

# B Stadtteilmagazin

kostenfrei  
zum Mitnehmen

# Bothfeld

...und mehr: Isernhagen Süd, Lahe, Groß-Buchholz, Vahrenheide und List



Bild: typography - 451997\_Dee auf Pixabay

Neuer Modehändler ab  
April im Einkaufspark  
Klein-Buchholz

Kleidersammlung vom  
03. - 08. März der Ev.-luth.  
St. Nicolaigemeinde

Verschiedene Oster-  
& Frühlinksaktionen  
in den Stadtteilen

Übungstage der Üstra	....2
Energycity startet Bohrung	....3
W. Waraich besucht die Bundeswehr	....4
Osterfeuer in den Stadtteilen	....4
Engagement in den Schulen	....5
kostenlose Solarberatung	....6
Vahrenwalder Bad öffnet im April	....7
33. Hannover Marathon am 06. April	....7
Tag des offenen Unterrichts an der Freien Waldorfschule Bothfeld	....9
Neuer Bücherschrank für die List	....10
Abschnitt der Veloroute 5 wird gebaut	....10
Kleidersammlung der St. Nicolai	....11
Zukunftstag für Schüler am 3. April	....11
Hanno(ver)nascht! "List/Oststadt"	....12
Hochbahnsteigbau Ludwig-Sievers-Ring	....12
Pinkenburger Kreis überreicht Spende an Löwenherz e.V.	....13
Kosten für Heizung und Strom: Das ändert sich 2025	....14
Plissee1fach: Sicht- und Sonnenschutz	....15
Frühlingsmarkt auf dem Sahlkampmarkt	....17
Bunte Ostereier und für Bothfeld	....17
ZEIIN Yoga in Groß-Buchholz	....19
Apothekennotdienst	....20
Wenn die Allergie auf die Augen geht	....21
Neujahrsempfang der GBK:	....22
Termine März bis Mail 2025	....23 - 25
Bauernmarkt im Einkaufspark-	
Frische Produkte und regionale Vielfalt	....27
CB Mode eröffnet im Einkaufspark	....29
TUS Bothfeld - Yoga für Kinder	.....31
Rente + Steuern: Das sollten man wissen	....31

## Übungstage der Üstra für Fahrgäste mit Mobilitäts-einschränkung

**Hannover (PM).** Mobil im Leben: Mobilitätseingeschränkte Fahrgäste können ab Mai an einem Übungstag der Üstra an der Endhaltestelle "Messe/Nord" das sichere Ein- und Aussteigen in die Busse und Bahnen üben. Immer mehr Hochbahnsteige, Tunnelstationen mit Aufzügen und Niederflurbusse mit Rampe machen die Üstra für mobilitätseingeschränkte Fahrgäste einfacher nutzbar.

**Ein- und Aussteigen ohne Zeitdruck ausprobieren** - Damit mobilitätseingeschränkte Fahrgäste sicher und eigenständig im Nahverkehr unterwegs sein können, bietet die Üstra auch im Jahr 2025 mit der Veranstaltung "Mobil im Leben" kostenlose Übungstage an. Die Teilnehmer erhalten die Gelegenheit das Ein- und Aussteigen ohne Zeitdruck auszuprobieren und sich mit allen drei Stadtbahnwagen-Typen und einem Niederflerbus mit elektrischer Rampe vertraut zu machen. Neben geschulten Üstra-Mitarbeitern ver-

rät ein rollstuhlfahrender Trainer Tipps und Tricks rund um die Fahrt mit Üstra-Fahrzeugen.

**Termine:** 07.05. von 14 bis 16 Uhr, 18.06. von 10 bis 12 Uhr, 03.09. von 14 bis 16 Uhr

**Veranstaltungsort:** Messe/Nord Endhaltestelle Linie 8, Europaplatz, 30521 Hannover. **Eine Anmeldung ist nicht notwendig.**

**Ford Vertragspartner seit 1966**  
**Reparatur aller Fabrikate · Karosserie-Spezial-Betrieb**

**Unfallinstandsetzung/Lack für alle Fabrikate**

**Auto Kohler**  
Familienbetrieb seit 1952  
*immer für Sie da ...*

**Ihr Andreas Köhler**

**Am Ortfelde 50 · 30916 Isernhagen NB**  
**Tel.: (0511) 72675-0 · Fax (0511) 72675-55**  
**info@auto-koehler.net · www.ford-koehler.de**

## TELEFONVERZEICHNIS - WICHTIGE RUFNUMMERN

### Bürgerservice & Sicherheit:

**Bürgeramt Sahlkamp**  
 Elmstr. 15, 30657 Hannover  
 0511/ 168-32000

**Schiedsamt Tanja Muthig**  
 tanja.muthig@schiedsperson.de  
 0511/53 07 25 43

**Polizeikommissariat Lahe**  
 Podbielskistr. 395, 30659 Hannover  
 0511/1 09 33 15

### Beratung, Hilfe, Selbsthilfegruppen:

**Jugendhilfeteam Nord-Ost**  
 Roschersburg 2, 30657 Hannover  
 0511/168 452 32

**Business for Kids e.V.**  
 Gollstr. 31, 30559 Hannover  
 www.business-for-kids.de

### Freizeit- und kulturelle Einrichtungen:

**Kulturtreff Bothfeld**  
 Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 Hannover  
 0511/ 647 62 62

**Jugend-Sport-Zentrum Buchholz**  
 Podbielskistr. 299, 30655 Hannover  
 0511/168481 93

**Stadtbibliothek Bothfeld**  
 Hintzehof 9, 30659 Hannover  
 0511/168482 55

**Senioren-Aktivzentrum Hannover**  
 Elmstr. 17a, 30657 Hannover  
 0511/ 700 36 735

**Kom. Seniorenservice Hannover**  
 Plauer Str. 23 a, 30179 Hannover  
 0511/616 4 84 05

**Bürgerverein Isernhagen-Süd e.V.**  
 Große Heide 9A, 30657 Hannover  
 www.buergerverein-isernhagen-sued.de

**Blaues Krokodil**  
 Pasemannweg 8, 30659 Hannover  
 0511/64905 50

**Blaues Kreuz Hannover e. V.**  
 Sutelstr. 20, 30659 Hannover  
 0171-344 23 29

**Kulturtreff-Roderbruch**  
 Rotekreuzstr. 19, 30627 Hannover  
 0511 - 549 81 80

**Kulturtreff Vahrenheide**  
 Wartburgstr. 10, 30179 Hannover  
 0511 - 67 18 12

**DGB-Jugendtreff**  
 Prinz-Albrecht-Ring 12, 30657 Hannover  
 0511/646 11 69

### Kirchen:

**St.-Nathanael-Gemeinde ev.-luth.**  
 Hartenbrakenstr. 27, 30659 Hannover  
 0511/ 65 12 29

**St.-Nicolai-Gemeinde ev.-luth.**  
 Sutelstraße 20, 30659 Hannover  
 0511/6 49 76 77

**Kath. Pfarrgemeinde Heilige Geist**  
 Niggemannweg 18, 30659 Hannover  
 0511 - 65 21 01

**Kirchengemeinde Matthias-Kirche ev.-luth.**  
 Groß-Buchholzer Str. 8, 30655 Hannover  
 0511 / 547 65 95

**Kath. Pfarrgemeinde St. Franziskus**  
 Dresdener Str. 29, 30179 Hannover  
 05 11/ 63 29 35

**Kath. Pfarrgemeinde Cella Sankt Benedikt**  
 Voßstr. 36, 30161 Hannover, 05 11/ 96 28 80

**Kath. Pfarrgemeinde St. Martin**  
 Nußriede 21, 30627 Hannover, 05 11/ 95 59 90

**Lister Kirchengemeinde ev.-luth.**  
 Wöhlerstr. 13, 30163 Hannover  
 0511/ 69 34 48

**St. Philippus-Kirchengemeinde ev.-luth.**  
 Große Heide 17, 30657 Hannover  
 0511/65 07 54

**Titus-Epiphantias-Kirchengemeinde ev.-luth.**  
 Epiphantias: Hägewiesen 117, 30657 Hannover, 0511 90 89 71  
 Titus: Weimarer Allee 60, 30179 Hannover. 0511 63 26 09



## Enercity startet Bohrung unter dem Mittellandkanal

Lahe (PM). Der 300 Meter langer Versorgungstunnel soll die geplante Geothermie-Anlage in Lahe mit dem Fernwärmenetz verbinden und zukünftig rund 20.000 Wohnungen pro Jahr können mit klimaneutraler Wärme versorgen.

Bohrbeginn für Infrastruktur unter dem Mittellandkanal: Für wichtige Versorgungsadern der Stadt lässt Enercity einen Tunnel bauen. Er soll anschließend nicht nur Strom- und Wasserleitungen, sondern auch Fernwärmeleitungen führen. Diese Maßnahme westlich des Stillewegs in Groß-Buchholz ist ein weiterer Schritt der Energie- und Wärmewende in Hannover. Enercity investiert zwölf Millionen Euro in das Projekt. „Mit dem Tunnel schaffen wir die Voraussetzungen für die Einbindung der Geothermie-Anlage ins Fernwärmenetz, bauen das Stromnetz aus und sichern die Wasserversorgung. So bauen wir die Infrastruktur für eine zukunftsfähige Energieversorgung in Hannover“, erklärt Christiane Fraiss, Geschäftsführerin in der Enercity Netz.

### Bisher größtes Bohrvorhaben im Enercity-Netz

Der in gut zehn Metern Tiefe unter der Sohle des Kanals verlaufende, rund 300 Meter lange Tunnel wird im so genannten Microtunneling-Verfahren gebaut. Dabei handelt es sich um ein sehr umweltfreundliches und ressourcenschonendes Verfahren. Es ist keine Grundwasserabsenkung erforderlich, und der Eingriff in den Baugrund bleibt auf ein Minimum beschränkt. Für die Realisierung ist eine spezielle Tunnelbohrmaschine des von Enercity beauftragten Unternehmens Arbeitsgemeinschaft Vorwerk/Sonntag notwendig, die ein Gewicht von etwa 70 Tonnen, eine Länge von sieben Metern und einen Durchmesser von drei Metern hat. Das Bauvorhaben ist der erste Tunnel dieser Größenordnung im Enercity-Wärmenetz von Hannover.

### Bohrstart mit der „Felicitas“

Bei Tunnelprojekten ist es üblich, die Bohrmaschine vor Beginn zu taufen. Nach der Anlagentaufe am Donnerstag, 20. Februar 2025, startete die Bohrmaschine in der folgenden Woche als „Felicitas“ – der Name steht für „Gedeihen“ und „Glück“. Bis zu 20 Meter pro Tag schafft die Maschine, abhängig von den geologischen Verhältnissen. Bis zu drei Wochen wird die Bohrung brauchen, bis sie den Durchbruch erreicht. „Die Taufe der Tunnelbaumaschine und die Aufstellung der Heiligen Barbara, der Schutzpatronin der Bergleute, soll dem Projekt einen guten Verlauf bringen und uns vor Arbeitsunfällen schützen“, sagt Eric Lord, Bauüberwachung de la Motte & Partner GmbH.



Julia Naber vom Enercity-Fernwärmevertrieb tauft die Tunnelbohrmaschine.  
Foto: Tim Schaarschmidt/Enercity



## Brüsewitz-Wegener

BESTATTUNGEN

**TAG & NACHT**  
**0511 - 60 43 222**



*Trauer ist  
liebevolle Erinnerung*

**Wenden Sie sich im Trauerfall vertrauensvoll an uns**

**BRÜSEWITZ-WEGENER** Podbielskistr. 380  
**BESTATTUNGEN E.K.** 30659 Hannover  
[kontakt@bestattunghannover.de](mailto:kontakt@bestattunghannover.de) [www.bestattunghannover.de](http://www.bestattunghannover.de)

## Traditionelle Osterfeuer in den Stadtteilen

**Bothfeld (PM).** Traditionell lodern die Osterfeuer in den verschiedenen Stadtteilen Hannovers am Karsamstag. Die Feuer werden, wenn nicht anders angegeben, mit Einbruch der Dunkelheit etwa zwischen 17.30 Uhr und 18.00 Uhr am Ostersonntag, den 19. April entzündet.

**Bothfeld** - Familiengärtnerverein Deichwiesen e. V.

Vereinsgrundstück An den Deichwiesen 22

**Groß-Buchholz** - Ortsfeuerwehr Buchholz

Auf dem Grundstück der Ortsfeuerwehr Pinkenburger Str. 8

**Isernhagen-Süd** - Tennissportclub Hann.-Isernhagen Süd e. V.

Vereinsgrundstück Große Heide 35

**Sahlkamp** - KGV Neue Hoffnung

hinter dem Vereinshaus Hoppelweg 1

**Vahrenheide** - SV Kickers Vahrenheide e. V.

Vereinsgelände Märkischer Weg 37

KGV List e. V. | Vereinsfestplatz „List e.V.“ (Lister Bad 15)

Wasserfreunde v. 1898 Hannover e.V. Vereinsgelände,

Am Lister Bad 1 A



(Alle Angaben ohne Gewähr. Zum Redaktionsschluß waren noch nicht alle Standorte bestätigt.)

## Bezirksbürgermeister W. Waraich besucht die Bundeswehr

**Bothfeld (PM).** Bezirksbürgermeister Dr. Wjahat Waraich nahm an der Veranstaltung der Bundeswehr teil, bei der aktuelle sicherheitspolitische Herausforderungen und die Verzahnung von Bevölkerungsschutz und Verteidigung im Fokus standen. Als Referent sprach Oberst d. R. Dr. rer. pol. Dr. jur. Dirk Freudenberg, Dozent für Sicherheitspolitik, Krisenmanagement und strategische Führungsausbildung an der Bundesakademie für Bevölkerungsschutz und Zivile Verteidigung (BABZ) im Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK). In seinem Vortrag betonte er, dass eine effektive Krisenvorsorge nur durch eine enge Zusammenarbeit von Staat, Bundeswehr und Gesellschaft möglich sei. Auch Oberst Heiko Thieser, Kommandeur der Schule für Feldjäger und Stabsdienst der Bundeswehr, war vor Ort und erläuterte die sicherheitspolitischen Herausforderungen der kommenden Jahre. Die Veranstaltung machte deutlich, dass Verteidigung und Bevölkerungsschutz eine gesamtstaatliche Aufgabe sind, die in Zeiten wachsender globaler Unsicherheiten an Bedeutung gewinnt.



