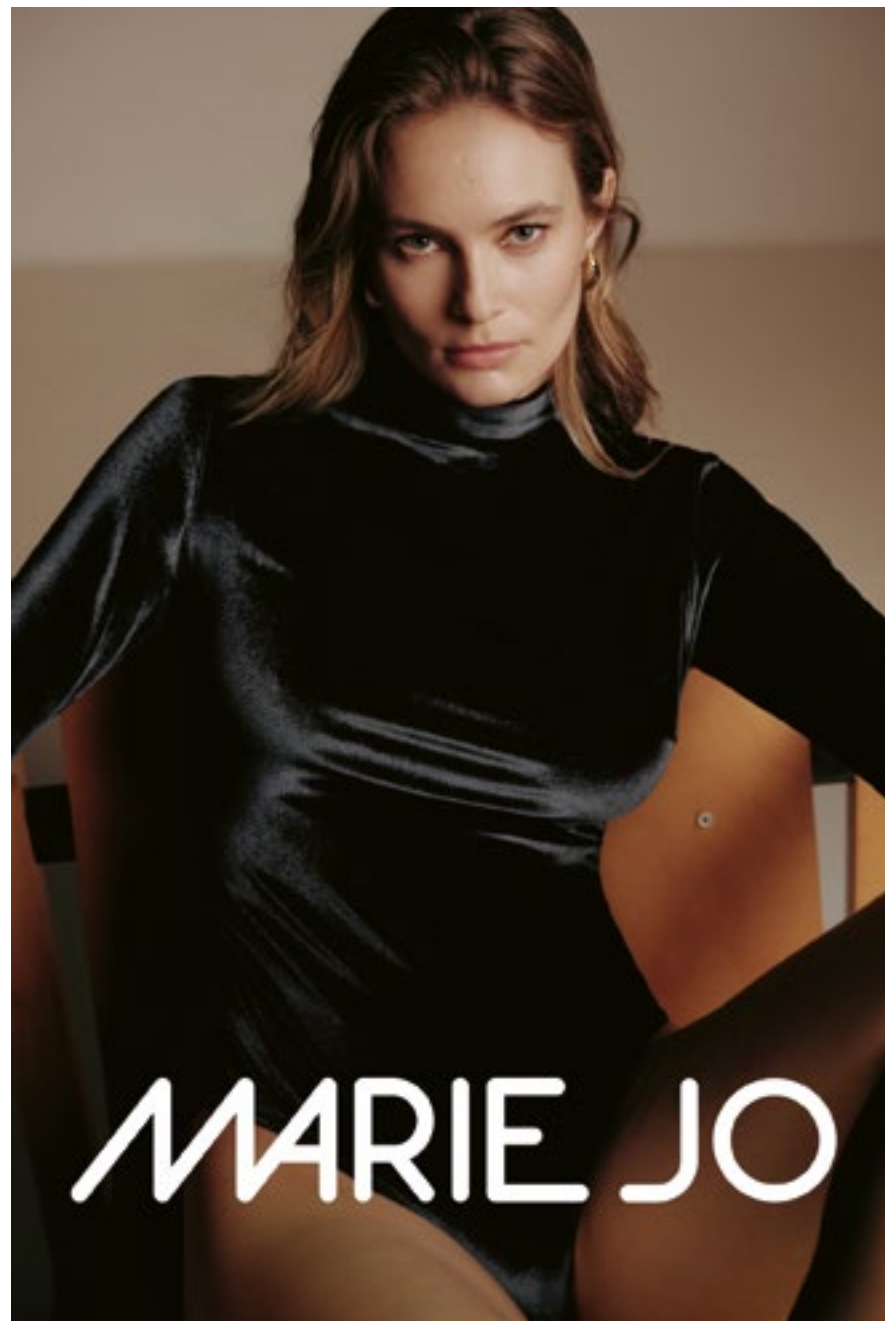
## 6 Tage im April – eine Spurensuche

**Wandrahmpark**

**Freitag, 16. Oktober**

**15.00 Uhr bis 16.30 Uhr**

Diese Führung mit dem Rad führt zu den Orten des schwersten Kriegsverbrechens am ehemaligen Güter-



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](http://www.venus-moden.de)

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



Christiane Bleumer

# Kunst und mehr

**Die Kunstmeile  
„Auf der Altstadt“ lädt alle  
Interessierten ein**

**E**s ist wieder so weit: Am letzten Oktoberwochenende – **Samstag, 24.** von 12 bis 18 Uhr und **Sonntag, 25. Oktober** von 11 bis 17 Uhr – präsentiert sich anlässlich der inzwischen neunten **KUNSTMEILE** die westliche Altstadt aufs Neue als lebendiger Teil der Lüneburger Kulturlandschaft: Die Kunstschaffenden der Straße „**Auf der Altstadt**“ öffnen ihre Ateliers und Geschäfte und geben einen umfassenden Einblick in ihre Arbeit. In den Ateliers von Jan Balyon, Gabriele Klipsstein und Anja Struck gibt es neben deren unverwechselbaren Gemälden vieles mehr zu sehen. Bettina Cramm zeigt in ihrem „Bilderbuchverlag“ neben der erfolgreichen Kunstgeschichtsreihe »Blitzschnell fit in großer Kunst« großformatige Lüneburger Adventskalender sowie liebevoll illustrierte Kinder- und Märchenbüchern. In ihrem Schmuckatelier im alten Kramerhaus setzt Ulrike Klerner handgefertigte Kostbarkeiten in Szene. Das Schmuckatelier „Luna's Tick“ von Ulrike Wiesemann zeigt deren Unikatschmuck sowie die nachhaltigen Schmuckkreationen der Goldschmiedemeisterin Verena Berger. In Tini Bössels Handweberei kann man wertvolle textile Einzelanfertigungen bewundern. Der Antiquitätenladen von Achim Fahrenkrug stellt Schmuck und spannende Fundstücke aus alter Zeit aus.

Für das leibliche Wohl sorgen Astrid Brinkmann, die in ihrem Geschäft „Weinzeit“ Qualitätsweine und Geschenke bereithält, sowie Wirt Martin Lühmann, der seine Gäste mit diversen Bieren vom Fass und deftigen Köstlichkeiten in seinem Restaurant „Anno 1900“ verwöhnt. Alle freuen sich auf zahlreiche Besucher!

bahnhof. Im April 1945 strandete dort 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. Die Geschichtswerkstatt Lüneburg e.V. mit dem VVB/BdA, KV Lüneburg ermöglichen diesen Einblick in einen dunklen, wichtigen Teil Lüneburger Geschichte. Treffpunkt ist der Waggon im Wandrahpark neben dem Museum Lüneburg.

## Liveband-Karaoke

**Brauhaus Nolte  
Freitag, 16. Oktober  
20.00 Uhr**

Bei Nolte freuen sich alle tierisch, mit einer neuen Veranstaltungsreihe an den Start zu gehen! Die Liveband-Karaoke passt bestens zum Programm der Traditionsgaststätte. Das Besondere ist: Bei dieser Karaoke kommt die Musik nicht vom Band, sondern von einer kompletten Band, die live hinter Dir auf der Bühne spielt. Ein ganzer Abend mit richtigen Musikern, die zudem noch richtig gut sind und einer Liste von über 100 Songs! Jeder und jede hat die Chance, Teil eines ganz besonderen Live-Events zu sein. Schon auf dem diesjährigen Theaterfest wurde das Format getestet – die Stimmung war super! Du musst kein Profi sein. Wenn Du Lust hast, einmal auf der Bühne zu stehen, bist Du genau richtig. Such Dir Deinen Lieblingssong aus, schnappst Dir das Mikrofon – und Sebastian Brand, Olaf Nie-



© Thomas Laulet

buhr und Lars Plogschties begleiten Dich mit Bass, Drums und Gitarre. Olaf und Lars kennt Ihr unter anderem von @marvelatelephants. Durch den Abend führt Gregor Müller. Wer im Oktober keine Zeit hat, sollte sich schon einmal den 6. November vormerken. Dann kann wieder gesungen werden – und zwar sogar im Rahmen unseres Sausbock-Anstichs.

## Gospelworkshop

**Emmaus-Gemeinde  
Freitag, 16.  
bis Sonntag, 18. Oktober**

Einen dreitägigen Gospelworkshop veranstaltet der Verein „Celebrate Gospel“ in Adendorf. Errol Wayne und Carl Watkins sind als Dozenten dieser Veranstaltung angekündigt, die ausdrücklich für jeden Menschen geeignet ist, der sich für diese besondere Musikform begeistert. Gemeinsam wird ein Konzertprogramm erarbeitet, das anschließend in der Emmaus-Kirche aufgeführt wird. Informationen bei Enno Fuhrmann unter Tel.: 04134 900620.

## Summer in the City Atelier 4, KulturBäckerei Freitag, 16. Oktober 18.30 Uhr

Dieser KunstSalon steht unter dem Motto „Autorin trifft Malerin – Farbe trifft Wörter“! Die Autorin Christa Glang entdeckte im Atelier von Anke Gruss das Bild „Summer in the City“ – und genau dieses Werk schickte ihre Fantasie auf eine bildhafte Wortreise. Dazu möchten beide Sie im KunstSalon herzlich einladen. Freuen Sie sich auf eine abwechslungsreiche Mischung aus einer spannenden Kurzgeschichte, einem Drabble und einem Gedicht. Es erwartet Sie ein unterhaltsamer Abend, der neugierig macht und Lust auf mehr weckt. Infos: [kulturbaeckerei-lueneburg.de](http://kulturbaeckerei-lueneburg.de)

## Die Wut, die bleibt

**Theater zur weiten Welt  
Freitag, 16. Oktober  
19.30 Uhr**

Mareike Fallwickl skizziert in diesem feministischen Stück auf drastische Weise, was geschieht, wenn eine erschöpfte Mutter aufgibt, beschreibt die Lücken, die sie hinterlässt und die weibliche Wut... Das Theater zur weiten Welt.



ten Welt inszeniert, wie immer bravou-  
rös, diesmal ein Theaterstück über:  
Care-Arbeit, Elternschaft, Female  
Rage, Wäscheberge, Selbstverteidi-  
gung, Karma, Salz, Teilzeitfalle, Body-  
shaming, Vergeltung, Miss Piggy, Zu-  
sammenhalt, Kuchen, beste Freun-  
dinnen, Liebe, Kraft und die Wut, die  
bleibt. Infos, weitere Termine & Kar-  
ten für die Aufführungen in der Kultur-  
Bäckerei: theaterzurweitenwelt.de

## **Hochgestapelt** **Salon Hansen** **Samstag, 17. Oktober** **19.30 Uhr**

Endlich! Seit ihrem zehnten Lebens-  
jahr steht Laura Brümmer auf der Büh-  
ne, nimmt Anlauf für genau diesen Mo-  
ment: Ihre erste eigene Solo Tour  
„Hochgestapelt“ Es ist perfekte Stand  
Up Comedy! Das Publikum kennt und  
liebt ihren Humor längst aus Live-  
Shows & TV-Sendungen. Obwohl sie  
seit zwanzig Jahren auf den Comedy-  
und Musicalbühnen Deutschlands  
steht, hält sie sich nach wie vor für  
eine Hochstaplerin. Aber jetzt ist mal  
Schluss damit! Ab sofort wird tiefgesta-  
pelt. Laura gelingt der besondere & hu-

morvolle Blick auf die Dinge. Dabei  
spricht sie auch über die Tücken des  
Erwachsenwerdens. Clever, mit viel  
Leichtigkeit und einer Menge Witz. Er-  
leben Sie diesen Abend voller Aha-Mo-  
mente, Optimismus und der Erkennt-  
nis, dass niemand so wirklich weiß,  
was er eigentlich tut. Egal wie alt man  
ist oder sich fühlt. (Eintritt ab 16) Infos:  
salonhansen.com

## **Vilma Talvitie** **Pianokirche Lüneburg** **Mittwoch, 21. Oktober** **19.00 Uhr**

Vilma Talvitie: Das ist charismatischer  
Ethno-Pop aus Finnland! Die Ethno-  
Pop-Künstlerin aus Helsinki baut Brü-  
cken zwischen Pop, Weltmusik und  
heimischem Folk. Sie begeistert als  
„One-Woman-Band“ mit Stimme, Pia-  
no, Body Percussion und Tanzelemen-  
ten – mit ihrem Charisma bringt sie  
jede Bühne zum Leuchten. Sie lässt  
sich von finno-ugrischen Geschichten  
und Traditionen inspirieren, transfor-  
miert diese in ihre eigenen Songs und  
kreiert so einen ganz eigenen musika-  
lischen Kosmos. Infos: pianokirche-  
lueneburg.de

## **LATE** **Brauhaus Krone** **Samstag, 24. Oktober** **20.00 Uhr bis 23.30 Uhr**

„Krone rockt“ - diesmal mit LATE! Sei-  
en Sie ein Early Bird und sichern sich  
schon jetzt ein Ticket für eine lange  
Rock/Pop-Cover-Night mit der Band  
Late. Fünf dynamische Musiker brin-  
gen mit Covern aus Rock und Pop ei-  
nes der ältesten Brauereigebäude Lü-  
neburgs, liebevoll „die Krone“ ge-  
nannt, für Sie zum Klingen. Infos: kro-  
ne-lueneburg.de & late-band.de

## **Popkultur braucht** **Zukunft** **Salon Hansen** **Montag, 26. Oktober** **17.00 Uhr bis 20.00 Uhr**

Weil Popkultur Zukunft braucht, sind  
Sie eingeladen zur Austauschrunde  
„Round Table Niedersachsen“ Es geht  
um: Förderung, Verantwortung und  
Perspektiven für ländliche Räume.  
Diskutieren Sie mit Menschen aus Po-  
litik, Kultur, Veranstaltungswirtschaft  
und Musikszene über die Zukunft der

Popkultur im ländlichen Raum. Denn  
steigende Kosten und unsichere Fi-  
nanzierung setzen Clubs, Festivals  
und Kunstschaffende zunehmend un-  
ter Druck. Der Round Table zeigt Erfol-  
ge auf und entwickelt konkrete Hand-  
lungsempfehlungen für nachhaltige  
Finanzierung, Infrastruktur, politische  
Rahmenbedingungen, Vernetzung  
und Nachwuchsförderung. Denn Pop-  
kultur ist Teil öffentlicher Daseinsvor-  
sorge. Infos: salonhansen.com

## **Ladislav Pazdera** **Wasserturm** **Dienstag, 27. Oktober** **20.00 Uhr**

Acoustic guitar - lässig, sophisticated,  
groovy, das ist Ladislav Pazdera! Er  
hat sich ganz der Akustikgitarre ver-  
schrieben und gehört zu jener Gene-  
ration von Musikerinnen und Musi-  
kern, die ohne Genregrenzen aufge-  
wachsen ist. Entsprechend verarbei-  
tet er auf seinem kommenden Solo-  
Album Chiaroscuro wie auch schon  
bei früheren Projekten stilistisch viel-  
fältige Inspirationen zu sehr persönli-  
chen, berührenden und ausdrucks-  
starken Stücken. Groß ist ihre Vielfalt



„Eine wunderbare Kunstsammlung eines inspirierenden Unternehmers.“  
„Interessante Sammlung und tolles Gebäude. Ein großer Gewinn für Lüneburg.“  
„Wir sind begeistert, besser als jedes Museum!“  
„Diese Kunst ist fantastisch. Ich bin sehr glücklich, dass es diese Sammlung gibt.“  
„Eine fantastische Kunstsammlung! Das Highlight in meinem Urlaub in Lüneburg!“  
„Eine wunderbare Ausstellung, tolle Räume und ein schönes Café, rundum gelungen!“

**KUNSTSAMMLUNG**  
HENNING J. CLAASSEN

Sankt-Ursula-Weg 1 | 21335 Lüneburg | [www.kunstsammlung-henningjclaassen.de](http://www.kunstsammlung-henningjclaassen.de)



# TafelMusik

## Musik teilen, Begegnung ermöglichen

**M**it der Konzertreihe TafelMusik verbindet Luna del ARTE e. V. professionelle Musik, Musikvermittlung und soziales Engagement. Drei Sonntagvormittage in der St. Marienkirche in der Friedensstraße 8 laden dazu ein, Musik aus unterschiedlichen Perspektiven kennenzulernen – und zugleich den Mittagstisch St. Marien zu unterstützen. Luna del ARTE e. V. ist ein junger Lüneburger Kulturverein, der professionelle Musik, kulturelle Bildung und künstlerische Begegnungen in der Region fördern möchte. Dabei geht es nicht allein um Konzerte, sondern auch darum, Zugänge zu Musik zu schaffen und Menschen für unterschiedliche musikalische Ausdrucksformen zu begeistern.

Die TafelMusik setzt dieses Anliegen auf besondere Weise um. Professionelle Musikerinnen und Musiker aus Lüneburg und der Region gestalten die Konzerte ehrenamtlich. Der Eintritt ist frei; die Spenden am Ausgang kommen dem Mittagstisch St. Marien zugute. So wird das gemeinsame Musikerlebnis unmittelbar mit einem lokalen sozialen Anliegen verbunden.

**Am 11. Oktober um 11.30 Uhr** geht es bei „Große Musik in kleiner Form“ um Werke von Antonio Vivaldi und Georg Friedrich Händel für zwei Oboen, Fagott und Basso continuo.

**Am 25. Oktober um 11.30 Uhr** steht Georg Philipp Telemanns Tafelmusik im Mittelpunkt. Das Abschlusskonzert „Jauchzet dem Herrn alle Welt“ am **8. November um 11.30 Uhr** bringt unter anderem Werke von Luigi Cherubini, Johann Sebastian Bach und Wolfgang Amadeus Mozart zu Gehör.

■ **Infos:** [www.lunadelarte.org](http://www.lunadelarte.org)



© Ladislav Pazderna

an Klangfarben und Stimmungen, beeindruckend die Spanne zwischen fein ziselierten Passagen und dynamisch-rhythmischem Temperament. Infos: [wasserturm.net](http://wasserturm.net)

## The Music of Chick Corea

**Foyer Museum Lüneburg  
Freitag, 30. Oktober  
19.30 Uhr**

Dass Vielseitigkeit zu Entscheidungsschwäche führen kann, ist ein Gerücht, das der Tübinger Pianist und Komponist Herwig Rutt nicht bestätigen kann. Von der Klassik kommend, begann er schon in jungen Jahren, mit Free Jazz zu experimentieren. Er absolvierte Studienjahre in Bonn und Stuttgart, arrangierte und komponierte für Theater, spielte Klezmer, Tango, Jazz, aber auch immer wieder Klassik und Neue Musik. In dieser „Night at the Museum“ stellt er seine persönlichen Favoriten aus ChickCoreas Songbook vor und wird unterstützt von seinem Bruder Thomas (Bass)! Im zweiten Set des Abends findet eine Jam Session statt. Infos: [jazzig.net](http://jazzig.net)

## Lüneburger Wandelwoche

**Eröffnung  
Museum Lüneburg  
Freitag, 30. Oktober  
19.00 Uhr bis 22.00 Uhr**

Mit Mut und Hoffnung in die Zukunft blicken – Das ist Motto der Lüneburger Wandelwoche 2026. Der Zukunftsrat und 64 Lüneburger Initiativen laden alle herzlich ein, bei der diesjährigen Wandelwoche vom 30.10. bis 8.11.26 dabei zu sein. Ob Mitmach-Aktion, Stadtrundgang oder Gesprächsrunden: Freuen Sie sich auf zehn Tage voller vielfältiger Formate zu einem Strauß an Themen wie nachhaltiges Wirtschaften, Demokratie, Klimaschutz, soziale Gerechtigkeit, Wohnen, Mobilität und gesellschaftlicher Wandel. In diesem Jahr liegt der Fokus vor allem auf dem respektvollen Dialog miteinander. Eröffnet wird mit Tobi Rosswog „Nehmen wir das Leben wieder selbst in die Hand“ – geschlossen am 7.11. mit dem Kulturellen Abschlussabend „UTOPIA“ – am 8.11. mit der Vielfaltsparade „Zukunfts(T)räume“ gefeiert. Alle Termine, Orte & Infos: [wandelwoche-lueneburg.de](http://wandelwoche-lueneburg.de)

## Die PARTYsaison ist eröffnet

Zum Beispiel mit dem neuen Salon Hansen Club ab 18 Jahren. Jeden Samstag ab 22.00 Uhr für 5 Euro nur an der Abendkasse liefert euch der Abend die exakt passende Musik für euer verheißungsvolles Vorhaben. Die Musikrichtung: all styles. Es gibt also genremäßig keine Festlegung, nur eine gemeinsame Zielsetzung und die lautet: tanzbar! Die erstklassigen DJ's, die wir euch hierfür kredenzen, werden jede Woche sorgfältig ausgewählt und sind meist auch über die Stadtgrenzen hinaus bekannt. Der Salon Hansen Club ist ab sofort der sichere Anlaufpunkt für eure gelungene Party am Samstagabend. Schluss mit Zaudern und

rauf auf den Dancefloor! Doch auch viele andere Orte laden ein, denn der Herbst kommt und man geht wieder tanzen! Man könnte ganze Seiten füllen, um die reichhaltige Auswahl von Jugenddisco über Microdosis bis hin zur Ü60-Disco abzubilden! Viel Spaß beim Selbst entdecken! & vielleicht sieht man sich bald auf der Tanzfläche...

