

Mein Senioren Magazin

kostenlos
Bitte mitnehmen und
nicht zurücklegen!

Kultur

„Petticoat und
Minirock“ im Theater
Lüneburg

Gesundheit

Technische Hilfe
bei Hörschäden

Wohnen

Raumgestaltung
Ton-in-Ton

Beratung

Meine Rechte
als Nachbar



WIR VERLOSEN
Karten für Theater,
Kulturforum und
Gutscheine

DARAUF VERSTEHEN WIR UNS

Kompetente individuelle Beratung,
umfassenden Service und immer ein
offenes Ohr für Sie und Ihre Wünsche!



GUTSCHEIN
**GRATIS
HÖRTEST**

Vereinbaren Sie jetzt
Ihren persönlichen
Hörtest-Termin unter:
04131 22 31 97

GUTSCHEIN
**KOSTENLOS
TESTEN**

Tragen Sie neueste
Hörgeräte 2 Wochen
im Alltag zur Probe.



Einfach Gutschein(e) ausschneiden und mitbringen:

Hörpunkt Adendorf
Kirchweg 56
21365 Adendorf
Tel.: 04131 22 31 97



hörpunkt

Der Akustiker,
der mich versteht



Unser Titelbild: © Jenny Sturm / stock.adobe.com

Mein Senioren Magazin

Liebe Leserinnen und Leser,

der Veranstaltungskalender in dieser Ausgabe hätte eigentlich noch 5 Seiten umfangreicher sein müssen. Es steht wieder so viel Spannendes, musikalisch Vergnügliches und Anspruchsvolles in den Programmen der Veranstalter. Auch kommen die Freunde der Comedy voll auf ihre Kosten. Wir haben Ihnen eine exklusive Auswahl zusammengestellt und hoffen, Ihnen Anregungen für viele schöne Erlebnisse geben zu können.

Wem das nicht reicht, der sollte sich gleich einmal auf Seite 6 den interaktiven Kalender anschauen. Mit ihm wird das Jahr neu geplant. Der Kalender beginnt immer jetzt! Jede Woche neue Aufgaben, neue Fragen und Herausforderungen. Das wird ein Spaß!

Passend zur kühler werdenden Jahreszeit, in der wir wieder öfter in unseren Häusern und Wohnungen sind, geben wir Ihnen Tipps für Farben, Materialien und Renovierungen ohne schmutzige Baustellen.

Viele von Ihnen sind große Naturfreunde und wissen, was es heißt, die Umwelt zu schonen. Jetzt gibt es eine ganz neue, ökologisch wertvolle Art in der Ausführung der Bestattungszereemonie. Ein Lastenrad als Sargtransporter. So ist auch der letzte Weg ganz im Einklang mit der Natur. Denn auch das gehört zum Leben.

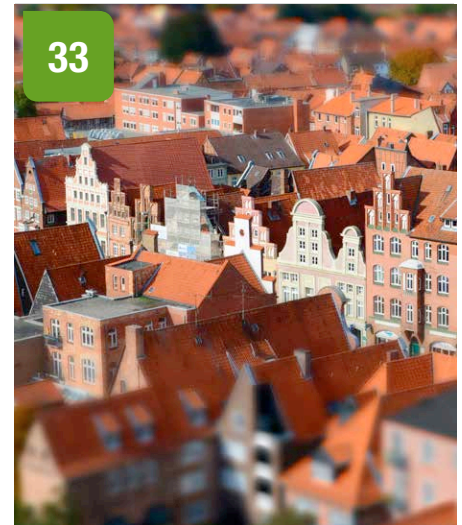
Ich wünsche Ihnen einen bunten Herbst mit viel Lebensfreude und interessanten Begegnungen.

Herzlichst
Ihre Sabine Butenhoff
Herausgeberin

WWW

Sie finden uns
auch online:

www.mein-senioren-magazin.de



Kultur & Freizeit

- Das interaktive Kalenderbuch 6
> Veranstaltungstipps 7

Theater-GEWINNSPIEL

- 3 x 2 Karten für das Theater
Lüneburg zu gewinnen 11

- > Veranstaltungstipps 12

- Genusstipp: Aromenvielfalt für die
eigene Küche! 13

RATEN UND GEWINNEN

- Unser Kreuzworträtsel 14

- > Veranstaltungstipps 15

- Literturbüro Lüneburg:
Der Herbst wird bunt 17

- > Veranstaltungstipps 18

KulturForum-GEWINNSPIEL

- 10 x 2 Karten für „Wildes Holz“ zu
gewinnen 19

- > Veranstaltungstipps 20

- Die Hasenburg – Feste feiern 21

Gesundheit und Pflege

- Regelmäßiger Sehtest 22

- Adressen von Pflegediensten
und -einrichtungen 24

- Demenzvorsorge per App 25

- Cochlea Implantate 28

- Apotheken in und um Lüneburg 28

Wohn- und Lebensart

- FrohNatur: Regional und
unverpackt einkaufen 30

- Modetipp: Herbst-Harmonie 32

- Ihr Zuhause – meine Leidenschaft . 33

- Plameco-Spanndecken 34

- Welcome to Germany 36

- Raumgestaltung Ton-in-Ton 37

Ruheplätze

- Das Bestattungsfahrrad 38

Beratung

- Beratungsstellen 44

- Private Immobilienübertragung 42

Buch-VERLOSUNG

- 1 Buch zu gewinnen:
Meine Rechte als Nachbar 46

- Genzabstände im Nachbarrecht 46

- Impressum 45

SchuhtechnikSanitätshaus
FUTH
AM KLINIKUM



Die
Adresse,
wenn
es um
Ihre
Füße
geht!

Auf der Höhe 10 · LG
☎ (04131) 789 98 48



Das interaktive Kalenderbuch

für junggebliebene Seniorinnen und Senioren

Dieser Kalender ist ein interaktives Jahrbuch, das sich an Senioren im Alter von 70+ Jahre richtet. Er begleitet seine Leserin und seinen Leser über 52 Wochen mit immer neuen Aktivitäten, die es zu erleben oder zu „erledigen“ gilt.

Ziel ist es, nach einem Jahr, auf Wochen netter und neuer Begegnungen zurückzublicken, eine verbesserte Fitness zu spüren und sich an freudebringende Erlebnisse und Aktivitäten, die den Alltag abwechslungsreicher gestaltet haben erinnern zu dürfen.

Svenja Büntefür
 Das interaktive Kalenderbuch
 168 Seiten
 ISBN: 978-3000723810
 Preis: 24,95 €
 Weitere Infos unter:
www.senioren-aktivitaeten-kalender.de

Mit dem Kalender und der „Erfüllung“ der Aufgaben kann zu jeder Zeit im Jahr begonnen werden, denn er ist jahresunabhängigen gestaltet. Einfach das aktuelle Datum aufschlagen und loslegen! Von nun an, ist jede Woche spannend und abwechslungsreich. Die Aufgaben reichen von kleinen Aktivitäten im Haushalt bis hin zu lustigen Spielen, die man auch allein durchführen kann. Der Senioren-Kalender eignet sich hervorragend als Geschenk, egal zu welchem Datum, da er Spaß und Aktivitäten für ein ganzes Jahr bereit hält.

Veranstaltungst!pps

Krimiwanderungen

Schlüpfen Sie in die Rolle eines Ermittlers, denn bei der Spurensuche durch unser idyllisches Bad Bevensen gilt es einen grausamen Kriminalfall zu lösen. Sammeln Sie Beweise, recherchieren Sie in der Gruppe die Zusammenhänge und mit kriminalistischem Spürsinn werden Sie den Fall lösen - todsicher!

Banküberfall in Bad Bevensen

Termin: 03.09.2024 / 19:00 - 21:00 Uhr

Tod beim Kartoffelfest

Termin: 24.09.2024 / 19:00 - 21:00 Uhr

Der Bäcker und die Dahlien

Termin: 01.10.2024 / 19:00 – 21:00 Uhr

Das schweigende Dorf

Termin: 05.11.2024 / 15:00 - 17:00 Uhr

Ort: Tourist-Information Bad Bevensen
 Dahlenburger Straße 1
 29549 Bad Bevensen

Eintritt: ab 9,00 Euro

Heeresmusikkorps Hannover in Egerländer Besetzung

Das große Benefiz-Konzert mit dem Heeresmusikkorps Hannover in der „Egerländer Besetzung“ findet am Mittwoch, den 04. September um 17:00 Uhr im Kurhaus Bad Bevensen statt. Die Egerländerbesetzung des Heeresmusikkorps Hannover besteht derzeit aus circa 17 Musikern und hat sich – nach dem großen Vorbild Ernst Mosch's – der Pflege der mährischen und böhmischen Blasmusik verschrieben. Doch auch Freunde der traditionellen Marschmusik kommen mit Sicherheit auf ihre Kosten. Das Publikum kann sich auf einen bunten Melodienstrauß von Marsch, Polka und Walzer über Operette bis hin zur Popmusik freuen. Der Erlös geht an wohltätige Zwecke.

Termin: 04.09.2024 / 17:00 Uhr

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
 Dahlenburger Str. 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 13,00 Euro

Tanztee mit Eternity

Die Besucher haben wieder die Möglichkeit ein Tänzchen im Kurhaus zu wagen. Ob nun flotter Discofox, langsamer Walzer, romantisches Schwofen oder auch einfach nur zuhören. In geselliger Atmosphäre bei unterhaltsamer Tanzmusik sind Jung und Alt herzlich willkommen.

Termin: 07.09.2024 / 06.10.2024 /
27.10.2024 / je 15:00 – 17:00 Uhr

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
Dahlenburger Str. 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 6,00 Euro bis 7,00 Euro

30 Jahre Gospelchor Lüneburg open air

Bei hoffentlich strahlendem Sonnenschein gibt es open air so richtig was auf die Ohren. Traditionelle, sowie moderne mitreißende und gefühlvolle Gospels, aber auch der eine oder andere Popsong lassen Emotionen aufsteigen oder laden zum Mitklatschen ein.

Termin: 08.09.2024 / 17:00 Uhr

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
Dahlenburger Str. 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 16,00 Euro bis 17,00 Euro

Duo Gebauer Krznic-Sonntags- konzert im Wasserturm

Wenn ein Saxophonist aus dem tiefsten Süden Deutschlands, der mit seinen „Hörnern“ (Alt und Tenor) schon die einsamsten Strände, uringsten Kneipen und verrücktesten Festivals Neuseelands bespielt hat, auf einen Berliner Gitarristen mit kroatischen Wurzeln, Django-flinken Fingern und Gypsy-Groove im Blut trifft – ja, was passiert dann wohl? Dann geht's ab!

Rund um die Veranstaltung werden Getränke verkauft, im Anschluss besteht die Möglichkeit, die Abendstimmung über den Dächern Lüneburgs zu genießen.

Termin: 08.09.2024 / 20:00 – 22:00 Uhr

Ort: Wasserturm Lüneburg
Am Wasserturm 1, 21335 Lüneburg

Eintritt: ab 15,00 Euro bis 18,00 Euro

FeierabendKultur mit Ben Boles | Feierabenddienstag

Die Sommersaison ist eröffnet: Entertainer und Moderator Ben Boles und sein Team laden das vierte Jahr in Folge zum alljährlichen kulturellen Stelldichlein auf der Open-Air-Bühne vor der KulturBäckerei. Kleinkunst, Poesie, Artistik, Malerei, Kabarett, Slapstick, Theater und Comedy wechseln sich ab mit Rock-, Pop-, Country- Jazz-, Folk-, klassischer Musik und Singer-Songwriter.

Termin: 10.09.2024 / 24.09.2024 /
10.10.2024 / 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr

Ort: Open Air Bühne | KulturBäckerei
Dorette-von-Stern-Str. 2
21337 Lüneburg

Eintritt: frei

Einführung zur 34. Lüneburger Bachwoche

Lockere Mischung aus Gesprächsrunde und Konzert bei einem kühlen Getränk mit Oliver Göske

Termin: 10.09.2024 / 18:00 - 19:00 Uhr

Ort: Wasserturm Lüneburg
Am Wasserturm 1, 21335 Lüneburg

Eintritt: Freier Eintritt

Kurparknächte

Wieder einmal verwandelt sich der Kurpark in eine geheimnisvolle abendliche Kunst-Kulisse mit farbenprächtigen Illuminationen. Musik zum Genießen, magische Lichter sowie viele Blickpunkte zum Staunen verwandeln den Kurpark in eine träumerische Szenerie.

Termin: 12.09.2024 / 13.09.2024 /
14.09.2024 / jeweils 19:00 Uhr

Ort: Kurpark Bad Bevensen
Dahlenburger Str. 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 2,70 Euro bis 23,50 Euro

Hidden Shakespeare-Improtheater

Im März improvisierten hidden shakespeare das letzte Mal in Bostelwiebeck und die Show hat allen so unglaublich viel Spaß gemacht, dass sie jetzt schon wieder bei uns sein werden: Improtheater vom Feinsten!



Bucht! pp

Scheue Wesen Clare Chambers

Helen Hansford ist alles andere als eine konventionelle Frau - erst recht für die Sechzigerjahre. Unter der Woche arbeitet sie als Kunsttherapeutin in einer psychiatrischen Klinik, an den Wochenenden versucht sie, eine Beziehung zu retten, die sie nicht wirklich glücklich macht. Dann begegnet Helen dem stummen William Tapping, der das Haus seiner verwirrten alten Tante seit Jahren nicht verlassen hat. Während die meisten in dem neuen Patienten nicht mehr als eine Randfigur sehen, bemerkt Helen seine künstlerische Begabung und setzt alles daran, sein Geheimnis zu lüften. Es offenbart sich, dass William nicht der Einzige ist, der schon lange nicht wirklich gesehen wurde ...

erhältlich bei:



Tel. 04131-1 28 215 oder 04131 - 18 70 93
www.buechervorort.de

*Scheue Wesen, Roman
von Clare Chambers
Verlag: Eiserle
512 Seiten, ISBN: 978-3-96161-196-6
Preis: 26,00 €*



GLEITSICHTGLÄSER PERFEKT ANGEPASSTE GLEITSICHTGLÄSER

Gleitsichtbrillen ermöglichen alterssichtigen Personen ein optimales Seherlebnis sowohl in der Nähe als auch in der Ferne. Von außen unterscheiden sich diese Gläser kaum von herkömmlichen Brillengläsern. Das Besondere: Das Glas ist für die Mehrfachkorrektur in unterschiedliche Sehzeiten unterteilt, die dank modernster Technologien „gleitend“ und bequem ineinander übergehen.

Aufgrund des komplexen Aufbaus ist es wichtig, dass Gleitsichtbrillen genau angepasst werden. Die Augenoptiker von Optik Hallmann sind Experten auf diesem Gebiet und beraten Sie individuell, um die ideale Variante für Ihren Lebensstil zu finden. Entdecken Sie jetzt zum Beispiel Meisterglas®-Brillengläser in deutscher Qualität zum kleinen Preis.



Lüneburg, Grapengießerstr. 15
(Eingang Kuhstraße)
Gratis-Tel.: 0800 / 412 6000
optik-hallmann.de

Sie spielen ohne Textbuch, ohne Netz und doppelten Boden. Das Publikum liefert die Stichworte und schon entsteht einfach alles, was das Theaterherz begehrt.

Termin: 13.09.2024 / 19:30 – 21:30 Uhr

Ort: Jahrmarkttheater Bostelwiebeck
Bostelwiebeck 2, Altenmedingen

Eintritt: ab 23,20 Euro bis 28,70 Euro

34. Lüneburger Bachwoche: Eröffnungskonzert

Das Lüneburger Bachorchesters eröffnet die Lüneburger Bachwoche mit Bachs prächtiger Ouvertüre Nr.4 D-Dur BWV 1069. Danach werden in Mozarts selten zu hörender Sinfonia Concertante Es-Dur KV 271b zusammen mit dem Hamburger Hornisten Gregor Lentjes drei Solisten aus Berlin auftreten: Ralph Neubert, mehrfach ausgezeichnete Pianist, wird Beethovens Konzert Nr.5 in Es-Dur op.73 aufführen.

Termin: 13.09.2024 / 20:00 – 22:00 Uhr

Ort: Rathaus Lüneburg (Fürstensaal)
Am Markt, 21335 Lüneburg

Eintritt: ab 7,00 Euro bis 28,00 Euro

34. Lüneburger Bachwoche: Konzert: 1. Bundespreisträger „Jugendmusiziert“

Die 1. Bundespreisträger des Wettbewerbs „Jugend musiziert“ 2024 spielen anspruchsvolle Kammermusik von Bach, Beethoven u.a. Sie werden unter anderem die eindrucksvolle 3. Sonate von Bohuslav Martinu vortragen.

Termin: 14.09.2024 / 15:00 - 17:00 Uhr

Ort: Musikschule Lüneburg (Forum)
Sankt-Ursula-Weg 7, 21335 Lüneburg

Eintritt: bis 8,00 Euro

Canto General

Die Musik des CANTO GENERAL rührt an, reißt mit und begeistert weltweit das Publikum. Mit der bildreichen Sprache von Pablo Neruda und den leidenschaftlichen musikalischen Klängen von Mikis Theodorakis findet die Sehnsucht des Menschen nach Freiheit, Menschlichkeit und Gerechtigkeit berührenden Ausdruck.



© Claus-Ulrich Heinke

„Canto General“ ist ein musikalisch-literarischer Appell an die Werte, die für das Zusammenleben in unserer Gesellschaft essentiell sind. Sowohl der Schriftsteller Pablo Neruda als auch der Komponist Mikis Theodorakis haben in ihren Heimatländern Chile und Griechenland politische Unfreiheit erlebt und persönliches Leid erlitten. Ihr gemeinsames Werk „Canto General“ spiegelt das wider.

Termin: 14.09.2024 / 20:00 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, 21339 Lüneburg

Eintritt: 29,37 Euro

34. Lüneburger Bachwoche: Cosima Soulez Larivière – Violine Solo

Die französisch-niederländische Geigerin Cosima Soulez Larivière, Preisträgerin zahlreicher Wettbewerbe (Joseph-Joachim-Wettbewerb u.a.) und international als Solistin gefragt, spielt neben Solowerken von Bach (Sonate a-Moll, Partiten h-Moll und d-Moll) die selten zu hörende a-Moll-Sonate des spätbarocken Violinvirtuosen Johann Georg Pisendel.

Termin: 15.09.2024 / 20:00 - 22:00 Uhr

Ort: Kloster Lüne Am Domänenhof
21337 Lüneburg

Eintritt: ab 6,00 Euro bis 22,00 Euro

Westfalia Big Band-Showorchester „That's Life!“

Die Westfalia Big Band (WBB) mit ihrem Bandleader Hans-Josef Piepenbrock präsentiert Teil II der aktuellen Konzertshow „That's Life!“. Die Fans dieses einzigartigen Showorchesters dürfen sich auf ein fantastisches Showfeuerwerk mit Musik aus Jazz, Pop, Rock, Latin, Musical und Film freuen – und auf ganz viel Swingmusik im fetten Big Band-Sound.

Die Gesangssolisten versprechen ein äußerst facettenreiches Vokalprogramm, das fast ein Jahrhundert Popgeschichte umspannt. Zu hören sind Lieder von Robbie Williams über Amy Winehouse bis hin zu Michael Bublé, Johannes Oerding, Vicky Leandros, Udo Jürgens, Gloria Gaynor, Billy Joel, Kiss, Frank Sinatra



Niebuhr
Immobilien

und Eigenkompositionen der Bandleaders Hans-Josef Piepenbrock.