Oberst Heiko Thieser, Kommandeur der Schule für Feldjäger und Stabsdienst mit Bzm. W. Waraich.

Foto: Bzm. Waraich

### Jahres-Abonnement

Ihnen gefällt das „**Stadtteilmagazin Bothfeld... und mehr**“ und Sie möchten künftig keine Ausgabe mehr verpassen? Dann schließen Sie ein Jahresabonnement (6x Ausgaben) ab und erhalten das Stadtteilmagazin direkt in Ihren Briefkasten. Der Preis beträgt 24,30 Euro inkl. MwSt. und Versand innerhalb Deutschlands.

Das Abonnement verlängert sich jeweils automatisch um 12 Monate. Kündigen können Sie dieses jederzeit.

Zum Abschließen Ihres Abonnements füllen Sie dieses Formular vollständig aus und senden es per Post an:

**MP-hoch2, Stadtteilmagazin Bothfeld,  
Am Mühlenfeld 3e, 30938 Burgwedel.**

Selbstverständlich können Sie uns auch eine E-Mail an [verlag@bothfeld-magazin.de](mailto:verlag@bothfeld-magazin.de) zukommen lassen.

Keine Ausgabe verpassen!



Vor- und Nachname: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Bankverbindung: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Wir versichern, die von Ihnen angegebenen Daten nur für interne Zwecke zu speichern und zu verwenden.

# Engagement in den Schulen im Stadtbezirk

**Hannover (PM).** Viele Schulen in Deutschland stehen vor enormen Herausforderungen: Lehrkräftemangel, fehlende finanzielle Mittel, mangelnde Digitalisierung, unzureichend sanierte Schulgebäude und einiges mehr.

Was Bezirksbürgermeister W. Waraich jedoch im Austausch mit Schulleitungen, Lehrerinnen und Lehrern, oder Schülerinnen und Schülern immer wieder feststellt, dass gerade durch die ehrenamtliche Eltern- und Unterstützungsarbeit, durch Fördervereine und Elterninitiativen viele Probleme aufgefangen werden und man alles tut, damit Schule irgendwie funktioniert. „Das ist natürlich kein Idealzustand und darf dauerhaft so nicht bleiben, etwa dass alle Probleme und nicht erledigten Hausaufgaben der Politik so aufgefangen werden,“ so Waraich. Er schätze dieses Engagement und habe den kompetenten Austausch Mitte Januar diesen Jahres mit dem Team von Fr. Dr. Katja Schröder, Schulleitung der Grundschule Gartenheimstraße in Bothfeld, gerne geführt. Bezirksbürgermeister W. Waraich freut sich auf den weiteren Dialog mit den Schulen in seinem Bezirk und ist guter Dinge, dass auch dieses Jahr Verbesserungen für unsere Schulen erreicht werden.



Bezirksbürgermeister Waraich (Mitte) mit dem Team von Fr. Dr. Katja Schröder, (3. v.r.) Schulleitung der Grundschule Gartenheimstraße in Bothfeld.

Foto: Bzm. Waraich

## Zeitumstellung am 30. März

**Hannover (PM).** In Deutschland werden die Uhren in der Nacht zum 30. März um eine Stunde vorgestellt – von zwei Uhr auf drei Uhr. Die Sommerzeit gilt dann wieder. Das Ende der Zeitumstellung wurde in der Vergangenheit immer wieder diskutiert – ist aber weiter nicht in Sicht. Das nächste Mal wird in der Nacht vom 25. auf den 26. Oktober

2025 an der Uhr gedreht, wenn die nächste "normale" Mitteleuropäische Zeit (MEZ) wieder gilt, die von vielen kurz "Winterzeit" genannt wird.



Hotel Der Föhrenhof

**Spitzt die Lauscher!**



**Osterbrunch**  
am 20. & 21. April  
—♡—  
**Muttertagsbrunch**  
am 11. Mai

**Ein Fest für die ganze Familie!**

11:30 bis 14:30 Uhr

54,00 € pro Person

Inkl. einem Glas Sekt oder Orangensaft

Kinder bis 3 Jahre: kostenfrei

Kinder von 4-13 Jahre: 2,00 € pro Lebensjahr



Wir bitten um rechtzeitige Reservierung:

**Tel: 0511 6154 0**

E-Mail: [Bankett@foehrenhof.bestwestern.de](mailto:Bankett@foehrenhof.bestwestern.de)

Web: [hotel-foehrenhof-hannover.de/familienbrunch.html](http://hotel-foehrenhof-hannover.de/familienbrunch.html)



**Best Western Hotel Der Föhrenhof**  
Kirchorster Straße 22 | 30659 Hannover

**REGA**  
BusinessCenter GmbH

"Die Adresse,  
die Geschäfte  
macht"



Büros • Geschäftsadressen •  
Coaching-, Meeting-,  
Schulungsräume • Virtual-Office



# Stadt Hannover bietet kostenlose Solarberatung an

**Hannover (PM).** Kostenloses und individuelles Angebot vor Ort: Die Stadtverwaltung bietet wieder

Solarberatungen im Stadtgebiet von Hannover an. Das Angebot richtet sich an Besitzer von Einfamilien- und Mehrfamilienhäusern, Wohnungseigentümergeinschaften und Unternehmen. Die qualifizierten Beratungen erfolgen zu Photovoltaik- und Solarwärmanlagen sowie zu Fördermitteln.

Das Besondere an diesem Angebot ist, dass die Berater vor Ort das jeweilige Gebäude oder Firmengelände in Augenschein nehmen und individuell auf die Gegebenheiten eingehen. Zudem geben die Fachleute bei dieser ein- bis zweistündigen Initialberatung Hinweise auf Fördermittel. Die Beratungen richten sich an alle Gebäudebesitzer, Wohnungseigentümergeinschaften und auch an Unternehmen. Anja Ritschel, Wirtschafts- und Umweltdezernentin der Landeshauptstadt Hannover, begrüßt die weitere Fortführung der Vor-Ort-Beratungen: „Wir müssen bei der Installation von Solaranlagen auf den Dächern Hannovers und dem Ausbau der Elektromobilität schneller werden. Deshalb ist es uns sehr wichtig, alle Interessierten unabhängig und individuell zu unterstützen.“

## Kontakt für Interessierte

Alle Anfragen zu diesem Thema nimmt das Umweltzentrum Hannover e. V. unter der Telefonnummer (0511) 16403-46 sowie per E-Mail unter [solar-emob@umweltzentrum-hannover.de](mailto:solar-emob@umweltzentrum-hannover.de) entgegen.

## Angebot gilt bis 2026

Gemeinsam mit qualifizierten Energieingenieuren aus Hannover organisiert das Umweltzentrum Hannover e. V. die Beratungen im Auftrag der Landeshauptstadt Hannover. Das Angebot gilt bis Ende 2026 und setzt damit die langjährige Unterstützung für hannoversche Gebäudebesitzer und Unternehmen im Rahmen der Solarkampagne „Hannover auf Sonnenfang“ und der Elektromobilitätskampagne „Hannover stromert“ fort.

## Stadt Hannover strebt nach Klimaneutralität

„Die Beratungen tragen dazu bei, die Klimaschutzziele der Landeshauptstadt Hannover zu erreichen, denn Hannover strebt bis zum Jahr 2035 Klimaneutralität an. Dazu muss der Anteil der in der Stadt erzeugten erneuerbaren Energien steigen“, betont Ritschel. Allen Interessierten solle es möglichst leichtgemacht werden, in Solaranlagen oder Elektromobilität zu investieren. Dabei helfen auch die Förderprogramme des lokalen Klimafonds proKlima und der Region Hannover.

## PRIMARSCHULE FGH

Roschersburg 6  
30657 Hannover

- Ganztagsgrundschule mit besonderer pädagogischer Bedeutung
- modifiziertes Montessori-Konzept
- individuelles Lernen



Kontakt und Informationen:  
Freies Gymnasium Hannover gGmbH  
[info@primarschule-fgh.de](mailto:info@primarschule-fgh.de)  
0511-6045407

## FREIES GYMNASIUM HANNOVER

Prinz-Albrecht-Ring 59+61  
30657 Hannover

- staatlich anerkannte Ersatzschule in freier Trägerschaft (ganztätig)
- kleine Klassen ohne Unterrichtsausfall
- individuelle Forderung und Förderung



Kontakt und Informationen:  
Freies Gymnasium Hannover gGmbH  
[info@freies-gymnasium-hannover.de](mailto:info@freies-gymnasium-hannover.de)  
0511-60480000

## Vahrenwalder Bad öffnet im April

**Bothfeld/Vahrenwald(PM).** Nach zweijähriger Sanierungsphase steht die Wiedereröffnung des Vahrenwalder Bades kurz bevor: Anfang April, rechtzeitig vor den Osterferien, soll das beliebte Hallenbad wieder für Besucher zugänglich sein.

Seit April 2023 ist das Vahrenwalder Bad aufgrund umfangreicher Sanierungsmaßnahmen geschlossen. Neben der Erneuerung der Lüftungsanlage und der Instandsetzung der Betonkonstruktion wurden auch die Dachflächen saniert. Ursprünglich war die Wiedereröffnung für Januar 2025 vorgesehen, musste jedoch aufgrund unerwarteter Probleme mit den ausführenden Firmen zunächst auf März verschoben werden. Leider ließ sich auch dieser Termin nicht halten. Besonders der Fachkräftemangel machte sich bemerkbar, da die beauftragten Unternehmen Verzögerungen nicht durch zusätzliche Kapazitäten ausgleichen konnten.

Nach aktuellem Stand soll das Bad nun Anfang April wieder öffnen. Weitere Informationen zu den Sanierungsmaßnahmen unter: <https://e-government.hannover-stadt.de>.

*Das Hannover NordOst-Bad an der Podbielskistraße ist wegen diverser Sanierungsarbeiten geschlossen. Die Wiedereröffnung ist für den Winter 2025/2026 geplant.*

## 33. ADAC-Hannover Marathon am 06. April

**Hannover (PM).** Beim ADAC Hannover Marathon am Sonntag, den 6. April 2025 geht's entlang der schönsten Plätze der Stadt – spannendes Rahmenprogramm inklusive. Der ADAC Hannover Marathon zählt mittlerweile bundesweit zu den größten Frühjahrs-Laufevents.

Vom Marathon bis zum Fun-Run – für jeden was dabei. Es gibt Wettbewerbe im Marathon, Halbmarathon, Handbike-Halbmarathon, 10-km-Lauf, 10 km Walking/Nordic Walking, Fun Run und Kinderlauf - da ist garantiert für jeden der richtige Wettbewerb und die richtige Distanz dabei. Zudem besteht die Möglichkeit, beim Staffeltwettbewerb das Flair des Marathons zu erleben. Eine Staffel kann aus 2 bis 6 Läufern, die sich die Strecke auf verschiedenen Distanzen teilen, bestehen. Die Abschnitte sind zwischen 4,5 und 9,4 km lang.

Ein Tag zuvor, am Samstag, den 5. April 2025 findet wieder traditionell der Familientag statt. Er bringt jährlich tausende Kinder und Familien am Vortag des "großen" ADAC Marathon in Bewegung. Die Laufstrecke ist ca. 800 m lang und befindet sich mit Start- und Zielbereich direkt vor dem Neuen Rathaus. Rund um den gesamten ADAC Hannover Marathon wird ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit vielen Aktionen an der Strecke, auf dem Tramplatz und vieles mehr geboten.

Weitere Infos und Anmeldungen unter [www.marathon-hannover.de](http://www.marathon-hannover.de)



## Frühlings- & Osterzeit

Feiern im  
stilvollem Ambiente

- ✓ Privat- und Firmen-Feiern
- ✓ attraktives Ambiente
- ✓ griechisch-mediterrane Spezialitäten
- ✓ idyllischer Biergarten

RESTAURANT

**ZEUS**

Birkenweg 4/Ecke Prüßentrift  
30657 Hannover  
0511/657 63  
[www.zeus-hannover.de](http://www.zeus-hannover.de)





## Scannen & informieren

# Per QR-Code an der Haltestelle: Live-Auskunft über Abfahrten und Umleitungen

Hannover (PM). Ab sofort gibt es bei der Üstra eine neue Möglichkeit, sich direkt an der Haltestelle über die Echtzeit-Abfahrtszeiten der Busse und Stadtbahnen zu informieren: Dazu muss nur der an der Halte-

stelle angebrachte QR-Code mit dem Handy gescannt werden. Der QR-Code führt dann zu einer digitalen Live-Abfahrtstafel für die Haltestelle, an der man steht. So erhält man Infos zu Abfahrtszeiten, möglichen Verspätungen, Umleitungen und geplanten Baustellen. Welche Vorteile haben die neuen QR-Codes?

### Keine App notwendig

Die Livedaten sind so für alle Fahrgäste mit Smartphone zugänglich - auch ohne App. So haben auch Touristinnen und Touristen die Möglichkeit sich über die Echtzeitdaten zu ihrer Verbindung zu informieren.

### Unabhängig von Technik vor Ort

Besonders Fahrgäste, die von Haltestellen starten, an denen es keine digitalen Anzeigen zur Fahrgastinformation gibt, profitieren von der QR-Code-Lösung. Auch im Falle eines technischen Ausfalls der vorhanden Fahrzielanzeigern, können weiterhin Infos über die digitale Abfahrtstafel auf dem Handy eingeholt werden.