## Künstlerische Entdeckungsreise Kunstraum-Frank Verschiedene Termine

Schon seit mehr als 20 Jahren bietet der Kunstraum-Frank in Lüneburg Malkurse für Kinder und Erwachsene an. Was aus Leidenschaft für die Kunst und dem Wunsch entstand, kreative Potenziale zu fördern, ist heute ein vielseitiger Ort für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Im Mittelpunkt steht die persönliche künstlerische Entwicklung jedes Einzelnen. Kinder und Erwachsene sollen die Möglichkeit bekommen, eigene Ideen zu entwickeln, sich auszudrücken und Freude am kreativen Gestalten zu erleben. Ein Einstieg in die Kurse ist jederzeit möglich. Das Angebot richtet sich an verschiedene Altersgruppen. Für die Kleinsten ab 3 Jahren gibt es spezielle Malkurse, in denen sie spielerisch Farben, Formen und Materialien entdecken. Kinder und Jugendliche von 6 bis 16 Jahren können ihre künstlerischen Fähigkeiten im Malkurs weiterentwickeln oder im Theaterkurs Fantasie, Ausdrucksfähigkeit und Selbstbewusstsein stärken. Ergänzt wird das Programm durch Workshops, zum Beispiel Tonarbeit und Trockenfilzen für Kinder und Erwachsene. [www.kunstraum-frank.de](http://www.kunstraum-frank.de)

# Unsere Events

## im Castanea Resort

# Winter WONDERLAND

EINTRITT  
FREI

## OPEN HOUSE

Samstag, 28.11.2026 • 12-18 Uhr

Wir laden euch ein in unsere  
zauberhafte Weihnachtswelt!

### WINTERLICHE GENÜSSE

Kulinarische Highlights  
drinnen & draussen

### HOTEL ENTDECKEN

Führungen & Einblicke  
hinter die Kulissen

### LIVE-MUSIK & ENTERTAINMENT

MIO-Mein Chor, Spielmannszug,  
Air Brush-Tattoo & Tierballons

### ADVENTSBASAR & KINDERPROGRAMM

Basteln, Hüpfburg, Karussell,  
Glücksrad, Feuerwehr-Auto, u.a.

# SILVESTER

## im Castanea

Feiern Sie den Jahreswechsel  
bei uns in festlicher  
Atmosphäre und erleben Sie  
eine spektakuläre Laser- und  
Feuerwerkshow!

JETZT  
PLÄTZE  
SICHERN!

SILVESTER-TICKET  
ab

# 235 €

pro Person

Genießen Sie ein festliches  
Galabuffet und feiern Sie mit  
Live-Musik und unserem DJ  
bis in die frühen Morgenstunden

JETZT BUCHEN:  
04131-2233 22 11





EIN INTERNATIONALES FILMMUSIK KONZERT IN LÜNEBURG

Karten über  
[lueenburgtickets.de](https://lueenburgtickets.de)

# A CINEMATIC CHRISTMAS

19. 12. 2026 | 20 UHR LEUPHANA AUDITORIUM LÜNEBURG

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

In Zusammenarbeit mit dem Lüneburger Kammerorchester, dem Leuphana Kammerchor,  
der Ballettschule Wojtasik Lüneburg sowie mit Projektionen von Karin Greife

MUSIKALISCHE LEITUNG: JAN WILLEM DE WITH

Mit freundlicher Unterstützung



Volksbank  
Lüneburger Heide eG

## Leuphana Kammerchor

Der Leuphana Kammerchor unter der Leitung von **Rebecca Anne Lang**, die als Universitätsmusikdirektorin und als freischaffende Dirigentin in den Bereichen Oper, Konzert, zeitgenössische Musik und Musical tätig ist, gehört zu den fünf Chören des Musikzentrums der Leuphana Universität Lüneburg.

Das Ensemble besteht aus rund 20 Sängern und Sängerinnen, die sich intensiv mit anspruchsvoller Chormusik auseinandersetzen. Musikalisch bewegt sich der Kammerchor bewusst über Genre Grenzen hinweg. Neben klassischer Chormusik gehören auch Musical, Jazz

**Freuen Sie sich auf ein  
erlesenes Musikereignis mit  
visuellen Glanzpunkten in  
magischer Atmosphäre ...**

## Ballettschule Wojtasik -

**Tanz mit Tradition und Leidenschaft**

Seit 1973 steht die Ballettschule Wojtasik für klassischen Tanz, fundierte Ausbildung und die Liebe zur Bühne.

Im Jahr 2011 haben Christina und Artur Wojtasik die Schule im Herzen von Lüneburg von Edith Barna Kecsek übernommen.

Nach vielen Jahren als Solisten auf nationalen und internationalen Bühnen geben die beiden heute ihre Erfahrung mit großer Leidenschaft an den Nachwuchs weiter. Fachwissen, Professionalität und ein geschultes Auge für die individuelle Entwicklung ihrer Schülerinnen und Schüler gehören dabei zu ihrer täglichen Arbeit. Gerade in der heutigen schnelllebigen Zeit braucht Tanz Geduld. Technik entsteht durch regelmäßiges Üben, Disziplin und Ausdauer. Und dann kommt dieser besondere Moment:

Eine Bewegung, die immer wieder geübt wurde, gelingt plötzlich.



und zeitgenössische Werke zum Repertoire. So standen in den vergangenen Jahren unter anderem zwei konzertante Musicalprojekte, ein Jazz-Standard-Projekt sowie Aufführungen einer zeitgenössischen sowie einer klassischen Cantata auf dem Programm. Viele Mitglieder des Kammerchors sind demnächst in der ersten Leuphana Musical Production Dear Evan Hansen zu erleben. Das Musical kommt in einer deutschen Fas-

sung auf die Bühne und feiert am 21., 22. und 23. Oktober im Auditorium des Zentralgebäudes Premiere. Dies zeigt einmal mehr die musikalische Vielseitigkeit des Ensembles.



*Mit seinen Konzerten bereichert der Kammerchor regelmäßig das kulturelle Leben der Leuphana Universität und der Hansestadt Lüneburg. In diesem Jahr ist das Ensemble Teil der Quadrat Weihnachtsgala „A Cinematic Christmas“ und gestaltet gemeinsam mit weiteren Musizierenden einen festlichen Konzertabend.*

# Quadrat Weihnachtsgala! Tradition im festlichen Glanz epischer Filmmusik...

Aus Unsicherheit wird Selbstbewusstsein. Aus Arbeit entsteht Freude. Die Schülerinnen und Schüler lernen, sich selbst zu entdecken, über sich hinauszuwachsen und sich der Musik ganz hinzugeben.

Für einen Moment tritt der Alltag in den Hintergrund und es entsteht etwas ganz Eigenes. Besonders freuen sich alle deshalb auf die neue Herausforderung, gemeinsam mit einem Live-Orchester auf der Bühne zu stehen. Als Tänzer und Pädagogen sehen sie diesem Projekt mit

Begeisterung entgegen. Voller Vorfreude auf einen magischen Moment sind sie dankbar für das Vertrauen, das Jan Willem de With ihnen entgegenbringt.

**Janina Gärtner** und **Vassilissa Paschke** werden am 19. Dezember mit tänzerischen Einlagen das Konzert begleiten.



(Fotografin: Freyja Strehlau)

## Karin Greife

Die Bildende Künstlerin Karin Greife arbeitet seit über zwölf Jahren im Atelier 1 der Kulturbäckerei. Die studierte Kulturwissenschaftlerin widmet sich in ihrem künstlerischen Schaffen insbesondere der Stadt Lüneburg und hat bislang mehr als 200 Motive eingefangen. In ihrem unverwechselbaren Stil abstrahiert sie Architektur, Landschaften und urbane Sze-



nen und verbindet diese mit atmosphärischen Stimmungen und persönlichen Eindrücken. Ihre Werke eröffnen einen neuen, poetischen Blick auf die Stadt und ihre Umgebung. Eine kleine Auswahl wird im Rahmen des Konzertes von der **Studio Desk Animation London** eingebunden und neu interpretiert.

# SALLIER

## Wir geben Zukunft Raum.

**Immobilien vermitteln. Potenziale entwickeln. Zukunft gestalten.**



**S**ALLIER steht für Immobilienkompetenz aus Lüneburg – regional verwurzelt und überregional aktiv. Seit 1984 wird das Unternehmen von Jürgen Sallier in zweiter Generation geführt.

Heute verbindet SALLIER zwei starke Bereiche: Immobilienvermittlung und Projektentwicklung. Das Team begleitet den Verkauf und die Vermietung von Wohn- und Gewerbeimmobilien, entwickelt Grundstücke und Bestandsobjekte und bringt Eigentümer, Investoren, Käufer und Unternehmen zusammen.

Dabei geht es um mehr als die reine Vermittlung. SALLIER erkennt Potenziale, entwickelt Perspektiven und schafft Lösungen, die zu Immobilien, Standorten und Menschen passen. Von der ersten Idee über die Positionierung bis zur erfolgreichen Vermarktung werden Projekte ganzheitlich gedacht und persönlich begleitet.

### **Eine Marke. Viele Möglichkeiten.**

Mit dem neuen Markenauftritt und dem Leitsatz „SALLIER – Wir geben Zukunft Raum“ beginnt das

Unternehmen ein neues Kapitel. Wohnen, Gewerbe und Projektentwicklung rücken unter einer gemeinsamen Marke noch enger zusammen. Der neue Auftritt zeigt, wofür SALLIER steht: langjährige Erfahrung kombiniert mit neuen Ideen, fundierter Marktkennntnis und dem Anspruch, Immobilien aktiv weiterzudenken.

Auch das Team entwickelt sich weiter. Nina Stromer ist zurück bei SALLIER und übernimmt die Leitung für den Bereich Wohnimmobilien. Mit ihrer Erfahrung und ihrer starken Verbindung zur Region wird sie den Bereich Wohnen weiter ausbauen und neue Impulse setzen.

## Neue Projekte für Lüneburg und die Region

In der Neubauvermarktung bewegt sich ebenfalls viel. Aktuell begleitet und vermarktet SALLIER verschiedene Wohnprojekte in Lüneburg, Winsen und Umgebung. Dazu gehören unter anderem 32 Eigentumswohnungen Am Schützenplatz - LUCIA Living sowie 8 Eigentumswohnungen GRÜNBLICK in Lüneburg und 30 Eigentumswohnungen in Winsen. Moderne Eigentumswohnungen entstehen auch in Adendorf, während in Bardowick neue Reihenhäuser gebaut werden. Im Mittelpunkt stehen stets zeitgemäße Wohnkonzepte und durchdachte Grundrisse. Von der Projektidee bis zur Vermarktung bringt SALLIER Marktkenntnis und Immobilienkompetenz zusammen.

## Immobilien erfolgreich vermitteln

Neben Neubauprojekten vermittelt SALLIER klassische Wohnimmobilien ebenso wie Anlageobjekte und Gewerbeimmobilien zur Miete oder zum Kauf. Eigentümer profitieren dabei von einer persönlichen Beratung, fundierten Marktpreiseinschätzung und einer professionellen, individuellen Vermarktung jeder einzelnen Immobilie. Auch bei der Vermietung übernimmt das Team den gesamten Prozess – von der Präsentation der Immobilie über die Auswahl geeigneter Interessenten bis zum Mietvertragsabschluss.

Ob Eigentumswohnung, Einfamilienhaus, Mehrfamilienhaus, Büro, Praxis, Ladenfläche, Gewerbegrundstück oder Unternehmensstandort: SALLIER bringt Immobilien, Menschen und Möglichkeiten zusammen.

## Raum für das, was kommt

Auch digital stellt sich SALLIER neu auf. Die Website [sallier.de](https://www.sallier.de) erhält derzeit einen umfassenden Relaunch und wird künftig das gesamte Leistungsspektrum aus Immobilienvermittlung, Projektentwicklung und aktuellen Projekten noch klarer präsentieren.

Immobilien sind für SALLIER nicht nur Gebäude oder Grundstücke. Sie sind Ausgangspunkt für Entwicklung, Investitionen und neue Möglichkeiten.



■ **SALLIER Immobilien e.K.**  
04131 24200 / [immobilien@sallier.de](mailto:immobilien@sallier.de)  
[www.sallier.de](https://www.sallier.de)



**Gewerbeimmobilien**



**Wohnimmobilien**



# Mein Herzensprojekt an der Elbe

Wie wir den „Waldfrieden“ in 4. Generation neu zum Leben erweckten

VON NINA WYWIJAS

**M**anchmal führt das Leben einen genau dorthin, wo man hingehört – man muss nur den Mut haben, den ersten Schritt zu gehen. Die Gastronomie begleitet mich mein ganzes Leben. Mein allererster Job im Service führte mich mit 16 Jahren ins Reinstorfer Hotel. Nach dem Abitur ging es erstmal landauswärts. Zwei Jahre lebte ich in Australien. Dort habe ich in der Gastro gearbeitet und Hotelmanagement studiert, um nicht nur Gastgeberin aus Leidenschaft, sondern auch Unternehmerin mit Plan zu werden. Mein Handwerk lernte ich danach von der Pike auf – meine Hotelfachausbildung habe ich im Castanea in Adendorf absolviert.

Als ich mich dann entschloss, das Restaurant Waldfrieden in Bleckede zu übernehmen, war das für mich weit mehr als nur ein beruflicher Schritt: Ich habe den Betrieb in 4. Generation von meinem Opa übernommen. Das Schönste daran? Er ist auch heute noch im Restaurant zu sehen und begleitet unseren Weg.

Seit der Wiederöffnung 2024 ist kaum ein Stein auf dem anderen geblieben. Ob es um die liebevolle Gestaltung unseres großen Eventgartens unter alten Bäumen geht, um die Modernisierung des Restaurants, die neue Küche, den in diesem Jahr renovierten Festsaal: jede Ecke trägt unsere Handschrift.

Was wäre allerdings der schönste Gastraum ohne die passende Seele in der Küche? Meinen Freund und Küchenchef Denis habe ich in einer Zeit kennengelernt, in der er in der Lüneburger Gastroszene verwurzelt war. Wir trafen uns in der VISCULE, wo er seine Ausbildung absolvierte und sich über die Jahre sein heutiges Handwerk aneignete.



Die klassische Hausmannskost, die hier auf dem Lande bei Geburtstagsfeiern auf den Tisch kommt, hat ihn allerdings zuerst überrumpelt. Der Schweinekrustenbraten oder Rollbraten mit Salzkartoffeln, Gratin und Mischgemüse waren neue Erfahrungen für ihn.

So kombinieren wir beides: unsere Monatskarte beinhaltet die Klassiker wie Wiener Schnitzel, Kalbsleber aber auch Zanderfilet mit Hagebutten Burre Blanc oder Rote-Beete-Knödel.

***Kommen Sie vorbei,  
und überzeugen Sie sich selbst.  
Wir freuen uns auf Sie!***

Eure Nina im Namen des gesamten Teams



**WALDFRIEDEN**  
— — —  
RESTAURANT · EVENT · APARTMENT

■ **Restaurant Waldfrieden**

Dahlenburger Str. 30, 21354 Bleckede

Tel.: 05852 979 901, [info@waldfrieden-elbe.de](mailto:info@waldfrieden-elbe.de)

[www.waldfrieden-elbe.de](http://www.waldfrieden-elbe.de)

Öffnungszeiten:

Mittwoch bis Freitag: 16.00Uhr - 22:00Uhr

Samstag und Sonntag: 11.00Uhr - 22:00 Uhr



# Die Elster ist besser als ihr Ruf

Vögel mit großer sozialer und kognitiver Intelligenz

VON IRENE LANGE



**D**ie Elster gehört zu den markantesten Vögeln unserer Kulturlandschaft. Schon optisch ist die Elster eine schillernde Erscheinung. Auf den ersten Blick wirkt ihr Gefieder schlicht schwarz-weiß, doch im richtigen Licht zeigt sich ein metallischer, blau-grün glänzender Schimmer auf den Flügeln und dem langen Schwanz, der fast die Hälfte ihrer Gesamtlänge von rund 45 Zentimetern ausmacht. Als typischer Kulturfolger hat sich die Elster hervorragend an den Menschen angepasst. Ursprünglich an halboffenen Landschaften und Waldrändern heimisch, ist sie heute aus städtischen Parks, Gärten und Grünanlagen nicht mehr wegzudenken.

Die Elster zählt zu den Rabenvögeln, die in vielen europäischen Sagen als Symbol für Tod und als böses Omen gelten. In der chinesischen Kultur dagegen werden sie als Glücksboten angesehen, die Freude und gute Nachrichten ankündigen. Zudem hat die Elster einen eher schlechten Ruf als clevere Diebin von glänzenden Dingen – daher der Beiname „diebische Elster“. In Wahrheit zeichnen sich diese faszinierenden Tiere durch eine bemerkenswerte soziale und physische Intelligenz aus.

Als klassische Allesfresser passen Elstern ihre Nahrung flexibel der Jahreszeit an. Im Frühjahr und Sommer ernähren sie sich vor allem von Insekten, Larven, Würmern und kleinen Wirbeltieren, während im Herbst und Winter Beeren, Samen, Nüsse und auch menschliche Abfälle auf dem Speiseplan stehen.

Das Sozialverhalten der Elster ist hochkomplex. Die Tiere leben in der Regel in lebenslanger Dauerehe und verteidigen ihr Revier das ganze Jahr über gemeinsam. Eine architektonische Meisterleistung ist ihr Nestbau. Hoch oben in den Baumkronen errichten sie stabile Kunstwerke aus Zweigen, die sie oft mit einer schützenden Haube aus Dornengestrüpp überdachen, um sich vor Feinden wie Habichten zu schützen. Da Elstern jedes Jahr ein neues Nest bauen, leisten sie einen wichtigen Beitrag zur Artenvielfalt: Ihre verlassenen Behausungen dienen anderen nützlichen Vögeln, die selbst keine Nester bauen können, wie Waldohreulen oder Turmfalken, als unverzichtbare Brutplätze.

Fotos: Hans Jürgen Weidemann, freepik.com



## 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](http://www.hoerschmiede.de)**





# Schnarchen – wenn die Nacht plötzlich laut wird

**V**ielleicht kennen Sie es selbst: Sie wachen morgens auf und Ihr Partner oder Ihre Partnerin erzählt Ihnen, dass Sie nachts mal wieder geschnarcht haben. Oder Sie sind diejenige oder derjenige, der wach liegt, während neben Ihnen gefühlt ganze Wälder abgesägt werden.

Schnarchen ist weit verbreitet und meistens wird eher darüber gescherzt. Trotzdem lohnt es sich, etwas genauer hinzuschauen. Denn manchmal ist Schnarchen tatsächlich nur lästig. Manchmal zeigt es uns aber auch, dass unsere Atmung im Schlaf nicht ganz so funktioniert, wie sie sollte.

## Warum schnarchen wir überhaupt?

Schnarchen entsteht, wenn sich unsere Muskulatur im Schlaf entspannt und die oberen Atemwege enger werden. Beim Atmen kann Gewebe im Bereich von Gaumen, Zunge und Rachen anfangen zu schwingen – und genau dabei entstehen die typischen Geräusche.

Warum der eine schnarcht und der andere nicht, kann ganz unterschiedliche Gründe haben. Manchmal liegt es schlicht an der Schlafposition. Wer auf dem Rücken schläft, schnarcht häufig stärker, weil die Zunge leichter nach hinten rutschen und den Rachen verengen kann.

Auch eine Erkältung, Allergien oder eine dauerhaft eingeschränkte Nasenatmung können eine Rolle spielen. Alkohol am Abend kann das Schnarchen ebenfalls verstärken, weil er unsere Muskulatur zusätzlich entspannt. Ähnliches gilt für manche Schlaf- und Beruhigungsmittel.

Übergewicht kann ein weiterer Faktor sein, weil zusätzliches Gewebe im Halsbereich die Atemwege verengen kann. Das heißt aber nicht, dass nur übergewichtige Menschen schnarchen. Auch schlanke Menschen können betroffen sein, zum Beispiel aufgrund anatomischer Besonderheiten im Bereich von Nase, Kiefer oder Rachen.

Und mit zunehmendem Alter lässt die Spannung unserer Muskulatur und unseres Gewebes nach. Auch deshalb wird Schnarchen im Laufe des Lebens häufiger.

## Wenn der Mund morgens trocken ist

Vielleicht kennen Sie auch das: Sie wachen auf und haben einen völlig trockenen Mund, einen kratzigen Hals oder sogar Halsschmerzen. Das kann damit zusammenhängen, dass Sie nachts viel durch den Mund geatmet haben.

Unsere Nase hat nämlich eine wichtige Funktion. Sie filtert, erwärmt und befeuchtet die eingeatmete Luft. Wenn wir überwiegend durch den Mund atmen, können Mund- und Rachenschleimhäute stärker austrocknen. Das kann sich morgens durch Trockenheit, Kratzen oder Halsschmerzen bemerkbar machen.

Auch für unsere Zahngesundheit ist ein dauerhaft trockener Mund nicht ideal. Speichel schützt Zähne

und Mundschleimhaut. Ist dauerhaft zu wenig davon vorhanden, kann unter anderem das Risiko für Karies steigen.