Natürlich hat die Big Band auch die Instrumental-Klassiker der großen Swing-Legenden à la Glenn Miller, Benny Goodman und weiteren Jazzgrößen wie Gordon Goodwin oder Stan Kenton im Repertoire. Darüber hinaus bereichern klangvolle Namen wie Carlos Santana, Pat Metheny oder Maynard Ferguson das vielfältige Musikprogramm der Musikshow. Die Westfalia Big Band verspricht eine Bühnenshow der Extraklasse, die auch dem Auge viel bietet.



Termin: 15.09.2024 / 15:30 Uhr

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
Dahlenburger Straße 1

Eintritt: ab 28,00 Euro

**34. Lüneburger Bachwoche:
Zuzana Ruzicková „Lebensfuge“ mit
Johanna Krumstroh und Martin
Böcker (Cembalo)**

Nach Engagements in Bern, Hamburg und Düsseldorf konzentriert sich die Schauspielerin Johanna Krumstroh auf ihre Literatur-Konzerte und gastiert bei bedeutenden Festivals. Martin Böcker war von 1987 bis 2024 Organist an St. Cosmae und St. Wilhadi in Stade. Er ist Gründer und künstlerischer Leiter der Orgelakademie Stade sowie Professor an der Hochschule für Musik und Theater in Hamburg.

Termin: 16.09.2024 / 20:00 – 22:00 Uhr

Ort: Wasserturm Lüneburg
Am Wasserturm 1, 21335 Lüneburg

Eintritt: ab 7,00 Euro bis 20,00 Euro

**34. Lüneburger Bachwoche:
Julian Emanuel Becker – Orgel**

Julian Emanuel Becker, 2005 in Hannover geboren und bereits mit 7 Jahren in die Vorklasse des Insti-

tuts zur Früh-Förderung musikalisch Hochbegabter (IFF) an die HMTM Hannover aufgenommen, wird sich mit einem reinen Bach-Programm vorstellen. Der Organist und Pianist konzertiert solistisch im Rahmen vieler internationaler Festivals. Als jüngster Preisträger der internationalen Orgelwettbewerbe St Albans 2023 gewann er 2024 den Bachpreis der Stadt Wiesbaden.

Termin: 17.09.2024 / 20:00 – 21:30 Uhr

Ort: St. Johanniskirche Lüneburg
Bei der St. Johanniskirche 2
21335 Lüneburg

Eintritt: 10,00 Euro

**34. Lüneburger Bachwoche:
Valerij Petasch – Klavier**

Der hervorragende Klaviervirtuose Valerij Petasch spielt neben Werken von Bach, Chopin und Debussy auch Eigenkompositionen. Petasch, Sohn eines deutschstämmigen Pianisten und Musikwissenschaftlers, verließ das Moskauer Tschaikowski-Konservatorium mit höchster Auszeichnung. Für „herausragende Chopin-Interpretation“ wurde Valerij Petasch mit der Ehrenmitgliedschaft der weltumspannenden Chopin-Society „Polonia“ ausgezeichnet. Seit 2000 leitet er an der Universität Ulm die Meisterklasse Klavier. Sein Klavierpartner ist Uli Schinkmann, einer seiner Studenten.

Termin: 18.09.2024 / 20:00 - 22:00 Uhr

Ort: Rathaus Lüneburg (Fürstensaal)
Am Markt, 21335 Lüneburg

Eintritt: ab 7,00 Euro bis 28,00 Euro

**34. Lüneburger Bachwoche:
Abschlusskonzert**

Zum Abschluss der Bachwoche präsentiert das Lüneburger Bachorchester eine Mischung aus Arien und Orchesterwerken von Bach mit der Altistin Nicole Pieper, Thomas Rohde (Konzert für Oboe d'amore A-Dur), sowie Manfred Seer (Flöte), Leonie Hartmann (Violine) und Paul Schmidt (Cembalo) (Tripelkonzert a-Moll). Eröffnet wird das Programm mit der Overture Nr.1 C-Dur BWV 1066.

Termin: 19.09.2024 / 20:00 - 22:00 Uhr

Ort: Kloster Lüne
Am Domänenhof, 21337 Lüneburg

Eintritt: ab 7,00 Euro bis 28,00 Euro



Sonja Müller
und Kevin Niebuhr

Persönliche &
kostenlose
Marktwertermittlung
Ihrer Immobilie

Immobilie verkaufen?

Mit über **20 Jahren Erfahrung** sind wir der richtige Ansprechpartner!

Professionelle Vermarktung

Umfassende Beratung

Jetzt **QR-Code**
scannen
für weitere
Informationen!



Tel.: 04131 - 76 55 250

Mail: info@niebuhr-immobilien.de

www.niebuhr-immobilien.de

Dou Oxymoron - Scentd Rushes - Märchenwelt im Spiegel

Alt und Neu. Fantasie und Logik. Harfe und Akkordeon. Im Programm „Scented rushes“ (Duftendes Nichts) des Duos OXYMORON überwinden die Harfenistin Anna Steinkogler und der Akkordeonist Valentin Butt spielend Grenzen und Gegensätze, stellen Gewohntes auf den Kopf und legen gut gelaunt den Weg frei für neue Hörgewohnheiten. Sie tauchen ein in fabelhafte Märchenwelten, setzen sich genüßlich über die Trennung von E- und U-Musik hinweg und bringen die Farben ihrer einzigartigen Besetzung zum Leuchten. Kontraste sind angesagtes Prinzip, die Lust am Crossover ebenso. „Scented rushes“ ist ein komplizenhaftes Augenzwinkern, eine mit Leichtigkeit daherkommende Hommage an drei große Geschichtenerzähler: den Alice-im-Wunderland-Autor Lewis Carroll, den Komponisten der „Poesie der Kindheit“ Maurice Ravel und den Grenzgänger zwischen den Welten Astor Piazzolla.

Termin: 20.09.2024 / 20:00 - 22:30 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, Lüneburg

Eintritt: ab 20,80 Euro

Swing up de Deel – Swing mit Swung op Platt

Plattdeutsch ist altmodisch? Wer Swing op de Deel hört, kann das nicht mehr glauben.

Rika Tjakea (Gesang), Andreas Hansen (Gitarre), Jens Balzereit (Baß) und Thomas Laukat (Schlagzeug) spielen Swing mit Swung auf Platt, frisch und ohne falsche Volkstümlichkeit. Sie präsentieren Swing-Standards, eigens für die Band ins Plattdeutsche gebracht vom niederdeutschen Autor Hayo Schütte. Dazu kommen jazzige Volkslieder in musikalisch erneuertem Gewand.

„De Singersche“ Rika Tjakea beherrscht mit viel Charme und Ausdruckskraft sowohl die sanften als auch die kräftigen Töne. Wenn die Chefin das Girl from Ipanema (De Jung vun Bremerhaven) gurrut oder Route 66 (De Elvrouten na süüd) shoutet, werden die Facetten ihrer wandlungsfähigen Stimme deutlich. Rika ist frisch, frisch, witzig und intoniert sauber. Mit einem Wort: Die Frau kann singen!

Un denn de Keerls: Andreas Hansen spielt manchmal Banjo und meist eine mitreißende Jazzgitarre.

Jens Balzereit sorgt als gewiefter alter Hase am Kontrabaß für den nötigen Drive, während der erfahrene Schlagzeuger und Percussionist Thomas Laukat mit Akkuratess und Spielwitz das solide rhythmische Fundament beisteuert.

Termin: 21.09.2024 / 20:00

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
Dahlenburger Str. 1, Bad Bevensen

Eintritt: Ab 12,00 Euro

Konzert Trio Adorno

Violine - Violoncello - Klavier

Die drei Instrumentalisten Christoph Callies (Violine), Samuel Selle (Violoncello) und Lion Hinrichs (Klavier) verbinden den homogenen Klang der beiden Streichinstrumente mit dem des Klaviers, ohne dabei auf Kontraste und den klanglichen Facettenreichtum der einzelnen Instrumente zu verzichten. Die drei vielfach ausgezeichneten Künstler bringen Werke der bedeutenden russischen Komponisten Sergej Rachmaninoff (Trio Èlégiaque Nr. 1 g-Moll), Dimitri Schostakowitsch (Klaviertrio Nr. 1 c-Moll op. 8) und Peter Tschaikowsky (Klaviertrio a-Moll op. 50) zu Gehör.

Melancholisch aber zudem lebhaft und ähnlich wie Licht und Schatten sind die russischen Seelen dabei spürbar zu erleben.

Termin: 22.09.2024 / 19:00 Uhr

Ort: Biosphaerium Elbtalau Schloss
Bleckede, Schloßstraße 10
21354 Bleckede

Eintritt: 19,00 Euro

Andy Strauß: „Die Zweifelhafte Welt der Amoral“

„Die zweifelhafte Welt der Amoral“ ist das mittlerweile dritte Solo-Programm vom Bühnen-Sonderling Andy Strauß. In einer sich von Abend zu Abend neu entwickelnden Mischung aus Stand-Up, Poesie und diversen selbsterfundene Genres lotet Strauß Grenzen aus, nur um diese im nächsten Augenblick mit einer guten Menge Humor zu sprengen. Das Publikum darf dann durch die entstandenen Scherben blicken: Prismatisch ergibt sich ein völlig neuer Blick auf die Dinge, anders, bunt und in jedem Fall sehenswert.

Termin: 27.09.2024 / 20:00 Uhr

Ort: Spätcafé im Glockenhof
Große Bäckerstraße 17a, Lüneburg

Eintritt: 12,00 Euro

Sophie Chassée

Seit 2012 bespielt die 25-jährige Sophie Chassée die Bühnen des Landes. Sophie überzeugt mit einem virtuos filigranen Gitarrenspiel des Modern Fingerstyle à la Andy McKee oder Ben Howard und mit ihrer einzigartigen Stimme – „Wow“ Effekt und Gänsehaut garantiert! Ihre englischen Texte erzählen mit einem Hauch Melancholie über die verlorene Liebe, die großen Veränderungen im Lauf des Lebens, Freundschaften und die alltäglichen Gedanken über sich selbst, mit denen sich jeder identifizieren kann.

Termin: 02.10.2024 / 20:00 Uhr

Ort: Spätcafé im Glockenhof
Große Bäckerstraße 17a, Lüneburg

Eintritt: 8,00 Euro

Frank Spilker (die Sterne)

Wie kaum jemand sonst hat Frank Spilker mit seiner Band »Die Sterne« in den letzten Jahrzehnten die hiesige (Underground-)Pop Szene geprägt. Anfang der 1990er revolutionierte er mit seinen Texten das Songwriting und auch die Art und Weise, wie Songtexte hierzulande wahrgenommen werden. Jedes der inzwischen gut ein Dutzend Sterne-Alben besticht nicht nur durch die Musik, sondern gleichwertig auch durch Spilkers Lyrik (und spricht) Musikfans wie Hermeneutiker:innen, MTV-Zuschauer:innern und Feuilletonist:innen gleichermaßen an. Jede Texter:in hofft zumindest insgeheim, eine neue, eigene Sprache zu finden. Spilker ist das gelungen.

Termin: 03.10.2024 / 20:00 Uhr

Ort: Spätcafé im Glockenhof Große
Bäckerstraße 17a, Lüneburg

Eintritt: 15,00 Euro

Windmühlenfest

Termin: 06.10.2024 / 11:00 - 18:00 Uhr

Ort: Windmühle Artlenburg
Deichstraße 22, 21380 Artlenburg

Eintritt: freier Eintritt



Schlagerette von Hilke Bultmann und Klaus-Peter Nigey

Petticoat und Minirock

„Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer versinkt ...“, dann stechen sie wieder in See, die neun Personen, die zusammen eine musikalische Zeitreise unternehmen. Sie führt mitten hinein in die 1950er und 1960er Jahre. Eine kleine Familie, die sich endlich mal wieder etwas leisten möchte, ist ebenso an Bord wie ein Geschäftsmann und seine Sekretärin, die hoffen, auf dem Schiff unbeobachtet zu sein. Die aufstrebende Schlagersängerin und ihr Produzent sorgen während der Fahrt für die Unterhaltung und träumen dabei von der großen Karriere. Barkeeper und Steward wiederum kümmern sich so aufmerksam, wie sie es eben vermögen, um das leibliche Wohl der Reisenden. Milchshakes und Ananasbowle inbegriffen.

In den engen 1950er Jahren ist das Schiff zur Glückseligkeit noch ein

kleiner Ausflugsdampfer. Ein paar Jahre später – das Wirtschaftswunder hat seine Wirkung voll entfaltet – kreuzt es bereits als Ozeanriesen auf dem Mittelmeer. Doch Träume sind Schäume, und so verläuft die Reise für manche ein bisschen anders, als gedacht – sei es, weil sich der Alltag nicht einfach so abschütteln lässt, sei es, weil das ersehnte große Glück seine eigenen Ziele wählt. Und die jüngste Vergangenheit eines Landes, das sich erst seit kurzem eine Bundesrepublik nennen kann, lässt sich auch nicht einfach so verleugnen. Doch in der Traumwelt eines Kreuzfahrtschiffes wird sich wohl ein Happy End finden lassen.



THEATER
LÜNEBURG

Mein Senioren-Magazin
und das Theater Lüneburg verlosen

3 x 2 Karten

für „Petticoat & Minirock“
am 28. November 2024, um 20:00 Uhr,
im Großen Haus Lüneburg

Unsere Gewinnfrage: Wer kümmert sich um das
leibliche Wohl der Reisenden?

Einsendeschluss: 18.11.2024

Die Gewinner werden unter allen Zuschriften ausgelost und schriftlich (wenn möglich per Mail) oder telefonisch benachrichtigt. Vergessen Sie daher nicht Ihren Namen und Adresse! Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Zuschriften per Post an: Mein Senioren Magazin,
Auf der Hude 87, 21339 Lüneburg oder
per E-Mail: gewinnspiel@mein-senioren-magazin.de

Kartenvorverkauf direkt im Theater, An den Reeperbahnen 3,
21339 Lüneburg, unter Tel. 04131 / 42 10 0 oder
online auf www.theater-lueneburg.de

Öffnungszeiten der Theaterkasse
für den Vorverkauf: Mo: geschlossen, Di – Sa: 10.00 – 13.30 Uhr
u. 17.00 – 19.00 Uhr, So und feiertags: Nur Abendkasse, 1 Std. vor
Vorstellung. Das Kartentelefon ist aktuell **dienstags bis samstags**
zur Kassenzeit besetzt. Tel. 0 41 31 / 42 100

Acoustic colours – Musikalisches Feuerwerk mit Querflöte und Gitarre Sonntagskonzert im Wasserturm

Das deutsch/italienische DUO ACOUSTIC COLOURS ist bekannt für ein musikalisches Feuerwerk mit Querflöten und Gitarre. Blues, Klassik, südamerikanische und swingende Titel werden von den beiden Musikern auf eine ansprechende Art vorgetragen, die immer wieder viele Zuhörer begeistert. Gitarre und Querflöte, diese Besetzung lässt verschämte Kammermusik befürchten. Die Power und Vitalität der Klangreisen von Griefingholt & Ruiba belehrt jedoch schnell eines Besseren. Besonders bei den bluesigeren Nummern, wo sich die versierten Instrumentalisten mehr Ecken und Kanten gönnen, zeigen sich zwei spannende Persönlichkeiten im Dialog. Rund um die Veranstaltung werden Getränke verkauft, im Anschluss besteht die Möglichkeit, die Abendstimmung über den Dächern Lüneburgs zu genießen.

Termin: 06.10.2024 / 20:00 - 22:00 Uhr

Ort: Wasserturm Lüneburg
Am Wasserturm 1, Lüneburg

Eintritt: freier Eintritt

Männerschnupfen reloaded Comedy Dinner

Warum leiden Männer immer mehr als Frauen, wenn sie krank sind? Dieser und anderen Fragen gehen wir in unserem Stück „Männerschnupfen“ nach. Denn Männerschnupfen ist ein Paradebeispiel für das vermeintliche Unverständnis zwischen Männlein und Weiblein.

Das Duo-Comedy-Kabarett „Männerschnupfen“ basiert auf dem gleichnamigen Buch von Peter Buchenau und Ina Lackerbauer. Die Bühnenfassung bietet sehr unterhaltsame und informative Szenen sowie geistreiche und zuweilen doppeldeutige Dialoge mit viel Sinn für tiefgründige Feinheiten kreiert, die den anspruchsvollen Zuschauer ebenso amüsieren wie auch zum Nachdenken anregen.

Termin: 10.10.2024 / 19:00 Uhr

Ort: Restaurant Wassermühle
Heiligenthal Hauptstraße 10
21394 Südergellersen

Eintritt: 79,06 Euro

Personenbeförderung

Adendorf

04131 - 220 70 70

www.pb-adendorf.de

Mathias Bozo – Alles was ich bin: und Jürgens ganz persönlich

Immer wieder empfinden Menschen, Udo Jürgens singe selbst, wenn Mathias Bozó in seinen Konzerten dessen Lieder und Chansons abseits der Schlagerwelt interpretiert: intensiv, dynamisch und emotionsgeladen. Nun präsentiert Bozó zum 10. Todesjahr eine Mischung vorrangig weniger bekannter Perlen aus der Feder des Jürgen Udo Bockelmann: intime, visionäre, skurrile und sehr emotionale Seiten von Udo Jürgens. Ein musikalisch und inhaltlich sehr vielschichtiges Programm, bei dem der geneigte Besucher bewegt und bereichert wird von großen Melodien, intensiven Texten und den vielen Hintergrundinformationen, die von Mathias Bozó authentisch und charmant ins Programm eingewoben werden.

Termin: 11.10.2024 / 20:00 Uhr

Ort: Spätcafé im Glockenhof
Große Bäckerstraße 17a, Lüneburg

Eintritt: Freier Eintritt

Vollmondkonzert – Saxyarpa

Alberto Sanchez - Harfe Johannes Köppen - Saxophon Manuel Beutke - Cajon und Kleinpe
Alberto Sanchez aus Paraguay ist ein Ausnahmetalent an seiner Harfe! Jedes Publikum ist überrascht, denn so etwas erwartet niemand von einer Harfe. Rhythmisch, harmonisch und melodios schöpft Alberto aus dem Vollen.

Termin: 17.10.2024 / 20:00 - 22:00 Uhr

Ort: Wasserturm Lüneburg
Am Wasserturm 1
21335 Lüneburg

Eintritt: ab 15,00 Euro bis 18,00 Euro

Hans Werner Olm – „Ein irrer ist Menschlich“

Die Legende lebt! – „Ich trinke meinen Kaffee immer schwarz - und ohne Wasser,“ O-ton Olm.

Olm ist pur, rough, unverwüstlich, direkt und verspielt. Er besitzt den fixierenden stahlharten Blick in einem Samtäuglein, einen durchtrainierten Körper und er kennt keine Angst. Zumindest nicht die Art von Angst, die der großflächig, verunsicherten, sogenannten breiten Masse tagtäglich eingepflicht wird.

In einer Zeit zunehmender Orientierungslosigkeit wird die Frage nach dem Sinn des Lebens immer lauter. Wenn es beim Roulette heißt „Nichts geht mehr“ heißt es im richtigen Leben „Alles geht!“. Nur, wer kennt sich noch aus im Gestrüpp tausender Konflikte? Wer weiß schon heute was er morgen fühlt? Alle reden vom Weltuntergang aber das bringt und doch auch nicht weiter.



© tonstark

Dabei ist sein Blick auf die Gesellschaft so entwaffnend und klar wie die transparente Flüssigkeit einer null-fünfer Gin-Tonic-Schorle. Sein musikalisches Repertoire ist atemberaubend – kleine vertonte Kunstwerke zum Totlachen.