### Barrierefrei

Menschen mit Sehbehinderung haben die Möglichkeit, sich die angezeigten Informationen von einem Screenreader auf dem Smartphone vorlesen zu lassen.

### Wie funktioniert's?

Mann muss lediglich mit der Handykamera den QR-Code an der Haltestelle scannen. So gelangt man direkt zur Live-Abfahrtstafel für die Haltestelle an der man steht.

Die Echtzeitabfrage ist auch ohne QR-Code möglich: Über [abfahrten.uestra.de](https://www.uestra.de) lässt sich die Abfahrtstafel der jeweiligen Haltestelle einsehen, sofern die Geolokalisierung auf dem Smartphone für eine standortspezifische Auskunft aktiviert ist.

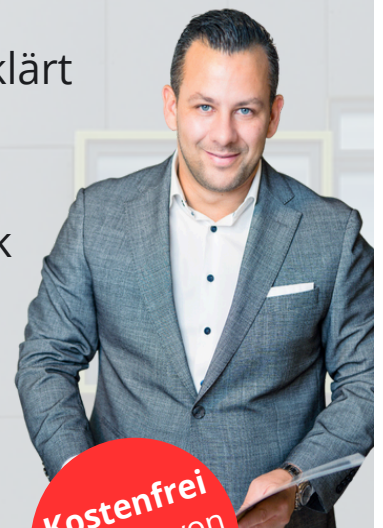
## Immobilien-Profi-Tipp

# Die perfekte Vorbereitung für den Verkauf

85% aller Verkäufer machen sich kaum Gedanken, um die richtige Vorbereitung des Verkaufs. Unterlagen sammeln, professionelle Fotos, ein aussagefähiger Verkaufsprospekt, etc. Jede Frage, die von einem Interessenten kommen kann, muss im Vorfeld geklärt sein. **Ein Profi weiß worauf es hier ankommt.**

Es profitieren beide Seiten: Verkäufer und Käufer! Wichtig ist auch die Finanzierung, denn keine Bank finanziert eine Immobilie, ohne dass alle Daten korrekt vorliegen.

**JETZT EXPERTEN-IMMOBILIEN-BEWERTUNG ANFORDERN!**



**Kostenfrei**  
im Wert von  
595,- €



Waldorfschule Bothfeld

# Tag des offenen Unterrichts am 26. März 2025 an der Freien Waldorfschule Bothfeld

**Bothfeld (PR).** Am Mittwoch, den 26.03.2025 öffnet die Freie Waldorfschule Bothfeld die Türen ihrer Klassenzimmer. Alle, die sich für Waldorfpädagogik interessieren und ein alternatives Beschulungs-



angebot suchen, sind herzlich eingeladen. Die Veranstaltung beginnt um 9.00 Uhr. Eine Anmeldung hierfür ist unbedingt erforderlich (online über die homepage).

Die Freie Waldorfschule Bothfeld ist eine staatlich anerkannte Schule in freier Trägerschaft mit einem integrierten Förderzweig. Alle Schüler\*innen lernen von der 1. bis zur 12. Klasse gemeinsam in einem festen Klassenverband. Mit dem Förderzweig wird inklusiv gearbeitet. Neben der Vermittlung einer soliden Grundbildung steht die Ausbildung sozialer Kompetenzen, wie Toleranz, Teamfähigkeit, Eigenständigkeit und Kommunikationsfähigkeit im Zentrum. Die Architektur der Schule vermittelt mit ihrem dörflichen Charakter eine familiäre und unterstützende Atmosphäre. Das vielfältig gestaltete Gelände lädt zum Entdecken, Spielen und Lernen ein.

Am Ende der Schulzeit können alle Abschlüsse erreicht werden, die es auch an den öffentlichen Schulen gibt:

- Hauptschulabschluss
- Realschulabschluss
- schulischer Teil der Fachhochschulreife
- 13.Schuljahr: Abitur (Zentralabitur)

Wer neugierig geworden ist und mehr erfahren möchte, der melde

sich bitte für den „Tag des offenen Unterrichts“ an. An diesem Tag erhalten Sie auch die Vormerkformulare für die verschiedenen Klassenstufen. Die Veranstaltung richtet sich an Eltern und Schüler ab Klasse 9.

Freie Waldorfschule Bothfeld, Weidkampshaide 17, 30659 Hannover, Tel.: (0511) 64759-0, E-Mail: [info@waldorfschule-bothfeld.de](mailto:info@waldorfschule-bothfeld.de), Web: [www.waldorfschule-bothfeld.de](http://www.waldorfschule-bothfeld.de)



 **Freie Waldorfschule  
Bothfeld**



Herzlich  
willkommen!

## Tag des offenen Unterrichts

Am Mittwoch,  
26. März 2025,  
9:00 Uhr

**Unsere Schule öffnet ihre  
Klassentüren!**

Dieses Angebot richtet sich an alle, die sich für Waldorfpädagogik interessieren und unser Schulleben einmal hautnah erleben möchten.

### Programm

Mittwoch, 26. März 2025

Tag des  
offenen  
Unterrichts

- 9:00 Uhr  
**Begrüßung und Einführung in der Mensa**  
Sie erhalten erste Informationen zur Waldorfpädagogik, dem Lehrplan, der Unterrichtsorganisation, dem Inklusionskonzept und den Abschlüssen.
- 10:10–10:55 Uhr  
**Unterrichtsbesuche**  
Unterrichtsbesuche in verschiedenen Jahrgangsstufen. Sie besuchen in kleinen Gruppen unterschiedliche Unterrichte.
- 11:00–11:45 Uhr  
**Gesprächsangebote**  
Lehrer, Eltern und Schüler beantworten gern ihre individuellen Fragen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Anmeldung erforderlich:

Bitte melden Sie sich per E-Mail unter [info@waldorfschule-bothfeld.de](mailto:info@waldorfschule-bothfeld.de) oder online unter <https://anmeldungen-waldorf.pages.dev/tou/> an.

Freie Waldorfschule Bothfeld  
Weidkampshaide 17, 30659 Hannover  
[www.waldorfschule-bothfeld.de](http://www.waldorfschule-bothfeld.de)

(Bitte beachten Sie, dass wir für die Aufnahme in einigen Klassen nur Wartelisten anbieten können.)

 **Freie Waldorfschule  
Bothfeld**

# Neuer Bücherschrank für die List am Liliencronplatz

List (PM). Ein neuer Bücherschrank am Liliencronplatz in der List soll seit dem 20. Februar 2025 wieder Lesebegeisterte mit Literatur versorgen. Bezirksbürgermeister Thorsten Baumert nimmt ihn offiziell in Betrieb.

Der Liliencronplatz erhält einen neuen Bücherschrank: Am Donnerstag, 20. Februar 2025, enthüllte Bezirksbürgermeister Thorsten Baumert ab 16 Uhr den neuen offenen Bücherschrank in der Hebbelstraße/Ecke Klopstockstraße und gab ihn zur Nutzung frei. Die Anwohner des Stadtteils sind eingeladen, den Schrank mit Büchern quer durch alle Genres zu bestücken und sich gleichzeitig mit neuem Lesestoff zu versorgen. Die Bücherschränke werden vom Werkstatt-Treff Mecklenheide e.V., einem Projekt für Langzeitarbeitslose, gebaut. Finanziert wird der Bücherschrank durch den Stadtbezirksrat Vahrenwald-List, die Betreuung erfolgt durch den Bereich Stadtteilkultur.



## H`Vin Aus Tradition kreativ



### Frühstücksbrunch

Wir begrüßen Sie mit einem Frühstücks-Brunch ausgewogen und reichhaltig  
Sonntags von 10:00-14:00 Uhr

Dienstag - Freitag ab 16 Uhr  
Samstag & Sonntag ab 10 Uhr  
Montag Ruhetag



### Kreative kurdische + mediterrane Speisen

- Tapas • Burger • Pide • Schnitzel
- Bowls • Grillvariationen



Cocktail-HappyHour  
Freitags + Samstags  
von 17 - 19 Uhr

Jeden Donnerstag:

### 4 Freunde 4 Weine

Wenn 4 Freunde zusammenkommen und 4 Weine trinken, gibt es einen Antipastiteller auf's Haus!

Carl-Loges-Str. 8, 30657 Hannover, Haltestelle: Kurze-Kamp-Straße  
Tel: 0511/60 45 222, E-Mail: info@hvin.de, Internet: www.hvin.de



## Nächster Abschnitt der Veloroute 5 wird gebaut



Hannover (PM). Die Arbeiten für den nächsten Abschnitt der Veloroute 5 haben am 5. Februar 2025 begonnen. Dafür sind Sperrungen und Umleitungen für den Radverkehr notwendig.

Der nächste Teilabschnitt der Veloroute 5 geht ab Mittwoch, 5. Februar 2025, in die Bauphase. Im Bereich des Kleefelder Sonnenwegs zwischen Gymnasium Schillerschule und Ebellstraße werden in diesem Zuge auch die Versorgungsleitungen für das Gymnasium hergestellt. Die Arbeiten dauern voraussichtlich bis Juli 2025.

Es ist unerlässlich, den Bereich zu sperren und den Radverkehr über die Karl-Wiechert-Allee, Kirchröder Straße und Am Anateich umzuleiten. Der Fußverkehr wird im nahen Umfeld an der Baustelle vorbeigeführt.

# Kleidersammlung vom 03. - 08. März der Ev.-luth. St. Nicolaigemeinde für die Stiftung Bethel

**Bothfeld (PM).** Einmal jährlich, sammelt die St. Nicolai Kirchengemeinde in Bothfeld gebrauchte, gute Kleidung, Schuhe und vieles mehr für die Bethel-Stiftung. Über 4.500 Kirchengemeinden in ganz Deutschland tragen mit diesen Sammlungen dazu bei, dass in Bethel bei Bielefeld viel Gutes mit den Kleidern bewirkt werden kann.



Die diesjährige Sammlung findet täglich vom **03. März bis zum 08. März 2025** jeweils von 09.00 bis 18.00 Uhr im Zelt auf dem Parkplatz der St. Nicolai in der Sutelstr. 20, 30659 Hannover /Bothfeld statt.

Angenommen werden:

- Gut erhaltene Kleidung
- Wäsche
- Schuhe
- Federbetten
- Handtaschen
- Plüschtiere

Wenn Sie Näheres über die Sammlung und die Verwendung Ihrer gespendeten Sachen finden Sie auf der Internetseite [www.st-nicolai-bothfeld.de](http://www.st-nicolai-bothfeld.de) unter der sogenannten "Brockensammlung Bethel".

## Zukunftstag für Schüler am 3. April

**Hannover (PM).** Am 03. April 2025 ist es wieder so weit: Der Zukunftstag bzw. „Girls' Day, Boys' Day“ findet statt. Der Zukunftstag für Mädchen und Jungen wird in jedem Schuljahr an allen allgemein bildenden Schulen für die Schuljahrgänge 5 - 10 durchgeführt.

Die ersten Angebote sind schon ausgebucht, also los! Angebote in & um Hannover machen z. B. die Region Hannover, die Stadt Hannover, die Leibniz-Uni Hannover stellt „Ausbildungen an der LUH“ vor. In der Stiftung Leben & Umwelt geht es um die Themen: Fake News, KI und Nachhaltigkeit.

Mehr Angebote findet Ihr auf den Webseiten [www.girls-day.de](http://www.girls-day.de) und [www.boys.day.de](http://www.boys.day.de)

### In Bothfeld bleiben

**Der Friedhof der Kirchengemeinde St. Nicolai ist seit über 170 Jahren Ruhestätte für Menschen, die mit der Kirche verbunden sind.**

Informationen über freie Urnen- und Erdgrabstellen:  
Tel. 0511 6 47 71 60  
[friedhof.nicolai.hannover@evlka.de](mailto:friedhof.nicolai.hannover@evlka.de)



## Ab in die Sonne!

**insotel** HOTEL GROUP  
**FORMENTERA, PLAYA MITJORN BALEAREN**  
INSOTEL HOTEL FORMENTERA PLAYA \*\*\*\*

Lux Double Zimmer, Badewanne, WC, Balkon, Schlafzimmer, Haupthaus, Halbpension, z.B. 08.07. - 15.07.2025  
ab Hannover 7 Nächte  
2 Erwachsene und 1 Kind ab

**€ 2707\***

\* Tagesaktuelle Preise – Zwischenverkauf, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.  
Stand Februar 2025. Veranstalter: TUI Deutschland GmbH, Karl-Wiechert-Allee 23, 30625 Hannover



TUI Deutschland GmbH  
Reisebüro im TUI Campus · Karl-Wiechert-Allee 23 · Tel. 0511/5661063  
E-Mail: [hannover5@tui-reisebuero.de](mailto:hannover5@tui-reisebuero.de) · [www.tui.com/rb/tui/hannover5](http://www.tui.com/rb/tui/hannover5)

**DIE ZUKUNFT GEHÖRT DIR!**  
KLISCHEEFREIE BERUFS- UND STUDIENWAHL FÜR ALLE

03  
04  
25

[GIRLS-DAY.DE](http://GIRLS-DAY.DE)



**DIE ZUKUNFT GEHÖRT DIR!**  
KLISCHEEFREIE BERUFS- UND STUDIENWAHL FÜR ALLE

03  
04  
25

[BOYS-DAY.DE](http://BOYS-DAY.DE)

## Hanno(ver)nascht! "List/Oststadt"



**Hannover (PM).** Lassen Sie sich den Stadtteil "List" auf der Zunge zergehen... Entdecken Sie bei einem genüsslichen Bummel durch die charmante List traditionelle Lokale, urige

Cafés und lokale Gastronomie. Serviert mit spannenden Geschichten zwischen Lister Platz, Eilenriede und der Lister Meile, verleihen leckere Köstlichkeiten verschiedener Gastronomen dieser kulinarischen Tour die richtige Würze.