### Nicht jedes Schnarchen ist gefährlich

Wenn Sie nur gelegentlich schnarchen – beispielsweise bei einer Erkältung oder nach Alkohol am Abend – ist das zunächst kein Grund zur Sorge. Auch regelmäßiges Schnarchen kann sogenanntes einfaches oder primäres Schnarchen sein. Für den Menschen neben uns ist das häufig ausgesprochen anstrengend, gesundheitlich problematisch ist das Schnarchen allein aber nicht automatisch. Anders sieht es aus, wenn Atemaussetzer dazukommen. Wenn Ihr Partner oder Ihre Partnerin beobachtet, dass Sie nachts immer wieder aufhören zu atmen und anschließend laut schnarchend oder nach Luft schnappend weiteratmen, sollte das ärztlich abgeklärt werden. Dahinter kann eine obstruktive Schlafapnoe stecken.

Dabei verengen oder verschließen sich die oberen Atemwege während des Schlafes immer wieder. Unser Körper reagiert darauf mit kurzen Weckreaktionen. Die bemerken wir selbst meistens gar nicht – trotzdem wird unser Schlaf ständig unterbrochen und ist dadurch weniger erholsam.

Typische Hinweise können starke Müdigkeit am Tag, Konzentrationsprobleme, morgendliche Kopfschmerzen, ein trockener Mund, nächtliches Schwitzen oder häufiges nächtliches Wasserlassen sein. Manche Menschen wachen auch plötzlich mit Luftnot oder Herzrasen auf.

Eine unbehandelte Schlafapnoe sollte man nicht auf die leichte Schulter nehmen. Sie kann unseren Körper langfristig belasten und steht unter anderem mit Bluthochdruck und einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Verbindung.

### Schnarchen bei Kindern

Auch Kinder schnarchen gelegentlich – besonders dann, wenn sie erkältet sind. Wenn ein Kind allerdings regelmäßig schnarcht, überwiegend mit offenem Mund schläft oder sogar Atempausen auffallen, sollte man genauer hinschauen.

Eine häufige Ursache können vergrößerte Rachenmandeln sein, die wir umgangssprachlich oft als „Polypen“ bezeichnen. Auch große Gaumenmandeln können die oberen Atemwege einengen.

Wenn Ihr Kind also fast jede Nacht schnarcht, sollte das kinderärztlich beziehungsweise HNO-ärztlich abgeklärt werden. Auch bei Kindern kann nämlich eine schlafbezogene Atemstörung dahinterstecken.

### Was Sie selbst ausprobieren können

Seitenlage und weniger oder kein Alkohol am Abend können einen Unterschied machen. Ist die Nase häufig verstopft, lohnt es sich herauszufinden, warum. Bei Übergewicht kann eine Gewichtsreduktion ebenfalls helfen, die Atemwege zu entlasten.

### Die richtigen Ansprechpartner

Wenn Sie Ihr Schnarchen abklären lassen möchten, gibt es verschiedene Anlaufstellen.

Die Hausärztin oder der Hausarzt ist häufig ein guter erster Ansprechpartner. Auch die Zahnmedizin kann eine Rolle spielen. Bei bestimmten Patientinnen und Patienten können sogenannte Unterkieferprotrusionsschienen helfen. Sie halten den Unterkiefer während des Schlafes etwas weiter vorne und können dadurch die oberen Atemwege offen halten. Solche Schienen sollten individuell zahnärztlich angepasst werden.

Falls Sie Fragen haben oder sich zu diesem Thema Unterstützung wünschen, melden Sie sich gerne bei mir. Ich wünsche allen Leserinnen und Lesern erholsame, ruhige Nächte.



#### ■ Saskia Druskeit

Heilpraktikerin,  
Coach und Autorin  
[www.saskia-druskeit.de](http://www.saskia-druskeit.de)  
Tel: 0175 5469318

## 1st Class Session Special

# Soul Night

5 STIMMEN - 1 BAND - 1 ABEND

COSMO  
KLEIN

PHIL  
SIEMERS

EMILY  
ROSE

KARL  
FRIERSON

LESLIE  
JOST

Begleitet von einer hochkarätigen Live-Band mit international erfahrenen Musikern:  
Ralf Gustke (Drums), Tim Kirschke (Bass), Markus Schröder „Mosh“ (Keys),  
Peer Frenze (Guit.), Rhani Krija (Perc.)



SAMSTAG  
21.11.26

20 UHR  
EINLASS 19 UHR

## AUDIMAX LÜNEBURG

Universitätsallee 1, 21335 Lüneburg



Tickets:  
[www.zentralgebaeude.de](http://www.zentralgebaeude.de)



LEUPHANA VERANSTALTUNGS- UND  
VERMARKTUNGSGESELLSCHAFT mbH

# Als das Sparbuch noch zum Alltag gehörte

Eine Zeitreise in die vergangene Welt der Bankgeschäfte

VON HAJO BOLDT

**W**er erinnert sich noch an das kleine Sparbuch? An den Gang zur Bank, an Groschen und Pfennige in der Spardose und daran, wie der neue Kontostand sorgfältig eingetragen wurde? Oder an die geheimnisvolle „Geldbombe“, die nach Geschäftsschluss im Nachttresor verschwand?

Seltene Aufnahmen aus dem Jahr 1955 führen zurück in diese Zeit. Sie zeigen die Lüneburger Volksbank mit ihrer großen Schalterhalle, den Schließfächern und Tresoranlagen, der Beratung für das Eigenheim – und vor allem Menschen bei ganz alltäglichen Bankgeschäften.

Entstanden sind die Bilder im März 1955 bei den Dreharbeiten zum Lüneburg-Film „Im Rhythmus der Zeit“. Dafür wurde die Volksbank vorübergehend zum Filmstudio. Doch heute ist weniger der Film selbst interessant als das, was die Kamera dabei festhielt: Bankalltag vor mehr als 70 Jahren.

## Persönlich am Schalter

In der hellen Schalterhalle bestimmten lange Holztheken das Bild. Von der Decke hingen beleuchtete Schilder mit Aufschriften wie „Spareinlagen“ oder „Girokonto“. Kunden standen den Bankangestellten unmittelbar gegenüber. Geld wurde gezählt, Formulare ausgefüllt, Sparbücher vorgelegt und Überweisungen persönlich abgegeben.

Computer, Geldautomaten oder Online-Banking waren noch Zukunftsmusik. Wer seine Bankgeschäfte erledigen wollte, ging zur Bank – und konnte nicht selten auch den Mitarbeiter hinter dem Schalter.

Besondere Bedeutung hatte das Sparen. Auf einem der Bilder hält ein junges Mädchen namens Barbara ein Sparbuch in den Händen. Münzen wur-



den gesammelt und in einer Spardose oder Sparschwein zur Bank gebracht. Der wachsende Betrag im Sparbuch machte den Erfolg sichtbar. Kinder sparten zum Beispiel auf Ferien, Ausflüge oder ein Geschenk für die Eltern. Ein besonderer Tag war der Weltspartag. Am 28. Oktober 1955 lautete das Motto „Sparsam sein!“. Für viele Kinder gehörte der Besuch bei der Bank mit Spardose oder Sparschwein dazu – häufig verbunden mit einem kleinen Geschenk für die jungen Sparer.

### Der Traum vom eigenen Haus

Die Fotografien erzählen zugleich vom beginnenden Wirtschaftswunder. Ein Bild zeigt einen Bankmitarbeiter, der einem Kunden anhand von kleinen Hausmodellen Möglichkeiten der Finanzierung erläutert. Das eigene Haus wurde in den 1950er Jahren für viele Familien zum großen Ziel. Gespartes Geld und Bausparverträge sollten dabei helfen, diesen Traum Wirklichkeit werden zu lassen. Auch hier war die Bank noch ein sehr persönlicher Ort. Kredite, Darlehen und Baufinanzierungen wurden im direkten Gespräch besprochen – mit Papieren und Modellen auf dem Tisch statt mit einem Kreditrechner auf dem Bildschirm.

Fast ein wenig abenteuerlich wirkt aus heutiger Sicht eine andere Aufnahme. Eine Kundin hält einen schweren zylindrischen Metallbehälter vor den Einwurfschacht des Tag- und Nachttresors. Diese Behälter wurden wegen ihrer charakteristischen Form umgangssprachlich „Geldbomben“ genannt. Vor allem Geschäftsleute konnten darin ihre Tageseinnahmen sicher bei der Bank abgeben, wenn die Schalter bereits geschlossen waren. Die Geldbombe wurde in die Anlage gesteckt bezie-



ungsweise eingeworfen, verschwand im Inneren des Nachttresors und wurde später von Bankmitarbeitern entnommen. Für die damalige Zeit war das ein ausgesprochen moderner Service: Geld einzahlen, obwohl die Bank geschlossen hatte.

### Eine verschwundene Bankwelt

Mehr als sieben Jahrzehnte später hat sich das Bankgeschäft grundlegend verändert. Überweisungen werden mit dem Smartphone erledigt, der Kontostand ist jederzeit abrufbar und Bargeld kann am Automaten eingezahlt oder abgehoben werden. Für vieles, was 1955 einen persönlichen Besuch am Schalter erforderte, muss heute niemand mehr eine Bank betreten.

Gerade deshalb sind diese Fotografien mehr als schöne Erinnerungsbilder. Und vielleicht erinnern sich manche Quadrat-Leser noch selbst daran: an die Spardose zu Hause, an den Weltspartag, an den ersten Eintrag im eigenen Sparbuch – oder sogar an das dumpfe Geräusch, wenn eine „Geldbombe“ im Nachttresor der Bank verschwand.

Und heute? Ganz verschwunden ist diese Tradition nicht. Auch 2026 gibt es den Weltspartag noch. Am 30. Oktober erinnern Banken wieder daran, etwas für die Zukunft zurückzulegen. Verändert hat sich vor allem die Art des Sparens. Die D-Mark mit Groschen und Pfennigen sind Geschichte, vieles geschieht heute digital. Doch selbst das klassische Sparbuch hat überlebt, wenn auch mit deutlich geringerer Bedeutung als früher.

Was geblieben ist, ist die Idee dahinter: für einen Wunsch und für die Zukunft zu sparen. Die „Geldbombe“ ist verschwunden – der Weltspartag und sogar das Sparbuch sind geblieben.

# 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**



**BJÖRN GRANDE**  
Leiter des S-Immobilien-Centers  
der Sparkasse Lüneburg  
Tel.: 04131-288 3382  
bjoern.grande@sparkasse-lueneburg.de



# „Wir bringen den Käufer gleich mit.“

**Was beim Immobilienverkauf ungewöhnlich klingt, ist eine der größten Stärken der Sparkasse Lüneburg. Björn Grande, Leiter des S-Immobilien-Centers erklärt, was genau dahintersteckt und was die Arbeit der Makler-Experten von anderen Anbietern unterscheidet.**

**H**err Grande, inwiefern ist eine Immobilienvermarktung über die Sparkasse Lüneburg anders?

Wenn wir ein Haus für unsere Kunden verkaufen, erreicht es von Anfang an eine Vielzahl potenzieller Käufer. Das liegt daran, dass man uns in und um Lüneburg kennt. Viele Menschen sind Kunden der Sparkasse Lüneburg. Wir können über unsere Nähe zu den Kunden und unsere Filialabdeckung im gesamten Landkreis die Vermarktung streuen. Neben Auftritten in den bekannten Onlineportalen führen wir außerdem eine Interessentendatei mit den unterschiedlichsten Wohnwünschen. So verbinden wir Angebot und Nachfrage miteinander. Oder kurz: Wir bringen den Käufer gleich mit.

**Für einen Verkauf muss allerdings die Finanzierung gesichert sein. Wie gehen Sie damit um?**

Das ist beim Immobilienverkauf immer ein spannender Moment. Das Haus gefällt, die Interessenten möchten kaufen – aber was sagt die Bank? Oft scheitern Verkäufe an diesem Punkt. Oder kosten viel Zeit. Das ist bei uns anders. Unsere Makler-Experten arbeiten eng mit dem Finanzierungs-Team zusammen. Beide Seiten kennen Immobilie und Interessenten

bestens und können durch diese Synergie schneller sagen: Verkauft.

**Finanzielle Sicherheit ist für viele Verkäufer ein wichtiges Thema. Worauf können Ihre Kunden noch bauen?**

Expertise! Ein Immobilienverkauf ist ein komplexer Prozess, der kompetente Makler, qualitätsgesicherte Abläufe und vor allem zuverlässiges Handeln braucht. Darauf können sich unsere Kunden immer verlassen. Kein Verkauf ist für uns wie der andere. Wir berücksichtigen sämtliche Details. Denn wenn von Beginn an alles gedacht ist, gibt es im späteren Verkaufsprozess keine bösen Überraschungen. Deswegen kümmern wir uns um alles.

**Was bedeutet es konkret, dass Sie sich um alles kümmern?**

Wir übernehmen den kompletten Prozess. Zunächst bewerten wir die Immobilie unserer Kunden und vermarkten sie. Über Onlineportale, unsere Immobilienwände in den Filialen und viele weitere Kanäle. Zudem werden Interessenten, die mit ihren Wohnwünschen bei uns in der Kartei hinterlegt sind, bei passenden Suchkriterien sogar vor Vermarktungsstart informiert. Das kann im Verkaufsprozess ein echter Vorteil sein.

Anschließend sichten wir gemeinsam mit den Verkäufern passende Interessenten und führen die Besichtigungstermine durch. Ist ein Käufer gefunden und die Finanzierung passt, begleiten wir auch zum Notar. Wir sind von Anfang bis Ende für unsere Kunden da.

**Wenn Sie Ihre Kunden rundum begleiten, erleben Sie sicher, dass es nicht nur um Verträge und Zahlen geht. Was bewegt die Menschen beim Verkauf Ihrer Immobilie?**

Der Verkauf eines Hauses ist meist der Beginn eines neuen Lebensabschnitts. In jedem Alter. Insbesondere unsere Kunden, die kurz vor der Rente stehen, bewegt der Gedanke an die Zukunft. So möchten sie vielleicht näher zu den Kindern ziehen. Oder sie wünschen sich finanzielle Flexibilität. Oder sie möchten barrierefrei in einer Eigentumswohnung leben. Die Gründe sind immer individuell und so ist auch unser Umgang mit den Menschen. Denn eine Immobilie ist für uns nie bloß ein Objekt – es ist ein Zuhause. Deswegen gehört für uns ein wertschätzender und einfühlsamer Umgang genauso dazu wie eine ganzheitliche Begleitung. Damit die Menschen sich um das kümmern können, was wirklich für sie zählt. Für den Rest sind wir da.



# Natur pur

Das schönste Reiseziel liegt direkt vor der Haustür

VON BIRGIT KRETSCHMER

**M**anchmal braucht es keine weiten Reisen, um besondere Orte zu entdecken, denn das kleine Paradies kann auch direkt vor der eigenen Haustür liegen. Dort, wo Wasser leise plätschert, Insekten zwischen den Blüten summen und die Natur ihren ganz eigenen Rhythmus hat, darf ich Manfred Krix in Vögelzen besuchen, der einen Garten geschaffen hat, der vor allem eines sein darf: ein lebendiger Lebensraum.

**Wann begann die Geschichte Ihres Gartens, wie sah der Garten einmal aus und wie sind Sie vorgegangen?**

„2016 bin ich wieder hierhergezogen. Das Haus war vorher vermietet und der Garten glückte bei meinem Einzug einem Truppenübungsplatz. Totaler Wildwuchs, bestehend aus Obstbäumen, Unkraut, Gemüse. Da ich bis 2024 rund 30 Jahre aktiv als Gärtnermeister gearbeitet habe, entstand der Plan sofort in meinem Kopf“, erinnert sich Manfred. „Zuerst wurde alles gerodet. Aus meinem alten Garten habe ich Material wiederverwertet, so wurden die Rahmenhölzer und die Strukturen für die Teichanlage komplett aus meinem alten Schuppen gebaut. Das wurde das neue Zuhause für meine Koi und japanischen Goldfische. Die gute Wasserqualität erreiche ich durch Biofilter, kostengünstig wird es durch eine schwache Pumpe, was bei 3500 Liter pro Stunde Durchtrieb und 40 Watt die optimale Lösung ist. So war dann das Herzstück meines Gartens schon im Einzugsjahr fertig, auch Dank meines damaligen Teams ambitionierter Mitarbeiter.“

Wir beginnen unseren Rundgang am Herzstück, der Teichanlage, die im Vorgarten angelegt ist. Üppiger Bewuchs umspielt die Wasserstelle, die mit dem Bachlauf den gesamten Vorgarten einnimmt. Eine Vielfalt von Gräsern, Herbstanemone, Blutweiderich, Sonnenhut, blaue Wegwarte umgibt den Teich. Über der Wasseroberfläche bieten Äste Insekten und Vögeln Lande- und Tränkplätze. Über einen versteckten Weg durch sanft wiegendes japanisches Waldgras erreicht man das Teichdeck.



Fotos: Birgit Kretschmer

# OBST IN DEN GARTEN!

- VERKOSTUNG
- BERATUNG
- VORTRAG

MEHR INFOS:



## 9./10. OKTOBER APFELTAGE

**DIE BESTE ZEIT ZU PFLANZEN IST JETZT!  
OBST- & ZIERGEHÖLZE, BLÜHENDE STAUDEN,  
GRÄSER, HECKEN & BÄUME – DIE GARTEN VON  
EHREN-PROFIS BERATEN SIE AUSFÜHRLICH –  
DENN IHR GARTEN IST EHRENSACHE!**



**GARTEN VON EHREN**

MALDFELDSTRASSE 2 | 21077 HAMBURG

040 - 7511 589-0 | GARTEN-VON-EHREN.DE

ÖFFNUNGSZEITEN: MO – FR 10 – 19 UHR | SA 10 – 18 UHR



### Was dominiert in Ihrem Garten?

„Meine Bepflanzung ist besonders insekten- und amphibienfreundlich, das ist mir ganz wichtig“, betont der Gärtnermeister. „Sogar eine Ringelnatter hatte ich schon hier“, freut sich Manfred. Der dichte Bewuchs ziehe Tiere an. Im Frühjahr beginne es mit Wildkrokussen, Schachbrettblumen, wilden Osterglocken, Schneeglöckchen und Skilla. Jede Jahreszeit blühe anders, berichtet der Experte.

### Macht der Garten viel Arbeit?

„Durch den dichten Bewuchs gibt es fast keine Wildkräuter. Auch im Herbst wird nichts abgeschnitten, sondern es dient als Winterschutz für die Tiere und Nahrung für Vögel. Im Frühjahr wird dann ausgeputzt, die Regenanlage gecheckt und fertig.“

## Sardinenaufstrich

- 50 g weiche Butter
- 1 Dose Sardinen in Öl
- zwei hartgekochte Eier, gehackt
- acht Sardellenfilets in Öl
- 1 Teel. Kapern

Alle Zutaten im Mixer gut vermischen und auf Sauerteigbrot servieren.

### Verwenden Sie Dünger?

„Nein, der Schnitt im Frühjahr und der Schlamm aus dem Teich reichen völlig aus“, sagt Manfred.

### Wie halten Sie es mit Gartendeko?

„Bei mir gibt's keine Deko, sagt er. „Der Wechsel von Blüte und Samenständen ist für mich Deko genug und zudem nützlich.“

### Sind noch neue Gartenprojekte geplant?

„Ja“, verrät Manfred, „mein Moorbeet! Ich habe es im Herbst 2025 angelegt. Der Aufbau ist besonders spannend, ähnlich wie ein Teich, die Bepflanzung braucht jedoch keine Nährstoffe und besteht aus Fleischfressern und Torfmoos. Dieses Beet zieht ganz andere Insekten an als der Teich. Die Fleischfresser zu beobachten ist schon etwas ganz Besonderes. Die Hauptstruktur ist 2027 fertig und nach diesem Winter weiß ich auch, was überlebt hat.“

Wir sind jetzt im hinteren Teil des Gartens angekommen. Auch hier sattes Grün und Blütenfülle aus Mohn, Goldrute, Fetthenne, Kosmeen, Farn und Gräsern und dem besonderen Projekt, dem Moorbeet. Noch ist es im Werden, lässt jedoch schon erahnen, welch faszinierender Lebensraum hier entsteht. Es ist ein Gartenbereich, der neugierig macht und zeigt, wie faszinierend die kleinen Wunder der Natur sein können.

### Wird in Ihrem Garten auch Gemüse angebaut?

„Tatsächlich haben wir verschiedene Tomatensorten, Gurken und Erdbeeren. Alles wird von meiner Schwester und meiner Nichte angebaut, gepflegt und dann essen wir es gemeinsam.“

### Fahren Sie in den Urlaub oder gibt es noch andere Hobbys oder Leidenschaften?

„Urlaub habe ich hier. Früher habe ich ganz Europa bereist, aber jetzt reicht mein Garten - ist auch richtig preiswert“, sagt Manfred lächelnd. „Seit über 60 Jahren sind mein Hobby die Zierfische und das Gesamtpaket Garten ist meine Leidenschaft. In meinem Fall ist Beruf auch Berufung, ich würde alles wieder genauso machen.“

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

### Welche Pflanze ist Ihre Lieblingspflanze?

Keine besondere, alle Pflanzen in meinem Garten sind mir eine Freude.

### Was wird man in Ihrem Garten nie finden?

Von mir gekaufte Deko.

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

Ruhe, Entspannung, Urlaubsfeeling, ohne wegfahren zu müssen.