Termin: 19.10.2024 / 20:00 - 22:30 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1
21339 Lüneburg

Eintritt: ab 27,40 Euro

Musikalischer Sommer: „Time-Silence“

Sie kommen aus unterschiedlichen Himmelsrichtungen, sind geprägt von westlicher Moderne oder östlicher Tradition und vermessen doch alle die Räume des Einfachen. Die Zeit wird gedehnt oder scheint still zu stehen.



Aromen- vielfalt für die eigene Küche

Die Genusswelt Lüneburg im Herzen der Stadt ist ein Muss für jeden Leckerschmecker. Seien es die vielfältigen Gewürze und Dips, die köstlichen Essigvariationen oder die tollen Olivenöle – in der Genusswelt Lüneburg finden Sie viele Leckereien. Ausgewählte Grappa, Whisky, Gin und zahlreiche aromatische Liköre sorgen für das flüssige Vergnügen und runden den Genuß ab.

*Tu deinem Körper etwas Gutes,
damit die Seele Lust hat,
darin zu wohnen.*

Winston Churchill (1874 – 1955)

Essige und Öle verwenden Sie für Ihre Salatkreationen und zum Kochen, Dips sind schnell hergerichtet zum abendlichen Snack, Gewürze sind tolle Ergänzungen zum Kochen. Das ganze Sortiment der Genusswelt Lüneburg dient nur einem einzigen Zweck: Ihren Gaumen und Körper mit Genussmomenten zu erfreuen – sei es für die eigene Küche oder als köstliches Geschenk für die Liebsten.

Ergänzend zum klassischen Sortiment haben wir tolle Neuigkeiten für Sie:

Unsere Senfbar wartet mit zahlreichen Sorten Senf und verschiedensten Saucen sowie Chutneys auf. Hier ist eine – eigens mit der Genusswelt Lüneburg abgestimmte – exklusive kleine Serie an Senfen neu im Sortiment.

Wählen Sie unter folgenden Sorten:

- Feige & Haselnuss
- Mango & Kirschpaprika
- Honig & Meerrettich
- Scharfer Pfeffersenf
- Apfel & Calvados

Senf

Wahlweise passen diese Sorten zu einer Käseplatte, zu Würstchen und Steaks vom Grill oder aus der Pfanne und lassen sich auch schön in Salatdressings oder Saucen einarbeiten. Da bereiten die kleinen Gläschen großes Vergnügen.

*Mo.-Fr.: 10 – 18 Uhr,
Sa.: 10 – 16 Uhr
Rote Straße 3, 21335 Lüneburg
Tel. 04131 - 996 41 83
www.diegenusswelt-lueneburg.de*

Und auch an die Frühstücksfreunde haben wir gedacht, denn ganz neu gibt es ebenso eine kleine exklusive und süße Aufstrichserie:

- Erdbeer & Prosecco
- Waldbeeren
- Eierlikör & Prosecco
- Espresso & Amaretto
- Granatapfel & Kirsche

Aufstriche



Für alle, die es zum Einkaufen persönlich nicht schaffen, gibt es den Online-Shop der Genusswelt.

Sie sind herzlich eingeladen, auch den Newsletter zu abonnieren – hier werden Ihnen in loser Folge neue Produkte und Rezeptideen vorgestellt.



In diesem Sinne – genießen Sie, denn: Jeder Moment ein Genuß!

Es grüßt Sie herzlich
Heidem Seifke

Material-splitter	▼	altgriechische Stadt in Thracien	Handelsbrauch	Soldat in der Ausbildung	▼	bibl. Stammvater (Arche)	Salz der Harnsäure	▼	Holzraummaß	▼	Sprachwesen: Akkusativ	▼	zum Verzehr geeignet	▼	jap. Vulkan auf Honshu	Vorweihnachtszeit	▼
durchzeichnen	▶						Nagetier	▶		10			Mineral- oder Gesteinskörnern	▶			4
Abk. für Antiblockiersystem	▶	7		russische Halbinsel	▶				Frau des Admetos		Hartschalenfrucht	▶				Schlossverwalter	
▶							Ge-bühnenliste	▶				1	festes See-, Signalzeichen	▶			
Drama von Max Frisch	Kinderfahrzeug		Lehre von den math. Gleichungen	Zeitmesser	▶			▼	Spiel-leitung (Kunst, Medien)		sehr knapp (Kleidung)	Kosakenführer	▶				5
Metallstrang,-faden	▶					Vater und Mutter		▶	leer; ohne Laub	▶			Edelstein-imitation aus Glas	▶			
▶				ab-wegig, fälschlich	landwirt-schaftliches Gerät	▶					zu der Zeit, während	▶		Ruhe-pause	ugs.: wackelnd gehen		jene
Gebirge zwischen Europa u. Asien		ital. Tenor (Beniamino)	▶				3		bunte Unterhaltungsdar-bietung	▶		jedoch, hingegen		Kleider-, Mantel-stoff	▶		
▶			2		Erb-lasser (lateinisch)	▶								6	Strom in Mittel-asien	▶	
Sport-ruderboot		franzö-sischer Weich-käse	▶					▶	griech. Göttin der Jugend	▶			Figur aus „Die Fleder-maus“	▶			8
▶					9	griechi-scher Buch-stabe	▶				österrei-chischer Fluss zur Donau	▶			früherer äthiop. Fürsten-titel	▶	
Urein-wohner Neusee-lands		Wett-kampf der alten Griechen	▶					▶	Hanf-, Flachs-abfall	▶			Him-mels-körper	▶			

Das Lösungswort

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Teilnahmebedingungen:

Schicken Sie uns unter Angabe Ihrer Adresse das Lösungswort per Post oder per E-Mail. Unter allen Einsendungen verlosen wir 2 Gutscheine, die uns von der „Bücherstube vor Ort“ zur Verfügung gestellt wurden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss: 30.11.2024

Senden Sie das Lösungswort

per Post an:

Mein Senioren Magazin
Auf der Hude 87, 21339 Lüneburg



oder per E-Mail an:

gewinnspiel@mein-senioren-magazin.de

Wir verlosen
2 Gutscheine

im Wert von

10,- €



Erik Satie, der in jüngster Zeit wieder eine Renaissance erlebt, hat sich einen Kinderblick auf die Welt bewahrt: klar, schlicht und frei von Dramatik. Arvo Pärts Glockenstil entführt in spirituelle Räume der Reinheit und Stille. Philip Glass repetitive Musik entfaltet eine fast hypnotisch-pulsierende Wirkung. Federico Mompous „Cants magics“ weisen zurück in die Geheimnisse seiner katalanischen Kindheit. In Olivier Messiaens langsamem Satz aus seinem berühmten, in deutscher Kriegsgefangenschaft komponierten „Quatuor pour la fin du temps“ erscheint die Zeit aufgehoben. .

Termin: 26.10.2024 / 19:30 Uhr

Ort: Klosterkirche Medingen
Klosterweg 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 18,00 Euro bis 19,00 Euro

Paul und Willi – Geräuschpantomime

Bevor wir versuchen, zu beschreiben, was Paul und Willi den ganzen Abend auf der Bühne treiben, schon mal vorweg: Das ist unglaublich lustig!!! Zwerchfellmuskelerkater garantiert!!!

Paul & Willi sind skurrilste Cartoonfiguren. Sie sprechen kein Deutsch, sondern irgendein Kauderwelsch, das zwischen Finnisch-Niederländisch und Heißer-Kartoffel-im-Mund angesiedelt ist. Ihr Programm nennen sie mittlerweile „Pantomime ist scheiße (schwer)“, einfach weil es stimmt.

Mit: Paul Schröder und Jonas Schütte

Termin: 26.10.2024 / 19:30 Uhr

Ort: Jahrmarkttheater Bostelwiebeck
Bostelwiebeck 24, Altenmedingen

Eintritt: ab 23,20 Euro bis 28,70 Euro

Ralf Schmitz – Schmitzfindigkeiten

Ralf Schmitz hat die Faxen dicke: „Meine Gütel! Müssen wir denn ständig jedes Haar auf die Goldwaage legen, bevor wir es spalten?“

Ralf hat eine Mission! Er wird beweisen, dass wir alle mehr Spaß im Leben hätten, wenn wir nicht alles so ernst und so genau nehmen würden. Und diese Mission nimmt Ralf sehr ernst und sehr genau!

Er geht auf die Suche nach den Schmitzfindigkeiten des alltäglichen Wahnsinns, der uns alle so liebevoll schrullig und angenehm verrückt macht. Und er findet reichlich davon!

Termin: 26.10.2024, 20:00 Uhr

Ort: LKH Arena
Lüner Rennbahn 5, Lüneburg

Eintritt: ab 45,80 Euro

14. Komische Nacht Lüneburg

Die Komische Nacht ist eines der erfolgreichsten Live-Comedy-Formate in Deutschland. In den schönsten Cafés, Bars und Restaurants einer Stadt erleben die Gäste und ihre Freunde und Familie bei dieser beispiellosen Show einen ausgelassenen Abend - mit bester Unterhaltung durch verschiedene Comedians, Kabarettisten und andere Komiker*innen. Dabei ist keine Komische Nacht wie die andere.

Termin: 29.10.2024 / 19:30 Uhr

Eintritt: ab 27,20 Euro

Marco Tschirpke – Empirisch belegte Brötchen

Gedichte & Lieder – in überwiegend komischer Manier – ob Gedicht oder Klavierlied – der Komiker Marco Tschirpke weiß sich kurzzufassen. Gespickt mit Verweisen auf Kunst und Geschichte, bedeutet ein Abend mit dem Gewinner des Deutschen Kleinkunstpreises 2018 vor allem ein intellektuelles Vergnügen. Wie er das heute mit dem Gestern und das Hohe mit dem Tiefen verquickt, das ist so unver-



© Wäajane Chen

schämt lustvoll und unterhaltsam, dass sein Publikum davon oft nicht genug bekommen kann. Wobei auch die Küchenlyrik nicht zu kurz kommt.

Termin: 01.11.2024 / 20:00 - 22:30 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, 21339 Lüneburg

Eintritt: ab 23,00 Euro



Bucht!pp

Wellengang

Anne Griffin

Eine schmerzhaft-schöne Geschichte über Liebe, Verlust, Hoffnung – und über eine Frau, die zurück ins Leben findet. Rosie sucht Zuflucht auf ihrer Heimatinsel vor der Küste Irlands. Jahrelang hat die Suche nach ihrer verschwundenen Tochter ihr Leben bestimmt und ihre Ehe in eine tiefe Krise gestürzt. Nun erlebt sie endlich wieder Momente des Glücks: als Kapitänin steuert Rosie die Fähre ihres gesundheitlich angeschlagenen Vaters übers Meer. Nirgendwo sonst fühlt sie so viel Hoffnung. Doch nach und nach brechen auf der Insel alte Rivalitäten auf. Als Rosie erfährt, dass ihr Vater bankrott ist und die Fähre nicht mehr halten kann, muss sie sich entscheiden: Wird sie in ihr altes Leben zurückkehren oder bleiben und kämpfen?

erhältlich bei:



Tel. 04131-1 28 215 oder 04131 - 18 70 93
www.buechervorort.de

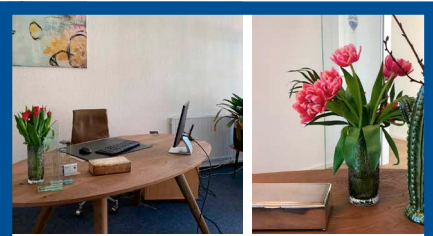
Wellengang

Roman von Anne Griffin

Kindler Verlag, 400 Seiten,

ISBN: 978-3-463-00057-2

Preis: 25,00 €



Ihre Maklerin aus
Überzeugung



RE/MAX

Dipl.- Ingenieurin
Ingrid Hesebeck-Keil

04131 7670123

i.hesebeck-keil@remax-lueneburg.de

Männer, Technik & Migräne comedy Dinner – Analoges und Digitales für Mann und Frau

Eine Veranstaltung der Reihe Männer, Technik & Migräne - Buchenau Comedy Dinner Tour 2022/23 „Männer, Technik & Migräne“ - Analoges und Digitales zum Thema: Mann, Frau, Haushalt, Beruf und Digital!

TAXI-GELLERSEN

☎ **04131 - 4 77 03**

☎ **04135 - 80 999 20**

Nach Männerschnupfen und Homo Digitalis folgt nun das 3. Bühnenstück von Bestseller Autor Peter Buchenau. Dieses Mal inszeniert mit der jungen Vorrarberger Schauspielerin und Autorin Julia Pfeiffer. Im Gegensatz zu den beiden vorherigen komödiantischen Bühnenfassungen beinhaltet „Männer, Technik & Migräne“ mehr kabarettistische Einlagen. Kurze, knappe Dialoge, Sticheleien zwischen Mann und Frau, wobei beide Parteien abwechselnd die Oberhand gewinnen, scheinbar! Ein MUSS für Liebhaber des „typischen schwarzen britischen Humors“. Oft eindeutig, zweideutig oder zweideutig eindeutig. Lassen Sie sich überraschen!

Termin: 02.11.2024 / 19:00 Uhr

Ort: Restaurant Wassermühle
Heiligenthal, Hauptstraße 10,
Südergellersen

Eintritt: 79,06 Euro

Chorretto

Die quirlige und energiegeladene Chorleiterin Joanna Toader hat wieder ein wahrhaft traumhaftes Programm zusammengestellt! Seien Sie dabei und lassen auch Sie Träume wahr werden!

Termin: 03.11.2024 / 17:00 Uhr

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
Dahlenburger Str. 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 15,00 Euro bis 16,00 Euro

Seven Bensmann – Svenomenal

Es wird SVENOMENAL! Musiker, Komiker und Entertainer Sven Bensmann hat sich in den letzten Jahren in der deutschen Comedy-Landschaft einen Namen gemacht. Auch in seinem neuen Programm begeistert er wieder ein breites Publikum mit seiner freundschaftlich charismatischen Bühnenpräsenz. In SVENOMENAL sorgt das urbane Dorfkind und Dino-Boy Sven, an dem eine wahre Disneyprinzessin verloren gegangen ist, wieder für herzhaftes Lachen. Und wenn die Pointen (mal gesprochen, mal gesungen) dann doch hier und da mit einem breiten Grinsen knapp an der Gürtellinie vorbeirauschen, drohen sie diese jedoch niemals zu unterschreiten.

Sven bringt die perfekte Mischung aus klassischer Stand-up Comedy, handgemachter Musik, einer Singstimme, die neben lustigen Texten auch hochprofessionell anmutet und einem Publikum kollektive Gänsehaut beschert, auf die Bühne.

Termin: 03.11.2024 / 19:00 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, Lüneburg

Eintritt: 29,05 Euro

Duo Nove – Latin flavour Sonntagskonzert im Wasserturm

Musik aus Lateinamerika : Tango - Samba - Choro & Milonga

Das Duo Nove entführt ihre Zuhörer in die vielfältige musikalische Welt Südamerikas mit ihren vitalen Rhythmen, ihrer Virtuosität und ihren sprühenden Melodien – aber auch ihrer besonderen Melancholie und Sehnsucht.

Die seltene und ungewöhnliche Verbindung der beiden Instrumente entfaltet dabei einen ganz außergewöhnlichen Charme, in der die delikate Gitarre mit dem warmen und sprechenden Klangcharakter der Klarinette aufs Wunderbarste verschmilzt.

Termin: 03.11.2024 / 20:00 - 22:00 Uhr

Ort: Wasserturm Lüneburg
Am Wasserturm 1, Lüneburg

Eintritt: ab 15,00 Euro bis 18,00 Euro



Alle Termine unter:
www.literaturbuero-lueneburg.de

Der Herbst im Literaturbüro wird *bunt*

Bunt ist das Herbstprogramm des Literaturbüros Lüneburg. Romane, Sachbücher, illustrierte Lieblingsbücher, eine Graphic Novel, die Lesereihe um den Preis der LiteraTour Nord und die Lesung des Ehrengastes im Heinrich-Heine-Haus 2024. Die Veranstaltungen zeigen die unterschiedlichsten Facetten der Literatur.



Kat Menschik © Privattfoto

Neben dem Heinrich-Heine-Haus sind wir im Herbst unter anderem auch im Kloster Lüne zu Gast: Die Illustratorin Kat Menschik stellt am 17. September im Kapitelsaal ihre Reihe „Illustrierte Lieblingsbücher“ vor. Sie gilt als eine der schönsten Buchreihen der Welt. Die Illustratorin setzt Werke der Weltliteratur wie Shakespeares „Romeo und Julia“ und andere Lieblingstexte wie „Asta Nielsen: Im Paradies“ in Szene. Ein Fest für die Sinne!

Der Autor Jan Koneffke ist zufällig in das alte Wohnhaus des wichtigen österreichischen Schriftstellers Joseph Roth in Wien eingezogen. Daraufhin hat er diesen zur zentralen Figur seines neuen



Romans „Im Schatten zweier Sommer“ gemacht. Daraus liest er am 30. September im Heine-Haus. Mit seinen Büchern „Vor dem Fest“ und „Herkunft“ hat sich Saša Stanišić in die Herzen der Leser/innen und der Literaturkritik geschrieben. Am 13.11. liest er aus seinem neuen Buch „Möchte die Witwe angesprochen werden, platziert sie auf dem Grab die Gießkanne mit dem Ausguss nach vorne“ im Hörsaal 1 der Leuphana Universität. Und als Ehrengast im Heinrich-Heine-Haus 2024 kommt Daniela Krien mit ihrem Roman „Mein drittes Leben“ am 27.11. nach Lüneburg.

Heinrich-Heine-Stipendiat Roman Ehrlich liest zusammen mit dem ehemaligen Stipendiaten Philipp Schönthaler, beide veröffentlichen Ende August neue Romane.

Ende Oktober startet die LiteraTour Nord 2024/25, vor der Weihnachtspause lesen Valerie Fritsch aus „Zitronen“, Maren Kames aus „Hasenprosa“ und Clemens Meyer aus „Die Projektoren“.



Philipp Schönthaler
© Julia von Vietinghoff

■ Kerstin Fischer

Literatur live!

Mi. 11.09. | 19.30 | Heine-Haus
Was uns bewegt – „Mitte des Lebens“
Barbara Bleisch im Gespräch

Mi. 09.10. | 19.30 Uhr | Heine-Haus
Heine-Tandem
Roman Ehrlich und
Philipp Schönthaler

Di. 30.10. | 19.30 | Heine-Haus
LiteraTour Nord – „Zitronen“
Valerie Fritsch liest

Di. 12.11. | 19.30 | Heine-Haus
Was uns bewegt – „Das Prinzip
Trotzdem. Warum wir den
Journalismus vor den Medien
retten müssen“
Roger de Weck im Gespräch

Mi. 13.11. | 19.30 | Leuphana
„Möchte die Witwe angesprochen
werden, platziert sie auf dem Grab
die Gießkanne mit dem Ausguss
nach vorne“
Saša Stanišić liest

Mi. 27.11. | 19.30 | Musikschule
„Mein drittes Leben“
Ehrengast **Daniela Krien** liest

Literaturbüro Lüneburg e.V.

Heinrich-Heine-Haus
Am Ochsenmarkt 1a
Telefon: 04131-3093687

www.literaturbuero-lueneburg.de



Bucht! pp

Karte der Wildnis

Robert Macfarlane

Eine literarische Suche nach den letzten unberührten Flecken Natur.