Die Tour dauert jeweils etwa 3 Stunden, Preis: ab 38,00 €, Treffpunkt ist der Lister Platz (U-Bahn Haltestelle)

Termine: jeden ersten & vierten Samstag im Monat um 11:00 Uhr (bis November), Aktuelle Termine: 22.03., 05.04., 26.04., 03.05., 26.05. inkl. Kostproben an 5 ausgewählten Stationen in der List Erreichen der Mindestteilnehmerzahl: Bitte beachten Sie, dass die Führung erst ab einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen stattfinden kann. Im Falle eines Ausfalls werden wir Sie drei Tage vorab informieren.

Nahrungsmiteileinschränkungen: Diese Tour ist leider nicht geeignet für Personen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten und für Veganer.

Diese Tour kann auch für private Gruppen zum Wunschtermin gebucht werden! <https://visit-hannover.com>, Anbieter: Team Städte-reise - Stadtführungen, Tel.: +49 511 12345 333, E-mail: [staedtereise@hannover-tourismus.de](mailto:staedtereise@hannover-tourismus.de)

# Wunder oll

## Braut- & Abendmode bis Größe 64+



*Stil kennt keine Größe*



Niedersachsen's größtes Fachgeschäft für

**Curvy Braut- & Abendmode bis Größe 64+**

Wundervoll Braut · Inh. Sabine Gries · Dieselstr. 25  
30916 Isernhagen/bei Hannover · 0511/569 675 16

[www.wundervoll-braut.de](http://www.wundervoll-braut.de)



## Hochbahnsteigbau Ludwig-Sievers-Ring

**Hannover (PM).** Auf der Baustelle wurde mit der Verlegung des Regenwasserkanals auf der Westseite der Sutelstraße begonnen.

**Ende Mai** soll der vorbereitende Gleisbau starten. Von dann an **bis August** dieses Jahres wird **die Sutelstraße zur Einbahnstraße** und kann nur in Richtung Norden/Isernhagen/Langenhagen befahren werden. **In Fahrtrichtung Gehplatz ist die Straße gesperrt.**

Zunächst wird das neue Gleis vorgebaut, auf dem die Bahnen in Richtung Innenstadt fahren. Der Stadtbahnverkehr läuft weiter nach Fahrplan. Während der Sommerferien fahren einige Tage lang aber keine Bahnen. Es ist eine zwölf-tägige Betriebsunterbrechung vom 2. bis 14. August vorgesehen, während der eine Gleisverschwenkung vorgenommen wird: Das bedeutet, dass dann das vorgebaute Gleis mit dem bestehenden Gleis verbunden wird.

Danach ist ausreichend Platz für den Kanalbau auf der Ostseite, der nach den Sommerferien beginnt. Im Frühjahr 2026 werden die Fertigteile für den Hochbahnsteig gesetzt, der im Herbst kommenden Jahres in Betrieb genommen wird.

Weitere Informationen: <https://www.infra-hannover.de/hochbahnsteig-bothfelder-kichweg/>

## Pinkenburger Kreis überreicht Spende an Kinder- und Jugendhospiz Löwenherz e.V.

Groß-Buchholz (PM). Am 8. Januar überreichte der Vorstand des Pinkenburger Kreis unter der Leitung von Hartmut Valentin im Bürgerhaus in Groß-Buchholz eine Spende von 500 Euro an Herrn Glugla vom Kinder- und Jugendhospiz Löwenherz. Er und seine Frau engagieren sich ehrenamtlich in der Organisation, da sie selbst Betroffene sind.

Der Hauptsitz der Pflegeeinrichtung ist in Syke. In Hannover werden zwei Inklusions-Wohngruppen, z.B. eine in Anderten, unterhalten. Die reinen Pflegekosten werden von den Krankenkassen übernommen. Das macht aber nur gut die Hälfte der anfallenden Kosten aus. Der Rest wird über Spenden finanziert, teilte Bettina Zander vom Kinderhospiz Löwenherz e. V. mit. Sie hat sich sehr über die Aktion des Pinkenburger Kreises gefreut.

**Wie kam es zu der Spende?** - Während des Weihnachtsmarktes rund um das Bürgerhaus in Groß-Buchholz erhielt der Drehorgelspieler Spenden, die er an den Pinkenburger Kreis weitergab. Da der Vorsitzende Hartmut Valentin eine Familie mit einem unheilbar kranken Kind kennt, kam ihm die Idee, während der Weihnachtsfeier des Pinkenburger Kreises spontan um Spenden für das Kinder- und Jugendhospiz Löwenherz zu bitten.



Die Vorsitzenden und Stellvertreter des Pinkenburger Kreises überreichen ihre Spende an „Löwenherz“ (Foto: privat)

Die Anwesenden, meist selbst Omas und Opas, fanden den Vorschlag sehr gut. Die Sammlung und die Spende vom Weihnachtsmarkt ergab dann die schöne Summe von 500 €. Als Dank erhielt der Vorstand des Pinkenburger Kreises einen „Löwenherz“, einen Plüsch-Löwen, der im Bürgerhaus einen Ehrenplatz erhalten wird.

Weitere Informationen und Veranstaltungen des Pinkenburger Kreises finden Sie unter: [pinkenburger-kreis.de](http://pinkenburger-kreis.de)



Ihre Adresse für Familienfeiern, Messegäste, Vereine und die gute deutsche Küche

### Außerhausveranstaltung, Buffet & Catering



### Ruko / "Zur Eiche"

Gaststättenbetriebs GmbH  
Silberstraße 13  
30655 Hannover (Buchholz)



**Öffnungszeiten**  
Mittwoch–Freitag: 16:00 Uhr–23:00 Uhr  
Samstag–Sonntag: 11:00 Uhr–23:00 Uhr

**Restaurantküche**  
Mittwoch–Freitag: 16:00 Uhr–21:00 Uhr  
Samstag–Sonntag: 11:30 Uhr–14:30 Uhr  
16:30 Uhr–21:00 Uhr

Tel. (0511) 7590001 | [info@ruko-gastro.de](mailto:info@ruko-gastro.de) | [www.ruko-gastro.de](http://www.ruko-gastro.de)

# Kosten für Heizung und Strom: Das ändert sich 2025

## BÖLSCHKE GLAS- UND BAUELEMENTE



Fenster, Haustüren & Innentüren • Ganzglaskonstruktionen  
Rollläden • Vordächer / Überdachungen • Wintergärten  
Markisen / Sonnenschutz • Spiegel • Balkonverglasungen  
Insektenschutz • Garagentore • Reparaturarbeiten

Telefon (0511) 6 49 74 72  
www.boelsche-glas.de • info@boelsche-glas.de

Folgen Sie uns auch auf



**Bothfeld (txn).** Höhere Preise im Emissionshandel, veränderte Vergütung für eingespeisten Strom aus der eigenen Photovoltaik-Anlage, dynamische Stromtarife - seit dem Jahreswechsel ist nicht nur Heizen mit Gas und Öl teurer. Auch andere Kosten und Entgelte für Energie verändern sich. Gut zu wissen: Nicht alle Änderungen bedeuten höhere Kosten.

Heizen mit fossilen Brennstoffen belastet Klima und Umwelt. Darum müssen Unternehmen, die Energie aus Erdgas, Öl oder Kohle gewinnen und verkaufen, einen CO<sub>2</sub>-Preis bezahlen. 2025 steigt dieser Preis - eine Tonne CO<sub>2</sub> kostet 55 Euro statt bisher 45 Euro. Damit erhöhen sich auch die Heizkosten für Eigentümer und Mieter. Wer mit Gas heizt, zahlt 2025 im Durchschnitt etwa 48 Euro brutto mehr fürs CO<sub>2</sub>. Bei Heizöl müssen Eigentümer und Mieter mit 63 Euro brutto mehr pro Jahr rechnen, so die Energieberatung der Verbraucherzentrale.

Der Strompreis enthält zudem Umlagen, die 2025 ebenfalls steigen werden. Dazu zählen die Förderung von Kraft-Wärme-Kopplung oder der Ausbau von Offshore-Windparks auf hoher See. Nach Angaben der Energieberatung der Verbraucherzentrale wird der Strompreis in diesem Jahr um etwa einen Cent auf dann 3,15 Cent brutto pro Kilowattstunde klettern. Diese Erhöhung beinhaltet allerdings auch sämtliche Umlagen, die rund um den Strompreis anfallen.

Günstiger kann der Strom hingegen in Regionen werden, in denen besonders viel Strom aus Windkraft und Solaranlagen stammt. Der Grund: sinkende Kosten für Netzentgelte. Diese bezahlen Mieter und Eigentümer über den Strompreis - und je höher der Anteil an erneuerbaren Energien in der Stromerzeugung liegt, desto weniger CO<sub>2</sub>-Kosten fallen an.

Seit Anfang 2025 müssen Energieversorger zudem dynamische Stromtarife anbieten. Haushalte mit dynamischem Tarif zahlen dann keinen festen Strompreis mehr, der Preis orientiert sich vielmehr an den Spotpreisen der Strombörse. Diese liegen in Zeiten mit wenig Nachfrage und viel Stromerzeugung niedriger als zu Zeiten mit Spitzennachfrage und wenig Stromerzeugung, erläutert die Energieberatung der Verbraucherzentrale. Voraussetzung für den dynamischen Stromtarif ist ein Smart Meter. Dieses intelligente Messsystem hilft auch Haushalten mit Wärmepumpe und Ladebox fürs E-Auto dabei, Stromkosten zu sparen. Sie profitieren von dynamischen Netzentgelten, die ab April 2025 gelten sollen. Wer in Zeiten mit geringer Stromnachfrage das E-Auto lädt oder die Wärmepumpe in Betrieb nimmt, kann erheblich Kosten sparen, so die Energieberatung der Verbraucherzentrale.



txn-Foto: VZBV/AdobeStock\_Imagecreator



BERATUNG • FERTIGUNG • MONTAGE

**MÜLLER** 75 Jahre  
1948-2023  
SCHORNSTEINBAU

- Schornsteinabbruch und Schornsteinerneuerung mit patentierten Hebescheren und eigenem Autokran
- Schornsteinverrohrungen aller Art
- Historische Schornsteine
- Verputzen von Schornsteinen
- Sturm- und Blitzschadenbeseitigung
- Drohneneinsatz

**MÜLLER Schornsteinbau GmbH**

<b>Verwaltung:</b>	<b>Produktion:</b>	<b>Niederlassung:</b>
Enniskillener Str. 111	Fabrikstr. 41	Vahrenwalder Str. 269a
33647 Bielefeld	33659 Bielefeld	30179 Hannover
Tel. 0521 404260-0	Tel. 0521 404260-0	Tel. 0511 9666833

www.mueller-schornsteinbau.de



## Plissee1fach setzt stilvolle Akzente an jedem Fenster Individueller Sicht- und Sonnenschutz für ein behagliches Zuhause

**Groß-Buchholz (JP).** Mit steigenden Temperaturen wächst der Wunsch nach einem angenehmen Raumklima in den eigenen vier Wänden. Neben Möbeln und Wandfarben spielen vor allem Fensterdekorationen eine entscheidende Rolle für eine behagliche Atmosphäre. "Letztlich geht es darum, welche Stimmung ein Raum vermittelt, ob er wärmend und einladend wirkt und zum Entspannen einlädt", erklärt Frank Honig, Inhaber von Plissee1fach. Als erfahrener Händler versteht er es, mit Plissees, Jalousien, Rollos und Gardinen für optimalen Sicht- und Sonnenschutz zu sorgen. "Ein Plissee ist weit mehr als nur ein einfacher Schattenspendler", betont er. Die dekorativen Faltenstoffe renommierter Hersteller wie Kadeco und Ifasol passen sich harmonisch verschiedensten Fensterformen an und bieten vielfältige Funktionen. Wabenplissees sind sehr Energieeffizient und helfen im Sommer die Hitze und im Winter die Kälte abzuhalten.

Die Auswahl an Stoffen ist nahezu grenzenlos: ob dezente Naturtöne, florale Muster oder harmonische Farben, die sich perfekt ins Raumkonzept einfügen – im Showroom von Plissee1fach findet sich für jeden Geschmack die passende Lösung.

Zudem sorgt moderne Technik für zusätzlichen Komfort: Dank der Smart-Home-Systeme von Somfy und Kadeco Motion lassen sich Fensterdekorationen bequem per Fernbedienung oder App steuern.

### Markisen und Insektenschutz

Nicht nur im Innen-, sondern auch für den Außen-Bereich bietet Plissee1fach durchdachte Lösungen an. Ob effektiver Insektenschutz oder stilvolle Markisen für Terrasse und Balkon – das Sortiment hält für jede Anforderung

das passende Produkt bereit.

### Maßgeschneiderter Service mit Herz

Jede Fensterdekoration wird nach einer individuellen Beratung und sorgfältigem Aufmaß maßgerecht hergestellt, damit am Ende alles perfekt passt", so Frank Honig. Mit seinem engagierten Team sorgt er dafür, dass Kunden stets erstklassigen Service erhalten.

Seine Ehefrau Margarida Honig koordiniert im Büro alle Abläufe und stellt, gemeinsam mit Lisa Mulks sicher, dass jeder Auftrag reibungslos abgewickelt wird.



Inhaber: Frank und Margarida de Oliveira Honig Foto: Jörg Palm

Sie finden die Plissee1fach GmbH & Co. KG im

Groß-Buchholzer Kirchweg 42, 30655 Hannover, Tel.: 0511-37 57 52,

Mail: [info@plissee1fach.de](mailto:info@plissee1fach.de), Web: [www.plissee1fach.de](http://www.plissee1fach.de)

## Keine Lust auf Spanner?

**Sichtschutz\* gibt's bei:**

# Plissee1fach

GmbH & Co. KG

\*Übrigens auch Sonnenschutz und Fensterdeko

[plissee1fach.de](http://plissee1fach.de) • Tel.: 0511 / 37 57 52 • Groß Buchholzer Kirchweg 42 • 30655 Hannover

**Dachdeckerei**

**Zimmerei**

**Tischlerei**

**Fachwerkbau**

**Solar**

**Photovoltaik**

über **90** Jahre Erfahrung. Alles aus einer Hand.