## Gartentipp für Oktober

Frühlingsblüher wie Tulpen, Narzissen jetzt in die Erde. Gehölze und Rosen jetzt pflanzen, da der Boden noch warm ist.

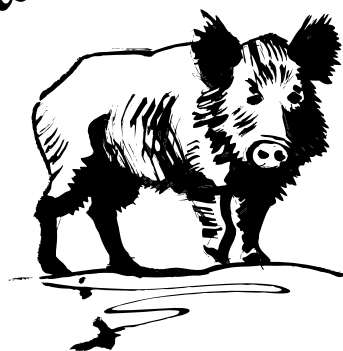
Dieser Garten lädt dazu ein, stehen zu bleiben und genauer hinzusehen. Dem Summen der Insekten zu lauschen, die Bewegungen am Wasser zu beobachten und zu entdecken, wie viel Leben sich zwischen Blättern, Blüten und Steinen verbirgt. Danke, dass ich diesen besonderen Garten besuchen durfte.



*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*

... Vor mehr als 1000 Jahren erlegten Jäger eine seltsame Wildsau. Als sie mit der Hand durch die hellen Borsten strichen, merkten sie, dass Salzkörnchen an ihnen klebten. So dicht, als wäre das Tier mit weißen Borsten bedeckt. Die Jäger durchstöberten die Umgebung nach der Ursache für den weißen Schein und fanden einen Tümpel mit salzigem Wasser. Laut dieser Sage war es die Entdeckung der Solequelle und somit der Beginn von Handel und Reichtum für die Hansestadt Lüneburg ...

# Lüneburger Salzsau



## We ♥ Lüneburg



**Lakritz-Likör  
mit salziger Note**

und den charakteristischen Aromen  
der Süßholzwurzel.  
Hergestellt in gewohnter Qualität von  
der regionalen Spirituosenmanufaktur  
Heinz Eggert GmbH



Erhältlich bei unseren regionalen Partnern in Lüneburg und Umgebung



FOTOGRAFIERT VON HAJO BOLDT  
IN DER ST. JOHANNISKIRCHE

**Sophie & Ulf Wellner**

# Gekommen, um zu bleiben

**Ulf Wellner ist seit fast drei Jahren Kirchenmusikdirektor (KMD) von Lüneburgs großer Innenstadtkirche St. Johannis. Zuvor war er Kantor in St. Jacobi Lübeck und St. Martini Minden. Doch Musik, Kultur und große Projekte bestimmen nicht nur sein Leben, sondern auch das seiner Frau Sophie. Im Interview sprechen die beiden über ihren Neuanfang in Lüneburg, die Faszination der Orgel und ihren musikalischen Alltag.**

VON CHRISTIANE BLEUMER

**F**rau Wellner, Sie sind in Minden geboren und ihr jetziger Mann war von 2013 bis 2023 Kantor an St. Martini in Minden. Zufall?

*Sophie Wellner (lacht):* Nein, ich habe damals in der Kantorei gesungen, die von Ulf geleitet wurde. Dort haben wir uns vor etwa elf Jahren kennengelernt.

**Und nun also Lüneburg. Mussten Sie lange über den Umzug von ihrer Heimatstadt Minden nach Lüneburg nachdenken?**

*Ulf Wellner:* Nein, wir waren uns sehr schnell sicher, dass wir gemeinsam nach Lüneburg gehen wollten.

*Sophie Wellner:* Minden ist zwar mein Geburtsort und ich bin dort aufgewachsen, aber ich habe zu diesem Zeitpunkt schon viele Jahre in Hannover studiert und auch dort gewohnt. Als Ulf die Position als KMD in Lüneburg angeboten wurde, machte ich gerade mein Volontariat im Landesmuseum Hannover. Ich bin total gerne mit hierhin gegangen. Lüneburg ist eine superschöne Stadt und ich wollte nicht unbedingt den Rest meines Lebens in meinem Heimatort

verbringen. Ich habe mich sehr gefreut, dass wir beide gemeinsam in einer neuen Stadt starten können.

*Ulf Wellner:* Wir beide sind Fans von historischen Altstädten – deshalb war uns Lüneburg natürlich schon vorher bekannt. Doch an erster Stelle standen bei der damaligen Entscheidung natürlich die musikalischen Möglichkeiten für mich. Es gibt zwei wunderbare Orgeln, aber auch die Kantoreien und Chöre sind großartig. Diese Position an St. Johannis ist eine der für mich interessantesten Stellen, die es in Deutschland gibt. Als feststand, dass Joachim Vogelsänger in den Ruhestand geht, musste ich diese Chance unbedingt nutzen und mich bewerben.

**Wie läuft ein solcher Bewerbungsprozess ab?**

*Ulf Wellner:* Es gibt ein breit aufgestelltes Gremium, das entscheidet. Da ist zum einen natürlich die musikalische Fachaufsicht. Zudem sind die Pfarrer vertreten, dazu Mitglieder der musikalischen Ensembles, Mitglieder des Kirchenvorstandes und bei einer solchen Stelle auch der Landeskirchenmusikdirek-



## „Es gibt nur wenige Menschen, die der Anblick oder vor allem der Klang einer Orgel gar nicht berührt.“

tor. Es ist ein mehrstufiges Verfahren, das mit einer schriftlichen Bewerbung beginnt. Dann gibt es Gespräche und schließlich die künstlerische Vorstellung in den Haupttätigkeitsbereichen.

**Die gleichen aufwendigen Verfahren haben sie dann wahrscheinlich auch schon für ihre Stellen in Lübeck und Minden absolviert.**

*Ulf Wellner:* Ja, das läuft immer ähnlich ab. Jedes Mal kam es mir wie ein weiteres kleines Examen vor. Mit Mitte vierzig sage ich mir deshalb auch, dass das meine letzte Stelle ist. Das war übrigens auch bei meinen Amtsvorgängern nicht anders. Dietrich von Amsberg hatte diese Stelle von 1977 bis 2002 inne, Joachim Vogelsänger folgte ihm von 2002 bis 2023 – beide jeweils bis zum Ruhestand. Es gibt in St. Johannis historische Listen, in denen die Kantoren der letzten 500 Jahre verzeichnet sind. Interessanterweise waren diese fast immer rund zwanzig Jahre im Dienst der Kirche. Auch ich kann mir das sehr gut als Lebensstellung vorstellen.

**Frau Wellner, Sie hatten gerade vom Volontariat am Landesmuseum erzählt. Wo sind Sie jetzt tätig?**

*Sophie Wellner:* Ich arbeite als Referentin für Bildung und Vermittlung im Museum Kunststätte Bossard in Jesteburg. Vorher habe ich in Hannover Geschichte und Deutsch studiert. Doch wenn man in den Museumsbereich möchte, ist ein Volontariat der klassische Weg dahin. Die Vermittlung ist ein total spannender Bereich zwischen Wissenschaft und dem direkten Kontakt zu den Besuchern. Die Kunststätte Bossard ist ein toller Ort mit super vielfältigen Themen. Die gesamte Anlage ist schließlich ein einzigartiges Gesamtkunstwerk.



**Herr Wellner, ein wichtiger Grund für ihre Entscheidung für St. Johannis war die einmalige Orgel. Doch diese wird aktuell über einen längeren Zeitraum restauriert.**

*Ulf Wellner:* Das Schöne an St. Johannis ist ja, dass es zwei großartige Orgeln gibt. Schon während er die Restaurierung vorbereitet hat, hat Joachim Vogelsänger 2010 die große symphonische Orgel bauen lassen. Jetzt widmen wir uns als Jahrhundertprojekt der historischen Orgel. Mit der Restaurierung wollen wir so nah wie möglich an die historischen Bauphasen herankommen, denn diese machen den Wert des Instrumentes aus. Mein Vorgänger hat seine ganze Dienstzeit investiert, um das Vorhaben soweit zu planen, dass es jetzt stattfinden kann. Für mich war es ein unglaubliches Geschenk, in der Endphase dabei zu sein und die Restaurierung mitbeeinflussen zu können. Pfingsten 2028 ist die Einweihung vorgesehen.

Geplant ist nicht nur eine Festwoche, sondern ein ganzes Festjahr und sogar eine komplette Festdekade, um das Ergebnis der jahrzehntelangen Vorbereitung gebührend zu feiern. Es soll ein Volksfest

## Sophie Wellner

geboren 1995 in Minden

**Musikenthusiastin, deren Instrument die Stimme ist**

werden mit vielen Konzerten für möglichst viele Zielgruppen. Natürlich soll auch die Musikwissenschaft nicht zu kurz kommen. Darauf freue mich jetzt schon.

**Wird Herr Vogelsänger das Festprogramm mitgestalten?**

*Ulf Wellner:* Auf jeden Fall. Es ist mir sehr wichtig, dass er in der Festwoche 2028 ein großes Solokonzert spielen wird, weil das ganze Projekt ohne ihn nie stattfinden würde.

**In Ihrer Vita ist von Konzerttätigkeit in Deutschland und vielen Ländern Europas die Rede. Auch in den USA waren Sie als Organist und Dirigent zu Gast. Geben Sie weiterhin Gastspiele oder bleibt dafür keine Zeit?**

*Ulf Wellner:* Wenn man es sich gut einteilt, ist das durchaus möglich. Doch das Zentrum meiner Arbeit ist hier in Lüneburg. Trotzdem ist es natürlich immer spannend, andere Orgeln kennenzulernen. Jedes Instrument ist einzigartig, weil sich keine zwei Orgeln gleichen. Die Epoche, der Orgelbauer, der Raum – all das macht riesige Unterschiede.

**Haben sie auch mal Orgelstunden genommen, Frau Wellner?**

*Sophie Wellner:* Nein, mein Instrument ist die Stimme. Ich kann weder Klavier noch Orgel spielen. Aber ich finde es faszinierend und ich weiß inzwischen – zumindest theoretisch – auch sehr viel über Orgeln. Manchmal bin ich beim Orgel spielen dabei, um Seiten umzublättern und die Register zu ziehen. Dabei lernt man die Stücke noch einmal ganz anders kennen.

Ich glaube, es gibt nur wenige Menschen, die der Anblick oder vor allem der Klang einer Orgel gar nicht berührt. Die meisten Besucher, die zum ersten Mal die

## „Mit einer Festwoche wollen wir Pfingsten 2028 die Einweihung der restaurierten Orgel nach jahrzehntelanger Vorbereitung gebührend feiern.“

St. Johanniskirche betreten und sich dann zur Orgel-empore umdrehen, sind total beeindruckt. Das liegt einerseits an der Ästhetik, aber andererseits auch an der unglaublichen Technik, die dahintersteht.

*Ulf Wellner:* Orgeln sind auch für Menschen interessant, die sich eigentlich gar nicht für Musik interessieren. Es ist sozusagen eine große Maschine, mit der man Kunst machen kann. Der Prospekt und der Klang gehen eine Symbiose ein: Die Akustik hält, was die optische Pracht verspricht – und das eingebettet in die besondere Atmosphäre dieser Kirche.

**Sie waren als Kind und Jugendlicher Mitglied im Knabenchor Hannover, Herr Wellner. Haben Sie auch schon früh angefangen zu singen, Frau Wellner?**

*Sophie Wellner:* Ja, in Minden gibt es eine Singschule, vergleichbar mit St. Johannis, da habe ich zu Beginn mitgemacht. Auch als Jugendliche habe ich noch gesungen. Nach einer kleinen Pause bin ich als Erwachsene in den Chor zurückgekehrt. Musik und Gesang begleiten mich mein Leben lang. Weil ich in die klassische Kirchenmusik hineingewachsen bin, liebe ich das besonders. Vorher war ich eher in kleineren Chören, doch jetzt in der großen St. Johanniskantorei mitzusingen, ist ein besonders erhebendes und bewegendes Erlebnis. Es fühlt sich toll an, wenn man auf dem hohen Podest steht und Teil eines so großen Chores ist.

**Sie haben erst vor kurzem geheiratet.**

*Sophie Wellner:* Letztes Jahr wurden wir standesamtlich im Heine-Haus getraut. Unsere kirchliche Hochzeit am 1. August haben wir natürlich in der St. Johanniskirche gefeiert.



*Ulf Wellner (lacht):* Wo sonst? Ein Freund und Studienkollege, der Marienorganist in Lübeck ist, hat an diesem besonderen Tag die Orgel gespielt.

**Wieviel Raum nimmt die Beschäftigung mit Musik in ihrem Alltag ein?**

*Sophie Wellner:* Natürlich wird ein großer Teil unseres Lebens davon bestimmt. Ulf arbeitet auch sehr viel von zu Hause, so dass wir häufig über Projekte und musikalische Themen sprechen.

*Ulf Wellner:* Ich bin dafür sehr dankbar. Du hast dich noch nie beschwert, dass ich zu viel Musik mache oder zu viel darüber rede.

**Bleibt eigentlich auch Zeit für eigene Konzertbesuche?**

*Ulf Wellner:* Zuerst schauen wir, was in Lüneburg oder Hamburg läuft. Unser hiesiges Theater, die Elbphilharmonie – da sind wir sehr gerne. Ich bin auch häufig bei Kollegen im Konzert. Doch das muss natürlich immer auf die eigenen Termine abgestimmt werden. Gerade haben wir den Orgelsommer abgeschlossen, das ist der Höhepunkt der Orgelsaison mit vielen Gastkonzerten. Von Frühling bis Herbst gibt es zudem regelmäßig das Kleine Orgelkonzert. Anschließend geht es sofort weiter mit der Arbeit an den großen Chorwerken. Dieses Mal bringen wir im Oktober gleich zwei Oratorien zur Aufführung. Das ist ebenso erfüllend wie fordernd.

## Ulf Wellner

geboren 1977 in Hannover

**Musiker mit Leib und Seele, der sich ganz besonders auf das Jahr 2028 freut**

**Auf welche Werke können sich die Besucher freuen?**

*Ulf Wellner:* Am Samstag, dem 3. Oktober, führen wir den „Elias“ von Felix Mendelssohn Bartholdy auf, ein echter Klassiker. Schon am Sonntag, 25. Oktober folgt „Israel in Egypt“ von Georg Friedrich Händel mit dem Motettenchor. Das ist ein Stück, das relativ selten aufgeführt wird, weil es sehr aufwendig ist, aber ich glaube, dass es das mit Abstand spannendste und vielseitigste Oratorium Händels ist. Die bizarre und actionreiche Handlung wird musikalisch unglaublich gut dargestellt. Ob Fliegenschwärme, Frösche, Streitwagen, die im Wasser versinken oder Jubel mit Pauken und Trompeten – es ist alles da. Ein Besuch lohnt sich auf jeden Fall. Im Dezemberprogramm kann man dann in St. Johannis noch Bachs Magnificat zusammen mit einer Bachkantate erleben.

Um diese Projekte mit dem Chor intensiv zu erarbeiten, gibt es Probenwochenenden und manchmal auch Chorfahrten, die natürlich auch der Chorgemeinschaft dienen.

*Sophie Wellner:* Das Schöne an diesem Hobby ist, dass es generationsübergreifend funktioniert. Man begegnet den verschiedensten Menschen, die alle gemeinsam an einem kreativen Projekt arbeiten.

**Wie schaffen Sie sich als Paar Freiräume abseits von Chorproben, Notenblättern und Konzertorganisation?**

*Sophie Wellner:* Wir interessieren uns sehr für Kulinarik und kochen gerne zusammen oder gehen essen. Außerdem machen wir gerne Städtereisen. Zum Glück haben wir beide ähnliche Vorstellungen davon, wie man eine solche Reise gestaltet. Weil der Übergang zwischen Freizeit und Beruf sowohl bei Ulf als auch bei mir immer fließend ist, stehen die Themen Musik und Geschichte auch im Urlaub für uns immer im Mittelpunkt.



# Das Ja zum Glück

**Ein Ort für die Liebe im Herzen von Lüneburg:  
Das „Yes“ Trauring Apartment feiert im Oktober seinen ersten Geburtstag.**

VON CHRISTIANE BLEUMER

**D**ie Lüneburgerinnen und Lüneburger sind bereit für ein besonderes und sehr persönliches Konzept bei der Auswahl von Trauringen, Verlobungsringen und Freundschaftsringen. Das haben sie im vergangenen Jahr bewiesen, denn seit das Trauring Apartment „Yes“ in der Grapengießerstraße vor zwölf Monaten seine Türen geöffnet hat, haben sich schon zahlreiche Liebende in die stilvollen Räumlichkeiten begeben. Manchmal nur aus Neugierde, um sich das schöne Geschäft einmal genauer anzuschauen und vielleicht in einigen Monaten mit dem Partner oder der Partnerin wiederzukommen, oftmals allerdings auch, um hier spontan die perfekten Ringe auszusuchen. „Wir sind in Lüneburg sehr herzlich aufgenommen worden“, freut sich deshalb Inhaber Mark Pohlmann. Der Schmuckfachmann, der sein Business seit fast 35 Jahren erfolgreich betreibt, hat vor genau einem Jahr zusätzlich zu den beiden langjährigen Geschäf-

ten in Bergedorf und Winterhude in der Grapengießerstraße seine dritte Filiale eröffnet. „Die mittelalterlichen, charmanten Räumlichkeiten sind einfach perfekt für unsere Ideen. Wir sind glücklich, dass wir diese schöne Immobilie mit ihrer individuellen und familiären Atmosphäre entdeckt haben.“ Seitdem ist hier der Ort, an dem Liebesgeschichten weitergeschrieben werden.

Wie gut es dem engagierten und kompetenten Team gelingt, gemeinsam mit den zukünftigen Eheleuten die passenden Ringe zu finden, beweisen die zahlreichen begeisterten Rezensionen im Internet. „Diese positive Resonanz ist ein großer Ansporn für uns, genauso weiterzumachen“, sagt Mia Schneeberger, die Filialleiterin des Lüneburger Geschäfts. „Für uns alle im Team ist die Arbeit hier viel mehr als ein normaler Job. Wir dürfen immer wieder neue Glücksmomente miterleben. Das ist ein Geschenk“. Verlobungen und damit auch Verlobungsringe liegen

aktuell wieder voll im Trend. Sehr oft bringen zukünftige Ehemänner Fotos aus dem Internet mit, die genau den Traumring ihrer Zukünftigen zeigen. Um diesen Wunsch perfekt zu treffen, gibt es bei „Yes“ jetzt eine neue Creator Box. „Das ist einmalig in Lüneburg und Hamburg“, betont Mark Pohlmann. Mit der Box lässt sich mit verschiedenen Diamanten in allen möglichen Formen und Größen auf ebenfalls unterschiedlichen Ringen ausprobieren, wie der zukünftige Verlobungsring in Wirklichkeit wirken wird. Für jeden Geldbeutel gibt es genau die passende Option – ganz gleich, ob die Wahl auf klassische Naturdiamanten oder hochmoderne Labordiamanten fällt. Letztere besitzen dieselbe optische Brillanz und Struktur wie ihre natürlich gewachsenen Pendants, eröffnen durch einen cleveren Preisvorteil aber vielleicht den Weg zu einem noch größeren Stein, der die Hand der Angebeteten zum Funkeln bringt.

Doch der einprägsame Name „Yes“ steht von jeher für das gesamte Spektrum des gemeinsamen Glücks – von Antrags- und Freundschaftsringen bis hin zu den klassischen Eheringen. Das Konzept unterscheidet sich dabei grundlegend von einem gewöhnlichen Juwelier: „Wir haben uns ganz bewusst für die Bezeichnung Trauring Apartment entschieden“, erläutert Filialleiterin Mia Schneeberger. Hohe Decken, sanftes Licht und viel Privatsphäre schaffen eine Umgebung, in der man sich wie zu Hause fühlt. Die Mitarbeiter treten weniger als Verkäufer, sondern vielmehr als persönliche Begleiter auf der Reise zu den perfekten Ringen auf. Sie hören zu und verstehen, welche Geschichte hinter jedem Ringwunsch steckt.

Das Herzstück dieses Erlebnisses ist die überwältigende Auswahl. Neben 15 verschiedenen Legierungen, unzähligen Formen, Oberflächen und dem stylischen Trend-Material Tantal darf alles berührt und probeweise angelegt werden. „Dieses haptische Erlebnis mit unseren originalgetreuen Modellen und Dummies ist unglaublich wichtig“, weiß Mark Pohlmann. Zusätzlich hilft der hauseigene

## Gewinnspiel zum Jubiläum

Mit tollen Preisen möchte sich das Yes Team bedanken:

- ein Mémoire Ring in Gelb-, Weiß- oder Roségold mit zwölf Brillanten
- ein Gutschein für das Hotel und Restaurant Wyndberg im Wert von 250 Euro
- einer von zehn „Yes“ Gutscheinen im Wert von je 100 Euro

**Teilnahme vom 1. bis 15. Oktober über den Instagram Account [yes.trauringe](#)**

Viel Glück!

Trauringkonfigurator dabei, jeden denkbaren Wunschring individuell zu kreieren.

Für diese intensive Beratung nimmt sich das qualifizierte Team gerne ein bis zwei Stunden Zeit – ganz egal ob spontan, mit Termin oder nach mehr-

maligen Besuchen. Auch eine Videokonferenz ist möglich. Schließlich geht es um eine Entscheidung fürs Leben. In dem Moment, in dem die Paare dann ihren fertigen Traumring während einer liebevoll gestalteten Zeremonie abholen, ist das Glücksgefühl greifbar: Wenn die Kunden vollkommen zufrieden sind und vor Rührung manchmal sogar die Tränen fließen, blickt auch das Team auf einen zutiefst emotionalen Moment zurück. Am Ende ist ein Ring von „Yes“ eben viel mehr als nur ein Schmuckstück – er ist ein unvergessliches Versprechen.