Wo gibt es heute noch Wildnis? Robert Macfarlane's Suche nach den letzten unberührten Flecken Natur wird zum lebendigen Streifzug. Er entdeckt abgelegene Inseln und verborgene Gebirge, durchwandert unwegsame Moore und undurchdringliche Wälder. Er schwimmt in brandender See und in stehenden Gewässern, erklimmt windumtoste Gipfel, schläft in Sandkuhlen. Und er begibt sich auf die Spuren derjenigen, die diese Orte vor ihm aufsuchten: Pilger und Philosophen, Forscher und Literaten. Eine sprachmächtige Einladung zum Staunen.

erhältlich bei:



Tel. 04131-1 28 215 oder 04131 - 18 70 93
www.buechervorort.de

Karte der Wildnis
Roman von Robert Macfarlane
Herausgeber: Ullstein Verlag,
304 Seiten, Preis: 16,99 €
ISBN: 978-3-548-06852-7

Ebstorfer Musikgemeinschaft – Jubiläumskonzert 25 Jahre

Seit 25 Jahren wird das Motto „Musik für Alle!“ von der Musikgemeinschaft Ebstorf gelebt. Zum diesjährigen Jubiläum vereint das Orchester Klänge für jedermann und den Zuhörerinnen und Zuhörern wird eine Weltreise geboten, die nicht nur musikalische Überraschungen bereithält.

Termin: 08.11.2024 / 19:30 Uhr

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
Dahlenburger Str. 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 11,00 Euro bis 12,00 Euro

Eure Mütter – Fisch Fromm Frisör!

Der Wahnsinn geht weiter!
Seit über 20 Jahren touren Andi Kraus, Don Svezia und Matze Weinmann kreuz und quer durch die Republik und haben dabei so manchen Kleinkunsttempel in seinen Grundfesten erschüttert. Mit ihrem achten Programm begeistern EURE MÜTTER wieder ihr Publikum durch den einzigartigen Mix aus lustigen Songs, skurrilen Sketchen und absurden Performances, für die man einfach Spezialisten wie die drei Männer in ihren schwarzen Klamotten braucht.

„Fisch fromm Frisör“ bietet zwei Stunden nie zuvor gesehener Comedy – frisch gewaschen, ausgenommen und eingedreht. Ein berühmter Kritiker verglich die drei Komiker vor kurzem mit einer guten Flasche Rotwein. Nicht etwa, weil sie mit zunehmendem Alter immer besser werden, sondern weil er es schade fände, wenn man sie einfach achtlos in einen Topf Gulasch kippt.

Termin: 08.11.2024 / 20:00 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, 21339 Lüneburg

Eintritt: 36,65 Euro

Tingvall Trio – Birds

Das Tingvall Trio feiert 2023 sein zwanzigjähriges Bandjubiläum. Besonders bemerkenswert ist, dass das Trio seit der Gründung bis zum vorliegenden neunten Album, BIRDS, immer in der gleichen Besetzung agiert. Neben dem Pianisten und Namensgeber Martin Tingvall sind dies Omar Rodriguez Calvo am Kontrabass und Jürgen Spiegel, der für

Drums und Percussion verantwortlich zeichnet. Und die Drei in Hamburg ansässigen Musiker haben es geschafft, in diesen vielen Jahren eine Erfolgsgeschichte zu schreiben, die ihresgleichen sucht: mehrere ECHO JAZZ Preise als Ensemble und Live Act des Jahres, insgesamt sechs JAZZ Awards in Gold, zwei Impala Awards für internationale Verkäufe, eine ganze Serie von No.1 Jazz Chart Alben und viermalige hohe Platzierungen in den Deutschen Top 100 Album Charts - im deutschen Jazz durchaus als herausragend zu bezeichnen.

Termine: 10.11.2024 / 19:00 - 21:30 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, Lüneburg

Eintritt: ab 29,60 Euro

TAXI
Bleckede

0 58 52 - 958 94 20

Weintasting mit blick auf die Ilmenau

Ein Weintasting ist etwas für sehr gebildete und eloquente Personen. Weinwissen ist soziales Kapital. BEI UNS NICHT! Wir wollen gemeinsam unterschiedliche Weine probieren, über Wein reden und vor allem einen schönen Abend in netter Gesellschaft verbringen! Wir sind keine Weinexpertinnen – Unser wissen stammt aus regelmäßigen Besuchen bei unseren Weingütern, Gesprächen mit den Winzer*innen und anderen Quellen. Dabei wollen wir Spannendes über Geschmack, Anbau und Herstellung mit euch teilen. Wir probieren uns durch 6 Weine verschiedener Bioweingüter aus dem Avenir-Sortiment. Dazu gibt es eine kleine Brotzeit mit Hausbrot, selbstgemachten Aufstrichen, Oliven und Butter.

Termin: 16.11.2024 / 18:30 - 23:00 Uhr

Ort: Avenir Rösterei
Ilmenaugarten 137c, Lüneburg

Eintritt: 45,00 Euro



WILDES HOLZ

Rock, Pop, Jazz, Klassik

25 Jahre auf dem Holzweg

Wir verlosen
10 x 2 Karten
für Wildes Holz
am 13.10.2024

Stichwort:

Holzweg

Teilnahmebedingungen

Schreiben Sie an die Redaktion von

Mein Senioren-Magazin per Post oder per E-Mail (gewinnspiel@mein-senioren-magazin.de) und nennen Sie das **Stichwort**.

So nehmen Sie an der Verlosung teil. Unter allen Einsendungen verlosen wir 10 x 2 Karten, die uns vom Kulturforum Lüneburg zur Verfügung gestellt wurden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Einsendeschluss: 05.10.2024

Die Gewinner werden per E-Mail oder Post benachrichtigt.

KULTUR FORUM
LÜNEBURG E.V. · GUT WIENEBÜTTEL

Termin: 13.10.2024 / 17.00 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg

Eintritt: VKK: ab 25,20 EUR / ermäßigt: 17,90 EUR, inkl. Gebühr, zzgl. Versandkosten

Kulturforum Lüneburg Gut Wienebüttel

Gut Wienebüttel 1, 21339 Lüneburg

Tel. 04131-657 20, www.kulturforum-lueneburg.de

Karten gibt es online und an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

Seit einem Vierteljahrhundert sind sie schon zusammen, haben über 2.000 Konzerte gespielt, 12 CDs veröffentlicht und über 50.000 Stück davon verkauft: Wildes Holz sind eine Ausnahmeerscheinung in der deutschen Musikszene. Denn sie haben all dies geschafft mit einer, nun ja, eigenwilligen Instrumentierung: Gitarre, Kontrabass - und die gemeine Blockflöte. Ja genau, das kleine Folterholz, der Tinnitus-Simulator, in den wir wohl alle schon mal reingepustet haben, nicht immer zum unbedingten Vergnügen der Zuhörerschaft. Wer hätte gedacht, dass man damit tatsächlich Musik machen kann? Tobias Reisige beweist es eindrucksvoll, deshalb nennt man ihn inzwischen den „König der Blockflöte“ (WAZ).

WildesHolzscherenschnittGenre-Grenzen. Rock, Pop, Jazz, Klassik, Elektronik – je unmöglicher eine Umsetzung auf ihrem Holz-Instrumentarium erscheint, desto lustvoller beweisen sie

das Gegenteil! Dadurch kreieren sie ein völlig neues Genre: Instrumentaler Holzrock.

Zum Jubiläum präsentieren Wildes Holz ihr neues Programm „25 Jahre auf dem Holzweg“. Von ihren Anfängen als Straßenmusiker über ihre ersten CDs bis hin zu ihren aktuellen Hits lassen sie die Highlights ihrer Schaffensphasen Revue passieren. Dabei erzählen sie auch von ihren Erlebnissen auf und neben der Bühne, von skurrilen Begegnungen, lustigen Anekdoten und bewegenden Momenten. Mit viel Humor, Charme und Spielfreude nehmen sie das Publikum mit auf ihren ganz speziellen Holzweg durch die Welt der Musik. Dabei wird schnell deutlich, dass dieser Weg noch lange nicht am Ende ist, denn ihr Spaß, eigentlich unmögliche Dinge zusammenzubringen, reicht bestimmt noch für die nächsten 25 Jahre! Wildes Holz sind ein Synonym für beste Livemusik.

Jetzt kostenlos
abonnieren!

Mein Senioren Magazin

... per Abo direkt
ins Haus!

Machen Sie es sich bequem!

Unser Veranstaltungskalender ist prall gefüllt mit handverlesenen kulturellen Leckerbissen. Unter Rechts- und Steuerberatung finden Sie wertvolle Tipps von unseren Fachanwälten und Steuerberatern. Nutzen Sie unseren Abo-Service und bleiben Sie auf dem Laufenden. Verpassen Sie keine Ausgabe und sichern Sie sich die Chance auf tolle Gewinne.

Abonnieren leicht gemacht!

Auf unserer Website finden Sie ein Bestellformular. Oder Sie rufen uns an und wir schicken es Ihnen zu. Das Magazin ist auch im Abo kostenlos! Sie bezahlen nur eine Versandpauschale in Höhe von 10,00 Euro pro Jahr.



So erreichen Sie uns:

Mein Senioren-Magazin

Auf der Hude 87, 21339 Lüneburg

Telefon: 04131 - 247 21 07

E-Mail: redaktion@mein-senioren-magazin.de

Michael Krebs – da muss mehr kommen !

Ich kann es selbst kaum glauben: Im April 2004 hatte mein erstes Soloprogramm Premiere. Und zack, nur ein paar tausend Tourtage später, ist das plötzlich 20 Jahre her. Was für eine Zeit! Ich bin wahnsinnig glücklich darüber, so lange schon meinen Traumberuf ausüben zu können. Deshalb möchte ich mein Jubiläum da feiern, wo ich am liebsten bin: Mit euch und auf der Bühne. Da, wo die Magie entsteht und aus müden Augen leuchtende Augen werden. Wo sich im Publikum der Gedanke „Hoffentlich geht das nicht so lange“ verwandelt in den reinen Spaß am Leben. Das wird ein rauschender Abend, prallvoller mit neuen Liedern, urkomischen Geschichten und dem Besten aus den letzten 20 Jahren. Persönlich, nah und groovend komisch. Und mit jeder Menge Improvisation natürlich, damit jeder Abend einzigartig bleibt. Ich freu mich riesig auf euch!

Termin: 16.11.2024 / 20:00 - 22:30 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, Lüneburg

Eintritt: ab 25,20 Euro



Götz Alsmann ... bei Nacht ...

... sind erstens alle Katzen grau und ist zweitens der Mensch nicht gern alleine. Die Weisheiten der Sprichwörter und des Schlägers bleiben ewige Wahrheiten ... Kein Wunder, dass Götz Alsmann auf seinem neuen Album sowie in seinem aktuellen Programm die Nacht zum Mittelpunkt des Abends macht. Oder den Abend zum Höhepunkt des Tages? Nicht umsonst gilt der Sänger und Pianist Götz Alsmann als der „König des deutschen Jazz-schlaglers“.



© EWI & Jerome Bornet

Selbststredend wäre auch sein aktueller Parforceritt durch das Liederbuch wahrhaft klassischer Schlagermusik und die berücksichtigenden Rhythmen der Jazzgeschichte ohne sein legendäres Ensemble nicht denkbar!

Termin: 24.11.2024 / 19:00 Uhr

Ort: Kulturforum Lüneburg
Gut Wienebüttel 1, 21339 Lüneburg

Eintritt: ab 30,00 Euro

RIO the voice of elvis mit Band & Chor „Christmas & Gospel special- Elvis the show“

RIO THE VOICE OF ELVIS, weltweit mehrfach ausgezeichnet als Elvis-Interpret Nr. 1 gilt in Fan-, Fach- und Pressekreisen als „bester Elvis seit Elvis“. Als 3-facher Europameister der Elvis-Interpreten und Golden-Elvis-Award-Winner, wurde ihm als World Champion der Titel „Elvis 2000 – Elvis Tribute Artist of the Century“ verliehen.

Als einer der erfolgreichsten Elvis-Tribute-Artists der Welt präsentiert der charismatische Sänger RIO mit seinem erstklassigen Ensemble eine ganz besondere Zeitreise, denn es geht zu den Wurzeln von Elvis Presley, der Gospel-Musik! Seit der RTL-Fernseh-Produktion „Gospel Weihnacht bei RTL“ mit RIO THE VOICE OF ELVIS (und Markus Lanz als Moderator) im Jahre 2004 findet das Gospel-Special von RIO ein begeistertes Publikum und ist innerhalb weniger Wochen ausverkauft. Es werden viele Klassiker aber auch seltene Elvis-Songs aus dieser Ära zu hören sein.

Termin: 30.11.2024 / 19:30 Uhr

Ort: Kurhaus Bad Bevensen
Dahlenburger Straße 1, Bad Bevensen

Eintritt: ab 36,00 Euro



Feiern in der **Hasenburg**

Sie planen eine Familienfeier oder Seine Betriebsfeier? Unser neu umgebautes Restaurant bietet alles, was ein gelungenes Fest möglich macht. Bis zu 100 Gäste können mit Speisen und Getränken versorgt werden. In der Mitte des Raumes kann man eine schöne Tanzfläche herrichten. Wir vermitteln Ihnen auch gerne den passenden DJ zu Ihrem Fest.

Vom Restaurant aus können Sie auch direkt unseren neuen Außenbereich mit Blick auf den Hasenburger Teich nutzen und genießen.

Ob Sie eine betriebliche Weihnachtsfeier, Ihre Hochzeits- oder Geburtstagsfeier planen – mit uns haben Sie das richtige Team und die geeignete Räumlichkeit gefunden. Ausreichende Parkplätze für Ihre Gäste finden Sie direkt vor der Tür.

Überdies haben wir auch eine kleine Bühne für Live-Musik.

Bei Interesse nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf, wir erstellen Ihnen Ihr individuelles Angebot.

Sie planen Ihre Weihnachtsfeier?

Wir haben das Lokal und den Service, den Sie wünschen. Rufen Sie uns gern an! Rechtzeitige Planung spart Nerven und den Geld.

Hasenburger Brauerei

Hasenburg 1

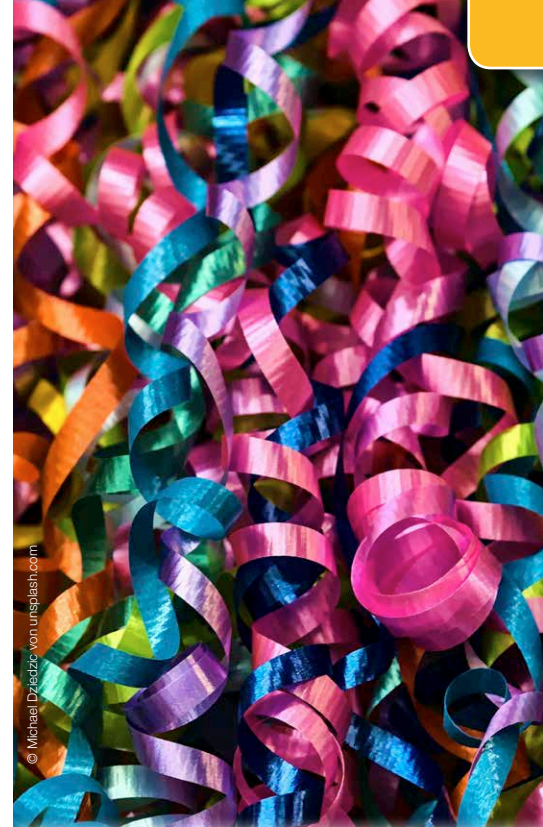
21335 Lüneburg

Tel.: 04131 / 7 59 70

Öffnungszeiten: Montag Ruhetag

Dienstag bis Donnerstag 17:00 – 22:00 Uhr

Freitag bis Sonntag 9:00 – 22:00 Uhr



Schlager Party

in der Hasenburg

**am 28.9.2024
ab 20:00 Uhr**

Eintritt:

im Vorverkauf 12,- €

Abendkasse 15,- €

REGELMÄSSIGER SEHTEST

... für gesunde Augen und mehr Lebensqualität

Im Laufe des Lebens verändern sich viele Dinge – auch unsere Sehkraft. Angeborene Fehlsichtigkeiten können sich über die Jahre verändern, oder Sehprobleme treten erst später auf. Ab etwa 45 Jahren entwickelt sich oft die natürliche Alterssichtigkeit. Da die Sehkraft in den meisten Fällen schleichend nachlässt, bleibt dies im Alltag oft lange un bemerkt. Eine unerkannte Sehschwäche kann jedoch Folgen haben: Kopfschmerzen, gereizte Augen, Konzentrationsprobleme und eine beeinträchtigte Sicherheit, beispielsweise beim Autofahren, sind nur einige Beispiele.

„Für die Früherkennung ist deshalb ein regelmäßiger Sehtest sehr wichtig“, weiß Regionalleiterin, Jacqueline Nicolai von Optik Hallmann. Erwachsene Personen sollten alle zwei Jahre einen Sehtest machen

und ab dem 45. Lebensjahr wird eine jährliche Überprüfung empfohlen, um eine altersbedingte Weitsichtigkeit frühzeitig zu korrigieren. „Besonders bei Gleitsichtbrillen ist das wichtig, denn je früher man beginnt, diese Brillen zu tragen, desto schneller gewöhnt man sich an das neue Sehen mit den speziellen Gläsern“, erzählt Jacqueline Nicolai.



Jacqueline Nicolai

Optik-Akustik Hallmann
Grapengießer Straße 15, Lüneburg
Gratis-Tel.: 0800 / 412 6000
www.optik-hallman.de

Kostenloser Sehtest

Hallmann bietet für Kunden kostenlose Sehtests an. „Unsere Optiker sind spezialisiert auf die Sehstärkenüberprüfung, dafür sind unsere Fachgeschäfte mit modernsten Technologien ausgestattet. Zudem wartet man bei uns nicht lange auf einen freien Termin“, erzählt Jacqueline Nicolai.

Wer eine neue Brille, Kontaktlinsen oder eine Anpassung der bisherigen Sehhilfe benötigt, findet bei Hallmann eine große Auswahl an passenden Optionen. Jacqueline Nicolai sagt: „Uns ist die persönliche Beratung ein besonderes Anliegen. Dabei besprechen wir das individuelle Sehprofil, um herauszufinden, welche Brillengläser oder Linsen unsere Kunden in ihrem Alltag optimal unterstützen.“

Maßgeschneiderte Brillengläser

Denn gutes Sehen ist entscheidend für viele tägliche Aktivitäten und kann die Lebensqualität maßgeblich verbessern – sei es beim Lesen, im Büro, beim Autofahren oder einfach nur beim Genießen der Natur. Je nachdem, wo der Lebensschwerpunkt liegt, können unterschiedliche Brillengläser oder Kontaktlinsen hilfreich sein. So gibt es beispielsweise optimierte Gläser für Autofahrer und Varianten für beste Sicht vor dem Bildschirm oder für den Sport.

„Je nach Bedarf passen wir die ideale Sehlösung an. Ganz gleich ob für Einstärken- oder Gleitsichtträger.“ In den Hallmann-Fachgeschäften kann man zudem aus vielen modischen Brillenfassungen und Sonnenbrillen wählen, die die eigene Persönlichkeit perfekt unterstreichen. „Bei den Gläsern setzen wir unter anderem auf Meisterglas®-Brillengläser in deutscher Qualität. Aktuell warten auf unsere Kunden viele tolle Angebote für bestes Sehen!“, sagt Jacqueline Nicolai und lädt herzlich zu einem kostenlosen Sehtest ein.