Globke GmbH & Co. KG | Podbielskistraße 358 | 30659 Hannover | Tel. 0511/650 757 | [info@globke.net](mailto:info@globke.net)

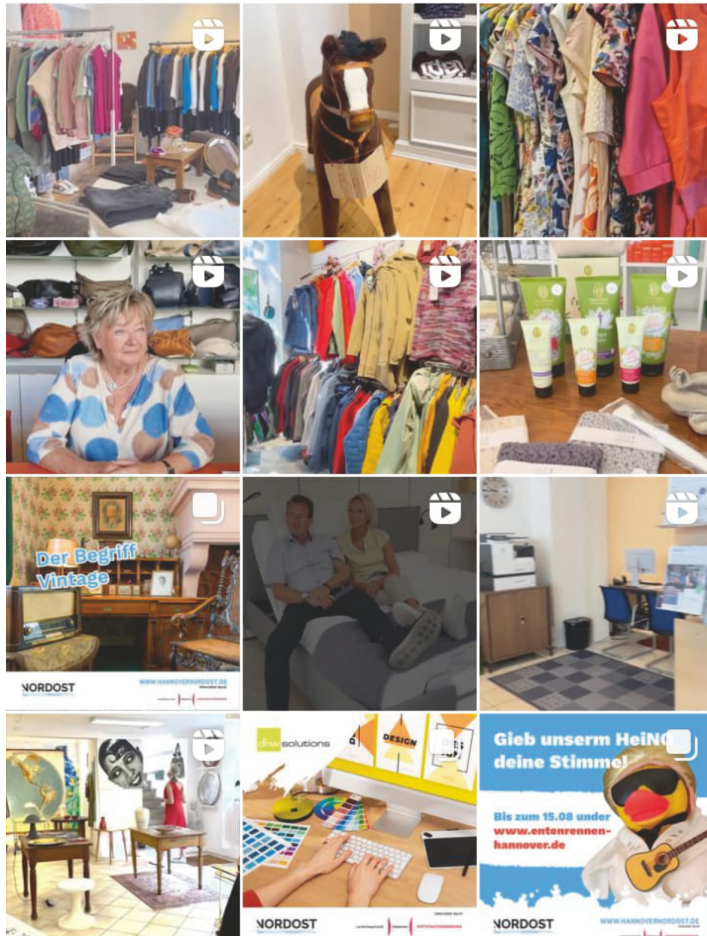
# BE LOCAL – BUY LOCAL

## www.hannoverNORDOST.de – Sei dabei?

**Bothfeld (JP).** Wer online nach Produkten oder Dienstleistungen sucht, landet schnell bei großen amerikanischen oder chinesischen Konzernen. Dabei findet man vieles auch bei lokalen Anbietern!

**Nur: wie finde ich sie und was haben sie im Angebot?**

Hier kommt das lokale Online-Portal [www.hannover-NORDOST.de](http://www.hannover-NORDOST.de) ins Spiel: Über 650 Handels-, Handwerks- und Dienstleistungsunternehmen sind dort vertreten und aufgeteilt auf die nordöstlichen Stadtteile und 9 Branchen. Das Stadtteilportal Hannover-NORDOST ist das einzige Portal für gewerbliche und nicht gewerbliche Unternehmen



in Hannover, deren umfangreiche Profile sowie News- und Termineinträge, angebotene Produkte und Dienstleistungen in einem Marktplatz dargestellt sind. Das Portal legt hierbei den Fokus auf die eher kleineren und inhabergeführten Unternehmen, die so mehr Online-Sichtbarkeit im regionalen Umfeld erlangen wollen. **Mit der Jobkick Börse finden Nutzer zahlreiche Stellenangebote oder können sich selbst als Jobsuchende eintragen.**

Im Jahr 2020 wurde vom Forum Hannover Nordost e.V. das Internetportal [www.hannoverNORDOST.de](http://www.hannoverNORDOST.de) als gemeinsame Plattform mit hunderten Produkten- und Dienstleistungen mit Hilfe von Fördermitteln der Stadt erstellt und wird regelmäßig aktualisiert. Das Gute dabei: Der umfangreiche Grundeintrag ist für alle Anbieter weiterhin kostenlos! Es besteht auch die Möglichkeit einer Premium-Mitgliedschaft, die die lokale Online-Präsenz des Anbieters und seines Angebots zu geringen monatlichen Kosten weiter erhöht.

Je mehr das Portal nutzen, umso erfolgreicher wird es. Als Nutzer profitieren Sie von den vielen Vorteilen der Anbieter in Ihrer Nähe, die Sie bisher vielleicht noch gar nicht kannten. Durch den übersichtlichen Aufbau erhält man schnell einen guten Überblick über die Produkte und Leistungen, profitiert von kurzen Wegen und persönlicher Beratung vor Ort. Es stärkt die lokale Angebotsvielfalt und fördert zugleich den Erhalt der lokalen Ökonomie sowie unsere Lebensqualität im Nordosten von Hannover.

**BE LOCAL - BUY LOCAL ist daher mehr als ein oberflächlicher Werbespruch.**

Sei also gern dabei! Wenn Sie als Anbieter noch kein eigenes Profil angelegt haben, können Sie dies entweder selbst leicht ([www.hannover-nordost.de/schaltzentrale/](http://www.hannover-nordost.de/schaltzentrale/)) vornehmen oder es kostenlos durch unsere Agentur erledigen lassen: dhw solutions GmbH (kontakt@dhw-solutions.com Tel.: 0511 9058980).

Für eine Premium-Mitgliedschaft sprechen Sie mich gern an. Ihr Eckhard Gramann (1.Vorsitzender Forum Hannover Nordost e.V.) kontakt@forum-hannover-nordost.de, Tel: +49 176 36788750 [www.hannoverNORDOST.de](http://www.hannoverNORDOST.de)

Folge uns auch bei Instagram: #hannover\_nordost

# WWW.HANNOVERNORDOST.DE

Entdecke und unterstütze viele tolle Anbieter in deiner Nähe!

# Sei dabei

Jetzt auch als  
**Premium-Anbieter**

Einfach online anmelden unter: [www.hannovernordost.de/premium](http://www.hannovernordost.de/premium)



**NORDOST**  
Dein HANNOVERNORDOST PORTAL



Instagram: [hannover\\_nordost](https://www.instagram.com/hannover_nordost)  
Facebook: [Hannover Nordost](https://www.facebook.com/Hannover-Nordost)

Unterstützt durch:

Landeshauptstadt



WIRTSCHAFTSFÖRDERUNG



# Bunte Ostereier und Schoko-Lollys für Bothfeld

**Bothfeld (BW).** In Kürze ist Ostern – für die Mitglieder der Gemeinschaft Bothfelder Kaufleute e.V. (GBK e.V.) ein guter Anlass an Kunden, Mitarbeiter und liebe Freunde bunte Ostereier oder Schoko-Lollys zu verschenken. Vom 14. bis 17. April liegen die Ostereier bei vielen GBK-Mitgliedern in und um Bothfeld bereit.

Als Sonderaktion verschenken Mitglieder die GBK e.V. **am 17. April** (Gründonnerstag) in der Zeit **von 14 – 17 Uhr** über 300 Eier und 200 Schoko-Lollys für die



Großen und Kleinen direkt im Einkaufspark Klein Buchholz vor dem EDEKA-Markt Wucherpfennig in der Adolf-Emmelmann-Straße.

Gleichzeitig informiert die Gemeinschaft Bothfelder Kaufleute über Ihre weiteren Aktivitäten in 2025 für die Bürger und Unternehmen und auch das neue „Stadtteil-Magazin Bothfeld“ liegt zur Mitnahme bereit.

Informationen zur nächsten großen Veranstaltung, unter anderem eine Gewerbeschau in Bothfeld - und zu weiteren geplanten Aktionen zeigen, wie aktiv die GBK e.V. auch weiterhin im Stadtteil ist. „Freuen Sie sich auf ein ereignisreiches Jahr,“ verspricht der erste Vorsitzende Hans-Jürgen Wittkopf.

# Frühlingsmarkt auf dem Sahlkampmarkt am 25. April

**Sahlkamp (PM).** ers traditionelle Frühlingsmarkt findet im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Buntes Flair auf dem Sahlkampmarkt“ statt. Von 15 bis 19 Uhr erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches Kulturprogramm, zahlreiche Stände mit internationalen kulinarischen Spezialitäten, Spiel, Spaß und nützlichen Informationen.

Auf der Bühne und drum herum gibt es z.B. lateinamerikanische Klänge mit dem Duo Violeta mit Missael Fragoso (Gitarre) und Hannah Heuking (Klarinette) und einen WalkAct mit Irina Janz und ihrem Akkordeon. Der bekannte Kinderliedermacher Mathias Lück wird nicht nur die kleinen Gäste

zum Mitsingen animieren. Alle Nachbarn und Einrichtungen sind herzlich eingeladen, das Fest zu genießen.

Das Frühlingsfest wird von der AG Buntes Flair auf dem Sahlkampmarkt – bestehend aus der Gemeinwesenarbeit Sahlkamp, der Stadtteilkulturarbeit Sahlkamp, dem Quartiersmanagement Sahlkamp-Mitte, der Gewerbeberatung und Gewerbesozialplanung Sanierungsgebiet Sahlkamp und der Interessengemeinschaft Sahlkamp Mittendrin – veranstaltet. Finanzielle Unterstützung kommt vom Stadtbezirksrat Bothfeld-Vahrenheide, die Stadt Hannover und vom Quartiersfonds Sahlkamp-Mitte

## Moeller's Fisch-Manufaktur in Harkenbleck Dieser Name steht für Frische und Genuss Erlebnisse

*Das Ziel: Eine Pause einlegen nach einer Radtour, Wanderung oder Spaziergang, sich an den Picknick-Tischen an den Harkenblecker Teichen bei Moeller's Fisch-Manufaktur niederlassen und die landschaftliche Idylle genießen. Bei schönem*



*Wetter das Schauspiel der sich spiegelnden und glitzernden Sonnenstrahlen an der Wasseroberfläche beobachten, relaxen und einfach die Seele baumeln lassen. Als Stärkung ein Fischbrötchen, für die Kinder ein Eis, einen Kaffee, einen Cappuccino, ein Softgetränk, ein Bier oder ein Glas Wein genießen.*

*Bei schlechtem Wetter laden Tische und Stühle im Innenbereich in der Fisch-Manufaktur zum Verweilen ein. An der Fischtheke werden angeboten: Forelle, Lachsforelle, Bachforelle,*

*Aal, Saibling, Karpfen, Lachs und Zander, sowie eine Vielzahl an Fischsalaten.*

*Bei der Fischmanufaktur Moeller gibt es frischen und veredelten Fisch aus eigener Produktion. Die regionale Herstellung nach alter Tradition und der Verzicht auf lange Transportwege führen zu einmalig frischen Produkten in erstklassiger Qualität. Die Fischplatten sind legendär und finden immer mehr Freunde. Daher die Bitte um rechtzeitige Bestellung zu den Feiertagen oder anderen Anlässen unter Tel.: 05101/58 88 233 oder auch gern persönlich bei einem Besuch.*



*Eike Moeller: „Wir sind bereit für unsere Kunden zusätzliche Schichten ein zulegen. Aber wir benötigen Zeit, um unserem eigenem Anspruch an Qualität und ansprechender Optik für zufriedene Kunden gerecht zu werden.“*

### Aus Tradition Frisch MOELLER'S FISCHMANUFAKTUR



Im März + April erhalten Sie ein Bismarkbrötchen zum Aktionspreis!

**COUPON**  
einfach direkt vorzeigen  
**Bismarkbrötchen**  
nur 2,99 €

Di. bis Fr.: 9-18 Uhr, Sa.: 9-16 Uhr  
Steinbrink 39 | 30966 Harkenbleck OT Hemmingen  
www.moellers-fischmanufaktur.de | 05101- 58 88 233



# Café Bar Spesso

Rund um die Uhr ein Genuss

- **Frühstück**  
Mo.-Sa. 9.30 bis 12 Uhr
- **Frühstücksbuffet**  
So. + Feiertage 10 bis 13 Uhr
- **Mittagstisch**
- **Antipasti**
- **Pizza**
- **Pasta**
- **Bowls**
- **Salate**
- **Burger**
- **Cocktails**
- **Café & Dolce**



## Feiern & Events

Privat oder mit der Firma für Geburtstage, Weihnachtsfeiern oder auch Hochzeiten bis zu 80 Personen, ab 30 Personen mit Buffet und Frühstücksbuffet

**Café Bar Spesso**  
Sutelstraße 79  
Haltestelle Noltemeyerbrücke  
30659 Hannover/Bothfeld  
**(0511) 64 68 320**



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

### Öffnungszeiten

Montag bis Samstag ab 09:30 Uhr  
Sonntag + Feiertage ab 10:00 Uhr

## ZEIN Yoga in Groß-Buchholz:

# Im Rhythmus der Natur – Workshops für Körper, Geist und Seele

**Groß-Buchholz (JP).** ZEIN Yoga lädt dazu ein, die Magie der Jahreszeiten auf eine ganz besondere Weise zu erleben. Mit der neuen Workshop-Reihe „Yoga im Kreis der Jahresfeste“ verbindet das Studio sanftes Yin Yoga, Klang, Meditationen und traditionelle Rituale, um Körper, Geist und Seele in Einklang mit den natürlichen Rhythmen zu bringen. Unter der Anleitung von Dana-Jill Wolf entstehen geschützte Räume, die dazu einladen, innezuhalten, Kraft zu schöpfen und die Energie der Jahreszeiten für die persönliche Entwicklung zu nutzen.