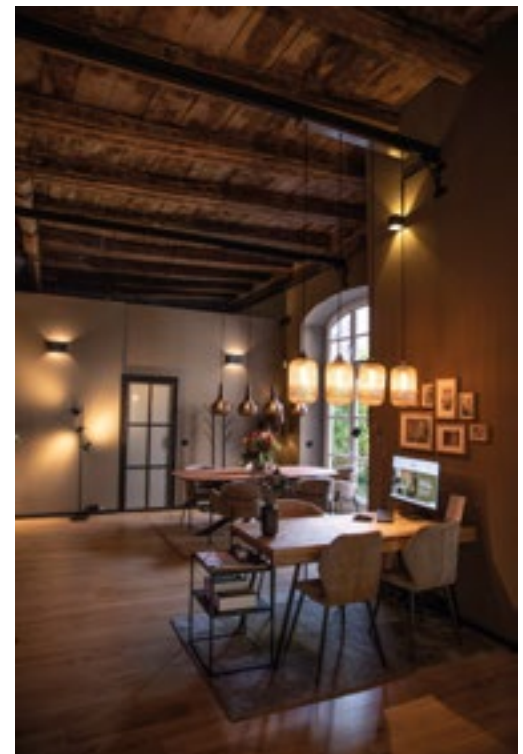
*We* said  
**YES**

### ■ Yes Trauring Apartment

Grapengießerstr. 45, 21335 Lüneburg

Tel.: (04131) 224 958 9

[www.yes-trauringe.de](http://www.yes-trauringe.de)



# Filmtipps

VOM SCALA PROGRAMMKINO

## Corpus Delicti

ab 1. Oktober



In einer nahen Zukunft repräsentiert die „Methode“ eine Gesellschaft, die Gesundheit und maximale Sicherheit für alle verspricht. Das Leben der Wissenschaftlerin Mia Holl ändert sich schlagartig, als ihr Bruder Moritz des Mordes beschuldigt wird. Die Beweise sind erdrückend – und doch ist Mia von seiner Unschuld überzeugt. Ein Widerspruch, der sie zum Handeln zwingt – gegen ein System, das keinen Zweifel zulässt. Doch wem kann sie noch trauen? Ihrer Kollegin Christiane, dem Anwalt ihres Bruders oder dem Journalisten Kramer? Ihr Kampf um Wahrheit und Gerechtigkeit macht sie selbst zur Gejagten. Nach dem Bestseller von Juli Zeh – mit Hannah Herzsprung, Damian Hardung und Alexander Fehling in den Hauptrollen.

## Alte Liebe

ab 8. Oktober



Seit der Pensionierung meckert Harry nur noch rum, trinkt Weizenbier und pflegt seinen Rittersporn. Findet Lore. Sie klammert sich an den Job als Bibliothekarin, organisiert peinliche Lesungen und verehrt ihre Dichter wie Propheten. Findet Harry. Für ein altes Ehepaar reden die beiden erstaunlich viel – und meinen doch meistens etwas anderes. Als Tochter Julia zum dritten Mal heiraten will, ist der Streit vorprogrammiert und doch nur die Spitze des Eisbergs. In vierzig Jahren Ehe sammelt sich einiges an. Unter der Oberfläche brodelt es: unausgesprochene Fragen, alte Eifersucht, der Streit um Harrys Phlegma und um den Sinn eines Hochdruckreinigers. Während Harry seinen Garten hegt, träumt Lore von einem anderen Leben, von Reisen, von Aufbruch. Sie fühlt sich kraftlos und fragt sich immer dringlicher: War das schon alles? Welche Chancen hat sie verpasst? Ist es mit über sechzig zu spät für einen Neuanfang? Harry trinkt sein Bier, raucht, schweigt. Und bemerkt doch ihre Not.

## Heimsuchung – Eine Jahrhundertgeschichte

ab 15. Oktober



Ein malerisches Grundstück an einem See nahe Berlin: Ein Haus wird hier über viele Jahrzehnte hinweg zum Schauplatz ganz unterschiedlicher Lebensgeschichten. Generation für Generation ziehen neue Bewohner ein, deren persönliche Schicksale eng mit den tiefgreifenden politischen und gesellschaftlichen Veränderungen des 20. Jahrhunderts verbunden sind. Von der Weimarer Republik über die Zeit des Nationalsozialismus und die Wirren des Zweiten Weltkriegs bis in die Nachkriegsjahre und das Leben in der DDR erlebt das Anwesen zahlreiche Umbrüche. Mit jeder neuen Epoche verändern sich die Menschen, ihre Hoffnungen und ihre Lebensentwürfe, während das Haus als stiller Zeuge ihrer Erfahrungen bestehen bleibt. Auch nach dem Mauerfall setzen sich die Veränderungen fort. So entsteht das Porträt mehrerer Generationen, die auf unterschiedliche Weise nach einem Platz in einer sich stetig wandelnden Welt suchen.

## Chopin – Eine Sonate in Paris

ab 22. Oktober



Paris im Jahr 1835. Aufruhr herrscht in Europa. Frédéric Chopin ist 25 und der Star der Stadt. In Salons und bei Soireen wird er gefeiert und vom König verehrt. Er gilt als musikalisches Genie, das mit sensibler Virtuosität mehr bewegt als andere mit donnerndem Pathos. Doch seine Gesundheit ist fragil und seine Musik – kühn, raffiniert, poetisch – zeigt eine Seele, die schwerer ist, als er offenbart. Mit der unkonventionellen und scharfzüngigen Schriftstellerin George Sand erlebt Chopin Höhenflüge und schmerzhaftes Krisen. Je schwächer sein Körper wird, desto entschlossener wird sein musikalischer Wille. In den späten Nocturnes und Klaviersonaten bündelt Chopin alles, was ihn ausmacht – Sehnsucht, Stolz, Verletzlichkeit und eine künstlerische Freiheit, die ihrer Zeit weit voraus ist.

[illegible]

REGIE  
**ANDREAS DRESEN**

# ALTE LIEBE

Nach dem gleichnamigen Roman von **ELKE HEIDENREICH & BERND SCHROEDER**

[illegible]












**AB 8. OKTOBER IM KINO**

# LüneHünen laufen sich warm

**SVG-Mannschaft wächst zusammen – bei Training, Testspielen und privat**

VON CARLO EGGELING



**F**ür die Spieler endete die Pause Mitte August, da begannen die LüneHünen mit dem Training für die Saison 2026/27. Für die Zuschauer geht es Ende Oktober wieder los - die SVG Lüneburg startet am 21. Oktober gegen die Baden Volleys in Karlsruhe in ihre 13. Bundesligasaison. Drei Tage später empfängt die Mannschaft um Chefcoach Stefan Hübner die SV Warnemünde an der Lüner Rennbahn um 19 Uhr zur Heimpremiere. Das Team hat sich gut vorbereitet - und ist noch dabei. Ende September absolvierten die Lüneburger ein Vorbereitungsturnier auf Mallorca als echten Härtestest, vom 8. bis zum 12. Oktober steht ein weiteres internationales Turnier auf Sardinien an. Alte und neue Spieler wachsen so zur wieder neu formierten Mannschaft zusammen.

Das Sportliche ist das eine, Gemeinschaft das andere. Der neue Zuspieler Anselm Rein hatte dem Pressteam der SVG erzählt, wie er sein „Lüneburg-Gefühl“ entwickelte: „Ich war schon zweimal zum Stand-Up-Paddling auf der Ilmenau, war schon viel in der Stadt, habe ein paar Cafés kennengelernt, bin in ein paar Restaurants essen gewesen. Auf dem Wasserturm bin ich gewesen, habe mir Kirchen angeschaut.“ Der 24-Jährige nennt ein gutes Hilfsmittel für eine Kennenlern-Tour: „Ich habe mein eigenes Fahrrad dabei, das habe ich von zu Hause mitgebracht. Früher bin ich zum



Training und für alle Wege immer mit dem Rad gefahren. Und Lüneburg ist dafür gemacht, alles mit dem Fahrrad zu erreichen.”

In den ersten Wochen fehlten noch Spieler wegen Einsätzen für ihre Nationalteams. Inzwischen ist die Mannschaft des amtierenden Pokalsiegers und Vizemeisters der letzten beiden Spielzeiten komplett. Ein Überblick: Neben Rein ist weiterhin der Finne Santeri Vålmaa als Zuspieler dabei. Für den Diagonalangriff sind Axel Enlund, der schon in der vergangenen Saison auflief, und Lovis Homberger zuständig. Für den Außenangriff gibt es die meisten neuen Gesichter, nachdem nur Daniel Gruvaeus blieb. Reeve Gingers, Patrick Rogers und Sebastiano Sani wurden neu verpflichtet. Den Mittelblock bilden Shane Holdaway, Cole Young und neu Cory Schoenherr. Libero ist nun Kandai Goto, Youngster Joris Backhaus, zuletzt schon mit einem Zweitspielrecht gelegentlich dabei, kommt vom VC Olympia endgültig im Dezember dazu.

In Testspielen im September gegen den ETV Hamburg aus der 2. Liga, gegen Bundesliga-Konkurrent Warnemünde und zweimal gegen den befreundeten holländischen Erstligisten Groningen machten Mannschaft und Trainerteam Schwächen und Stärken aus - erste Ansätze, um sich für die nächste Saison vorzubereiten. Und um an die Erfolge der vergangenen Spielzeit anzuknüpfen.

Fotos: Carlo Eggeling

# **Dein PARKETT OUTLET** **EICHEN WERK**

## **Parkett bis zu 70% reduziert!**

- Landhausdielen
  - Klick-Parkett
  - Massivparkett
  - Stabparkett
  - Eichenbohlen
  - Fensterbänke
  - Abdeckungen
- u.v.m.

Hier geht's zu  
weiteren aktuellen  
Angeboten:



**Über 15.000 m<sup>2</sup> hochwertiges Eichenparkett auf Lager.  
Ohne Zwischenhandel. Zu echten Outlet-Preisen.**

**Ganz in Deiner Nähe:**

Zum Torfmoor 19-27 | 21423 Winsen (Luhe)

☎ (04131) 927 69 13

✉ [winsen@eichenwerk-outlet.de](mailto:winsen@eichenwerk-outlet.de)

Georg-Leppien-Straße 2 | 21337 Lüneburg

☎ (04131) 927 69 14

✉ [info@eichenwerk-outlet.de](mailto:info@eichenwerk-outlet.de)

**Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-18 Uhr | Sa 10-16 Uhr**

**[www.eichenwerk-outlet.de](http://www.eichenwerk-outlet.de)**

# Gelesen

VON LÜNEBUCH

## Die Wahrheit über Ruby Cooper

Liz Nugent

GUTKIND VERLAG

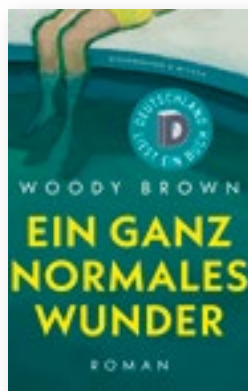


Ein dunkles Familiengeheimnis mit fatalen Folgen. Ein einziger Vorfall verändert alles: Mit sechzehn gerät Ruby Cooper in ein Ereignis, das ihre Familie auseinanderreißt und sie von Boston nach Dublin fliehen lässt. Doch was damals geschah, wirkt über Jahrzehnte nach – für Ruby ebenso wie für ihre Schwester Erin, die in Boston zurückbleibt. Stück für Stück kommen Geheimnisse ans Licht, die besser verborgen geblieben wären. Liz Nugent erzählt raffiniert und psychologisch fesselnd von Schuld, Familie und den verheerenden Folgen einer einzigen Nacht. Düster, abgründig und mit einem Sog, dem man sich kaum entziehen kann!

## Ein ganz normales Wunder

Woody Brown

KIEPENHEUER & WITSCH VERLAG



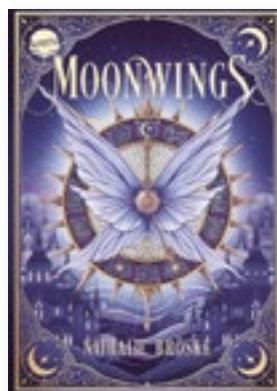
In einer Tagesstätte für Menschen mit Behinderung begegnen sich Schicksale, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Da sind Tom und Walter, der Pfleger Carlos und die neue Hilfskraft für den Sommer, die ein wenig neuen Schwung in „Upward Bound“ reinbringt.

Dieses Buch erzählt eine berührende Geschichte aus der Perspektive von Menschen, die sich nicht so ohne Weiteres äußern können. Es ist sehr ergreifend, wie die Menschen in der Tagesstätte von anderen gesehen werden und wie sie selbst ihre Mitmenschen wahrnehmen. Der Autor Woody Brown, der selbst nicht sprechender Autist ist, lässt uns an seiner Welt teilhaben.

## Moonwings

Nathalie Bröske

ARENA VERLAG



Nova will aus dem Haus entfliehen, in dem Eiseskälte herrscht. Statt mütterlicher Liebe erfährt sie dort nur den gnadenlosen Druck, als Mitglied einer Herrscherfamilie perfekt zu sein. Die Stellarium Academy bietet ihr den idealen Ausweg. Doch genau dort wird sie von ihrer Vergangenheit eingeholt: Ihr Ex-Freund und ihr ehemals bester Kumpel, die sie einst grundlos im Stich ließen, stehen plötzlich vor ihr. Kann Nova die Last ihres mächtigen Familiennamens überwinden? Und schafft sie es, über ihren eigenen Schatten zu springen, um ihre inneren Dämonen zu besiegen? Ein fesselndes und vor allem magisches Debüt voller Fantasie, wunderschöner, magischer Wesen und der Aussicht, über sich selbst hinauszuwachsen.

## Mestra

Madeline Miller

EISELE VERLAG



Madeline Miller ist eine erstklassige Autorin mit einem sehr außergewöhnlichen Schreibstil und immer wieder neuen, besonderen Themen, die sie ins Zentrum ihrer Geschichten stellt. So ist es auch in der neuen, kurzen Erzählung „Mestra“. Der König von Thessalien ist von einem unstillbaren Hunger befallen und opfert seine Tochter Mestra immer wieder für Essen. Das ist möglich, weil Mestra eine Gestaltwandlerin ist. Aber der Hunger des Königs wird nie gestillt werden können und Mestra wird bewusst, dass ihre Gabe auch Freiheit für sie selbst bedeuten kann. Bestärkend, schwungvoll und feministisch!



# Gehört

VON CHRISTIANE BLEUMER

## Guitarize the World

Café del Mundo

SONY MUSIC



Es ist die mitreißende Mischung aus Klassik, Pop und eigenen Kompositionen, mit der Café del Mundo auf dem neuen Album die Hörschaft begeistert. Die schimmernde Präsenz, eingebettet in den ganz individuellen Sound der Flamenco-Gitarren, unterscheidet das Klangbild von klassischen Gitarren und ermöglicht es Jan Pascal als Komponist, Arrangeur und Klangtüftler des Duos, eine ganz eigene Klangsprache jenseits von Genregrenzen zu entwickeln. „Lagerfeuer-Momente“, Musik, die emotional verbindet – das ist es, was er gemeinsam mit Alexander Kilian erreichen möchte. Dessen technische Brillanz, seine Hingabe zum Experimentieren und der Drang, die technischen Möglichkeiten des Instruments immer weiter auszutesten, prägen das Duo ebenso wie die Liebe zur Musik und zur Flamenco-Gitarre. Live zu erleben sind die beiden am 8. Oktober in Hannover und am 9. Oktober in Hamburg.

## The Trouble With Love

Joanne Shaw Taylor

JOUNEYMAN RECORDS



Mit ihrem neuen Album öffnet Joanne Shaw Taylor ein weiteres Kapitel ihrer Karriere – eines, das weniger auf Virtuosität setzt als auf emotionale Wahrhaftigkeit. Zwischen Blues, Rock und soulgetränktem Pop verhandelt Taylor darauf die unterschiedlichsten Facetten der Liebe: die berauschende, die zerstörende, die heilende – und jene, die einen zwingt, sich selbst ins Gesicht zu sehen. Getragen von ihrem ausdrucksstarken Gesang und leidenschaftlich aufgeladenen Gitarrensolo entfalten sich etliche Songs mit leiser, aber eindringlicher Intensität. Andere zelebrieren die explosive Dynamik romantischer Beziehungen oder thematisieren den Schmerz unerwidelter Gefühle. Zusammen ergibt sich das Bild eines Albums, das direkter, offener und stilistisch breiter wirkt als vieles, was Taylor bislang veröffentlicht hat.

# Getrunken

VON SÖREN WABNITZ

## 2024 Roter Racker Pinot Noir

WEINGUT NAEGELE, PFALZ



**D**ie Pfalz ist eine bedeutendsten Weinregionen Deutschlands und steht wie kaum eine andere Gegend für Lebensfreude und unkomplizierten Weingenuss. Neben den beliebten Weißweinen wie Riesling oder Grauburgunder werden auch Pfälzer Rotweine immer spannender. Insbesondere der Spätburgunder, auch bekannt als Pinot Noir, bereitet immer viel Trinkspaß. Die Rebsorte ist weltberühmt für große Weine aus dem Burgund und erzeugt viel Frucht und Finesse im Glas und überzeugt mit einer federleichten Eleganz.

Zu Füßen des Hambacher Schlosses liegt das Weingut Georg Naegle, mitten in der historischen Schlossgasse von Hambach. Seit acht Generationen wird das Weingut mit Leidenschaft, handwerklicher Sorgfalt und großem Respekt vor der Natur geführt.

In enger Zusammenarbeit mit Naegle ist der Rote Racker entstanden. Wie beim Weißen und Rosa Racker ist der Wein exklusiv für uns kreiert worden und somit perfekt auf uns zugeschnitten. Durch den Ausbau im großen Holzfass erhält der Wein eine schöne Komplexität und Vollmundigkeit.

Der 2024er Rote Racker zeigt eine klare und intensive Kirschfarbe. In der Nase entfalten sich feine Aromen von Schwarzkirschen und dunklen Beeren. Am Gaumen spürt man eine saftige Frucht, mit gut eingebundenen Tanninen und einen intensiven Abgang mit Schokolade und feinen Tabaknoten.

Der Pinot Noir paart sich super zu diversen Schmorgerichten und zu mediterran gegrilltem Gemüse. Auch zu leichten Gerichten oder einfach an einem gemütlichen Kaminabend – leicht gekühlt bei ca. 15 Grad macht er am meisten Spaß! Zusammen mit dem Weißen Racker und Rosa Racker komplettiert er unser Racker-Trio und ist der perfekte Start für einen gemütlichen Herbstanfang!



... im Oktober 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](http://www.wabnitz1968.de)**

**[post@wabnitz1968.de](mailto:post@wabnitz1968.de)**

# Moin!

## Weinreise ohne Kofferpacken



### Am 31. Oktober und 1. November lädt die WeinHamburg Genießer in die Messehalle B1 ein.

Rund 900 Weine stehen zur Verkostung bereit – von deutschen Klassikern von Mosel, Nahe, Rheinhessen oder aus der Pfalz bis zu internationalen Tropfen aus Frankreich, Italien, Spanien, Österreich, Australien, Südafrika und Chile. Im Mittelpunkt stehen in diesem Herbst die frisch abgefüllten Weine des Jahrgangs 2025. Passend zur beginnenden Bratensaison richtet sich ein besonderes Augenmerk auf die roten Burgundersorten. Insgesamt präsentieren rund 140 Aussteller auf 3.000 Quadratmetern ihre Erzeugnisse. Mit dabei sind selbstständige Winzer und Familienweingüter ebenso wie renommierte Importeure und Winzergenossenschaften, die Einblicke in ganz unterschiedliche Weinregionen, Rebsorten und Stilistiken geben. Dabei geht es nicht nur ums Probieren: Viele Winzer sind selbst vor Ort und kommentieren ihre Erzeugnisse, erzählen von Herkunft und Ausbau und beantworten Fragen direkt am Stand. So lässt sich nicht nur der persönliche Favorit entdecken, sondern auch einiges über das erfahren, was im Glas steckt. Rund 900 Weine können ohne zusätzliche Verkostungsgebühr kennengelernt werden – vom heimischen Riesling bis zum südafrikanischen Rotwein. Wer fündig wird, kann seine Favoriten anschließend direkt bei den Erzeugern bestellen. Der Eintritt umfasst neben sämtlichen Verkostungen auch den Messekatalog – beste Voraussetzungen also für eine genussvolle Entdeckungsreise durch die Weinwelt.