■ Text und Bild: Optik Hallmann GmbH



HALLMANN

SEHEN · HÖREN · LEBEN

*Inklusive
Gläser!*

**KOMPLETTBRILLE
NAH/FERN**

AB **39€***

**GLEITSICHT-
BRILLE**

AB **139€***



* Alle Angebote auf dieser Seite beinhalten einen Paketpreis für Brillenfassung (Vienna Design Kollektion im Wert von € 49,-) inkl. 2 Brillengläser. Nah-/Ferngläser gehärtet und inklusive Superentspiegelung bis ± 6 sph. / 2 cyl. Standardglas Index 1,5; Komfortglas Index 1,5 inkl. Lotuseffekt-Vergütung; Premiumglas Index 1,6 inkl. Lotuseffekt-Vergütung, 100% UV-Schutz und Blaulichtfilter. Gleitsichtgläser gehärtet und inklusive Superentspiegelung bis sph. ± 6 / 4 cyl. Standardglas Index 1,5; Allrounderglas Index 1,6 inkl. 100% UV-Schutz; optimiertes Gleitsichtglas Index 1,6, inkl. 100 % UV-Schutz und Lotuseffekt-Vergütung. Alle Preise in Euro. Optik Hallmann GmbH Große Str. 27, 24937 Flensburg

Ambulante Pflege

Adendorf

**Ambulante Krankenpflege
Körper & Seele**

Dorfstraße 168, 21365 Adendorf
Tel. 0 41 31 / 5 91 36
www.haeuslichekrankenpflege.de

Ihr Pflegeteam

Rathausplatz 6, 21365 Adendorf
Tel. 0 41 31 / 24 53 53
www.ihrpfegeteam.com



Amelinghausen

**Ambulante Hauskrankenpflege
Fischer GmbH**

Triangel 20, 21385 Amelinghausen
Tel. 0 41 32 / 81 44,
24 Std. Pflegenotruf
www.ambulante-pflege-fischer.de

Bardowick

Bardowicker Pflegedienst GmbH

Hinter der Worth 5b
21357 Bardowick
Tel. 0 41 31 / 26 56 57
www.bardowicker-pflegedienst.de

Marianus-mobil

Schlöpkeweg 8, 21357 Bardowick
Tel. 0 41 31 / 72 73 404
www.marianus-mobil.de

Deutsch Evern

**Tagespflege im Haus
Niedersachsen**

Bahnhofstr. 1
21407 Deutsch Evern
Tel. 0 41 31 / 8 20 34 24
www.tagespflege-im-haus-nieder-
sachsen.de

Pflegedienst Ilmenau

Timelostr. 8b, 21407 Deutsch
Evern, Tel. 0 41 31 / 263 43 0

Lüneburg

**Amb. Psychiatrischer
Pflegedienst**

Am Wienebütteler Weg 1
21339 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 602 30 00
www.gesundheitsholding-luene-
burg.de

ASB Kreisverband Lüneburg

Moldenweg 10 – 12
21339 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 2 08 660
www.asb-lueneburg.de

Der Paritätische Lüneburg

Altenbrücker Damm 1
21337 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 86 18 0
www.ihrpfegeteam.de

DRK Ortsverein

Lüneburg-Stadt e. V.

An den Reeperbahnen 1a
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 26 669 - 0
www.drk-lueneburg.de

**DRK Augusta-Schwesternschaft
e.V. Häusliche Krankenpflege**

Heinrich-Heine-Straße 48,
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 7 89 65 0
www.drk-augusta.de

DRK Kreisverband Lüneburg e.V.

Schnellenberger Weg 42
21339 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 67 36 0
www.drk-lueneburg.de

Herz & Hand

Pflege- und Betreuungsdienst

Gut Wienebüttel Nr. 9
21339 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 6 61 14
www.herz-hand-pflege.de

**Home Instead Senioren- u. Fami-
lienbetreuung Lüneburg**

Theodor-Marwitz-Str. 7
21337 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 72 06 400
www.homeinstead.de



**Pflege- und Therapiezentrum
Gut Wienebüttel GmbH**

Gut Wienebüttel 1
21339 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 674 0
www.pflegezentrum-wienebuettel.de

Pflegedienst „Cura“ GbR

**Ambulanter Alten-
und Krankenpflegedienst**

Wichernstr. 10, 21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 40 85 49
www.pflegedienst-cura-lueneburg.de

PMK-Pflegedienst GmbH

Herrman Löns Straße 30
21337 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 73 12 73
www.pmk-tmk-pflege.de

Sozialkonzept

Christinenhof GmbH

Auf der Hude 60, 21339
Lüneburg, Tel. 0 41 31 / 2 47 40
www.korian.de

TMK-Tagespflege

mit Kompetenz GmbH

Am Ebensberg 14,
21337 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 9 99 45 10
www.pmk-tmk-pflege.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Ambulante Pflege Lüneburg
Volgershall 186
21339 Lüneburg
Tel. 0 8000 019214
www.johanniter.de

Mechtersen

**Lüneburger Haus-und
Familienpflege**

Am Bahndamm 5
21358 Mechtersen
Tel. 0 41 78 / 337
www.altenpflege-gensch.de

Neetze

Alternative Pflege

Süttorfer Weg 20, 21398 Neetze
Tel. 0 58 50 / 97 13 42
www.alternative-pflege.net

Reppenstedt

**Senioren- und Behindertenpflege
Birgit Etzen**

Beethovenstraße 17
21391 Reppenstedt
Tel. 0 41 31 / 671092

Salzhausen

Interessengemeinschaft e. V.

Am Paaschberg 8,
21376 Salzhausen
Tel. 0 41 72 / 1200
www.in-ge.de

Heidmarkhof Pflege zu Hause

Hauptstraße 6b
21376 Salzhausen
Tel. 0 41 72 / 900 121
www.pflegeinsalzhausen.de

Heidmarkhof Betreutes Wohnen

Maschensfeld 5
21376 Salzhausen
Tel. 0 41 72 / 98 20 10
www.pflegeinsalzhausen.de

Die Johanniter

Bahnhofstraße 5
21376 Salzhausen
Tel. 0 41 72 / 966 301
www.johanniter.de

Westergellersen

Pflegedienst

Burmester & Tochter GbR

Schuhmacherstr. 1
21394 Westergellersen
Tel. 0 41 35 / 83 83
www.herz-hand-pflege.de

Der Pflegedienst Mackenthun

Einemhofer Weg 4
21394 Westergellersen
Tel. 0 41 35 / 82 32 0



Demenzvorsorge per App – geht das?

Interview mit Dr. Doron Stein, Demenzexperte und Gründer von memodio

Interviewer: Dr. Stein, kann man Demenz vorbeugen?

Dr. Doron B. Stein: Bis zu einem gewissen Grad schon. Mit der zunehmenden Alterung unserer Gesellschaft sehen wir derzeit einen alarmierenden Anstieg der Demenzfälle. Viele Menschen wissen aber nicht, dass man bereits in den Demenz-Vorstufen die Entwicklung der Krankheit verlangsamen kann.

Was sind Demenz-Vorstufen?

Demenz ist eine Erkrankung mit einem schleichenden Verlauf. Dass die Hirnleistung im Alter abnimmt, ist ganz normal. Bei manchen Menschen ist diese Abnahme jedoch überdurchschnittlich stark: Sie vergessen dann immer häufiger Namen und Termine oder haben Probleme mit der Konzentration. Dieses Stadium nennt man „leichte kognitive Störung“. Die Alltagstauglichkeit der Betroffenen ist hier zwar noch intakt, allerdings entwickelt sich ein Großteil der Fälle im Verlauf zu einer Demenz.



 memodio

Dr. Doron Benjamin Stein, M.Sc.
www.memodio-app.com

Warum ist die Demenz-Vorstufe „leichte kognitive Störung“ so wichtig?

Weil in diesem Stadium vorbeugende Maßnahmen bereits wirken können. Diese Maßnahmen umfassen Gehirntraining, körperliche Aktivität, gesunde Ernährung, soziale Interaktion und die Optimierung von weiteren Risikofaktoren. Es gibt gute wissen-

schaftliche Daten dazu, dass diese Maßnahmen im Stadium der leichten kognitiven Störung und sogar noch im frühen Stadium der Demenz den Verlauf der Erkrankung abschwächen können. Medikamente existieren für dieses Stadium übrigens noch nicht.

Wie können Betroffene diese Maßnahmen umsetzen?

Leider haben wir in Deutschland nicht ausreichend Ressourcen, um die Betroffenen täglich von Gedächtnistrainern, Physiotherapeuten und Ernährungsberatern betreuen zu lassen. Aus diesem Grund haben wir mit Ärzten und Psychologen die memodio-App entwickelt. Sie bieten Inhalte zu allen genannten Bereichen digital in einer handelsüblichen Smartphone- und Tablet-App.

Was sind die Hauptmerkmale der memodio-App?

Memodio bietet ein Therapieprogramm, das Menschen mit leichter kognitiver Störung und milder Demenz bei der Linderung der Symptome ihrer chronischen neurodegenerativen Erkrankung unterstützt. Wir haben darauf geachtet, die App besonders benutzerfreundlich zu gestalten, damit auch Menschen, die wenig Erfahrung mit Smartphones haben, problemlos damit umgehen können. Unsere Hotline steht jederzeit zur Verfügung, um Fragen zu beantworten und bei der Nutzung zu helfen.

Wie können Interessierte herausfinden, ob sie von leichter kognitiver Störung betroffen sind?

Eine endgültige Diagnose kann nur eine Ärztin bzw. Arzt stellen. Es gibt Fragebögen, mit denen Hinweise auf eine leichte kognitive Störung erkannt werden können. Auch wir bieten einen solchen Fragebogen auf unserer Website an: www.memodio-app.com/quiz. Wer dort ein auffälliges Ergebnis hat, der sollte sich beim Neurologen oder Psychiater vorstellen.

■ memodio

Betreutes Wohnen

Adendorf

Ratsdomizil Adendorf

Drechslerstraße 2-6
21365 Adendorf
Tel. 0 41 31 / 757 33 35
www.ratsdomizil.de

Häcklingen

Wohnpark Häcklingen

Am Dorfplatz 47 a+b
21335 Häcklingen
Tel. 0 41 31 / 85 58 70
www.paritaetischer.de

LG TAXI
0 41 31
22 30 200

Lüneburg

Domizil Bockelsberg I

Wichernstraße 36-38
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 40 56 74
www.paritaetischer.de

Domizil Bockelsberg II

Nelly-Sachs-Straße 14
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 483 74
www.paritaetischer.de

Seniorenzentrum

Alte Stadtgärtnerei

Olof-Palme-Straße 2
21337 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 773500
www.seniorenzentrum-alte-stadt-gaertnerei.de

Wohnpark Schlüter

Bülows Kamp 11
21337 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 8 44 35
www.paritaetischer.de

Reppenstedt

Heidberg Domizil

Milanweg 55
21391 Reppenstedt
Tel. 0 41 31 / 6 50 88
www.heidberg-domizil.de

stationäre Pflege

Adendorf

DRK Alten- und Pflegeheim

Röntgenstraße 34,
21365 Adendorf
Tel. 0 41 31 / 988-0
www.drk-lueneburg.de

Alt Garge

Senioren- und Pflegeheim

„Elbuferpark“
Hermann-Löns-Ring 24
21354 Alt Garge
Tel. 0 58 54 / 9 69 80
www.elbuferpark.de

Amelinghausen

Altenpflegezentrum

Haus Hoheneck
Wohlenbüttler Straße 18
21385 Amelinghausen
Tel. 0 41 32 / 9 13 90
www.haushoheneck.de

Bardowick

St. Marianus Hospiz Zentrum

Schlöpkeweg 8, 21357 Bardowick
Tel. 0 41 31 / 9 25 150
www.marianus.de

Betzendorf/Dröggennindorf

Haus Herbstrose

Alter Wanderweg 4
21386 Dröggennindorf
Tel. 0 41 38 / 5 10 70
www.haus-herbstrose.de

Bleckede

Alten- und Pflegeheim Koch

Hittberger Str. 41, 21354
Bleckede, Tel. 0 58 57 / 2 91

Pflegehaus Elbmarsch GmbH

(ehem. „Haus Tetzlaff“)
Barförder Str. 1, 21354 Bleckede
Tel. 0 58 57 / 2 54
www.pflegehaus-elbmarsch.de

Boltersen

Seniorenpflegeheim

„Zum Alten Gutshof“
Dorfstr. 2, 21379 Boltersen
Tel. 0 41 36 / 90 80
www.zum-alten-gutshof.care

Deutsch Evern

Senioren- und Pflegeheim

Ilmenau Palais
Georg-Soltwedel-Str. 16-20
21407 Deutsch Evern
Tel. 0 41 31 / 9 77 10
www.ilmenau-palais.de

Lüneburg

Domicil-Seniorenpflegeheim

Stresemannstraße 17
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 97 87 0
www.domicil-seniorenresidenzen.de

GBS Senioren-Residenz

Lüneburg

Neue Sülze 25/26
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 71 90
www.gbs-sozial.de

Posener Altenheim

Bernhard-Riemann-Straße 30
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 8 54 46 0
www.posener-altenheim.de

Seniorenzentrum

Alte Stadtgärtnerei

Olof-Palme-Straße 2, Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 77 35 00
www.seniorenzentrum-alte-stadt-gaertnerei.de

TAXI
Bleckede
0 58 52 - 958 94 20

Seniorenheim

Haus an der Ilmenau

Auf der Hude 60, 21339 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 2 47 40
www.korian.de

Wohnpark an der Alten Saline

Vor der Sülze 1, 21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 70 97 80
www.argentum-pflege.de

Reppenstedt

Seniorenzentrum

„Haus Reppenstedt“ GmbH

Eschenweg 1, 21391 Reppenstedt
Tel. 0 41 31 / 26 30 - 0
www.kervita.de/reppenstedt

Vastorf

Alten und Pflegeheim

„Haus Linda“

Gifkendorferstr. 6, 21397 Vastorf
Tel. 0 41 37 / 49 3
www.pflege-bartelt.eu

Westergellersen

Alten- und Pflegeheim

„Haus Albers“

Rentenstr. 15 A
21394 Westergellersen
Tel. 0 41 35 / 2 16
www.haus-albers.de

Salzhausen

Heidmarkhof

Senioren- und Pflegeheim

Schulstraße 5b
21376 Salzhausen
Tel. 0 41 72 / 900 10
www.pflegeinsalzhausen.de

Essen auf Rädern

Für wen eignet es sich?

Essen auf Rädern bietet sich nicht nur für Senior:innen an, die sich nicht mehr selbst versorgen können oder wollen. Den Alltag erleichtern die mobilen Menüdienste auch, wenn jemand nur vorübergehend auf Hilfe angewiesen ist, etwa bei Krankheit oder nach einem Unfall.

Das Angebot ist vielfältig: Von Hausmannskost über Trendmenüs bis zu diätetischen Speisen – wahlweise tiefgekühlt, aufwärmbar oder bereits servierfertig – wird alles geliefert. Qualität, Service und Preis können je nach Anbieter enorm variieren. Deshalb ist es ratsam, sich vor der Entscheidung die Angebote vor Ort genau anzuschauen. Hilfe bietet auch die Checkliste der Verbraucherzentrale.



Sie finden Sie mit diesem QR-Code oder unter <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/auswahlen-zubereiten-aufbewahren/essen-auf-raedern-auswahlkriterien-fuer-einen-mobilen-menuedienst-10625>.

Die Verbraucherzentrale Berlin hat sich im Mai 2023 verschiedene Essen-auf-Rädern-Angebote angeschaut. Ihr Fazit: Flexibel, aber zu viel Fleisch und zu wenig Kennzeichnung.

Welche Auswahlmöglichkeiten habe ich?

Obenan stehen zunächst die ganz persönlichen Bedürfnisse: Wünschen Sie zum Beispiel täglich warme Speisen, oder bevorzugen Sie eine wöchentliche Lieferung von Tiefkühlkost? Informationen zu verschiedenen Menüdiensten und deren Service bekommen Sie in städtischen Einrichtungen wie Seniorenbüros oder den Beratungsstellen der Wohlfahrtsverbände, den Pflegeberatungsstellen und -stützpunkten, Kirchengemeinden oder der Verbraucherzentrale.

Manchmal wissen auch Freunde und Nachbarn, welche Anbieter hinsichtlich Qualität und Service empfehlenswert sind.

Wie flexibel kann ich Essen auf Rädern nutzen?

Essen auf Rädern kann man meist ohne bürokratischen Aufwand für den nächsten Tag ordern oder abbestellen. Viele Menüdienste verzichten zudem auf einen schriftlich fixierten

Vertrag und können oft auch kurzfristig gekündigt werden. Allerdings: Je nachdem, ob Sie wöchentlich oder monatlich zahlen, kann die gesetzliche Kündigungsfrist bis zu vier Wochen betragen. Ein schriftlicher Vertrag hat den Vorteil, dass Sie dort alle Bedingungen, wie zum Beispiel die Kündigungsfrist, einfach nachlesen können.

Was sollte ich bei der Auswahl der Gerichte beachten?

Grundsätzlich sollten Sie auf abwechslungsreiche Menüs achten. Sie sollten sich daher die Speisepläne für die letzten Wochen zeigen zu lassen. Idealerweise gibt es innerhalb von sechs Wochen keine Wiederholungen im Speiseplan. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) setzt als Standard vier Wochen an.

Pro Tag sollten zumindest zwei Gerichte zur Auswahl stehen, eines davon möglichst fleischlos. Frische Salate, frisches Obst und vegetarische Kost sollten Sie ebenso wie Mini-Portionen jederzeit bestellen können. Anbieter sollten auch auf religiöse Regeln Rücksicht nehmen.

Bei Erkrankungen, die Einschränkungen bei der Ernährung verlangen, zum Beispiel Allergien oder Gicht, sollten Sie sich eingehend nach Zubereitung und Zutaten erkundigen. Die wichtigsten Allergene sollten gekennzeichnet sein.

Mit welchen Preisen muss ich rechnen?

Ein Menü kostet in der Regel zwischen 4,50 und 7,00 Euro. Beachten Sie auch eventuelle Anlieferungskosten und Wochenendzuschläge. Wenn Sie sich die mobile Verpflegung nicht leisten können, sollten Sie sich beim Senioren- oder Sozialamt nach Zuschüssen erkundigen. In Einzelfällen werden bis zu zwei Drittel der Kosten erstattet.

Was muss ich über die Verpackung wissen?

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Verpackung der angelieferten Speisen. Insbesondere unbeschichtete Aluminium-Menüschalen können problematisch sein. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hat festgestellt, dass sich Aluminiumionen aus solchen Menüschalen lösen und in die darin transportierten Lebensmittel übergehen können.

Bevor Sie sich für einen bestimmten Dienst entscheiden, sollten Sie auf jeden Fall einige Male zur Probe gegessen haben.