Von Ostara – Frühlingserwachen am 22. März über Beltane – Tanz in die Fülle am 4. Mai bis zur Magie der Rauhächte am 21. Dezember bietet die Reihe inspirierende Termine für alle, die tiefer in die Verbindung mit der Natur eintauchen möchten. Die Workshops sind auch für Anfänger und Wiedereinsteiger geeignet und offen für alle, die nicht Mitglied im ZEIN Yoga Studio sind. Noch nicht alle Termine sind online buchbar, doch wer den ZEIN-Yoga-Newsletter abonniert, bleibt immer informiert.

Neben den Jahreskreisfesten gibt es zahlreiche weitere Workshops, die zum Entdecken einladen. Ob sanftes Yin Yoga, dynamische

Flows oder Meditation – das vielseitige Programm im ZEIN Yoga Studio bietet Raum für Entwicklung, Entspannung und neue Impulse. Mehr Infos und Anmeldung unter [www.zeinyoga.de](http://www.zeinyoga.de).

### ► Ein weiteres Highlight für Kurzentschlossene:

Vom 7.–9. März 2025 findet der Workshop „Finde dein WARUM“ statt – ein Wochenende für alle, die mehr Klarheit und Sinn in ihrem Leben suchen. Coach Holger begleitet die Teilnehmer dabei, ihre tiefsten Werte und Ziele zu erkennen, während Yogalehrerin Kerstin diesen Prozess mit Bewegung und Meditation unterstützt. Eine wunderbare Gelegenheit, sich selbst neu zu entdecken und mit frischer Energie ins Jahr zu starten.

## So wird die elektronische Patientenakte (ePA) geschützt

**Bothfeld (spp-o).** Seit Anfang 2025 erhalten gesetzlich Versicherte eine elektronische Patientenakte (ePA) von ihrer Krankenkasse. Begeben sich Versicherte in ärztliche Behandlung, kann die behandelnde Person in der ePA nachschauen: Gibt es Vorerkrankungen? Welche Untersuchungen oder Therapien wurden bereits durchgeführt? Werden regelmäßig Medikamente eingenommen? Auch die Versicherten selbst erhalten einen besseren Überblick ihrer Gesundheitsdaten. Aber wie sicher sind die Daten? **Sicherheit der sensiblen Daten hat höchste Priorität** - Modernste Sicherheitsstandards gewährleisten den Schutz der Daten bei Übertragung, Speicherung und Zugriff. Ein Video zum Thema Sicherheit gibt es auf YouTube, Stichworte "ePA" und "Sicherheitsarchitektur". Alle Daten werden auf sicheren Servern innerhalb des sicheren Gesundheitsdaten-netzes in Deutschland, der sogenannten Telematikinfrastruktur (TI), gespeichert.

**Verschlüsselung aller Daten** - Die Übermittlung von Daten erfolgt ausschließlich über sichere Kanäle in einem speziellen Bereich der Server. Stellt beispielsweise ein Arzt einen Befund in eine ePA ein, so werden die Daten während des Transports verschlüsselt. Die Betreiber der ePA - etwa Krankenkassen und IT-Dienstleister - haben keinen Zugriff auf die Schlüssel.

**Umfassender Virenschutz** - Die ePA setzt auf maximale Sicherheit gegen Viren, indem sie ausschließlich sichere Dokumententypen zulässt. PDF-Dokumente im PDF/A-Format, die technisch bedingt keine schädlichen Makros oder Anhänge enthalten können, sind erlaubt. Unsichere Formate wie MS Office-Dokumente sind verboten, um sicherzustellen, dass alle hochgeladenen Dokumente virenfrei bleiben. Zudem bestimmen Versicherte nicht nur selbst, wer wie lange auf welche Inhalte ihrer ePA zugreifen darf, sie können auch jederzeit unberechtigte Zugriffe nachvollziehen. Denn sämtliche Aktivitäten in der ePA werden protokolliert und sind drei Jahre lang einsehbar.



STARTE MIT YOGA IN DEN FRÜHLING


**zein**  
YOGA  
KERSTIN HILDEBRAND

Genieße entspannte Yoga- u. Pilateskurse, Workshops, Coachings & Retreats

Schnupper-Abo: Bis Ende April testen!

Melde Dich an und finde Deine Balance!

ZEIN Yoga Kerstin Hildebrand, Groß-Buchholzer Kirchweg 70 C, 30655 Hannover, [www.zeinyoga.de](http://www.zeinyoga.de), Tel.: 0511-7 63 93 33



IHR FRISEUR FÜR DIE GANZE FAMILIE  
MEISTERBETRIEB

**HAARFEIN**  
Friseur . Kosmetik

SPEZIALIST FÜR FEINE UND LOCKIGE HAARE,  
KOSMETIK & ALLES WAS DEM WOHLBEFINDEN DIENT

Jeder ist herzlich Willkommen, spontan oder nach Terminvereinbarung. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

„FASANENKRUG“  
BURGWEDELER STR 32 E  
30657 HANNOVER  
TEL.: 0511 - 72 74 18 70  
Mob.: 0176 - 84 32 92 83

**ÖFFNUNGSZEITEN**  
MONTAG RUHETAG  
DI. - FR. 9:00-18:00  
SAMSTAG 9:00-13:00

**März 2025**

Sa	01.03.	6
So	02.03.	7
Mo	03.03.	8
Di	04.03.	9
Mi	05.03.	10
Do	06.03.	11
Fr	07.03.	12
Sa	08.03.	14
So	09.03.	15
Mo	10.03.	16
Di	11.03.	17
Mi	12.03.	18
Do	13.03.	19
Fr	14.03.	20
Sa	15.03.	21
So	16.03.	22
Mo	17.03.	23
Di	18.03.	24
Mi	19.03.	25
Do	20.03.	26
Fr	21.03.	27
Sa	22.03.	28
So	23.03.	29
Mo	24.03.	30
Di	25.03.	31
Mi	26.03.	32
Do	27.03.	33
Fr	28.03.	34
Sa	29.03.	35
So	30.03.	1
Mo	31.03.	2

**April 2025**

Di	01.04.	3
Mi	02.04.	4
Do	03.04.	5
Fr	04.04.	6
Sa	05.04.	7
So	06.04.	8
Mo	07.04.	9
Di	08.04.	10
Mi	09.04.	11
Do	10.04.	12
Fr	11.04.	13
Sa	12.04.	15
So	13.04.	16
Mo	14.04.	17
Di	15.04.	18
Mi	16.04.	19
Do	19.04.	20
Fr	18.04.	21
Sa	19.04.	22
So	20.04.	23
Mo	21.04.	24
Di	22.04.	25
Mi	23.04.	26
Do	24.04.	27
Fr	25.04.	28
Sa	26.04.	29
So	27.04.	30
Mo	28.04.	31
Di	29.04.	32
Mi	30.04.	33

**Mai 2025**

Do	01.05.	34
Fr	02.05.	35
Sa	03.05.	7
So	04.05.	8
Mo	05.05.	9
Di	06.05.	10
Mi	07.05.	11
Do	08.05.	12
Fr	09.05.	13
Sa	10.05.	14
So	11.05.	16
Mo	12.05.	17
Di	13.05.	18
Mi	14.05.	19
Do	15.05.	20
Fr	16.05.	21
Sa	17.05.	22
So	18.05.	23
Mo	19.05.	24
Di	20.05.	25
Mi	21.05.	26
Do	22.05.	27
Fr	23.05.	28
Sa	24.05.	29
So	25.05.	30
Mo	26.05.	31
Di	27.05.	32
Mi	28.05.	33
Do	29.05.	34
Fr	30.05.	35
Sa	31.05.	1

# Zeit zum Bettenwechsel?

*Bothfeld (spp-o). Jeder Mensch gibt pro Nacht etwa einen viertel bis halben Liter Schweiß ab. Hinzu kommen in der Regel weitere Körperflüssigkeiten und Hautschuppen. Bettwäsche und Betttuch können diese Mengen nicht komplett aufnehmen. Über die Jahre entwickelt sich das kuschelige Bett so zu einem idealen Hort für Bakterien, Pilze und andere Allergene. Dabei ist Abhilfe sehr einfach. Zudecken und Kissen mit synthetischen Faserfüllungen lassen sich dank einer Pflegeleicht-Ausrüstung in der Regel problemlos in der eigenen Waschmaschine reinigen. Auch federgefüllte Decken und Kopfkissen lassen sich meist waschen. Hat die eigene Waschmaschine nicht genug Kapazität oder dauert das anschließende Trocknen zu lange, kann man auch den Washservice des Bettenfachhandels nutzen. Hier erhält man auch fachmännischen Rat, wenn es um die Reinigung von Woldecken geht. Adressen findet man im Internet unter [www.vdb-verband.org](http://www.vdb-verband.org). Trotz aller Wasch- und Reinigungsmöglichkeiten sollten Matratzen nach rund acht Jahren ausgetauscht werden. Schließlich lässt nach dieser Zeit – bei Billigmodellen und schweren Personen auch sehr viel früher – die Stützwirkung und Punktelastizität einer Matratze merklich nach. Höchstes Alarmzeichen ist hier die Kuhlenbildung. In solchen Fällen hilft nur noch die Entsorgung.*



Foto: OBB/spp-o

- Gruppe 1** Apotheke in der Lister Passage, Lister Meile 86, 30161 H. Neue Apotheke Mittelfeld, Lehrter Platz 3, 30519 H.
- Gruppe 2** Lotus-Apotheke, Geibelstr. 31, am Stephansplatz, 30173 H. Annen-Apotheke, An der Lutherkirche 19, 30167 H.
- Gruppe 3** Burg-Apotheke, Waldstr.1, 30629 H. Apotheke zur Kugel, Bödekerstr. 69, 30161 H.
- Gruppe 4** Apotheke am Heidering, Heidering 2, 30625 H.
- Gruppe 5** Ginkgo-Apotheke, Kopernikusstr.5, 30167 H. Leine Apotheke im HBF, Ernst-August-Platz 1, 30159 H.
- Gruppe 6** Libra-Apotheke, Bothfelder Str. 33, 30916 Isern. Stern-Apotheke, Hildesheimer Str. 26, 30169 H.
- Gruppe 7** Noltemeyer-Apotheke, Podbielskistr. 315, 30659 H.
- Gruppe 8** Sophien-Apotheke, Adolf-Emmelmann-Str. 5, 30659 H. Lentz-Apotheke, Kirchröder Str. 89/90, 30625 H.
- Gruppe 9** Michaelis-Apotheke, Stresemannallee 2, 30173 H.
- Gruppe 10** Sahlkamp-Apotheke, Elmstr. 14, 30657 H. Flora-Apotheke, Friesenstr. 24a, 30161 H.
- Gruppe 11** Apotheke Vahrenheide, Vahrenheider Markt 13, 30179 H. Buchner-Apotheke, Roderbruchmarkt 20, 30627 H.
- Gruppe 12** Kleefelder Apotheke, Kirchröder Str. 105, 30625 H.
- Gruppe 13** Geibel-Apotheke, Geibelstr. 54, 30173 H.
- Gruppe 14** Arlberg-Apotheke, Pumpstr. 6, 30559 H. Nibelungen-Apotheke, Lutherstr. 59, 30171 H.
- Gruppe 15** Nord-Apotheke, Vahrenwalder Str. 71, 30165 H.
- Gruppe 16** Apotheke im Marktkauf, Vahrenwalder Str. 140, 30165 H.
- Gruppe 17** Lister Apotheke, Ferdinand-Wallbrecht-Str. 40, 30163 H. Greif-Apotheke, Berckhusenstr. 17, 30625 H.

- Gruppe 18** Friedenstal-Apotheke, Hannoversche Str. 102, 30627 H.
- Gruppe 19** Melanchthon-Apotheke, Melanchthonstr. 46, 30165 H.
- Gruppe 20** Apotheke am Klingerplatz, Guerickestr. 2, 30655 H.
- Gruppe 21** Wiesen-Apotheke, Holzruener 84A, 30179 H. Wald-Apotheke, Waldstr. 13, 30629 H.
- Gruppe 22** Löns-Apotheke, Lister Meile 64, 30161 H.
- Gruppe 23** Vital-Apotheke, Misburg, Buchholzer Str. 10, 30629 H.
- Gruppe 24** Tiergarten-Apotheke, Tiergartenstr. 95, 30559 H.
- Gruppe 25** Kronen-Apotheke, Gerhardstr. 2, 30167 H. Hindenburg-Apotheke, Seelhorstr. 32, 30175 H.
- Gruppe 26** Herz-Apotheke, Podbielskistr. 195, 30177 H. Apotheke am Kronsberg, Bemeroder Rathausplatz 8, 30539 H.
- Gruppe 27** Waldheim-Apotheke, Liebrecht-Str. 58, 30519 H. Erlen-Apotheke, Bothfelder Str. 21, 30916 Isern.
- Gruppe 28** Quendel-Apotheke, Schierholzstr. 120, 30655 H.
- Gruppe 29** Apotheke am A2-Center, Opelstr. 3 - 5, 30916 Isern. Storch-Apotheke, Lister Meile 37, 30161 H.
- Gruppe 30** Apotheke am Fasanenkrug, Burgwedeler Str. 31, 30657 H. Wilhelm-Apotheke, Marienstr. 70, 30171 H.
- Gruppe 31** Wilhelm-Raabe-Apotheke, Raabestr. 4, 30177 H.
- Gruppe 32** Diana-Apotheke, Burgwedeler Str. 10, 30657 H. Hölty-Apotheke, Hildesheimer Str. 17, 30169 H.
- Gruppe 33** Delfin-Apotheke, Lister Meile 81, 30161 H.
- Gruppe 34** Kosmos-Apotheke, Läuferweg 25 A, 30655 H.
- Gruppe 35** Sutel-Apotheke, Sutelstr. 54b, 30659 H. Sonnen-Apotheke, Lister Meile 13, 30161 H.