**Wo:** Hamburg Messe, Halle B1, Karolinenstraße 45, 20357 Hamburg, **Wann:** 31. Oktober, 12–19 Uhr & 1. November 2026, 12–18 Uhr, **Tickets:** ab 23 Euro im Vorverkauf, 25 Euro an der Tageskasse, **Web:** [www.webermesse.de/messe/wein-hamburg](http://www.webermesse.de/messe/wein-hamburg)

## #seeforfree: Hamburgs Museen entdecken



Am Reformationstag heißt es in Hamburg wieder: #seeforfree. Am 31. Oktober öffnen 49 Museen ihre Türen und laden bei freiem Eintritt dazu ein, bekannte Häuser neu zu entdecken oder sich auf kulturelle Entdeckungstour durch die Stadt zu begeben. Mit dabei sind große Ausstellungshäuser ebenso wie kleinere Museen, Sammlungen und besondere Erinnerungsorte. Neben Dauer- und Sonderausstellungen wartet ein umfangreiches Begleitprogramm mit Führungen, Mitmachangeboten und Veranstaltungen. In den Deichtorhallen etwa sind aktuelle Ausstellungen zeitgenössischer Kunst und Fotografie zu sehen, die Botschaft der Wildtiere lockt Familien mit einer „unheimlich wilden“ Rallye rund um Wolf, Luchs und Fledermaus. Außergewöhnlich wird es auch auf Schienen: Die Historische S-Bahn Hamburg schickt ihren Museumszug von 1984 zwischen Blankenese und Harburg Rathaus auf die Strecke. Zahlreiche Angebote richten sich speziell an Familien, andere werden mehrsprachig oder in Deutscher Gebärdensprache angeboten. Auf der #seeforfree-Website lässt sich vorab eine persönliche Museumstour zusammenstellen.

**Wo:** 49 Museen in ganz Hamburg, **Wann:** 31. Oktober 2026, **Tickets:** Eintritt frei, **Web:** [www.seeforfree.de](http://www.seeforfree.de)

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

VON ANNA KAUFMANN

### Harbour Front Literaturfestival



Noch bis zum 11. Oktober bringt das Harbour Front Literaturfestival große Namen und neue Stimmen der Literatur nach Hamburg. Mehr als 70 Veranstaltungen an über 20 Spielorten stehen 2026 auf dem Programm – von klassischen Lesungen und Gesprächen über Live-Podcasts bis zu besonderen Begegnungen von Literatur und Musik. Auch im Oktober ist die Auswahl groß: Dörte Hansen, Wencke Mühleisen, Elena Fischer, Şeyda Kurt, Jenny Erpenbeck, Ulrich Tukur, Andrea Wulf, Katharina Thalbach, Leonie Swann, Ronja von Rönne und Juli Zeh gehören zu den Gästen. Ein Schwerpunkt liegt in diesem Jahr auf den USA und ihrer gesellschaftlichen und kulturellen Gegenwart. Daneben widmen sich verschiedene Programmreihen aktuellen Themen, neuen literarischen Stimmen und ungewöhnlichen Verbindungen von Wort und Klang. Zentraler Treffpunkt ist erneut die Rathauspassage. Das „Wohnzimmer“ des Festivals vereint Buchhandlung, Café und Veranstaltungsort und bietet neben dem regulären Programm auch kostenfreie Workshops und Vorträge. So wird Hamburg für einige Wochen einmal mehr zum Treffpunkt für Autoren, Literaturfans und alle, die neue Geschichten entdecken möchten.

**Wo:** Mehr als 20 Spielorte in Hamburg, **Wann:** bis 11. Oktober 2026,

**Tickets:** Preise je nach Veranstaltung, **Web:** [www.harbourfront-hamburg.com](http://www.harbourfront-hamburg.com)

Fotos: Galleries im Woods Art Institute/Kai-Uwe Gundlach, Harbour Front Festival, mit KI erstellt

A full-body photograph of a woman with long dark hair, wearing a dark blue double-breasted coat over a white shirt and dark trousers. She is standing against a light blue background. A large, white, abstract graphic resembling a stylized 'W' or a speech bubble is overlaid on the right side of the image.

hannes roether

**WULF**  
L Ü N E B U R G  
[www.wulf-mode.de](http://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



# Jung sein ist kein Zufall

## Individuelle Wege zur Longevity VON DR. UDO NIESTEN-DIETRICH

**D**er Wunsch, lange zu leben, begleitet die Menschheit seit Jahrhunderten. Heute sprechen Wissenschaftler jedoch immer häufiger nicht nur von Lifespan – also der reinen Lebensdauer –, sondern vor allem von Healthspan: der Zeit unseres Lebens, die wir gesund, leistungsfähig und selbstbestimmt verbringen („healthy Aging“). Denn ein langes Leben ist wenig wert, wenn die letzten Jahrzehnte von Krankheit, Einschränkungen und Pflegebedürftigkeit geprägt sind. Die Lebenserwartung bei Geburt beträgt zurzeit für Männer 78,5 und für Frauen 83,2 Jahre. Die Lücke zwischen Lebenserwartung und Healthspan beträgt nun allerdings etwa

neun Jahre. Dies bedeutet, dass Menschen fast ein Fünftel ihres Lebens mit Krankheiten und Beschwerden verbringen.

Die Wissenschaft kennt heute verschiedene sogenannte „Merkmale des Alterns“ (Hallmarks of Aging). Dazu gehören unter anderem chronische Entzündungen, eine verminderte Zellregeneration, Veränderungen der Zellkommunikation und die nachlassende Leistungsfähigkeit der Mitochondrien. Diese winzigen Zellorganellen werden oft als „Kraftwerke der Zelle“ bezeichnet, weil sie den Großteil unserer Energie bereitstellen. Tatsächlich spielen sie eine Schlüsselrolle für Gesundheit und Alterungsprozesse. Jede unserer

rund 50 Billionen Zellen in unserem Körper besitzt zwischen 1000 und 10.000 dieser kleinen Mitochondrien. Aneinandergereiht reichen sie von der Erde bis zur Sonne (150 Mill. Kilometer).

Mit zunehmendem Alter nimmt die Effizienz der Mitochondrien ab. Die Energieproduktion wird geringer, während gleichzeitig die Anfälligkeit für Zellschäden steigt. Viele Wissenschaftler betrachten die mitochondriale Dysfunktion deshalb als einen zentralen Treiber biologischer Alterungsprozesse.

Die gute Nachricht: Mitochondrien reagieren besonders positiv auf Lebensstilfaktoren. Regelmäßige Bewegung, insbesondere Ausdauer- und Krafttraining,

aber auch Kryobäder oder ein Intervall-Höhentraining (sog. IHHT) fördern die Neubildung und Leistungsfähigkeit dieser Zellkraftwerke. Ausreichender Schlaf, Stressreduktion und eine ausgewogene Ernährung unterstützen ihre Funktion.

Damit wird deutlich: Longevity beginnt nicht mit einer Pille, sondern mit den täglichen Gewohnheiten. Bewegung bleibt der wohl wirksamste und zugleich kostengünstigste Hebel. Sie stärkt Herz, Muskeln, Stoffwechsel und Gehirn und wirkt direkt auf zahlreiche Alterungsmechanismen. Ebenso wichtig sind eine überwiegend pflanzenbetonte Ernährung, ausreichend Proteine für den Muskelerhalt, gute Schlafqualität und positive soziale Kontakte. Diese Faktoren beeinflussen nachweislich die biologische Gesundheit stärker als die meisten Nahrungsergänzungsmittel.

Gerade bei diesen Supplements ist immer ein kritischer Blick angebracht. Der Markt boomt, und viele Produkte werben mit Versprechen von mehr Energie, Zellschutz oder gar Verjüngung. Für die meisten Präparate fehlen jedoch belastbare wissenschaftliche Belege. Nahrungsergänzungsmittel können sinnvoll

sein, sollten aber gezielt und individuell eingesetzt werden. Sie können eine Ergänzung sein aber kein Ersatz für gesunde Nahrungsmitteln.

Deshalb gilt ein einfacher Grundsatz: Erst messen, dann substituieren. Moderne Laboranalysen ermöglichen es, den tatsächlichen Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen oder anderen Mikronährstoffen zu bestimmen. Erst wenn ein Mangel nachgewiesen oder ein erhöhter Bedarf medizinisch begründet ist, sollte eine gezielte Supplementierung erfolgen. Was für den einen hilfreich ist, kann für den anderen überflüssig oder sogar schädlich sein.

Zugegeben, ein „kleines Blutbild“ reicht dabei nicht aus. Es sollten die wesentlichen Vitamine, Mineralien und Mikronährstoffe auf den Prüfstand gestellt werden. Leider ist dies in den meisten Fällen keine Kassenleistung, so dass wir für unsere Gesundheit in Vorleistung treten müssen. Das zahlt sich aber allemal aus.

Longevity bedeutet also letztlich, die biologischen Prozesse des Alterns besser zu verstehen und positiv zu beeinflussen. Dabei stehen nicht teure Wundermittel im Mittelpunkt, sondern ein Lebensstil, der die

natürlichen Regenerations- und Reparaturmechanismen des Körpers unterstützt – bis hinein in die Mitochondrien unserer Zellen. Jung sein ist deshalb kein Zufall. Es ist das Ergebnis vieler bewusster Entscheidungen. Nicht die Zahl der Lebensjahre allein zählt, sondern die Qualität der Jahre, die wir gewinnen. Genau darin liegt die wahre Bedeutung von Longevity.



**Dr. Udo Niesten-Dietrich**

Fotos: mit KI erstellt, Dr. Udo Niesten-Dietrich

[www.ahorn-lips.de](http://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

# Zwischen Spitzen und Schleifen

## Lüneburger Kindermode anno 1669

VON DR. ULFERT TSCHIRNER, KURATOR KULTURGESCHICHTE IM MUSEUM LÜNEBURG

**M**it drei Jahren schon so herausgeputzt: Friedrich Pape trägt auf seinem Porträt von 1669 ein prächtiges Gewand mit zahlreichen Knöpfen, Schleifen, Fransen und Spitzen. Dazu kommen hellgrüne Strümpfe, verzierte Schuhe und ein großer Hut, den der kleine Lüneburger lässig in der rechten Hand hält. Die Linke hat er selbstbewusst in die Hüfte gestemmt. Ein braun-weißer Jagdhund vervollständigt den Auftritt.

Bequem war diese Kleidung vermutlich nicht unbedingt – aber bequem zu sein, war auch nicht ihr eigentlicher Zweck. Friedrich erscheint vielmehr wie ein kleiner Erwachsener. Die Mode wohlhabender Kinder orientierte sich im 17. Jahrhundert stark an der Kleidung der Großen – zumal bei einem repräsentativen Gemälde wie diesem. Stoffe, Spitzen und aufwendiger Besatz zeigten auf den ersten Blick, dass der Porträtierte aus einer Familie kam, die sich solchen Aufwand leisten konnte. Auch die langen blonden Locken dürfen dabei nicht irritieren: Eine solche Haartracht war für Jungen durchaus standesgemäß.

Wer Friedrich war, verrät die Inschrift im Bild: geboren am 15. April 1666, gemalt 1669. Ein Blick in die Kirchenbücher von St. Johannis bestätigt die Angaben. Friedrich Pape war der Sohn des Lüneburger Kaufmanns und Ratsherrn Christian Pape und gehörte damit zu einer wohlhabenden bürger-



Ältestes Lüneburger Kinderporträt: Friedrich Pape im Alter von drei Jahren

lichen Familie. Über sein späteres Leben wissen wir leider kaum etwas.

Umso mehr erzählt sein Bild. Das heute im Museum Lüneburg bewahrte Gemälde ist das älteste bekannte Kinderporträt der Stadt und für Lüneburger Verhältnisse ungewöhnlich qualitativ. Solche re-



präsentativen Kinderbildnisse waren im 17. Jahrhundert besonders in den Niederlanden beliebt. Ob Friedrichs unbekannter Maler aus Lüneburg kam oder von auswärts, ist noch offen.

Das Porträt hat eine lange Familiengeschichte: Die Papes waren mit den Buchdruckern der Familie von Stern verwandt. Über Generationen blieb das Bild in deren Besitz und ist seit kurzem als Leihgabe im Museum Lüneburg zu sehen. So hat sich nicht nur das Bild eines Dreijährigen aus dem Jahr 1669 erhalten, sondern auch ein Stück Lüneburger

Familiengeschichte.

Und wer wissen möchte, wie ihm die Kindermode von 1669 steht, kann es ausprobieren: Friedrichs Kostüm wurde von kundiger Hand nach dem Gemälde nachgeschneidert und darf im Museum für ein Foto übergestreift werden.

# LÜNEBURG ERLEBNIS SONNTAG

01. NOV.  
13-18 UHR



**Blaulichttag  
um den Marktplatz  
und auf dem Platz  
Am Sande**



**Wochenmarkt  
auf dem  
Marktplatz**

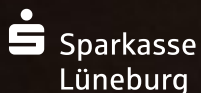
**Blaulicht-  
gottesdienst  
in der  
St. Johannes-  
Kirche**

**11 Uhr**

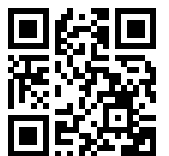
**SHOPPING  
IN DER  
INNENSTADT  
AB 13 UHR**



In Zusammen-  
arbeit mit:



Alle Infos unter:  
[lueneburg.info](http://lueneburg.info)



# Tradition trifft Moderne

**Der Kneipp-Verein Lüneburg e.V. bietet mehr als nur Wasseranwendungen**

VON DENIS AMBROSIOUS



**G**anzheitliche Gesundheit und ein Leben im Einklang mit der Natur sind längst keine nostalgischen Konzepte mehr, sondern moderne Antworten auf die vielfältigen Herausforderungen der Zeit. Der Kneipp-Verein Lüneburg e.V. verkörpert diese Brücke zwischen bewährter Tradition und zeitgemäßer Lebensführung seit mehr als 75 Jahren.

Gegründet im Jahr 1950, blickte der Verein im Jahr 2025 auf eine stolze Dreivierteljahrhundert-Saga zurück. Was in der Nachkriegszeit begann, hat sich bis heute zu einer festen Institution in der Hansestadt Lüneburg und ihrer Umgebung entwickelt. Diese Beständigkeit unterstreicht die ungebrochene Relevanz der Philosophie von Sebastian Kneipp.



Sebastian Anton Kneipp war ein deutscher römisch-katholischer Priester aus Bayerisch-Schwaben, der als Kaltwassertherapie betreibender Hydrotherapeut und Naturheilkundler bekannt geworden ist. Er ist der Namensgeber der Kneipp-Medizin und der Wasserkur mit Wassertreten, die schon früher angewandt, aber durch ihn erst populär wurden.

## Der Mensch im Mittelpunkt

Das Herzstück des Vereins ist die Kneippsche Lehre. Sie basiert auf der einfachen, aber tiefgreifenden Erkenntnis, dass die Natur alles bereithält, was der Mensch für sein Wohlbefinden benötigt. Das erklärte Ziel des Vereins ist es, eine natürliche Lebensweise zu fördern, um die „beste Gesundheit für den Menschen“ zu erreichen.

Dabei ist der Ansatz weit mehr als nur Wasseranwendungen. Es geht um ein harmonisches Zusammenspiel von Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen, Wasser und der inneren Balance. Der Kneipp-Verein Lüneburg übersetzt diese klassischen Säulen in ein aktuelles Programm, das den Bedürfnissen moderner Menschen nach Entschleunigung und Prävention gerecht wird.

## In der Region verwurzelt – Für die Menschen vor Ort

Die Verbundenheit mit der Hansestadt Lüneburg gehört für den Verein dazu. Die Wirkungsstätte des Vereins ist untrennbar mit dem Flair und der Geschichte dieser Region verknüpft. Obwohl der Verein den Namen der Hansestadt trägt, schlägt sein administratives Herz in der Fliederstraße 13 A im benachbarten Adendorf. Von hier aus wird das vielfältige Angebot koordiniert, das Mitglieder und Interessierte gleichermaßen anspricht. Die Struktur des Vereins ist dabei professionell und transparent organisiert: Von einer klaren Satzung über eine faire Beitragsordnung bis hin zu einer engagierten ehrenamtlichen Führung durch den Vorstand wird sichergestellt, dass die Gemeinschaft auf einem soliden Fundament steht.

Der Kneipp-Verein Lüneburg mit seinem einladenden Angebot für alle versteht sich nicht als exklusiver Zirkel, sondern als offene Gemeinschaft für jede Generation. Der moderne Internet-Auftritt dient als digitales Schaukastenfenster und bietet einen umfassenden Einblick in die Aufgaben und Veranstaltungen.

## Den Blick nach vorne gerichtet

Ein 75-jähriges Bestehen ist ein Beweis für Beständigkeit, doch der Kneipp-Verein Lüneburg ruht sich nicht auf seinen Lorbeeren aus. Mit einem modernen Verständnis von Wellness und Prävention lädt der Verein dazu ein, die eigene Gesundheit aktiv in die Hand zu nehmen. Er bietet einen Ort des Austauschs, des Lernens und der praktischen Anwendung natürlicher Heilmethoden.

Für alle, die nach einer fundierten, aber dennoch lebensnahen Möglichkeit suchen, ihre Lebensqualität zu steigern, bleibt der Kneipp-Verein Lüneburg e.V. der perfekte Ansprechpartner in der Region. Die Leitung des Vorstands und die Expertise der Geschäftsstelle in Adendorf sind der Garant für Gesundheit durch Natur – gestern, heute und morgen.

■ **Kontakt & Informationen: Kneipp-Verein Lüneburg e.V.,**  
**[www.kneipp-lueneburg.de](http://www.kneipp-lueneburg.de)**

Fotos: mit KI bearbeitet, Kneipp-Verein Lüneburg e.V.

Jetzt bei vital & bewegt!

# MÄNNER AUFGEPASST!

Beckenbodentraining mit dem Good Vibes®  
für Männer? Auf jeden Fall!



**Ein starker Beckenboden** spielt auch bei Männern eine große Rolle und sorgt für mehr Lebensqualität.

- ! Stärkung der Prostata (auch nach einer OP)
- ! hilfreich bei Blasenschwäche ! Linderung von Rückenproblemen

**Ein eigener Raum mit extra Eingang** – getrennt vom Frauenbereich – steht den Männern für Ihre Anwendung im Haus zu Verfügung. Mit dem Gutschein können Sie unverbindlich unseren Good Vibes® ausprobieren. Für mehr Infos und Terminvereinbarungen wenden Sie sich gerne telefonisch oder per Mail an uns. **Wir freuen uns auf Sie!**

*vital und bewegt*

Fitness von Frauen für Frauen

Rote Straße 10A 21335 Lüneburg  
(04131) 77 74 08  
[kontakt@vital-und-bewegt.de](mailto:kontakt@vital-und-bewegt.de)  
[www.vital-und-bewegt.de](http://www.vital-und-bewegt.de)

## IHR GUTSCHEIN

2 kostenlose Sitzungen zum Ausprobieren des Good Vibes®

Einfach ausschneiden  
und zum vereinbarten Termin  
mitbringen

# Die Flaneurin

**Christine Böhm sammelt Momente**

VON CARLO EGGELING



**D**as schöne Wort des Flaneurs ist ein wenig aus der Mode gekommen. Mit Genuss und wachem Blick durch die Stadt streifen, mit Nähe und gleichzeitiger Distanz zum Geschehen, Sammler des Alltäglichen und Portraitist, der seine kleinen Kostbarkeiten gern zeigt. Seit drei Jahren fängt Christine Böhm Lüneburg so ein. Fotos und Videos des Stadtgeschehens. Mal der Schattenwurf des Rathauses oder der Villa Heyn in einer Pfütze, mal ein Video eines Straßenmusikers, dann sie selbst staunend in einer Szenerie beim Spargelhändler auf dem Markt, beim Zahnarzt oder auf einer Schaukel. Die Stadt als Wohnzimmer, als Bühne.

Zwanzig Kilometer am Tag laufe sie, erzählt sie bei einem „Bierchen“ auf den Terrassen der Mälzer Mühle. Natürlich hier, mit einem der schönsten Blicke aufs Wasserviertel. „Ich mache die Augen auf, für das, was schön ist.“ Neulich ist sie nach Deutsch Evern gelaufen: „Allein der Weg, toll. Ein gefällter Baum wird zur Bank. Märchenhaft.“ Sie lacht: „Oder zum Schneewittchensarg.“ Christine ist jedenfalls wachgeküsst. „Schon während des Gehens habe ich die Idee für einen Satz“, sagt sie. Sie suche das Bild für einen „Schnappschuss“, es solle zueinander passen. Märchenhaft eben. In Geschichten geht es um Fantasie, die Wirklichkeit muss zur Geschichte passen. So greift Christine Böhm als Autorin ein: Die Bilder sollen ein gutes Gefühl vermitteln, „Zigarettenstummel müssen weg“. Sie manipulierte, um es besser zu machen. Bildbearbeitung mit ein paar Klicks, das sei schnell erledigt.

Politisch wolle sie nicht sein mit ihrem Stadtgeflüster, „Jeder soll denken können, was er will. Ich möchte es nicht zu ernst. Und ich mag es nicht, wenn sich Leute zu wichtig nehmen.“



Auch wenn sie eher heitere Momente einfängt, thematisiert sie Schwieriges. Sich selbst eingeschlossen. Seit zwanzig Jahren sei sie magersüchtig, Therapien habe sie durch, ohne Erfolg. Manchmal gehe es ihr nicht gut: „Das zeige ich dann.“ Ab und an macht sie es märchenhaft, für sich selbst. Dann retuschiert sie sich für ihre Selfies ein paar Kilo dazu. Wirklichkeit kann unwirklich sein. Sie nennt es „Gedankengewitter.“

Die 42-Jährige führt ein beinahe öffentliches Leben, was ihr passiert, wen sie trifft, was sie beschäftigt – „Ich habe keine Geheimnisse“. Allerdings steuert sie, was sie bei Facebook ins Netz stellt. So kann sie ihre Grenzen setzen.