Apotheken Umland

Adendorf

Apotheke am Kirchweg

Kirchweg 46,
Tel. 041 31/40 0440

Apotheke am Rathaus

Böttcherstr. 2,
Tel. 041 31/18 7033

Amelinghausen

Apotheke Amelinghausen L

üneburger Str. 24,
Tel. 041 32/223

Barendorf

Linden Apotheke

Lüneburger Straße 10,
Tel. 041 37/80 8006

Bardowick

Löwen Apotheke

Pieperstraße 12A,
Tel. 041 31/9 23 10

wir leben Apotheke

Hamburger Landstraße 69
Tel. 0 41 31 / 992 46 50

Kirchgellersen

Eichen-Apotheke

Lüneburger Str. 7,
Tel. 041 35/8207 31

Melbeck

Apotheke am Bach

Uelzener Str. 15,
Tel. 041 34/9098740

Reppenstedt

Kiss Apoth. Reppenstedt

Lüneburger Landstr. 3,
Tel. 041 31/61565

TAXI-GELLERSEN

☎ **04131 - 4 77 03**

☎ **04135 - 80 999 20**

Apotheken Lüneburg

Apotheke am Bockelsberg

Universitätsallee 15
Tel. 041 31/44688

Apotheke am Kreideberg

Thorner Str. 27/29
Tel. 041 31/31483

Apotheke am Kran

Lünertorstraße 5
Tel. 041 31/35933

Die Alte Raths-Apotheke

Große Bäckerstraße 9
Tel. 041 31/42349

Elch Apotheke

St. Stephanus-Passage 29
Tel. 041 31/86130

Grapengießer Apotheke

Grapengießerstr. 48
Tel. 041 31/49594

Hanse-Apotheke

Bleckeder Landstr. 37
Tel. 04131/776855

Helms Apotheke

Am Sande 16
Tel. 041 31 / 7 37 90

Hirsch Apotheke

Feldstr. 21, Tel. 041 31/41640

Löwen Apotheke

Bardowicker Str. 19
Tel. 041 31/31365

**Wasserknecht Apotheke
im Loewe-Center**

Wulf-Werum-Str. 2
Tel. 041 31/7899266

wir leben Apotheke

Feldstr. 2a
Tel. 041 31/7899070
Häcklinger Weg 66
Tel. 041 31/6848790
Soltauer Str. 6a
Tel. 041 31/73740
Moldenweg 18
Tel. 041 31/263 36 00

Ein Schicksalschlag brachte sie zurück ins normale Leben



Carola Kasten litt an einem starken Gehörschaden, der sich wie bei vielen Menschen altersbedingt eingeschlichen hat. Doch mit 50 Jahren war das eigentlich viel zu früh. Ihr Mann half ihr dann in vielen Situationen aus. Doch als dieser starb musste sie sich selbst behelfen. Das ging lange gut. Bis sie ihre eigene Katze nicht mehr hörte. Da merkte sie, dass da etwas mit dem Gehör gar nicht mehr stimmt. Denn als gelernte Sekretärin war sie es gewohnt, viele Dinge um sich herum gleichzeitig wahrzunehmen.

Ein Besuch beim Hals-Nasen-Ohren-Arzt brachte die Gewissheit. Der Hörverlust war schon so weit fortgeschritten, dass sie ein, später dann zwei Hörgeräte verordnet bekommen hat. Doch selbst die reichten mit den Jahren nicht mehr aus. Bei Familientreffen oder Begegnungen mit anderen Menschen, verstand sie vieles akustisch nicht mehr. Auch die geliebten Kino- und Theaterbesuche stellte sie ein. „Was soll ich da? Ich höre es ja doch nicht.“ Meinte sie dann nur.

Vor sieben Jahren, als sich auch die Hörgeräte nicht mehr alltagstauglich erwiesen, ließ sie sich ein Cochlea-Implantat (kurz CI) einsetzen. „Das hätte ich viel eher machen sollen“, sagt sie heute. „Ich kann endlich wieder ins Kino gehen und meine Lieblingsmusik genießen.“

Heute ist Carola Kasten 77 Jahre und steht wieder mitten im Leben. Sie nimmt am gesellschaftlichen Leben teil und freut sich, mit ihrem Enkelkind all die schönen Dinge zu tun, die Omas so machen.

Damit andere von ihren Erfahrungen profitieren können, engagiert sich Carola Kasten heute ehrenamtlich als Hörpatin auf www.hörpaten.de

■ Sabine Butenhoff



© yunus-tug / unsplash.com

Was ist ein Cochlea-Implantat?

Cochlea-Implantate sind elektronische Hörprothesen. Sie werden bei einer Reihe von Hörstörungen wie beispielsweise Innenohrschwerhörigkeit eingesetzt, bei denen die Funktion der Schnecke (Cochlea) ausgefallen oder eingeschränkt ist. In solchen Fällen reicht eine Verstärkung der Schallwellen mittels Hörgerät oftmals nicht mehr aus. Cochlea-Implantate machen jedoch nur dann Sinn, wenn der Hörnerv unbeschadet ist. Genau genommen ist das Cochlea-Implantat – wie sein Name schon andeutet – eine Prothese für das Innenohr, die das Gehörorgan funktionell ersetzt. Dazu werden Schallwellen in elektrische Impulse umgewandelt, die den Hörnerv in der Schnecke stimulieren. Ob ein Cochlea-Implantat sinnvoll ist oder ein Hörgerät den Verlust ausgleichen kann, kann nur ein Facharzt entscheiden.

Hörladen®

Alles für dein Ohr

Gutes Hören ist Lebensqualität und gibt Ihnen mehr Sicherheit im Alltag. Ich berate Sie gern und zeige Ihnen Ihre Möglichkeiten.



Heiko Haarstick
Hörgeräteakustiker-Meister
seit über 15 Jahren



Parkplätze
direkt vor der Tür



Kostenloser Hörtest



barrierefreier
Zugang



Hörgeräte
kostenlos
Probetragen



Gehörschutz
für alle
Anwendungen



Hörgeräte auch
zum Nulltarif

Bardowick

Pieperstr. 3 | **21357 Bardowick**
E-Mail: info@hoerladen.de

Tel. 04131 - 864 20 20

Mo. – Fr.: 9.00 – 12.30 Uhr
und 14.00 – 18.00 Uhr

Scharnebeck

Bardowicker Str. 16 b | **21379 Scharnebeck**
E-Mail: scharnebeck@hoerladen.de

Tel. 04136 - 911 99 33

Di./Mi./Do.: 9.00 – 12.30 Uhr
Do.: 14.00 – 18.00 Uhr
Mo. und Fr. geschlossen



Mehr Qualität,

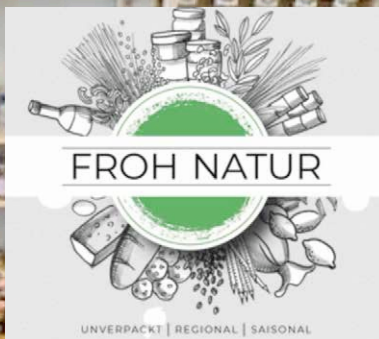
und weniger Müll nach dem Einkaufen

Während andere von Umweltschutz und sauberer Zukunft nur reden, hat Malte Melloh die Initiative ergriffen und zeigt uns einen Weg, wie die Zukunft mit weniger Müll und mehr Natur aussehen kann, ohne auf Qualität zu verzichten.

Sein Anspruch ist es, Müll und Verschwendung von Ressourcen drastisch zu reduzieren. Dafür können die Kunden bei ihm auf Einwegverpackungen verzichten und ihre Einkäufe in bedarfsorientierten Mengen in mitgebrachten Gefäßen erledigen. Wer keine passenden Gefäße, wie eine Obstkiste oder eine Baumwolltasche für Brot und Brötchen hat, der kann sie bei FrohNatur kaufen und immer wieder benutzen.

Als naturfreundliche Verpackung ist alles erlaubt, was nach dem Einkauf nicht weggeschmissen wird: die eigene Kunststoffbox, ein Glas, eine Flasche oder auch ein Stoffbeutel. Bezahlte wird nur die tatsächlich abgefüllte Ware. Am Eingang gibt es eine Kundenwaage. Dort wird das leere Gefäß zunächst gewogen, das Gewicht darauf notiert und dann geht es an den Einkauf. Das Leergewicht wird an der Kasse abgezogen. Zuhause angekommen, werden Mehl und Co. direkt aus dem Behälter verbraucht oder in ein heimisches Vorratsgefäß gefüllt.

Die Idee dazu stammt aus den Gesprächen mit den eigenen Kindern: „Papa, warum ist da so viel Müll? Wo kommt der her?“ Als langjähriges Mitglied des hamburger Vereins „Viva con Aqua“ engagierte er sich schon lange für die Bedürfnisse anderer Menschen und die sinnvolle Nutzung der natürlichen Ressourcen. Als Naturfreund hatte er ein Auge auf den Wandel, der sich auch in seinem Umfeld vollzieht. Die Frage nach dem Müll war die Initialzündung für die Geschäftsidee. Dass das funktionieren kann, zeigten schon andere Läden dieser Art. Jetzt wollte er selbst anpacken.



Malte Melloh

Mit der Eröffnung des Ladens im Juni 2020 verwirklichte er seine Vision von umweltfreundlicher Lebensweise.

FrohNatur ist ein sehr moderner, verpackungsarmer „Tante-Emma-Laden“ mit vielen tollen Produkten für den Alltag. Von Müsli über Brot, Milch, Obst, Gemüse, Eiern und Hülsenfrüchten bis hin zu Waschmittel, Reinigungsmittel, Spirituosen und Süßigkeiten – all das findet man bei FrohNatur.

Die Produkte sind vielfältig und, wann immer es machbar ist, regional. Die Förderung regionaler und biologischer Landwirtschaft ist für Malte Melloh ebenso wichtig, wie die Biodiversität auf unseren Äckern.

Zurück auf Anfang

Die Massenproduktion war es, die auch die Verpackungsproduktion in die Höhe schnellen ließ. Alles musste noch länger haltbar und noch schöner verpackt werden. Aber genau darin liegt das Ver-

hängnis: Was länger haltbar ist, hat meistens auch mehr Chemieanteile, was schön und groß verpackt ist, entpuppt sich oft als „Mogelpackung“. Bleiben wir also bei dem, was wir wirklich brauchen, was wir in angemessener Zeit verbrauchen. „Auf diesem Weg möchten wir zeigen, dass eine andere Welt des Konsums möglich ist.“ so Malte Melloh.

Nachhaltiges Einkaufserlebnis

Mit 4 Jahren Erfahrung kann FrohNatur ein sehr positives Resümee ziehen. Über die ersten Jahre hat sich eine richtige Stammkundschaft aufgebaut. Das Personal kennt mittlerweile die Wünsche und Bedürfnisse vieler Kunden. Bei der Teambesprechung werden Kundenanfragen besprochen und auch schon mal das Sortiment dahingehend angepasst.

Die Kunden, die das erste Mal in den Laden kommen, sind überrascht von der Auswahl, der Qualität und dem

Einkaufserlebnis. Hier hat man noch Zeit zum Stöbern und wird der Einkauf zu schwer, dann hilft das Personal schon mal, die Kiste ins Auto oder auf das Fahrrad zu heben. Parkplätze gibt es direkt vor der Tür. Die Lage ist auch ideal für Radfahrer. Die kleine Straße zum Geschäft führt an der Hauptstraße direkt auf den Radweg.

Schnuppern Sie doch mal bei FrohNatur rein. Ich bin mir sicher, dass auch Sie überrascht sein werden, wie viel Vergnügen umweltfreundliches Handeln bereiten kann. Nehmen Sie Ihre Taschen und Dosen am besten gleich mit, denn Sie werden garantiert etwas Schönes und Nützliches finden, das Sie hier ohne umweltschädliche Verpackung kaufen können.

■ Sabine Butenhoff

FrohNatur

Wiesenweg 6, 21391 Reppenstedt

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 09:00 – 18:00 Uhr

Samstag 9:00 – 13:00 Uhr

**Geöffnet**

Mi. + Do. von 13.00 - 18.00 Uhr
Fr. von 13.00 - 16.00 Uhr
und nach persönlicher
Vereinbarung

Agnes-Kall-Straße 3
21409 Embsen
Telefon: 04134 - 66 43
info@lightgreen-mode.de
www.lightgreen-mode.de



Herbst Harmonie

Farbtrends wie in der Natur

Braun, dunkles Rot, herbstliches Orange und erdige Nuancen spiegeln die warme, gemütliche Atmosphäre des Herbstes wider. Von tiefem Schokoladenbraun bis hin zu leuchtendem Kürbisorange – diese Farben bringen natürliche Eleganz und Behaglichkeit in Ihre Garderobe und setzen warme, einladende Akzente.

Na, sind Sie schon „autumnready?“

Der Herbst hält wieder eine schöne Palette an schmeichelnden Tönen bereit, so wie in der Natur, wenn sich langsam das Laub verfärbt und die Herbstblumen weichere Akzente setzen. Genauso hält die Mode auch wieder viel Schönes für uns bereit.

Kuschelige Strickpullover, weite Hosen zu romantischen Blusen kombiniert, oder wer etwas Farbmütiger ist setzt Akzente in rot, zitronengelb oder lemongreen.

Viele Trends versuche ich in meine Kollektion mit einfließen zu lassen. Ich

fertige bereits seit 2005 meine eigene Kollektion für Damen hier in meinem Atelier in Embsen.

Dabei setze ich auf Materialien aus Naturfasern, denn die haben nicht nur tolle Trageeigenschaften sondern sind auch umweltfreundlicher recycelbar.

Mode ist ja ein Ausdruck unsere Persönlichkeit! Wer dabei dann auch auf Regionalität und faire Produktion setzt, der sollte einmal durch mein Modelädchen stöbern! Größen von S – XXL sowie Wunschmodelle in Größe und Stoffwahl fertige ich gerne gegen einen Aufpreis für Sie ganz persönlich an.

Wenn Sie individuelle Mode lieben, bei ehrlicher Beratung, dann sind Sie bei mir richtig! Parkmöglichkeiten gibt es direkt vor der Tür!

Ich freue mich auf Ihren Besuch!
Ihre Anja Backert



© Anja Backert



Ihr Zuhause, meine Leidenschaft!

Carola Müller, Immobilienmaklerin mit Herz

Seit 2012 bin ich als Immobilienberaterin bei der LBS Immobilien GmbH Nordwest tätig und möchte Sie mit meiner umfassenden Erfahrung und einem ausgeprägten Gespür für Ihre Bedürfnisse unterstützen, von der professionellen Erstellung einer Marktpreis-Einschätzung bis zum Verkauf Ihrer Immobilie oder eine genaue Bedarfsanalyse um schnellstens Ihre Traumimmobilie zu finden!

Mehr als nur Vermittlung – Ganzheitliche Betreuung!

Mir ist es wichtig, Ihnen nicht nur bei dem Verkauf Ihrer Immobilien oder der Suche nach dem perfekten Heim zu helfen, sondern Sie auch während des gesamten Prozesses zu begleiten. Dank eines umfangreichen Netzwerks aus zuverlässigen Handwerkern und Dienstleistern kann ich in vielen Fällen der Sanierungs- und Renovierungsprojekte bei der Umsetzung helfen.

Mit Herz und Diskretion – Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen!

Besonders in schwierigen Lebenssituationen, wie z. B. bei Erbangelegenheiten oder Trennungen, biete ich meine Unter-

stützung an. Es ist mir ein Anliegen, Ihnen mit Herz, Diskretion und der nötigen Pietät zur Seite zu stehen. Ich verstehe die sensiblen Aspekte solcher Situationen und lege gesteigerten Wert darauf, diese mit größtmöglicher Sorgfalt zu behandeln.

Enge Zusammenarbeit mit der LBS – Professionelle Finanzierungsberatung!

Ein weiterer Vorteil für Sie ist die enge Zusammenarbeit mit den Bezirksleitern der LBS. Diese Zusammenarbeit ermöglicht kurze Wege und eine schnelle, professionelle Beratung zur Finanzierung der Wunschimmobilie. Die Zusammenarbeit mit der LBS stellt sicher, dass Sie Ihr Traumhaus finden und eine gute Finanzierungslösung erhalten.

■ Carola Müller

*Carola Müller – Immobilienberaterin
LBS Beratungszentrum Lüneburg
Bei der Abtpferdetränke 2 · 21335 Lüneburg
Tel. 04131 737140
E-Mail: carola.mueller@beratung.lbs-nw.de*



Plameco

*Eine Spanndecke mit harmonischer Farbgebung
und angepasster Beleuchtung schafft
Wohlfühlatmosfera ohne große Baustelle*

Wenn die Tage im Winterhalbjahr kürzer sind, sehnen wir uns nach Helligkeit. Kommen Sie in ein Zimmer, geht Ihr erster Griff meistens zum Lichtschalter. Neben Möbeln, Farben und Dekoration ist die Beleuchtung ein wichtiger Faktor dafür, dass Sie sich wohlfühlen. Sie macht einen Raum gemütlich und lässt Sie das langweilige Grau der kalten Jahreszeit im Nu vergessen.

Farbe an den Wänden und Fußboden haben große Wirkung auf das Wohnkonzept. Doch auch die Zimmerdecke sollte immer bei der Gestaltung unbedingt mit einbezogen werden. Sie ist die größte zusammenhängende Fläche, die wir wahrnehmen. Sie gibt dem Raum Höhe und entscheidet zu einem großen Teil das Gesamtbild.

Sowohl Farbe als auch Licht spielen als Einrichtungselemente eine wichtige Rolle und sollten sorgfältig geplant werden. Eine Spanndecke von Plameco ist die ideale Lösung für alle, die auch oder nur die Zimmerdecke erneuern möchten, aber nicht wochenlang in einer Baustelle wohnen wollen. Sie ist meist innerhalb nur eines Tages eingebaut, ohne dass viel Staub und Schmutz entstehen, weil die Plameco Montageprofis sie unmittelbar unter der vorhandenen Decke einbauen. Die Möbel werden abgedeckt und können im Raum bleiben. Dazu gibt es viele Optionen: Klassisch oder modern, natürlich immer passend zu Ihrer Einrichtung oder Ihrem Farbkonzept und immer komplett bis ins Detail geplant, einschließlich LED-Beleuchtung.

Gerade eine individuell auf Ihre Bedürfnisse geplante Beleuchtung verleiht Ihrem Raum Behaglichkeit oder Funktionalität. Denn Sie brauchen Licht zum Essen, Lesen, Fernsehen, Arbeiten oder Entspannen, wie zum Beispiel im Wohnzimmer, dann muss die Beleuchtung vielen Wünschen gerecht werden. Ganz klar, dass eine einzelne Leuchte keine Stimmung zaubert und den vielen unterschiedlichen Ansprüchen an die Beleuchtung nicht gerecht werden kann.

Decken-Schautage

**am 26. – 28.09.2024
und 07. – 09.11.2024**

*jeweils von 11:00 – 16:00 Uhr
bei Malerbetrieb Jakob Dahms
in Lüneburg*



Glücklicherweise steht uns heute die moderne LED-Technik mit all ihren Möglichkeiten zur Verfügung: Spots, flächige oder indirekte Beleuchtung, biodynamisches Licht, um nur einiges zu nennen, lassen sich zu einer optimalen Beleuchtung kombinieren.

Eine neue Beleuchtung können Sie gut in Kombination mit einer Plameco Spanndecke nachrüsten, denn da die Spanndecke direkt unter der alten Decke montiert wird, entsteht ein Zwischenraum, in dem sich die Kabel verbergen lassen. Ob hochglänzend oder matt, mit Accessoires oder ohne: Plameco Spanndecken sind seit über 35 Jahren die ideale Methode zur Umgestaltung von Wohnräumen.

Mit Spanndecken von Plameco verbessern Sie nicht nur das Ambiente im Wohnzimmer, sondern auch die Atmosphäre in Hausflur, Kinderzimmer, Büro und Schlafbereich. Selbst der Küche und dem Bad, Räumen also, in denen generell eine höhere Luftfeuchtigkeit herrscht, können Sie mittels einer Spanndecke mit Beleuchtung eine

völlig andere Wirkung verleihen. Im breiten Plameco-Sortiment finden sich schöne Varianten für alle Geschmäcker. Ein Sternenhimmel im Bad, eine Decke mit Zierleisten, eine außergewöhnliche Farbe in der Küche, es ist alles machbar. Kombinieren Sie eine oder mehrere von nahezu einhundert Farben in matter, marmorierter oder hochglänzender Oberfläche mit verschiedensten Zierleisten oder anderen Accessoires, planen Sie unterschiedliche Höhen in der Decke, oder setzen Sie auf eine mutige Farbkombination. Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Auf diese Weise machen Sie Ihre neue Decke zu einem Unikat. Ihr Plameco-Fachmann berät Sie gerne und gibt Ihnen Empfehlungen für Ihre persönliche Decke, denn jede Plameco-Decke wird einzigartig und nach Ihren Wünschen und Vorstellungen maßgerecht angefertigt.