- Änderungen u.V., weitere Apotheken der jeweiligen Gruppen finden Sie im Internet -

# Blütenblind – wenn die Allergie auf die Augen geht

**Bothfeld (djd).** Was als zarte Frühlingsbrise mit sprießenden Blüten beginnt, entwickelt sich für viele Menschen zur anhaltenden Leidenszeit. Die Allergiesaison fordert neben der Nase besonders die Augen heraus: Juckreiz, Brennen, Tränen, Sehstörungen und ein Gefühl, als hätte man Sand unter den Lidern – für Millionen Deutsche sind die typischen Symptome tägliche Begleiter. Dabei wird der Zeitraum, in dem die Beschwerden auftreten, immer länger. Denn der Pollenflug beginnt oft schon im Februar und zieht sich tief in den Herbst hinein.

**Schutz vor Allergenen** - Doch gegen die allergischen Reaktionen am Auge gibt es wirksame Strategien. Grundsätzlich gilt: Allergiker sollten den direkten Kontakt mit Pollen möglichst vermeiden. Eine große Sonnenbrille kann als Barriere dienen und die Augen vor Pollen schützen. Auch das Spülen der Augen mit klarem Wasser hilft oft, Allergene auszuwaschen. Beim Autofahren sorgt ein Pollenfilter für bessere Luft. Zusätzlich haben sich Augentropfen mit speziellen Wirkstoffen bewährt. Eine neue Generation von Augentropfen wie Visuetoine setzt dabei an mehreren Punkten an. Diese können nicht nur die Symptome bekämpfen, sondern bieten auch einen Schutz vor allergischen Reaktionen: Der entzündungshemmende Wirkstoff Ectoin wird darin mit Hyaluronsäure und einem speziellen Natriumsalz kombiniert. Dies kann gleichzeitig effektiv vor Reizungen schützen, Feuchtigkeit spenden und die Wirkdauer auf dem

Auge verlängern. Zudem sind die Augentropfen sehr gut verträglich. Unter [www.visufarma.de](http://www.visufarma.de) finden sich weitere Infos.

**Wann zum Arzt?** - Um den Kontakt mit Allergenen weiter zu reduzieren, empfiehlt es sich nach Aufhalten im Freien die Kleidung zu wechseln, da Pollen sich besonders gut in ihren Fasern festsetzen. Wer abends die Haare wäscht, hält die winzigen Störenfriede zudem vom Kopfkissen fern. Ebenso können spezielle Luftreiniger mit Feinstaub-Filter Erleichterung schaffen – besonders nachts, wenn die Augen sich erholen sollen. Bei anhaltenden Beschwerden sollten Betroffene allerdings augenärztlichen Rat suchen. Neben der medikamentösen Behandlung kann auch eine Hyposensibilisierung sinnvoll sein..



Den Frühling und Sommer ohne Allergiebeschwerden genießen - mit schützenden Maßnahmen kann es gelingen.  
Foto: djid/VISUFARMA/Getty Images/Halfpoint Images

Rückenschmerzen  
und kein Arzt  
erreichbar?



## TherapieZeitRaum

Osteopathie & Naturheilkunde & Physiotherapie  
Klein-Buchholzer Kirchweg 30/40, 30659 Hannover

Akutsprechstunde unter  
**0511 70052690**

Osteopathie-Termin online buchen:  
[www.hannover-osteopathie.de](http://www.hannover-osteopathie.de)



# Neujahrsempfang der GBK: Ein starkes Signal für Bothfeld!



Timon Dzienus, Die Grünen



Joris Stietenroth, FDP



Adis Ahmetovic, SPD



Michaela Menschel, CDU

**Bothfeld (JP).** Am 2. Februar 2025 lud die Gemeinschaft Bothfelder Kaufleute (GBK) zum traditionellen Neujahrsempfang – bereits zum 26. Mal ein bedeutender Treffpunkt für Wirtschaft, Politik und Ehrenamt im Stadtteil. Bezirksbürgermeister Dr. Wjihat Waraich eröffnete die Veranstaltung mit einem Grußwort und würdigte das herausragende Engagement der GBK für das gesellschaftliche und wirtschaftliche Leben in Bothfeld. Ob beim beliebten Bothfelder Herbstmarkt, dem stimmungsvollen Adventsmarkt oder der 750-Jahr-Feier von Bothfeld – die GBK zeigt Jahr für Jahr beeindruckenden Einsatz für die Stadtteilgemeinschaft.

Besonders bemerkenswert war die große politische Präsenz an diesem Abend: Zahlreiche Vertreterinnen und Vertreter aus den Bezirksräten, dem Rat der Landeshauptstadt Hannover sowie der Region Hannover nutzten die Gelegenheit, um sich über aktuelle Themen in Bothfeld auszutauschen. Auch die Kandidierenden für den Bundestagswahlkreis 41 waren vor Ort und

zeigten ihr Interesse an den Anliegen der lokalen Wirtschaft. Das abwechslungsreiche Programm bot den Gästen nicht nur interessante Einblicke in die vielfältigen Aktivitäten der GBK im vergangenen Jahr, sondern auch einige besondere Highlights. Ein Rückblick auf die GBK-Aktionen 2024 zeigte eindrucksvoll, wie viele Veranstaltungen und Projekte das Stadtleben bereichert haben. Für musikalische Unterhaltung sorgte die Band „INFINITY“, die mit ihren Darbietungen für eine mitreißende Atmosphäre sorgte. Ein weiterer Höhepunkt war die feierliche Spendenübergaben aus dem Erlös des Herbstmarktes, die ein starkes

Zeichen für gelebte Solidarität und Zusammenhalt in der Region setzte. Zudem bot der Abend zahlreiche Gelegenheiten zum Netzwerken und Austausch, bei denen Politik, Wirtschaft und Ehrenamt miteinander ins Gespräch kamen und wertvolle Kontakte sowie



neue Ideen geknüpft wurden. Der Neujahrsempfang der GBK zeigte erneut, wie viel in Bothfeld durch ehrenamtliches Engagement und eine starke Gemeinschaft bewegt wird. Mit frischer Energie und vielen neuen Impulsen startet die GBK in ein weiteres Jahr voller spannender Projekte – und setzt damit ein starkes Zeichen für die Zukunft des Stadtteils.



Stets engagiert im Stadtteil: Der Vorstand der GBK, mit dem 1. GBK-Vorsitzenden Hans-Jürgen Wittkopf mit Bärbel Wittkopf, Bezirksbürgermeister Dr. Waraich und Eckhard Gramann - 1. Vorsitzender des Hannover Nord-Ost-Forum



Sorgten für die musikalische Unterhaltung: INFINITY



Spendenübergabe an die Elterninitiative Kindergarten Einsteinstraße e.V.



...sowie die Spende der Gage von der Band INFINITY an Löwenherz e.V.

## Terminplan 2025

der Gemeinschaft Bothfelder Kaufleute e.V.

**17. April**

Oster-Aktion von 14 - 17 Uhr im Einkaufspark Klein-Buchholz

**16. August**

NKR-Entenrennen um 15 Uhr am Maschsee-Nordufer

**20./21. Sept.**

27. Bothfelder Herbstmarkt // Jazz & Kunst

**06. Dezember**

26. Bothfelder Weihnachtsmarkt

[www.bothfeld-und-mehr.de](http://www.bothfeld-und-mehr.de)

GBK e.V. | Sutelstr. 53 | 30659 Hannover Tel.: 0511/647 77 48



# März 2025

Alle genannten Termine ohne Gewähr/unter Vorbehalt



**Mi., 05.03.: Wochenmarkt List**  
Mittwochs von 8 - 13 Uhr, Moltkeplatz, 30163 H.

**Mi., 05.03.: Senioren-Singkreis**  
Mittwochs von 10 - 11 Uhr in der Luise-Blumen-Stiftung Bothfeld, Luise-Blume-Str. 1, 30659 H.

**Mi., 05.03.: Mittwoch Klub für Senioren.** Mittwochs von 14.30 - 17.00 Uhr in der Luise-Blumen-Stiftung, Luise-Blume-Str. 1, 30659 H.

**Mi., 05.03.: Klöntreff - jeden Mittwoch** gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen  
**Ort:** „ZeitRaum“, Läuferweg 20, 30655 H., **Zeit:** 15 Uhr

**Do., 06.03.: Rollatoranz - Donnerstags** von 10 - 11 Uhr im Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstr. 15, 30657 H.

**Do., 06.03.: Smartphone Sprechstunde für Senioren**  
Donnerstags 10 - 11.20 Uhr und PC-Gruppe für Fortgeschrittene von 14 - 15.30 Uhr. Angebot des KSH. **Ort:** Luise-Blumen-Stiftung, Luise-Blume-Str. 1, 30659 H.

**Do., 06.03.: Wochenmarkt Sahlkamp** Donnerstags von 14 - 18 Uhr, Sahlkampmarkt, 30657 H

**Do., 06.03.: Seniorentreff jeden 1. + 3. Donnerstag**  
Am 1. Donnerstag um 14.30 Uhr mit Gottesdienst, danach Kaffee & Gebäck. Am 3. Donnerstag 14.30 Uhr Kaffee, u.a. Singen, Musik u. Quiz. **Ort:** Heilige Geist, Niggemannweg 18, 30659 H.



**Do., 06.03.: Bilderbuchkino**  
Jeden Donnerstag um 15:30 Uhr. Für Kinder ab 4 Jahren in der Stadtbibliothek Bothfeld, Hintzehof 9, 30659 H.

**Fr., 07.03.: Wochenmarkt List,** Freitags von 8 - 13 Uhr, Klopstockstr., 30177 H.

**Fr., 07.03.: Gedächtnistraining für Senioren** Freitags **Part 1** von 10 - 11 Uhr, **Part 2** von 11.30 - 12.30 Uhr. Kostenl. Angebot des KSH. **Ort:** Luise-Blumen-Stiftung, Luise-Blume-Str. 1, 30659 H.

**Fr., 07.03.: Bauernmarkt Bothfeld** Freitags von 14 - 18 Uhr im Einkaufspark Klein-Buchholz, Sutelstr. 7A, 30659 H.

**Fr., 07.03.: Wochenmarkt Groß-Buchholz,** Freitags von 14 - 18 Uhr, Bussestr. 1, 30655 H.

**Fr., 07.03.: Wochenmarkt Groß-Buchholz,** Freitags von 14 - 18 Uhr, Roderbruchmarkt, 30627 H.

**Mo., 10.03.: PC-/Smartphone Sprechstunden für Senioren**  
Jeden Montag: 10 - 11.30 Uhr: Windows Basiswissen, 11.45 - 13 Uhr: Smartphone/Tablet für Android, 12 -13 Uhr: Sprechstunde 1 für Smartphone/Tablet für Android, 10.30 - 11.30 Uhr: Sprechstunde 2 für iPhone/iPad/und IOS **Ort:** Seniorenbegegnungsstätte, Plauener Str. 23A, 30179 H.

**Mo., 10.03.: Senioren-Gymnastik,** montags von 13.45 - 14.15 Uhr vom kommunalen Seniorenservice Hannover (KSH) in der Luise-Blumen-Stiftung, Luise-Blume-Str. 1, 30659 H.

**Mo., 10.03.: Montags - Blutspende** in der MHH-Blutspendezentrale von 14 - 19 Uhr - Gebäude K3, Carl-Neubergstr. 1, 30625 H.



**Mo., 10.03.: Montags-Klub für Senioren** von 14.30 - 17.00 Uhr.  
**Ort:** Luise-Blumen-Stiftung, Luise-Blume-Str. 1, 30659 H.

**Mo., 10.03.: Proben des Kammerorchester Bothfeld**  
**Montags** von 18:45 - 20.15 Uhr in der Waldorfschule Bothfeld, Weidkampshaide 17. **Infos:** www.kammerorchester-bothfeld.de

**Di., 11.03.: Wochenmarkt Groß-Buchholz** Dienstags von 14 -18 Uhr, Roderbruchmarkt, 30627 H

**Di., 11.03.: PC Basis Gruppe für Senioren,** Dienstags von 14.00 - 15.30 Uhr und Smartphone Gruppe von 16 - 17 Uhr. Kostenl. Angebot des KSH in der Luise-Blumen-Stiftung Bothfeld, Luise-Blume-Str. 1, 30659 H.



**Di., 11.03.: MGV "Concordia" Chorproben** - alle Interessierten sind herzlich eingeladen. **Ort:** St.-Nicolai, Gemeindesaal, Sutelstr. 19, 30659 H. **Zeit:** 17 - 19 Uhr

**Di., 11.03.: Selbsthilfegruppe** für medikamenten- und alkohol-



**Druckerei art+image**  
GmbH & Co. KG

INNOVATIV | ERFAHREN | KREATIV  
PRÄZISE | ZUVERLÄSSIG

Dresdener Str. 4 | 32423 Minden  
Tel.: +49 571-82898-0 | www.art-image.de | info@art-image.de

STARTE EINEN  
RUNDGANG DURCH  
UNSER GEBÄUDE



abhängige Menschen. **Ansprechpartner:** dirk.waldmann65@web.de, **Ort:** Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstr. 10, 30179 H., **Zeit:** 18.30 Uhr

**Mi., 12.03.: Klassik Kino**

"Werner beinhart"

**Ort:** Bürgerhaus Groß-Buchholz, Pinkenburger Str. 8a, 30655 H., **Zeit:** 18 Uhr, Eintritt frei



**Mi., 12.03.: Bezirksratsitzung**

Bothfeld-Vahrenheide

Öffentliche Sitzung, **Zeit:** 18 Uhr  
**Ort:** Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstr. 15, 30657 H.