Es passiert, was nahe liegt: „Ich bekomme Nachrichten, ich werde angesprochen.“ Nicht nur nett, sie lebe damit. „Es ist mir egal, ob es Leuten gefällt oder nicht, ich mache, was ich möchte.“

Ihr Geld verdient sie gar nicht märchenhaft. Sie arbeitet im Controlling, Fehlersuche in Abrechnungen. Daneben habe sie genug Zeit für ihre Bummel als Wanderin des Alltäglichen.

Sie stammt aus der Nähe von Marburg, machte ihr Fach-Abi für Wirtschaft und Verwaltung, lernte Bürokauffrau. Über mehrere Stationen kam sie an die Ilmenau. Sie wohnt stadtnah. Wie könnte es anders sein, in die Firma geht sie zu Fuß, mit der Handykamera pflückt sie am Wegesrand Motive. Den Strauß stellt sie im Internet in ihr Fenster und freut sich über das vielstimmige Dankeschön.

Eine halbe Stunde sitzen wir auf der Mälzer-Terrasse. Vielleicht ist es uncharmant, aber die Unruhe in Christine Böhm's Beinen ist zu spüren, Bier und Apfelschorle sind ausgetrunken. Sie möchte noch ein Stück laufen und nach Hause. Bilder wollen bearbeitet werden. Wir haben schon ganz schön lange zusammen gegessen.

Christine Böhm hat schließlich zu tun. Selbst die Muße der Flaneurin verpflichtet. Irgendwann schaffen wir es wieder auf ein Getränk, da sind wir beide sicher. Im Wasserviertel. Schöne Aussichten. So und so.

Fotos: Carlo Eggeling



# KREATIVABEND

## Herbsttaune

20.10.2026 • 19:00 Uhr

### Programm:

**Fußmatten bemalen**  
**Terrazzo-Magneten**  
**kleiner Herbstkranz**

**40 €/Person**

inkl. Material und Getränke

**Jetzt anmelden: [friemel.stube.lg@gmail.com](mailto:friemel.stube.lg@gmail.com)**



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

[www.friemelstube.de](http://www.friemelstube.de)



**friemel**  
**stube**



TL

Sinfoniekonzert Nr. 1

# „Hanseatisch“

Ort und Identität

25.10.2026.2026 um 18 Uhr | Großes Haus



Kartentelefon: 04131 42100 | theater-lueneburg.de

# Herkünfte und Heimaten

**Mit „Herkünfte und Heimaten“ setzt das Theater Lüneburg in dieser Spielzeit einen neuen Schwerpunkt. Produktionen wie „Anatevka“, „Nathan der Weise“ und „Der Freischütz“ werden durch Lesungen, Gespräche und Beteiligungsformate ergänzt. Dabei geht es um persönliche Geschichten und unterschiedliche Vorstellungen von Heimat, aber auch um die Frage, wie eine vielfältige Gesellschaft miteinander leben will. Chefdramaturgin Hilke Bultmann über die Entstehung der Reihe und die gesellschaftliche Verantwortung des Theaters.**

**W**as steckt hinter dem neuen Schwerpunkt „Herkünfte und Heimaten“?

Hilke Bultmann: Er ist im Prinzip eine Fortsetzung des Schwerpunktthemas „Wider den Schlussstrich“ aus der vergangenen Spielzeit. Mit diesen Schwerpunkten wollen wir unsere Produktionen um Angebote erweitern, die über den eigentlichen Theaterabend hinausgehen: Vorträge, Lesungen, Diskussionen, aber auch Möglichkeiten, selbst mitzudiskutieren und sich auszutauschen. In dieser Spielzeit wollen wir den Blick stärker ins Heute richten. Ein wichtiger Impuls war ein Gespräch mit Frauen von LIVT, der Lüneburger Initiative für Vielfalt und Teilhabe. Nach einer Vorstellung von „Don Karlos“ haben wir darüber gesprochen, wann sie sich vom Theater repräsentiert fühlen und welche Stoffe sie interessieren. Das führt unmittelbar zu der Frage: Welche Stoffe wählen wir eigentlich aus und wen denken wir mit, wenn wir Theater machen? Mit „Herkünfte und Heimaten“ möchten wir der pluralen Gesellschaft, in der wir leben, stärker Rechnung tragen und ihre Vielfalt feiern.

**Warum ist ein Rahmenprogramm so wichtig?**

Hilke Bultmann: Natürlich sind unsere Produktionen der Kern dessen, was wir tun. Aber wir möchten auch Impulse von außen bekommen – Lesungen, Vorträge und Expertinnen und Experten – und Formate anbieten, bei denen Menschen selbst beteiligt sind. Uns interessiert zu hören, was andere denken. Wenn wir vom Theater als Begegnungsort sprechen, müssen wir diesen Begriff schließlich auch mit Leben füllen.

**Ein solches Beteiligungsprojekt ist „Safar“, das gemeinsam mit LIVT entsteht. Wie sieht das aus?**

Hilke Bultmann: „Safar“ bedeutet unterwegs sein oder reisen. Über ein Jahr hinweg führen Maria Zamel und ich mit Beteiligten von LIVT und mit Menschen aus unserem Ensemble Interviews zum Thema Herkunft und Heimat. Diese unterschiedlichen Perspektiven werden anschließend auf der Bühne zu hören sein. Das ist für uns ein wichtiger Punkt: Wir wollen nicht nur aus unserer Sicht über unterschiedliche Lebenswirklichkeiten sprechen. Bei „Safar“ entstehen die Inhalte gemeinsam.

**Mit der „Tischgesellschaft“ wurde ein neues Format entwickelt. Was passiert dort?**

Hilke Bultmann: Die Tischgesellschaft findet im Foyer statt. Wir, das sind in diesem Fall Katja Meier, Maria Zamel und ich als Gastgeberinnen, bauen eine lange, schön gedeckte Tafel auf, es gibt ein kleines gastronomisches Angebot, ein Quiz, Spiele und verschiedene Gesprächsimpulse. Das Entscheidende ist: Man muss dafür kein Theaterstück gesehen haben und auch über kein Expertenwissen verfügen. Es geht zunächst darum, mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen. Vielleicht kommt jemand, der bisher noch nie bei uns war und denkt: Eine Tischgesellschaft klingt interessant, da gehe ich einfach einmal hin.

**Neben LIVT arbeitet ihr für den Schwerpunkt mit zahlreichen weiteren Lüneburger Institutionen zusammen. Welche sind das und welche Bedeutung haben diese Kooperationen?**

Hilke Bultmann: Eine sehr große. Sie zeigen auch,



**Chefdramaturgin  
Hilke Bultmann**



dass diese Themen nicht nur uns beschäftigen. Bei „Nathan der Weise“ arbeiten wir beispielsweise mit dem Ostpreußischen Landesmuseum beziehungsweise dem Kantmuseum und der Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit zusammen. Daraus ist die Reihe „Gibt es Hoffnung auf Hoffnung?“ entstanden. Die Lesung mit Saša Stanišić ist in Kooperation mit dem Literaturbüro Lüneburg e.V. entstanden.

**Herkunft und Heimat sind einerseits sehr persönliche Themen. Gleichzeitig haben sie heute eine starke gesellschaftspolitische Dimension. Wie wichtig ist euch diese Verbindung?**

Hilke Bultmann: Sehr wichtig. In „Herkunft“ von Saša Stanišić sieht man das deutlich. Ausgangspunkt sind die Jugoslawienkriege der 1990er-Jahre – also eine europäische Geschichte. Gleichzeitig geht es sehr stark um Erinnerung: Wie setzt sie sich zusammen? Was bleibt? Wie erzählen wir unsere eigene Geschichte? Das ist etwas Persönliches, aber Erinnerung ist eben auch gesellschaftlich relevant. Wer erinnert und wie erinnert wird, hat Einfluss darauf, welche Geschichten sichtbar bleiben.

**Welche Rolle kann ein Theater angesichts aktueller politischer Entwicklungen spielen?**

Hilke Bultmann: Wir erleben, wie schnell sich politische Verhältnisse verändern können und wie Dinge, die selbstverständlich erschienen, wieder in den Hintergrund gedrängt werden. Wenn wir Demokratie, Vielfalt und ein gemeinsames Miteinander erhalten wollen, müssen wir aufmerksam sein. Auch deshalb ist die Frage wichtig, welche Geschichten erzählt und erinnert werden.

Ich glaube, ein Theater kann in diesem gesellschaftlichen Diskurs eine große Rolle spielen. Wenn fünfhundert Menschen an einem Abend hier sitzen und mit einem Erlebnis nach Hause gehen, dann passiert etwas. Wir können Themen sichtbar machen und sagen: Darüber wollen wir sprechen. Wir können eine Stimme sein, die demokratische Werte und ein gemeinsames Miteinander hochhält. Das gefällt sicher nicht allen. So wie die Regenbogenfahne vor unserem Haus nicht jedem gefällt. Aber wir stehen dazu.



Zu dem Thema „Herkünfte und Heimaten“ hat das Theater Lüneburg eine Broschüre erstellt, die man auf der Website durchblättern kann: [www.theater-lueneburg.de](http://www.theater-lueneburg.de)



**Lesung und Gespräch mit Saša Stanišić am 02.12.2026 in Kooperation mit dem Literaturbüro Lüneburg e. V.**

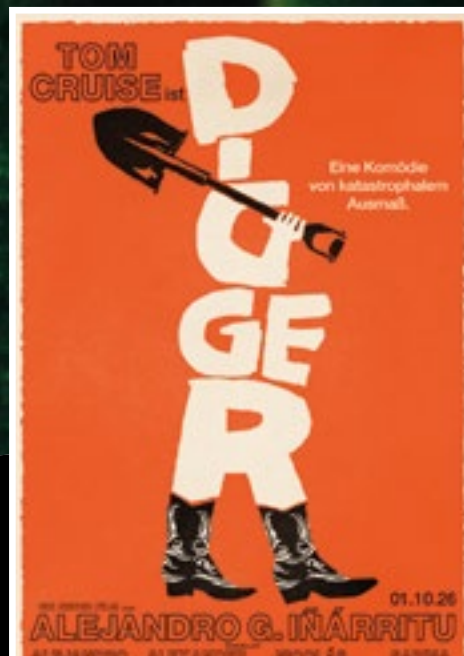


Ladys-  
preview am  
MI 30.09.

**Ab 01. Oktober 2026**

## VERITY

Die junge Autorin Lowen Ashleigh erhält von Jeremy Crawford den Auftrag, die erfolgreiche Buchreihe seiner Ehefrau Verity zu vollenden. Nach einem rätselhaften Unfall lebt Verity zurückgezogen. Im Anwesen der Familie entdeckt Lowen verstörende Manuskripte, die ein völlig neues Bild der Bestsellerautorin zeichnen. Je tiefer sie in Veritys Geheimnisse eintaucht, desto mehr verschwimmen Wahrheit und Fiktion. Zugleich entwickelt sie Gefühle für Jeremy.



**Ab 01. Oktober 2026**

## DIGGER

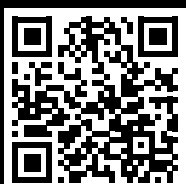
Der exzentrische Erdölmilliardär Digger Rockwell verursacht durch seine skrupellosen Geschäfte eine globale Umweltkatastrophe. Das Eis der Polarkappen schmilzt, Tsunamis verwüsten Küsten und Atomkraftwerke werden beschädigt. Während die Welt im Chaos versinkt, fordert der US-Präsident Rockwell auf, seinen eigenen Schaden wieder gutzumachen und die Menschheit zu retten. Für den Egomane eine willkommene Gelegenheit, zum Helden zu werden.



**Ab 22. Oktober 2026**

## DER PERFEKTE URLAUB

Leo, Pepe, Rocco und Simon wollen auf Mallorca Abstand gewinnen, doch ausgerechnet ihre Freundinnen und deren Geheimnisse sorgen für neue Konflikte. Als ihre Finca abbrennt, landet die Clique im Clubhotel und kann den Problemen nicht länger ausweichen. Affären, Eheprobleme, verborgene Wahrheiten und alte Verletzungen kommen ans Licht und stellen nicht nur die Beziehungen, sondern auch die Freundschaft der gesamten Gruppe auf die Probe.



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

**f!mpalast**  
Dein Kino.

# „Ein bisschen Frieden“

**Meine Erlebnisse mit Ralph Siegel**

VON HORST LIETZBERG



In den Medien wurde Ralph Siegel „Mr. Grand Prix“ genannt. Hier feiert er seinen 60. Geburtstag.

**N**ach einem künstlichen Koma hat er kürzlich seine schwere Lungenentzündung überwunden. Nun kann Ralph Siegel, der große Komponist und Produzent, wieder am Klavier sitzen. Anders geht's auch gar nicht. Denn Musik ist sein Leben. Erbanlage oder Fanatismus? Das ist bei ihm die Frage. Wahrscheinlich eine Mischung aus beidem. Wer einen so populären Vater wie Ralph Maria Siegel hatte (der unter anderem 23 Bühnenstücke komponierte und 300 zum Teil weltbekannte Schlager textete) und eine Mutter wie den Operettenstar Ingeborg Döderlein, kam um die Musik gar nicht herum. Mit neun Jahren jedenfalls spielte er bereits im Akkordeon-Orchester am Chiemsee und mit 13 in einer Amateurband. „Und weil ich ein sentimentales Kind war, schrieb ich zu jener Zeit bereits Wiener Lieder“, erzählte mir Ralph Siegel vor längerem. „Außerdem hatte ich auch mit Schlagzeug, Gitarre und Klavier keine Schwierigkeiten“.

Ein Wunderkind war er dennoch nicht. Mathematik und Latein hielten mit seiner musikalischen Entwicklung jedenfalls nicht Schritt. Er verpasste den Anschluss. So kam Ralph Siegel in ein Schweizer Internat und in die vielsprachige Ecole d'Humanité. Lohn dieser Mühe: Die Matura. Doch das genügte ihm noch nicht. Nach München zurückgekehrt, besuchte er die Handelsschule. Er wollte nicht nur mit Noten, sondern auch mit der doppelten Buchführung klarkommen. Dann ging er ein halbes Jahr nach England, schaute ein Jahr den Franzosen in einem Pariser Verlag über die Schulter und holte sich den letzten Schliiff in der Musikschmiede Amerikas, in Nashville/Tennessee.

„Hier schrieb ich auch den ersten Hit meines Lebens „It's a long way to Georgia“, gesungen von Gibson. Er kam auf Platz 8 in den US-Charts. Ich war damals 20 Jahre alt – und pleite. So flog ich zurück nach München. Doch im Verlag meines Vaters erwartete mich nur ein Monatsgehalt von 600 Mark neben freiem Lebensunterhalt und Auto. Zwar wurde es später auf 800 Mark erhöht. Aber auch das war nicht üppig. Doch immerhin spornte es meine kompositorische Arbeit umso mehr an“.

Michael Kunze (Liedtexter, Schriftsteller und Librettist), der eines Tages beim Siegelschen Verlag anklopfte, wurde sein Freund und Hausautor. Die beiden schrieben gemeinsam deutsche Protestsongs wie „Lieder gegen den Krieg“. Walter Haas produzierte. Die Hamburger „City Preachers“ nahmen sie auf. Ralph Sieges damals: „Es war das Erste, worauf wir echt stolz sein konnten“.



**Hier beginnt Ralph Siegel mit der Selbstständigkeit. Sein erster Hit: „Einmal verliebt, immer verliebt“ mit Peggy March.**

Doch danach klinkte sich eine Serie von Misserfolgen ein. Ralph Siegel hatte seine Experimentierphase. Mit einem leichten Schlager ließ man ihn in der damals sehr beliebten Fernsehshow „Musik aus Studio B“ auftreten. Aber nach 1800 verkauften Platten war der Traum vom Schlagerstar ausgeblüht. Immerhin gab ihm diese Pleite den Anstoß, selbst zu produzieren. 1970 trennte er sich freundschaftlich von seinem Vater. Ursprünglich wollte er den väterlichen Verlag umorganisieren. Aber Ralph Maria Siegel war nicht scharf auf den damit verbundenen Trubel und Stress. So entwickelte Ralph junior seine Olympia-Musikproduktion aus dem Nichts. Man richtete das Büro im Wohn- und Schlafzimmer des Jung-Produzenten ein.

Ralph Siegel hatte aufs richtige Pferd gesetzt. Im ersten Jahr der Selbstständigkeit brachte „Einmal verliebt, immer verliebt“ mit Peggy March 200.000 Schallplatten. Dann ging es weiter, Schlag auf Schlag. Als Ralph Maria Siegel 1972 starb, übernahm Sohn Ralph auch den väterlichen Vertrag. „Ich war sehr glücklich, weil sich dadurch eine geschäftliche Verbindung mit der Schallplattenfirma „Ariola“ entwickelte. So brachten wir Rex Gildos „Fiesta Mexicana“ und Peter Alexanders „Unser tägliches Brot ist die Liebe“ heraus. Später kamen Millionenumsätze mit Chris Roberts und Penny McLean hinzu. „Aber die brauchte ich auch. Denn die Verantwortung für meine 55 Mitarbeiter ließ mich manche Nacht nicht schlafen“.

Komponist und Musikproduzent Siegel empfand Komponieren nie als Arbeit. Deshalb konnte er es auch nicht bei den drei Wochen Urlaub im Haus seiner Mutter am Mittelmeer lassen. Meist lud er sich noch seine Texte ein wie Bernd Meinunger („Ein bisschen Frieden“) und Michael Kunze („Griechischer Wein“, „Ich war noch niemals in New York“). Siegel: „Nach dem Baden, wenn andere Siesta machten, nahmen wir die Gitarre oder setzten uns ans Klavier. Dabei sind gute Lieder herausgekommen. Im Übrigen: Eine Gruppe, die in zwei Jahren rund eine Million LPs und über fünf Millionen Singles verkauft, sollte sich irgendwann auch einmal eine Pause gönnen dürfen“.

Foto: Sammlung Hajó Boldt

# Deine EVENTS

Von Herbst bis Winter ♥

**HOF**  
AN DEN TEICHEN

## Apfel-Fest

**4. Oktober | 11 – 17 Uhr**

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



## Hof-Markt mit Kunsthandwerk

**25. Oktober | 12 – 18 Uhr**

Ein Sonntag zum Genießen, Entdecken und Entspannen. Mit Verkostung unserer hofeigenen Produkte.



## Advents-Markt

**22. November | 12 – 18 Uhr**

Kränze und Naturmaterialien für Deine Weihnachtsdeko.

## Hof-Weihnacht

**an allen 4 Adventswochenenden | 12 – 18 Uhr**

Stimme Dich inmitten der heimeligen Atmosphäre unserer Scheune auf die Weihnachtszeit ein.

**Das erwartet Dich:**

Winterställe der Tiere ♥ Glühwein und Punsch  
Wechselnde Spezialitäten vom Bunten Bentheimer Schwein,  
Lamm und Rind ♥ Selbstgemachter Flammkuchen  
Regionale Handwerkskunst vom 1. bis zum 3. Adventswochenende  
Marktstände mit hofeigenen Produkten ♥ und vieles mehr

## Historischer Christmarkt

**am 2. Adventswochenende | Sa 12 – 19 Uhr, So 11 – 17 Uhr**

In der Lüneburger Altstadt



Hof an den Teichen in Lüneburg Rettmer | Heilighenthaler Straße 1  
Öffnungszeiten findest Du auf unserer Website: [www.hofandenteichen.de](http://www.hofandenteichen.de)



**Ralph Siegel und Autor Horst Lietzberg haben sich öfters zu Interviews getroffen.**

Ob es zu seinem Status gehörte, dass er einen Rolls Royce fuhr? „Dieser Wagen ist ein Kindheits-traum. Ich habe ihn mir erfüllt, weil ich in diesem verrückten Verkehr in einem schönen, bequemen Auto dahingleiten wollte. Eigentlich wollte ich mir meinen Traumwagen erst mit sechzig leisten. Aber dann merkte ich, dass mir einige Leute meinen Erfolg sowieso missgönnten. Nun können sie mir auch noch den Rolls übelnehmen“. Das war Anfang der achtziger Jahre. Ich fragte ihn, was ihm für spätere Jahre vorschwebt. „Ich habe den Wunsch, die Firma erhalten zu können, sowie mit meinen Mitarbeitern ein enges freundschaftliches Verhältnis zu behalten. Auch die Zukunft interessiert mich. Es wäre doch schön, wenn es mir eines Tages gelänge, gute TV-Shows zu schreiben. An Ideen fehlt es mir nicht“.

Seinen größten Triumph erreichte Ralph Siegel 1982 mit seiner damals 17jährigen Sängerin Nicole. Sie siegte auf dem Eurovision Song Contest mit dem Lied „Ein bisschen Frieden“, von ihm komponiert. Es war der erste deutsche Sieg überhaupt. Das Lied ging in zahlreichen Sprachen um die Welt. Für Ralph Siegel die Krönung seiner Karriere. So entwickelte er sich zu dem erfolgreichsten Hitlieferanten Europas.