Mehr Informationen, unter anderem zu dem Gestaltungsspielraum mit moderner LED-Beleuchtung, sowie den direkten Weg zum Fachbetrieb Dahms finden Sie auf www.plameco.de. ■ plameco



DAHMS

Malerbetrieb Jakob Dahms
Walter-Bötcher-Straße 13
21337 Lüneburg
Tel.: 04131 8540452
E-Mail: info@dahms-maler.de
www.dahms-maler.de

Welcome to Germany

Wohnungsmarkt beeinflusst Image bei Auswanderer:innen positiv

Trotz einiger Herausforderungen sind 64 Prozent der nach Deutschland gezogenen Fachkräfte aus dem Ausland, sogenannte Expats, zufrieden in ihrer Wahlheimat auf Zeit. Besonders positiv werden die Arbeitsbedingungen und die Lebensqualität bewertet. Im internationalen Vergleich landet Deutschland trotzdem nur auf Platz 49 von 53 Ländern, wie die Expat Insider 2023 Studie von InterNations zeigt. Demnach haben Expats in Deutschland vor allem mit Grundlegendem zu kämpfen: Sprache, Behördengängen, digitale Infrastruktur und Wohnen.

Herausforderung Wohnungsmarkt

Die Zuwanderung stellt den ohnehin angespannten Wohnungsmarkt vor große Herausforderungen. Besonders schwierig ist es für Personen, die nur vorübergehend eine Unterkunft suchen. Hinzu kommt, dass viele Expats aufgrund sprachlicher Barrieren und mangelnder Ortskenntnis Probleme haben, sich auf dem deutschen Wohnungsmarkt zurechtzufinden. Erschwerend kommen die für Ausländer:innen zunächst überwältigenden gesetzlichen Anforderungen an eine Aufenthaltsgenehmigung oder die Anmeldung des Wohnsitzes hinzu – beides ist nur möglich, wenn man bereits eine Wohnung hat.

Individuelle Lösungen für individuelle Bedürfnisse

Zunehmender Beliebtheit erfreuen sich daher komplett möblierte Wohnungen, die sofort bezugsfertig sind und den Mietenden viel Stress abnehmen. Dadurch können sich Expats von Anfang an auf wichtigere Aspekte ihres neuen Lebens konzentrieren und den Fokus auf ihre Arbeit oder die Eingewöhnung in eine neue Kultur legen. Ist die Wohnung dazu noch gut an den öffentlichen Nahverkehr angebunden und bietet neben einer guten Infrastruktur auch eine stabile Internetverbindung, fühlen sich die Neuankömmlinge rundum wohl.

Vermieter:innen, die diesen Bedarf erkennen und ihre Immobilien entsprechend aufwerten, können erheblich davon profitieren, denn flexiblere Mietverträge minimieren das Risiko von Leerständen. Die Vermietung selbst ist unkompliziert, spezialisierte Websites wie Wunderflats bieten hierfür die



idealen Voraussetzungen und nehmen viel Arbeit wie etwa die Vertragserstellung ab. Ergänzend bietet es sich an, dass Vermieter:innen ein umfassendes Willkommenspaket mit Informationen zu wichtigen Gesetzen, Amtsgängen, den öffentlichen Nahverkehr oder empfehlenswerte Restaurants bereitstellen und so dazu beitragen, dass sich ihre Mieter:innen schneller zurechtfinden.

Lukrativer Markt für möblierte Wohnungen

Mit der richtigen Strategie und einem Gespür für die Bedürfnisse internationaler Fachkräfte lässt sich nicht nur die Belegungsquote steigern, sondern auch die Zufriedenheit der Mietenden verbessern. Dies führt langfristig zu kontinuierlichen Einnahmen und einer hohen Weiterempfehlungsrate. Auch wenn Deutschland in der Expat Insider 2023 Studie nicht den besten Platz belegt, können Vermieter:innen maßgeblich dazu beitragen, dass sich Expats hier wohlfühlen.

■ akz/o

Haben auch Sie ungenutzten Wohnraum? Leer stehende Häuser oder Wohnungen? Machen Sie mehr daraus.



REMAX

Dipl. Ing. Hesebeck-Keil
Am Sande 31,
21335 Lüneburg
i.hesebeck-keil@remax-lueneburg.de
04131 76 70 123 · 0175 127 41 75



Ruhiges Ambiente Ton-in-Ton

Harmonische Gestaltung von Innenräumen mit Farben und Lacken

Die Wahl der richtigen Farbtöne und deren geschickte Anwendung können Stimmung und Raumwirkung maßgeblich beeinflussen.

Eine Gestaltung in einem Farbton schafft eine ruhige, zurückhaltende Ästhetik. Helle Farbtöne wie sanftes Beige bewirken eine eher leichte Atmosphäre und können einen Raum größer erscheinen lassen. Dunklere Töne hingegen wie ein tiefes Moosgrün vermitteln Geborgenheit – ideal für gemütliche Wohnzimmer.

Die Kraft der Ton-in-Ton-Gestaltung

Bei einer Ton-in-Ton-Gestaltung werden verschiedene Nuancen und Schattierungen einer Farbfamilie verwendet, um Tiefe und Interesse zu erzeugen, ohne den Raum überladen wirken zu lassen. Am besten wählt man einen Hauptton als Basis und setzt dann Akzente durch abgestufte Nuancen. Das Proportionieren der Farben kreiert Stimmungen: Der Ton, der eine dominante Wirkung haben soll, wird in großer Fläche angelegt, der Begleitton in

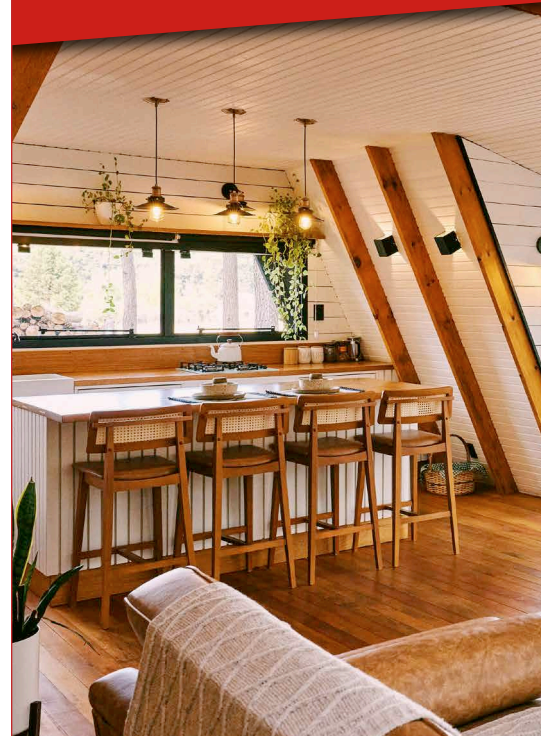
kleinerer. Ein Akzent wirkt schon auf minimaler Fläche und erzeugt Spannung. Wenn die Wände in einem sanften Pastellton gestrichen sind und Möbel sowie Accessoires in tieferen oder gesättigten Varianten desselben Farbtons hervorstechen, wirkt der Raum einladend und stimmig.

Fließende Übergänge

Wer noch einen Schritt weiter gehen will, kann sich auch auf einen einzigen Farbton konzentrieren. Rennommierte Hersteller wie Alpina oder Brillux bieten für die einheitliche Farbgestaltung von Wänden und lackierten Flächen Lacke im exakt gleichen Farbton wie Wandfarben an. Auch Türen kann man auf diese Art geschickt innerhalb der Raumgestaltung verschwinden lassen und so eine optisch vergrößerte Wandfläche mit tiefer Farbwirkung kreieren. Bei der vollständigen Gestaltung in einem Farbton treten optisch meist wenig ansprechende Raumelemente wie Heizkörper dezent in den Hintergrund.

■ akz/o

Decken, Wände
und Möbelpflege ...
... alles aus einer Hand!



Ob kleine oder große Flächen, ob Räume, Häuser oder Möbel – wir erfüllen ihre Wünsche mit Qualität vom Fachmann:

- Malerarbeiten
- Bodenbeläge
- Fugenlose Oberflächen



www.theodor-schulz.com
Lüneburg ☎ **041 31 / 82880**

Theodor Schulz



Das Bestattungsfahrrad

Den Tod sichtbar machen

Die Idee, ein Lastenfahrrad speziell für den Transport eines Sarges zur letzten Ruhestätte eines verstorbenen Menschen zu bauen entstand ungefähr im Jahr 2006 bei vielen Gesprächen mit meiner damals 84-jährigen Mutter Luise.

Schon früh haben mich die beiden Themen „Sterben“ und „Tod“ beschäftigt. Denn es sind durchaus zwei voneinander getrennt zu betrachtende Themen. Meine Beschäftigung mit diesen beiden Themen entstand auf Grund einer gesellschaftlich-ästhetischen Erwägung und Kritik: nämlich der von mir schon als Jugendlicher als befremdlich empfundenen Bestattungskultur in Deutschland.

„Vorbereitet sein“

Oft nutzen Bestattungsunternehmen und Medien den Ausdruck „vorbereitet sein“. Doch wie, so fragte ich mich schon in jungen Jahren, soll und kann eine Gesellschaft dieses „vorbereitet sein“ lernen, verinnerlichen und anwenden? Wie soll das möglich sein, wenn die hiesige etablierte Bestattungskultur die Selbstverständlichkeit der Endlichkeit zum einen mit Angst verknüpft und sie zum anderen aus dem Alltag ver-

drängt? Wie soll das gehen, wenn unsere Gesellschaft durch die Tabuisierung nur einen verklemmten Umgang mit diesen Themen gelernt hat?

Doch! Wir müssen darüber sprechen!

„Darüber spricht man nicht“, „damit will ich nichts zu tun haben“. Wir alle kennen -zig derartiger Sätze, Aussprüche. Doch! Wir müssen darüber sprechen! Weil wir damit zu tun haben, zu tun haben werden, immer damit zu tun hatten. Nichts ist so selbstverständlich wie der Tod. Er gehört nicht nur zum Leben, er ist streng genommen viel selbstverständlicher als Leben.

Ich meine, dass Sterben und Tod aus einer düsteren Nische wieder an und in das Licht geholt werden müssen. Sie gehören auch nicht in die kalte und dunkle Jahreszeit, wo wir sie gerne verorten, sondern in jeden Tag eines jeden Jahres.



Am Ende der Reise in guten Händen

Ein Trauerfall stellt Hinterbliebene vor Aufgaben, die fachkundige Hilfe erfordern. Wir beraten Sie, nennen die Kosten, nehmen Ihnen alle Formalitäten ab und begleiten Sie in der schweren Zeit der Trauer.

Wir besprechen mit Ihnen die Möglichkeiten von:

- Erd-/Feuer-/See- und Baumbestattungen
- Bestattungsvorsorge

Rote Straße 6 | 21335 Lüneburg
info@pehmoeller.de
www.pehmoeller.de

PEHMÖLLER
Bestattungshaus

☎^{24h} 04131/43071

- individuelle Trauerfloristik
- eigene Trauerhalle
- Trauercafé
- Trauerbegleitung

www.ahorn-lips.de
04131 – 24 330

ahorntrauerhilfeps
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

www.garten-vielfalt.de

Qualität & Vielfalt
seit 1893





- Trauerfloristik
- Grabneuanlagen
- Friedhofsgärtnerei
- Grabdauerpflege

Wir sind Partner der
Treuhandstelle für
Dauergrabpflege



T I M M
GartenBaumschule e.K.

Böhmsholzer Weg 1
21391 Reppenstedt

Tel. 04131 61 184



© Michael Olsen

Warum diese Ängste?

Es befremdete mich schon immer, mit welcher Eile Verstorbene aus ihren häuslichen Umfeldern genommen und in ein anonymes Auto verfrachtet werden. Wie sie meist ohne tätige Beteiligung der Angehörigen, Freunde, Nachbarn, Verwandten, Kollegen beigesetzt werden. Woher kommen diese Ängste, sich mit dem Selbstverständlichsten im Leben, nämlich dem Sterben und dem anschließenden Tod, zu beschäftigen? Warum dieses Verdrängen und Verstecken, warum diese Stigmatisierung durch Begriffe wie „schwarz“, „dunkel“ und „kalt“?

Durch Verdrängen und Verstecken verlieren wir unsere Toten

Das Leben ist voller Farbe, der Tod ist Teil des Lebens, es gibt ein Leben vor dem Tod. Was hält uns davon ab, ganz

selbstverständlich über Sterben und Tod zu sprechen und damit die Vorbereitung auf das Selbstverständliche wieder in unseren Alltag zu integrieren? Wir sorgen durch dieses Verdrängen und Verstecken dafür, dass uns unsere Toten verloren gehen. Und damit auch unser Respekt vor dem Leben, dem gelebten und dem zu lebenden Leben. Ich finde es befremdlich, wenn in Todesanzeigen Sätze wie „wir haben unsere 94-jährige Großmutter verloren“ stehen. Sind denn Angehörige, Freunde oder Kollegen ein Besitz, der uns verloren gehen kann? Sie werden uns nicht verloren gehen können, wenn wir uns ihrer annehmen. Wenn wir sie begleiten, in unserer Mitte bewahren und halten, wenn wir mit ihnen und über die Endlichkeit sprechen. Statt uns ihrer beim Abschied nehmen zu entledigen und einfach zur Tagesordnung überzugehen.

Abschied geben

Ich meine, dass wir lernen müssen, statt Abschied zu nehmen, diesen zu geben. Wir müssen uns dem Sterben, dem Tod und den Toten widmen, aktiv widmen. Im gelebten Alltag. Denn Sterben und Tod sind so selbstverständlich wie zur Arbeit zu gehen, zu frühstücken und Schuhe zu tragen. Sie sind sogar noch viel selbstverständlicher! Und das wird uns nur gelingen, wenn wir uns offen mit dem Tod und dem Sterben beschäftigen und diese Themen in unseren Lebensalltag zurückholen.

Das Bestattungsfahrrad

Deshalb habe ich das Bestattungsfahrrad gebaut. Um den Sarg sichtbar auf der Ladefläche dieses Bestattungsfahrzeugs, in Begleitung der Gäste und der Öffentlichkeit zur letzten Ruhestätte zu bringen. Unter tätiger Mithilfe möglichst aller in Form der Vorbereitung der anstehenden Beisetzung und des Geleitzuges. „Zu Grabe tragen“: Das bedeutet nichts anderes, als die Bestattung nicht anonymen Unternehmen zu überlassen – also auch Sarg oder Urne nicht anonymen Trägern zu überlassen - sondern wieder selbst aktiv zu werden: selbst zu tragen und in die letzte Ruhestätte abzulassen. Das Grab anschließend selbst wieder mit Schaufel und Erde zu verschließen. Durch diese körperliche, seelische und emotionale Mitarbeit können wir Abschied G E B E N.

Mit System verbannt?

Früher war es selbstverständlich, die eingesargten Verstorbenen mit einem Karren oder auf den Schultern zu ihrer letzten Ruhestätte zu bringen. Öffentlich, für jeden sichtbar. Der Tod hatte

seinen Platz in der Mitte der Gesellschaft. Warum werden Sterben und Tod heute in den vor materiellem Wohlstand strotzenden Gesellschaften aus der Öffentlichkeit verdrängt? Hält uns unsere auf „mehr, größer, lauter, schneller...“ getrimmt Konsumgesellschaft davon ab, uns mit Sterben und Tod, Endlichkeit und Vergehen zu beschäftigen? Ich meine „JA“, systematisch und gezielt. Die uns mit den Dogmen „Wachstum!“, „-Fortschritt!“ und dem Postulat „weiter, weiter, weiter“ diktierte Lebensweise suggeriert uns, dass es immer so weitergeht. Aber nein, das tut es nicht! Unser aller Leben ist endlich, da wir sterblich sind. Da alles sterblich ist.

Wir sind endlich. Daran führt kein Weg vorbei

Der Tod lehrt uns Demut, Innehalten, sich vorbereiten, das Leben achten und zugleich genießen, es als Wunder und Geschenk zu begreifen, statt es als „haben“, als Konsum und Besitz zu begreifen. Denn wir sind endlich, sterblich. Daran führt kein Weg vorbei.

Um Mut und Respekt vor dem Leben zu entwickeln, benötigen wir Lehrmaterial. Sei der Tod unser Lehrmeister. Erst dann werden wir Achtung und Respekt vor dem Leben entwickeln. Dazu müssen wir über beide Pole sprechen: über Zeugung und Geburt, über Sterben und Tod. Sprechen wir also darüber. Mit Selbstverständlichkeit. Behalten wir ihn immer im Auge.

■ Michael Olsen / Quelle: www.bohana.de

WIR GEBEN DEM STEIN
Persönlichkeit



Wir freuen uns auf Ihren Anruf

☎ 04131-52329

Göxer Weg 8 (Am Waldfriedhof)
21337 Lüneburg · www.mencke-naturstein.de

Private Immobilien- übertragung

Was muss ich steuerlich beachten?

Laut Statistiken leben zwischen 43 % und 47 % in eigenem Wohneigentum. Viele haben hinzu noch Teile ihres Vermögens in Immobilien angelegt und vermieten diese. Die Übergabe dieser Immobilien ist deshalb häufiges Thema – insbesondere, um keine unnötige Steuerbelastung auszulösen.

Einkommensteuerlich ist bei einem Verkauf einer selbstbewohnten Immobilie nur wenig zu beachten. Ein Verkauf mit Gewinn ist bei einer Selbstnutzung befreit, wenn die Immobilien zwischen dem Erwerb und dem Verkauf, oder aber mindestens in den letzten 3 Jahren vor der Übergabe selbstgenutzt wurde. Werden die Immobilien vermietet, entfällt die Einkommensteuer auf den Veräußerungsgewinn, sofern die Immobilien mindestens 10 Jahre im Besitz des Veräußernden gehalten wurden. Immobilien, die verschenkt oder vererbt werden, lösen keine einkommensteuerlichen Konsequenzen aus. Werden Immobilien verschenkt oder vererbt und werden diese vermietet, tritt der Übernehmende in die Fußstapfen des Übergebenden. Das bedeutet, dass die Bemessungsgrundlage für die Abschreibung vom Übernehmenden mit übernommen und fortgeführt werden kann. Es macht entsprechend Sinn, sich die Anlage V aus der Einkommensteuererklärung des Übergebenden vorzeigen zu lassen.



Auch wenn keine Einkommensteuer entsteht, ist noch die Erbschaftsteuer zu beachten. Diese greift sowohl bei Schenkungen als auch der Erbschaften. Bei den heutigen, oft sehr hohen Immobilienpreisen sind schnell die Freibeträge überschritten. Durch eine über einen längeren Zeitraum reichende Planung ist eine Erbschaftsteuer jedoch vermeidbar oder zumindest reduzierbar und damit entsprechend sinnvoll. Von der Schenkungsteuer befreit sind Schenkungen / Übertragungen der eigengenutzten Immobilien, dem sogenannten Familienheim, an den Ehepartner. Der familiäre Lebensraum soll damit begünstigt werden. Bedingung für die Steuerbefreiung ist, dass die Immobilie vor der Übertragung selbst genutzt wurde. Bei einer Ungleichverteilung der Vermögensgegenstände unter Ehepartnern oder Lebensgemeinschaften ist der Übertrag auf den weniger vermögenden Ehepartner / Lebenspartner eine gute Möglichkeit den persönlichen Freibetrag von 500.000 Euro zwischen Ehepartnern nicht zu schmälern und auch sofern folgend Schenkungen oder Erbschaften an die weitere Generation erfolgen sollen, die Freibeträge in der Erbschaftsteuer zu verdoppelt.