Insgesamt sollen es weit über 2000 Titel sein, die er schrieb und produzierte. Sie wurden millionenfach verkauft. Viele Auszeichnungen reflektierten seine Erfolge. Darunter 1982 das Bundesverdienstkreuz am Bande, 1998 das Bundesverdienstkreuz erster Klasse, von der GEMA die Ehrennadel fürs Lebenswerk, den Paul-Linke-Ring, den Bayerischen Maximilianorden für Wissenschaft und Kunst, eine der

höchsten kulturellen Auszeichnungen des Freistaates Bayern und zahlreiche andere Ehrungen.

Als wir ihn vor ein paar Jahren in meine Fernsehserie „Das ist ihr Leben“ zu einem Auftritt mit Katja Ebstein eingeladen hatten, vergaß er seine Noten. Der Regisseur wollte schon ärgerlich werden. Aber er lachte nur, sprang an den Flügel, haute temperamentvoll in die Tasten und fragte nur: „Was wollt Ihr hören?“. Ein Teufelskerl (viermal verheiratet, drei Töchter). Er gehört zu den prägenden Persönlichkeiten der deutschen Unterhaltungsmusik. Seine Lieder haben Generationen begleitet. Der Name Siegel ist ein Synonym für musikalische Erfolge.

Im Sommer 2026 hatte er eine lebensbedrohliche Lungenentzündung, die er jedoch im künstlichen Koma überstand. Er war körperlich schwer geschwächt und zeitweise auf einen Rollstuhl angewiesen. Sogar das Gehen musste er neu lernen. Dennoch blickte er immer mit seinem unverwechselbaren Humor und großer Zuversicht nach vorn. Die Musik lässt ihn nie los. Und so soll während des Kommas sogar eine Idee zu einem neuen Lied für den Eurovision Song Contest entstanden sein. Sein ausgeprägter Lebenswille ist ungebrochen. Und sein optimistisches „Hoppla jetzt kommen wir“, womit er schon in jungen Jahren oft frischen Wind in die Schallplattenindustrie blies, will er sich auch mit 80 Jahren noch erhalten. Ralph, viel Glück!

**Schon mit fünf Jahren fing Ralph Siegel mit Begeisterung an, Klavier zu spielen.**

**Sein größter Erfolg mit Nicole und „Ein bisschen Frieden“. Ein Lied, das seit 1982 um die Welt geht.**





# Was wächst denn da?

**Eine Kräuterkunde von Anette Reinhardt, Kräuterfrau beim NABU Lüneburg**

## Weißdorn /Crataegus monogyna

Weißer Blüten im Frühjahr, rote Früchte im Herbst. Der Weißdorn - auch Hagedorn oder Mehldorn genannt - ist ein einheimisches Gehölz. Seit Jahrtausenden pflanzen Menschen ihn um ihre Häuser oder zwischen die Felder, um sich und ihr Eigentum abzugrenzen. Ihm wurden übernatürliche Fähigkeiten zugesprochen. Er schütze nicht nur vor ungebetenen Gästen und wilden Tieren, sondern auch vor Geistern, Dämonen und Krankheiten. Im Mittelalter sorgte der Aberglaube dafür, dass Menschen durch die stachelige Hecke krochen, um böse Krankheiten von sich fern zu halten. Lange galt der Weißdorn als Heilpflanze gegen allerlei Beschwerden. Seit dem 19. Jahrhundert wurde seine positive Wirkung auf das Herz immer populärer. Heute sind seine Blätter, Blüten und Früchte eines unserer bedeutendsten alternativen Heilmittel bei Herzschwäche. Sie sollen die Durchblutung des Herzens fördern und ausgleichend auf den Blutdruck wirken.

Den Tieren bietet er noch heute einen wichtigen Schutzraum. Zwischen seinen Dornen können Vögel, vor Fressfeinden geschützt, ihre Nester bauen und an trüben Tagen verweilen. Vor ihren Schnäbeln locken die Blüten Insekten an und die Früchte sättigen im Winter.

Wäre es nicht wunderbar, wenn wir statt Stabmattenzäunen lebendige Zäune um unsere Grundstücke pflanzen? Damit unterstützen wir nicht nur Klima- und Artenschutz, sondern schaffen auch natürliche Lebensräume für Mensch und Tier.

Illustration: Anette Reinhardt



## BESONDERE MOMENTE im Castanea Resort

TRAUMHOCHZEITEN & UNVERGESSLICHE  
FAMILIENFEIERN MIT BIS ZU 400 GÄSTEN



IDYLISCHE LAGE  
MITTEN IM GRÜNEN



STILVOLLE RÄUME  
& FINE DINING



PERSÖNLICH &  
MIT LIEBE ZUM DETAIL

**„Sag Ja“-Angebot:  
ab 120 €/Person**



**WIR MACHEN EUREN TAG BESONDERS!**

Jetzt Termin anfragen und unverbindlich beraten lassen:

  
**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](http://www.castanea-resort.de)



Der Marktplatz in Goslar

# Harzer Welterbe und Welfen-Charme

Eine lohnenswerte Reise ins südliche Niedersachsen

VON CHRISTIANE BLEUMER

**W**er in Lüneburg lebt, ist verwöhnt. Mittelalterliche Gassen, stolze Backsteingiebel und ein eindrucksvolles Rathaus prägen die Stadt. Doch wenn man sich auf Einladung der örtlichen Tourismusverbände im südlichen Niedersachsen umsieht, kann man Orte entdecken, die ebenfalls sehr reizvoll sind. Die Ziele: das geschichtsträchtige Goslar am Harzrand und das beschauliche, aber überraschend dynamische Wolfenbüttel. Eines hat Goslar unserer Salz- und Hansestadt auf jeden Fall voraus. Es gehört zum Weltkulturerbe – und zwar nicht nur einfach, sondern mit sogar drei Besonderheiten, die auf der erlesenen Liste der Unesco stehen. Schon im Jahr 1992 erfolgte die Ausweisung des Erzbergwerkes Rammelsberg und der Altstadt von Goslar als UNESCO-Welterbe. Im Jahr 2010 wurde die bestehende Welterbestätte um die sogenannte Oberharzener Wasserwirtschaft erweitert – ein ausgeklügeltes System aus Teichen, Gräben und Wasserläufen, das einst die Energie für den Bergbau lieferte. Genauer erfährt man im Welterbe-Infozentrum, das im Gewölbekeller des historischen Rathauses untergebracht ist und täglich kostenfrei besucht werden kann.

### Das Zentrum des Heiligen Deutschen Reiches

Wo Lüneburg seinen Wohlstand dem „weißen Gold“ verdankt, war es in Goslar das Erz aus dem Rammelsberg. Beide Städte nutzten ihren Reichtum, um prächtige Gebäude zu schaffen, die heute noch prägend sind. Doch während bei uns der warme Ton des Backsteins dominiert, führt ein Spaziergang durch Goslar vor allem an bunt verzierten Fachwerkhäusern und zahlreichen Schieferfassaden vorbei.

Das Herzstück bildet das UNESCO-Weltkulturerbe, das in Goslar gleich mehrere Epochen umfasst. Die eindrucksvolle Kaiserpfalz erinnert an die Zeit, als hier das Zentrum des Heiligen Römischen Reiches schlug. Erbaut zwischen 1040 und 1050 unter Kaiser Heinrich III. (1016/17-1056), war die Goslarer Pfalz im Hochmittelalter die am häufigsten aufgesuchte Regierungsstätte der Könige und Kaiser im Norden des Alten Reiches. Die



In der St.-Ulrich-Kapelle der Kaiserpfalz Goslar ruht das Herz von Kaiser Heinrich III. (1017–1056).

Fotos: Stefan Schiefer



### 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.

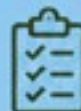
**Genussvoller Ausklang:** Wir beschließen den Nachmittag bei köstlichen Weinen und ausgewählten Spezialitäten im neuen Koishii am Stint.

**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/](http://WWW.BUCHUNG-LUENEBURG.INFO/)  
STADTFÜHRUNGEN  
ODER EINFACH DIREKT UNTER  
TEL.: 0178 1523539



Rammelsberg



Wolfenbüttel

Kaiserpfalz steht gleichzeitig für die aus dem Bergbau resultierende politische Bedeutung der Bergbaustadt und ist der größte und zugleich besterhaltene Profanbau des 11. Jahrhunderts nördlich der Alpen. Über 200 Jahre wurde hier auf zahlreichen Reichs- und Hoftagen deutsche und europäische Geschichte geschrieben. Bei der Ausstellung zur mittelalterlichen Herrschergeschichte kann auch der im 11. Jahrhundert gefertigte Kaiserthron bestaunt werden.

Ein weiteres Erlebnis wartet unter und knapp über der Erde: Das Erzbergwerk Rammelsberg, das über 1000 Jahre ununterbrochen in Betrieb war. Hier befand sich eine der größten Buntmetallagerstätten weltweit. Die reichen Kupfer-, Blei-, Zink- und Silbervorkommen brachten Goslar Macht und Reichtum. 1988 wurde das Bergwerk geschlossen und zwar aus einem ganz einfachen Grund: „Die Vorräte waren erschöpft“, wie Dr. Martin Wetzel bei einer Führung erläutert. Gemeinsam mit ihm sind wir mit der Grubenbahn unterwegs und befinden uns nach einer abenteuerlichen Fahrt tief unten im Berg. Dort können die alltäglichen Aufgaben der Bergleute in den 50er und 60er Jahren des 20. Jahrhunderts nachempfunden werden. Mit vielfältigen Führungsangeboten über und unter Tage sowie wechselnden Ausstellungen gibt es für die Besuchenden noch viele weitere überraschende Einblicke in die faszinierende Lebens- und Arbeitswelt der Bergleute im Harz.

Ich bin nach 12 Grad und feuchter Luft unter Tage froh, wieder an der Oberfläche zu sein und bei einem kleinen Ausflug in die Umgebung noch einen Eindruck von der wunderschönen und abwechslungsreichen Harzlandschaft zu bekommen.



Wolfenbüttler Schloss



Münzstraße in Goslar

## Wolfenbüttel: Fachwerkschätze und Marktzauber

Weiter geht die Fahrt nach Wolfenbüttel. Die ehemalige welfische Residenzstadt überrascht mit einem ganz eigenen Charakter. Das Stadtbild ist geprägt von unzähligen restaurierten Fachwerkhäusern und klaren Straßenführungen. Prägend für die Stadt Wolfenbüttel und ihr heutiges Aussehen waren die Welfen, denn die Stadt war über vier Jahrhunderte Residenz der kultur- und kunstliebenden Herzöge zu Braunschweig und Lüneburg und daher ein Zentrum des Geisteslebens und der schönen Künste. Die Herzöge holten sich während ihrer Regentschaft die besten Baumeister und Stadtplaner ihrer Zeit: Wolfenbüttel gilt daher als erste nach Plan gebaute Renaissance-Stadt Deutschlands. Noch heute sichtbarstes Zeichen der ehemaligen Welfenherrschaft ist ihr mitten in der Stadt gelegenes prächtiges Residenzschloss, zweitgrößtes seiner Art in Niedersachsen und Wahrzeichen Wolfenbüttels. Besonders beeindruckend präsentiert sich der neu gestal-

tete Schlossplatz. Der Platz verbindet nun das Schloss, das Zeughaus und die berühmte Bibliotheksregion barrierefrei miteinander. Heute wird das Areal als multifunktionaler Treffpunkt genutzt: Kinder spielen an den Wasserspielen, Kulturveranstaltungen locken Anwohner wie Gäste an, und Bänke laden zum Verweilen ein.

Wolfenbüttel und die Herzog August Bibliothek bilden eine untrennbare Einheit mit dem Dichter und Aufklärer Gotthold Ephraim Lessing, der hier die letzten elf Jahre seines Lebens verbrachte. Als Bibliothekar verwaltete er eine der berühmtesten Büchersammlungen Europas mit unschätzbaren historischen Handschriften wie dem Evangeliar Heinrichs des Löwen. In dieser inspirierenden Umgebung verfasste Lessing sein spätes literarisches und philosophisches Hauptwerk. Sein ehemaliges Wohnhaus, das Lessinghaus in unmittelbarer Nähe zur Bibliothek, ist heute ein lebendiges Museum, das an Leben und Werk dieses Wegbereiters der deutschen Aufklärung erinnert. Die historische Residenzstadt selbst bewahrt mit ihren Fachwerkhäusern und dem barocken Herzogsschloss bis heute jenen geistvollen Geist, den Lessing einst maßgeblich prägte.

Ein weiteres persönliches Highlight wartete schließlich auf dem Stadtmarkt: der Wolfenbütteler Wochenmarkt, der sich malerisch zwischen die historischen Fachwerkfronten schmiegt. Als Lüneburger ist man von unserem Markt vor dem Rathaus mit seiner vielfältigen und regionalen Auswahl verwöhnt. Doch was in Wolfenbüttel mittwochs und samstags geboten wird, steht dem in nichts nach und ist ein echter Geheimtipp.

Ob der Kaiserglanz Goslars oder die herzogliche Eleganz Wolfenbüttels: Beide Städte sind auf jeden Fall eine Reise wert und bieten eine große Anzahl verschiedenster Führungen für jeden Geschmack an. Während Goslar dabei mit seinen Welterbestätten tief in die Geschichte eintaucht, punktet Wolfenbüttel mit moderner Platzgestaltung und sympathischer Lebensart. Ein Ausflug in den Süden lohnt sich – und sei es nur, um danach mit frischen Eindrücken wieder nach Lüneburg zurückzukehren.

■ Infos: [www.meingoslar.de](http://www.meingoslar.de) und [www.lessingstadt-wolfenbuettel.de](http://www.lessingstadt-wolfenbuettel.de)

friemel  
stube



## Mobile PERLENBAR

Kreativer DIY-Spass für Hochzeiten & Events

Verleiht eurer Feier ein ganz besonderes Highlight mit unserer liebevoll gestalteten mobilen PerlenBar.



Jetzt anfragen: [friemel.stube.lg@gmail.com](mailto:friemel.stube.lg@gmail.com)

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

[www.friemelstube.de](http://www.friemelstube.de)



# Sundowner

**Spätsommerliches Treffen  
im Anno 1900, Schmuck-  
atelier Klerner und Kunst-  
atelier Jan Balyon**

FOTOS: HAJO BOLDT











# Ene Zeitung hebbt wi nich bruukt

VUN GÜNTHER WAGENER

**W**at kemen doch früher bi uns op den Hoff so allerhand Lüüd in ´t Huus, de wat köpen oder verköpen wullen. Dat heet, de Mehreten wullen wat verköpen, aver op enen Buernhoff leet sik jo ok allerhand köpen, wat ´n bruken künn..

Twee Eierköpers kemen jede Week in ´t Huus un köfen de Eier vun uns Hühner, de över weern, denn blangbi verköfft uns Mudder Eier an vele Naverslüüd, wiewat se dor mehr Geld för kriegen dee, as bi de Eierköpers. Een dorvun weer Lütjens Jan. He schööv mit sien Rad dörch dat Döörp un harr enen groten Korf mit Hackels twüschen den Fohrradrahmen klemmt; dormit keem he denn in de Köök un haal de Eier, de uns Mudder em hinstellt harr. Dat Geld dorför tell he op den Kökendisch. In ´n Winter is em denn ok mal de ganze Ladung mallört, wenn he bi Snee un Glatties utrutscht is. Un noch een Eegenort harr he an sik: He weer de ganze Tiet an ´t Snuven un wenn he denn vun buten in de warme Köök keem, keken wi Kinner jümmers, ob em woll wedder een Drupen vun de Nees in den Eierkorf rinfallen dee.

De anner Eierköper harr al een lütt Auto, so ´n Lloyd-Kombi. Dat wöör een groten Snacker un he harr ümmer luuthals een poor Spröök op de Tung.

Köpen un verköpen wulln de Veehhändler. Besünners een, de verstünn sien Handwerk. He hülپ de Buren, wenn se jüst mal ´n beten klamm bi Kass wören, ut ehre Not, un so harr he een Vörrecht för al de Swien un Farken, de op den Hoff hannelt wörrn. Ok de Kalver oder ok mal ´n Koh, de verköfft wör, hett bi uns meist jümmers uns Swienköper kregen, as wi em nömen deen.

Ehre Deensten anbaden hebbt ok de twee Huusslachters, de dat in uns Döörp geven dee. All beid dröffen bi uns een Swien slachten, een in Harvst un een vör Ostern. Se möken ehre Arbeit beide goot, doch jedeem harr noch so een poor Egenorten bi dat Wustmaken un so smecken uns de Lebberwust, Mettwust, Rotwust un de Sült as ok de Knipp un Bütelwust för de Bratkartüffeln jümmers enen Tick anners, un wi wüs-



sen, dat is de Wust vun Jan Meyer un dat de Wust vun Pohlmanns Hinni. Jüst so as bi de Eierköpers achten mien Öllern dorup, dat beide to ehr Recht kemen un keeneen enen Vördeel harr.

In ´n Winter keem denn de Sniedersche för een poor Daag in ´t Huus un hülپ Mudder bi ´t Neihen vun de Buxen un Hemmen för uns drie Jungs. Dat weer mien Patentante, Tante Minna, un se steek mi jümmers so ´n lütt beten wat to.

Eenmal in de Week keem de Koopmann vun ´n Bahnhof mit sien VW-Käfer rüm un nöhm an ´n Vörmiddag de Opdrääg op un bröch nahmiddags de Woor na de Lüüd hen. Wi Jungs kregen denn ümmer een poor Bontjes oder mal ´n Stück Schokolaad, un dat weer för uns dat Gröttste, denn köpen deen uns Öllern uns so ´n Snöckerkraam nich.

Ja, un tweemol in ´t Johr keem de Smeckerl ut Scheeßel un verköfft Vadder Wagensmeer, Staufferfett un Öl för de Maschins op den Hoff. He harr so ´n Dreerad-Au-

to un dat keeken wi Kinner uns jümmers geern an. Un noch wat harr he för uns Jungs: Mal geev dat lüttje Figuren ut Blick, een poor Murmeln, lüttjen Fleeger to ´n Susenlaten un all sowat dorher.

Alarm för us Kinner geev dat jümmers, wenn de Zigeuners (so hebbt wi domols Sinti un Roma nöömt) in ´t Döörp wörrn un op den Hoff kemen. Jeder vun uns drie Jungs harr sien Platz, wo he to stahn harr: Ik bi den Hühnerstall, een bleev op de Deel un mien lüttjen Broder stünn op den Flur, wo de groote Schapp mit Wäsch un Tüüch stünn. Mudder köff jüm denn ´ne Kleenigkeit af, aver se harr Bang, dat de wat mitgahn leten. Vun de Nahwers keem meist jeden Dag de een oder anner un köff Eier, Melk oder Kantüffeln.

Dat weern meistdeels de Flüchtlinge ut de Siedlung jüst achter uns Huus un se freien sik över de frische Woor vun ´n Buernhoff.

So kregen wi allerhand to weten över dat Neeste ut ´n Döörp un sporen uns dat Geld för de Zeitung.

## 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  
Dr. Ulfert Tschirner  
Dr. Udo Niesten-Dietrich

## 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 November 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](mailto: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 · Plasminka · Q5 · Reiseagentur Brinkmann · Reisebüro Rossberger · Resch. Manufaktur Sehen · Ricardo Paul · Röhms Deli · Roy Robson Outlet · SaLü · SCALA Programmkino · Schallander · Schokothek · Schlachtereier 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



**0,0 % FINANZIERUNG<sup>1</sup>**  
**FÜR DIE ERSTEN 12 MONATE**

# SOFORTKREDIT FÜR REPARATUREN UND ZUBEHÖR

**Profitieren Sie von unserer besonderen Sofortkredit-Aktion:**

0,0 % Zinsen für die ersten 12 Monate<sup>1</sup> bei Abschluss eines Sofortkredits im Aktionszeitraum.  
So können Sie notwendige Reparaturen oder gewünschtes Zubehör besonders attraktiv finanzieren.

## FINANZIERUNGSBEISPIEL

für eine Anhängerkupplung

|                       |                            |
|-----------------------|----------------------------|
| Nettodarlehensbetrag: | 1.400,00 €                 |
| Gesamtbetrag:         | 1.467,72 €                 |
| Gesamtlaufzeit:       | 36 Monate                  |
| Sollzins (gebunden):  | 6,99 % p.a.                |
| Effektivzins:         | 3,14 % p.a.                |
| Zinsfreier Zeitraum:  | 12 Monate                  |
| 36 mtl. Zahlungen:    | <b>40,77 €<sup>1</sup></b> |

**Jetzt mehr erfahren  
und direkt  
Termin vereinbaren!**



<sup>1</sup>Der Sofortkredit ist ein Angebot der Volkswagen Bank GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig. Bonität vorausgesetzt. Möglicher Kreditbetrag von 500,- € bis 6.000,- €. Diese Angaben entsprechen dem Rechenbeispiel gemäß PAngV. Es besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht. Gültig bis 31.12.2026.

**Dannacker & Laudien GmbH**

August-Horch-Str. 22  
21337 Lüneburg  
Tel. 04131 8886-818



/mein-autozentrum.de



**E-Rezept?**  
Egal wann – Egal wo.  
Einfach mit der  
**wir leben**  
**App**  
einlesen!



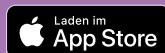
© Eva | stock.adobe.com



**App drauf • Karte dran  
• wir leben kann!**

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

Jetzt kostenlos runterladen  
für iOS oder Android:



**5 €  
BONUS**

auf Deinen ersten  
Gesundheits-  
karten-Scan!\*

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

**Dein Gesundheitspartner**