Beispiel: Der Ehemann besitzt ein Einfamilienhaus mit einem Wert von 500.000 Euro, das zusammen mit der Ehefrau selbstbewohnt wird. Weiterhin hat er ein Vermögen von 1.000.000 Euro. Ein Zugewinnausgleich besteht nicht. Weitere Erbberechtigte gibt es nicht. Wenn der Ehemann verstirbt, erbt die Ehefrau:

Haus	500.000 Euro
sonstiges Vermögen	1.000.000 Euro
Erbe	1.500.000 Euro

Abzügl. Familienheim 500.000 Euro mit der Bedingung, dort 10 Jahre weiter zu wohnen (bis auf zwingende Gründe, die das verhindern) entsteht eine

Bemessungsgrundlage für ErbSt	1.000.000 Euro
abzügl. Freibetrag	- 500.000 Euro
steuerpflichtiges Erbe	500.000 Euro
11 % ErbSt	55.000 Euro

Überträgt der M das Familienheim vorab, entsteht die gleiche Erbschaftssteuer, jedoch entfällt die Bedingung, dort 10 Jahre weiter selber wohnen zu müssen. Ist dem verbleibenden Partner, hier F, das Haus zu groß und zieht in eine kleinere Wohnung, entsteht rückwirkend eine Erbschaftssteuer auf:

ein steuerpflichtiges Erbe von	1.000.000 Euro
und ein höherer Steuersatz von 15 %	150.000 Euro

An Kinder sind Übertragungen zu Lebzeiten des Familienheimes nicht begünstigt. Die Befreiung greift nur bei der Übertragung von Todes wegen. Auch hier ist die Bedingung, dass die Immobilien vorher von dem Erblasser selbst bewohnt wurde, oder es zwingend Gründe gegeben hat, die ein Selbstbewohnen nicht möglich machten. Weiterhin darf das Familienwohnheim eine maximale Wohnfläche von 200 qm aufweisen. Als größtes Hemmnis ist die Notwendigkeit zu erwähnen, dass das Familienheim nach der Übertragung zum einen unverzüglich von dem Erben bewohnt werden muss und das zu mindestens 10 Jahren. Nur bei zwingenden Gründen, die ein Selbstbewohnen unmöglich machen, muss die 10-Jahres-Frist nicht eingehalten werden. Ein neuer Arbeitgeber ist hierbei kein zwingender Grund. Werden die Voraussetzungen nicht eingehalten, fällt rückwirkend bei Überschreiten der Freibeträge Erbschaftssteuer an. Das Vererben des Familienheims sollte auf jeden Fall mit den Erben besprochen werden.

Weitere Übertragungsmöglichkeiten und deren Bewertung erläutern wir Ihnen gerne in der nächsten Ausgabe.

■ Kerstin Ostermann, Steuerberaterin und Mediatorin

UMFASSEND BERATEN,
BESTENS VERTRETEN

*persönlich und
individuell*

Anna-Vogelei-Straße 17
21337 Lüneburg
Telefon: 0 41 31 / 789 50 0
E-Mail: info@woebkenbraune.de

www.woebkenbraune.de



WÖBKEN, BRAUNE & KOLLEGEN

Rechtsanwälte - Notare - Steuerberater - Mediatoren

Beratung

Betreuung

Beistand

AWO-Seniorenhilfen

Betreutes Wohnen,
Hausnotruf und weiteres
Tel. 041 31 / 75 96 0

Alzheimer Gesellschaft

Apfelallee 3a, Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 76 66 56

Behindertenbeirat

Jeden 2. und 4. Mittwoch
im Monat 16.00 – 17.00 Uhr,
Im Glockenhaus, 2. OG (Fahrstuhl
vorhanden), Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 309 38 48

**Beratung in Verlust- und
Krisensituationen/**

Trauerbegleitung TABEA e.V.

Zentrale: Tel. 030 / 4 95 57 47

Betreuungsverein

Lüneburg e.V.

Mo. und Fr. 9 – 11 Uhr,
Do. 15 – 17 Uhr u. n. V.
Tel. 0 41 31 / 7 89 58 - 0

Caritasverband Lüneburg

Johannisstr. 36, Lüneburg
Tel. 04131 / 4 00 50-0

Demenz-FRIDA

Freiwilligenhilfe für Demenzerkrankte
und Alzheimerfamilien, Betreuung
in Gruppen- und Einzelstunden,
telefonische Beratung möglich,
Demenz-Angehörigengruppe:
je. letzten Di. im Monat, 15 Uhr
Tel. 0 41 31 / 2 66 69 22

Der PARITÄTISCHE

Tel. 0 41 31 / 86 18 - 0
Sprechzeiten für alle Dienste
Mo. - Do. 8 – 16 Uhr, Fr. 8 – 13 Uhr
Ambulante Pflege
Tel. 0 41 31 / 86 18 19
Essen auf Rädern
Tel. 0 41 31 / 86 18 16

Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Lüneburg

Schnellenberger Weg 42,
Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 67 36 - 0
Häusliche Krankenpflege
Tel. 0 41 31 / 67 36 13
Alten- und Pflegeheim,
Röntgenstr. 34, Adendorf,
Tel. 0 41 31 / 9 88 25 1

Deutsches Rotes Kreuz

Ortsverein Lüneburg-Stadt

An den Reeperbahnen 1a,
Tel. 0 41 31 / 26 66 90
Erste-Hilfe-Kurse, Blutspende,
Bewegung bis ins Alter,
Häusliche Pflege und Beratung,
Tel. 0 41 31 / 26 66 91 3



Leben heißt Veränderung!

Haus zu groß? Garten zu viel Arbeit?
Wir unterstützen Sie bei der Veränderung
Ihrer Wohnsituation. Rufen Sie mich gerne an:

Carola Müller Immobilienberaterin

LBS Beratungszentrum Lüneburg

Bei der Abtspferdetränke 2 • 21335 Lüneburg

Telefon 04131 7371-40 • Mobil 0177 6485609

carola.mueller@beratung.lbs-nw.de

www.lbs-immobilien-profis.de



Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

Deutsche Rentenversicherung

Braunschweig-Hannover
Mo. – Mi. 8 – 15 Uhr,
Do. 8 – 18 Uhr, Fr. 8 – 13 Uhr
Altenbrückerdamm 14, Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 7 59 50

Diakonische Werk

(Diakonieverband)
Heiligengeiststr. 31,
Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 6 84 46 12

DRK-Augusta-Schwesternschaft

Heinrich-Heine-Str. 48,
Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 7 89 65 - 0
Alten- und Pflegeheim
Tel. 0 41 31 / 7 89 65 20
Häusliche Krankenpflege
Tel. 0 41 31 / 7 89 65 52

Ehe- und Lebensberatung

(ev. und kath.) Sprechstunden in:
Johannisstr. 36, Lüneburg
Di. 17 – 18.00 Uhr
Geschwister-Scholl-Haus,
Mi. 15.30 – 17.30 Uhr
tel. Anmeldung: 0 41 31 / 4 88 98

Ambulanter Hospizdienst Lüneburg e.V.

Tel. 0 41 31 / 73 1500

Johann und Erika Loewe-Stiftung

Sozialpsychiatr. Versorgung
Wohnen im Sonnenhof
Tel. 0 41 31 / 67 90 0
Ambulante Betreuung
Tel. 0 41 31 / 67 90 300

Johanniter in Lüneburg

Johanniter-Unfall-Hilfe:
Diakoniestation, Häusliche
Kranken- und Altenpflege,
Betreutes Wohnen, Hausnotruf,
Menüservice, Demenzgruppe,
Haushaltsschutzbrief
Volgershall 186, Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 7 54 71 0

KIBIS des Paritätischen

Infos/Beratung zur Selbsthilfe
Mo. – Mi. 9 – 12 Uhr,
Do. 17 – 19 Uhr
Tel. 0 41 31 / 86 18 20 21

Pflegende Angehörige über KIBIS-Betreuung

**Posener Altenheim im
Johanniterorden**
Bernhard-Riemann-Straße 30,
Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 85 44 60

Senioren- und PflegeStützpunkt Niedersachsen (SPN) - REGION Lüneburg

Schröderstraße 16, Lüneburg
Kostenlose Beratung
Mo. – Fr. 8 – 12 Uhr
Mo. – Mi. 14 – 16 Uhr
Do. 14 – 18 Uhr
Tel. 0 41 31 / 309 - 3811
ssb@stadt.lueneburg.de
www.lueneburg.de/senioren

Stadtteilorientierte Senioren- arbeit der Hansestadt Lüneburg

Begegnen – Beraten – Informieren
Neu Hagen
Stadtteiltreff HaLo, Lossiusstr. 10
Mo. 15.00 – 16.30 Uhr

Kreideberg

Stadtteilhaus KredO,
Neuhauser Str. 3, Lüneburg
Do. 10.30 – 12.00 Uhr
Tel. 0 41 31 / 309 - 0
stse@stadt.lueneburg.de
www.lueneburg.de/senioren

KOSTENLOSE Senioren- Rechtsberatung

jeden Mo. 14 – 15 Uhr telefonisch
und jeden 2. und 4. Mittwoch im
Monat persönlich, gerne nach
Vereinbarung

Tel. 0 41 31 / 309 - 3811

KOSTENLOSE Renten- versicherungsberatung

Do. 13.00 – 17.00 Uhr u.n.V.
Tel. 0 41 31 / 309 - 3192

Seniorenbeirat

jeden Mi. 10 – 12 Uhr
Tel. 0 41 31 / 309 - 0

Verbraucherberatung

Tel. 0 41 31 / 4 49 57

Weißer Ring

Hilfe für Kriminalitätsoffer
Tel. 0 151 / 55 16 48 58

Impressum



Herausgeber/Verlag

BUTENHOFF
Werbeagentur und Verlag
Auf der Hude 87
21339 Lüneburg
Tel. 0 41 31 / 2 47 21 07 und -08
Fax 0 41 31 / 2 47 21 09
www.butenhoff-werbeagentur.de

Kontakt zum Magazin

redaktion@mein-senioren-magazin.de
www.mein-senioren-magazin.de

Redaktion Grafik/Layout

Sabine Butenhoff, Patrizia Jaster
sowie Gastautoren

Anzeigenverkauf

Sabine Butenhoff

Fotos

Alle Bilder sind direkt gekennzeichnet bzw.
Eigentum des Beitraggebers.

Druck

Strube Druck und Medien GmbH

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 07. Der Inhalt
dieses Magazins ist nach bestem Wissen und
Kenntnisstand erstellt worden. Wir erheben
keinen Anspruch auf Vollständigkeit in den
Adressverzeichnissen. Haftung und Gewähr sind
ausgeschlossen. Nachdruck und Reproduktion,
auch auszugsweise, sind nicht gestattet.



Kanzlei am Schießgraben

Frank Ley
Notar und Rechtsanwalt

Karl-Joachim Meyer
Notar a.D.
Fachanwalt für Steuerrecht

Schießgrabenstraße 8/9
21335 Lüneburg
Tel. 0 41 31 - 20 10 11
Fax 0 41 31 - 20 10 34
lueneburg@notar-ley.de
www.notar-ley.de



Wir verlosen
**1 x 1
Buch**

verbraucherzentrale
Nordheim-Verfahren

Meine Rechte als Nachbar

Laue Sommernächte mit lautem Partytreiben auf der Terrasse nebenan. Dauergrillen, sodass der Rauch der kulinarischen Gerüche auf Nachbars Balkon rüberzieht. Oder Jungs und Mädchen, die in den Ferien beinahe rund um die Uhr auf der Straße kicken und in Vorgärten manche Treffer landen. Nur ein paar Beispiele, wie das nachbarschaftliche Zusammenleben gerade wieder auf die Probe gestellt wird. Der Ratgeber „Meine Rechte als Nachbar“ der Verbraucherzentrale wirft den Blick über den Gartenzaun – und zeigt, welche Regeln gelten und wie Streitigkeiten beigelegt werden können. Beim Nachbarrecht geht es nicht nur um Lärm, sondern häufig auch um baurechtliche Fragen. Wie werden Grenzen festgelegt? Dürfen herüberwachsende Sträucher geschnitten werden? Welche Beeinträchtigungen beim Ausblick sind hinzunehmen, wenn der Nachbar anbauen will? Von Antenne bis Zufahrt reichen die Probleme, die den Frieden am Gartenzaun stören können. Der Ratgeber lotst verständlich durch das öffentliche und private Nachbarrecht.

176 Seiten | Preis: 16,90 EUR (13,99 EUR als E-Book)

Erhältlich in Beratungsstellen der Verbraucherzentralen, im Buchhandel, unter Tel. 0211 / 38 09-555 oder www.ratgeber-verbraucherzentrale.de

Zuschriften: bis zum 31.10.2024 mit dem Stichwort „Nachbarschaft“ unter Angabe Ihrer Adresse

per Post an: Mein Senioren-Magazin,
Auf der Hude 87, 21339 Lüneburg oder

per E-Mail an: gewinnspiel@mein-senioren-magazin.de



© fineart/Stock-Adobe.com



Grenzabstände im Nachbarrecht

Wenn man sehr dicht am Nachbargrundstück bauliche Anlagen errichtet oder Bepflanzungen vornimmt, ist einiges zu beachten. Es gibt klare Bestimmungen zum Grenzabstand und Besonderheiten im Falle eines Bauens über die Grenze.

Vorgaben für die Grenzabstände von Bäumen, Sträuchern und Hecken finden sich im Niedersächsischen Nachbarrechtsgesetz (NNachbG). Danach haben Pflanzen abhängig von ihrer Höhe Mindestabstände zu Nachbargrundstücken einzuhalten. Beispielsweise hat eine Pflanze mit einer Höhe von bis zu 3 m einen Mindestabstand von 0,75 m zur Grenze einzuhalten. Gemessen wird von der Stammmitte. Sobald eine Pflanze die gesetzlich zulässige Höhe überschreitet, hat der Nachbar einen Anspruch

auf Rückschnitt. Der Anspruch auf Rückschnitt ist allerdings eingeschränkt, wenn die Anpflanzung über die nach dem Gesetz zulässige Höhe hinauswächst und der Nachbar nicht spätestens im fünften darauf folgenden Kalenderjahr Klage auf Rückschnitt erhebt. Nach Ablauf dieser Ausschlussfrist kann der Nachbar nur noch verlangen, dass der Eigentümer die Anpflanzung durch jährliches Beschneiden auf der einmal erreichten Höhe hält. Gebäudebestandteile, die über die Grenze gebaut werden (sogenannter Überbau) sind vom Nachbarn grundsätzlich auf Verlangen des Nachbarn zu beseitigen. Von diesem Grundsatz gibt es aber wiederum einige Ausnahmen:

So hat der Nachbar einen Überbau zu dulden, wenn der Gebäudeeigentümer bei dem Überbau weder vorsätzlich noch grob fahrlässig über die Grenze bebaut hat (sogenannter entschuldigter Überbau) und der Nachbarbau nicht unverzüglich nach

der Grenzüberschreitung dem Überbau widerspricht (§ 912 BGB). Der Nachbar ist dann durch eine Geldrente zu entschädigen.

Ein weiterer Fall, in dem der Nachbar zur Duldung eines Überbaus verpflichtet sein kann, ist die nachträgliche Wärmedämmung einer Grenz wand: Der Gesetzgeber hat hier die Notwendigkeit erkannt, eine energetische Sanierung von bereits auf der Grenze stehenden Gebäuden zu erleichtern, und im Jahr 2014 den § 21a NNachbG eingeführt. Danach hat der Nachbar einen Überbau durch eine nachträglich auf eine Grenz wand aufgebrachte Außenwandbekleidung, die die Grenze um nicht mehr als 0,25 m überschreitet und der Wärmedämmung eines Gebäudes dient, im Regelfall hinzunehmen.

§ 5 NBauO (Niedersächsische Bauordnung) bestimmt, dass Gebäude und andere bauliche Anlagen, von denen Wirkungen wie von Gebäuden ausgehen, grundsätzlich einen Grenzabstand von mindestens 3 m einzuhalten haben. Ist das Gebäude höher als 7,5 m, erhöhen sich diese Mindestabstände. Von diesen Mindestabständen gibt es im Gesetz wiederum zahlreiche Ausnahmen, beispielsweise für Dachüberstände

und Dachgauben, Stützmauern, Aufschüttungen und Einfriedungen. Ohne Abstand oder mit einem bis auf 1 m verringerten Abstand von der Grenze sind ferner zulässig Garagen und Gebäude ohne Aufenthaltsräume und Feuerstätten, die eine bestimmte bauliche Größe nicht überschreiten.

Lange gab es unterschiedliche Meinungen zu der Frage, ob es sich bei Wärmepumpen um bauliche Anlagen handelt, für die ein Mindestabstand von 3 m gilt. Für Niedersachsen ist die Frage der Anwendbarkeit der Abstandsvorschriften aber inzwischen aufgrund einer im Juni 2023 in Kraft getretenen Gesetzesänderung geklärt. In § 5 Abs. 8 S. 4 Nr. 4 NBauO ist für Wärmepumpen eine spezielle Regelung eingefügt worden. Aus dieser Neuregelung ergibt sich, dass die Abstandsvorschriften in Niedersachsen auf freistehende Wärmepumpen grundsätzlich anzuwenden sind und dass Wärmepumpen nur unter sehr engen Voraussetzungen, insbesondere nur unter der Bedingung, dass die Abstände aufgrund der räumlichen Gegebenheiten des Baugrundstücks nicht eingehalten werden können, ohne Grenzabstand oder mit einem auf 1 m reduzierten Grenzabstand zulässig sind.

■ Karsten Voss, Rechtsanwalt und Notar

NELL & VOSS

RECHTSANWÄLTE UND NOTAR

KARSTEN VOSS Rechtsanwalt und Notar · Fachanwalt für Arbeitsrecht

DR. ERNST LUDWIG NELL Rechtsanwalt · Fachanwalt für Verwaltungsrecht · Notar a. D.

LORE NELL Rechtsanwältin · Fachanwältin für Familienrecht · Notarin a. D.

ISABEL ESKLONY Rechtsanwältin · Fachanwältin für Familienrecht

Bei der St.-Lamberti-Kirche 8 · 21335 Lüneburg · Telefon 0 41 31 / 4 50 05 · Fax 0 41 31 / 4 42 91
info@nell-voss.de · www.nell-voss.de



Gastfreundschaft mit Herz Genuss mit Leidenschaft



Restaurant
Biergarten
Eventlocation
Partyservice

Gaststätte „Grüne Stute“
Inh. Bernhard Most
Kirchweg 15 · 21385 Brietlingen
Tel. 04133 / 3107
E-mail: reservierung@gruene-stute.de

Öffnungszeiten: Mittwoch bis Samstag: 12.00 – 22.00 Uhr
Sonntag: 12.00 – 21.00 Uhr • Montag und Dienstag: Ruhetag
(Warme Küche: Mittwoch bis Samstag: 12.00 – 21.00 Uhr • Sonntag: 12.00 – 20.00 Uhr)



www.gruene-stute.de