**Do., 13.03.: Klöncafé im EPI**

Jeden 2. **Donnerstag** im Monat gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen. **Ort:** Begegnungszentrum Epiphania-Kirche, Hägewiesen 117, 30657 H., **Zeit:** 15 Uhr

**Fr. 14.03. + Sa. 15.03.:**

Escape-Room

Der Escape-Room ist für Teams von 3-6 Personen geplant. Teilnehmen können alle ab 14 Jahren. Eintritt frei. Teilnahme buchbar bei: Frau Köpke-Degener

unter ilsekarolweb.de **Ort:** St. Nathanael, Hartenbrakenstr. 27, 30659 H., **Zeiten:** Fr. 17 Uhr, Sa. 16 + 18 Uhr

**Sa., 15.03.: Kinder-Basar**

Verkauft wird alles rund ums Kind: Kleidung, Autositze, Bücher, Kinderwagen, Fahrzeuge, Spielzeuge uvm. Die Standgebühr beträgt 10 € **Infos + Anmeldung an:** basar@sportkita-bothfeld.de **Ort:** SportKita/Außengelände, Prinz-Albrecht-Ring 2, 30657 H. **Zeit:** 14- 16 Uhr

**So., 16.03.: Familiengottesdienst mit Band Feuer & Flamme** im Pfarrheim Heilig Geist, Niggemannweg 18, 30657 H., **Zeit:** 10.30 Uhr

**So., 16.03.: Kinder-Basar**

Kinderkleidung + Spielzeug **Ort:** Grundschule Am Buchholzer Grün, Paracelsusweg 10b, 30655 H. **Zeit:** 12 – 16 Uhr



**So., 16.03.: Musikalisches Sonntagscafé jeden 3. Sonntag** im Monat **von 15 bis 17 Uhr.** Ohne Anmeldung. **Ort:** Seniorenbegegnungsstätte, Plauener

Str. 23A, 30179 H.

**Mo., 17.03.: Trauer-Café jeden**

**1. + 3. Montag** im Monat. Infos unter 0511/700 36 735 oder sa-z@spats-hannover.de **Ort:** Senioren-Aktiv-Zentrum (SAZ), Elmstr. 17a, 30657 H., **Zeit:** 10 - 11 Uhr

**Mo., 17.03.: Senioren-Selbstver-**



**teidigung + Gedächtnistraining** Jeden **1. + 3. Mi.: 9 - 9.50 Uhr:** Selbstverteidigung + Bewegung 1, **10 bis 10.50 Uhr:** Selbstverteidigung + Bewegung 2, **Jeden Mi.: 12.15 - 13.15 Uhr:** Gedächtnistraining **Ort:** Seniorenbegegnungsstätte, Plauener Str. 23A, 30179 H.

**Mi., 19.03.: Vortrag „Urlaub auf und mit dem Rad“** **Ort:** St. Nathanael, Hartbrakenstr. 27, 30659 H., **Zeit:** 19.30 Uhr

**Sa., 22.03.: Krabbelgottesdienst**

Für die Kleinen und Aller kleinsten mit Eltern, Großeltern oder Paten zum singen, basteln und Erzählungen aus der Bibel. **Ort:** Matthias-Kirche, Groß-Buchholzer Str. 8, 30655 H., **Zeit:** 10.30 Uhr

**Sa., 22.03.: Konzert - "SVITE" -**

**Brücken bauen mit Musik** mit ukrainischer Musik und Geschichte, für Menschen aus der Ukraine und aus Deutschland.. Eintritt frei. **Anmeldung unter:** 0511/67 18 12 **Ort:** Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstr. 10, 30179 H., **Zeit:** 18 Uhr

**So., 23.03.: Lesung mit**

**Peter Schmidt Treptow**

Lesung im Plauderstil mit musikalischer Begleitung über Erleb-

nisse und Einblick hinter die Kulissen des Showgeschäfts. **Ort:** Bürgerhaus Groß-Buchholz, Pinkenburger Str. 8a, 30655 H., **Zeit:** 17 Uhr, Eintritt frei

**So., 23.03.: Big Band**

**Walt Kracht & his Orchestra**

Unter dem Motto : " Swing ,Hits & Evergreens" erwartet Sie ein bunt gemischtes Programm **Ort:** Cavallo, Dragoner Str. 34, 30163 H. **Zeit:** 16 Uhr, **Tickets:** 28 €, www. waltkracht.de

**Mi., 26.03.: Tag des offenen Unterrichts in der Waldorfschule**

Anmeldung erforderlich unter per E-Mail: info@waldorfschule-bothfeld.de oder online unter www.anmeldungen-waldorf.pages.dev/tou/ **Ort:** Freie Waldorfschule Bothfeld, Weidkamps- haide 17, 30659 H., **Zeit:** 9 Uhr

**Fr., 28.03.: Musik und**



**Anekdoten**

Klassische Gitarrenmusik von Dieter Schmidt wechselt sich ab mit Anekdoten von Ingolf Dumke **Anmeldung** unter 0511-647 62 62 oder kulturtreff.bothfeld@t-online.de, Eintritt frei. **Ort:** Kulturtreff Bothfeld, Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 H., **Zeit:** 19 Uhr

**So., 30.03.: Zeitumstellung**

**Auf Sommerzeit**

**Mo., 31.03.: Chor:**

„Singen macht glücklich“

Jeden **letzten Montag** im Monat von **19.30 - 21.00 Uhr.** Chorerfahrung sind keine Voraussetzung. **Anmeldung unter:** post@kulturtreffvahrenheide.de. **Preis:**

**Sprachkurse für ausländ. Mitarbeiter in Ihrem Unternehmen**

**Klare Sprache, starke Arbeit u. guter Stil.**

**Locker quatschen, entspannt gestalten u. begeistern.**

**Rega BusinessCenter GmbH**  
Schierholzstr. 27  
0511 / 956 99 66



# April bis Mai 2025

je 5 € **Ort:** Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstr. 10, 30179 H.



**Di., 01.04.: Kaffezeit mit Klönschnack und mehr**

Menschen im Stadtteil treffen und gemeinsam Zeit bei Kaffee/Tee und Kuchen verbringen. (Weiterer Termin: 18.02.) **Anmeldung** unter 0511/647 62 62 oder an: kulturtreff.bothfeld@t-online.de, **Ort:** Kulturtreff Bothfeld, Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 H., **Zeit:** 15 – 16.45 Uhr

**Do., 03.04.: Gesprächskreis Trauer, Tod und Sterben**

Ein inklusives Angebot, sich gemeinsam ungezwungen über die Themen Trauer, Tod und Sterben auszutauschen. Ohne Anmeldung **Ort:** „ZeitRaum“, Läuferweg 20, 30655 H., **Zeit:** 16 Uhr

**Do., 03.04.: Sprachcafé**

Bei Kaffee, Tee und Gebäck verschiedene Themen und üben dabei Deutsch sprechen. Gefördert vom Integrationsbeirat Bothfeld-Vahrenheide. **Ort:** Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstr. 10, 30179 H., **Zeit:** 18 Uhr

**Fr., 04.04.: Mittagstisch für alle**

für 1,- € (Weiterer Termin: 25.04.) **Ort:** „ZeitRaum“, Läuferweg 20, 30655 H., **Zeit:** 12 Uhr

**So., 06.04.: Konzert**

„Kiever Orgeltrio“  
Eintritt frei. **Ort:** Titus-Epiphaniaskirche, Hägewiesen 117, 30657 H., **Zeit:** 18.30 Uhr

**Mi., 09.04. + 25.04.:**

**Inklusiver Chor**  
Jeder ist herzlich willkommen. **Ort:** „ZeitRaum“, Läuferweg 20, 30655 H., **Zeit:** 17 Uhr

**Do., 10.04.: Blutspende in Bothfeld**, 11.00-15.30 Uhr im Offiziersheimgesellschaft H-Bothfeld e.V., Ada-Lessing-Str. 120, 30657 H.

**Fr., 11.04.: FerienabendKULTUR - Konzert Tone Fish - Irish Night**

Von den Konzerten der Hamelner Folk-Band Tone Fish geht eine akute Ansteckungsgefahr aus. „Die Inkubationszeit ist kurz, die Symptome beim Publikum sind augenblickliche Verzückung, Bewegungslust und Drang nach stimmlicher Beteiligung.“ **Eintritt:** 15 €, Anmeldung erwünscht. **Ort:** Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstr. 10, 30179 H., **Zeit:** 18.30 Uhr



**So., 13.04.: Matinée & Osterfrühstück**

Eintritt frei. Das Frühstückbuffet kostet 10,- € inkl. 1 Glas Orangensaft, auf Wunsch ein Glas Eierlikör, auch alkoholfrei. Anmeldung erbeten. **Ort:** „ZeitRaum“, Läuferweg 20, 30655 H., **Zeit:** 10 Uhr

**Mo., 14.04.: Handycafé**

Alle zwei Wochen - Fragen rund ums Handy werden beantwortet. **Ort:** „ZeitRaum“, Läuferweg 20, 30655 H., **Zeit:** 10 Uhr

**Do., 17.04.: Ostereier-Aktion** der GBK von 14 – 17 Uhr, im Einkaufspark Klein-Buchholz, Adolf-Emmelmann-Straße.



**Sa., 19.04.: Osterfeuer in den Stadtteilen:**

(Angaben/Orte unter Vorbehalt, da teils bei Drucklegung noch nicht bestätigt)

**SV Kickers Vahrenheide e.V.**, Vereinsgelände, Märkischer Weg  
**Zeit:** 17 bis 22 Uhr

**KGV List e.V.**, Vereinsfestplatz, Lister Bad 15  
**Zeit:** 19 bis 22 Uhr

**Wasserfreunde v. 1898 Hannover e.V.**, Am Lister Bad 1  
**Zeit:** 17 bis 22 Uhr

**Familiengärtnerverein Deichwiesen e. V.** – Bothfeld, An den Deichwiesen 22  
**Zeit:** 18 bis 22 Uhr

**Tennissportclub Isernhagen Süd e. V.**, Große Heide 35  
**Zeit:** 18 bis 22 Uhr

**KGV Neue Hoffnung e. V., Groß-Buchholz**, Hoppelweg 1  
**Zeit:** 18 bis 22 Uhr

**Ortsfeuerwehr Buchholz**, Pinkenburger Str. 8  
**Zeit:** 17 bis 23 Uhr

**So., 20.04.: Osternacht in der St. Nicolai um 6 Uhr**  
**Ort:** Sutelstr. 22, 30659 H.,

**So., 20.04.: Ostersonntag**  
**Mo., 21.04.: Ostermontag**



**Do., 24.04.: Spielenachmittag**  
Es werden Rommé, Kniffel oder Brettspiele gespielt. Ohne Anmeldung. **Ort:** „ZeitRaum“, Läuferweg 20, 30655 H., **Zeit:** 15 Uhr

**Fr., 25.04.: Frühlingsmarkt auf dem Sahlkampmarkt**

Das traditionelle Frühlingsmarkt findet im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Buntes Flair auf dem Sahlkampmarkt“ statt. Von **15 bis 19 Uhr** erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches Kulturprogramm, zahlreiche Stände mit internationalen kulinarischen Spezialitäten, Spiel, Spaß und nützlichen Informationen **Ort:** Sahlkampmarkt, Elmstraße



**So., 27.04.: Offenes Singen**  
Jeder der Spaß am Singen hat ist herzlich eingeladen! **Ort:** St. Nathanael-Kirche, Hartbrakenstr. 27, 30659 H., **Zeit:** 17 Uhr

**Mi., 30.04.: Tanz in den Mai im Einkaufspark** auf dem Platz der Klein-Buchholzer Bürger, ab **15 Uhr**. Eintritt frei, **Veranstalter:** Cafe Bar Bothfeld, **Ort:** Einkaufspark Klein-Buchholz, Adolf-Emmelmann-Straße/Sutelstraße.

**Mi., 07.05.: Bezirksratsitzung Bothfeld-Vahrenheide**  
Öffentliche Sitzung, **Zeit:** 18 Uhr  
**Ort:** IGS Bothfeld, Hintzehof 9 30659 H.

## BESTATTUNGSHAUS BRACHLOW

Weltweite Bestattungen

**Ihr vertrauter Bestatter seit über 30 Jahren**

Ihr einfühlsames Bestattungshaus spendet Trost in schweren Stunden.

Wir sind da, wo Sie uns brauchen  
- auf jedem Friedhof in Hannover -  
Deutschland und weltweit.

**Tag & Nacht erreichbar (0511) 646 83 227**

Laher-Feld-Str. 25 • 30659 Hannover  
**Direkt am Laher Friedhof • [www.brachlow-bestattungen.de](http://www.brachlow-bestattungen.de)**

Alle genannten Termine ohne Gewähr/unter Vorbehalt

# Bauernmarkt im Einkaufspark Klein Buch

## Buntes Frühlingserwachen

- ✓ Modische Taschen
- ✓ (Kinder-)Rucksäcke  
u.a. von Affenzahn®  
Deuter, & Vaude
- ✓ Schicke Gürteltaschen  
mit Wechselgurten
- ✓ Cityrucksäcke
- ✓ Trolleys  
u.a. von Samsonite, Travelite  
& American Tourister
- ✓ Portemonnaies
- ✓ Reise- &  
Fahrradtaschen
- ✓ EC-Karten Wallets
- ✓ Accessoires



**LEDER  
LA MARTINE**  
TASCHEN GEPÄCK ACCESSOIRES

Adolf-Emmelnann-Str. 8 | 30659 Hannover  
Tel.: 0511/ 655 825 10 | [www.leder-la-martine.de](http://www.leder-la-martine.de)

**Bothfeld (MH).** Jeden Freitag verwandelt sich der Parkplatz vom Einkaufspark Klein Buchholz an der Sutelstraße in der Zeit von 14 bis 18 Uhr in ein lebendiges Markttreiben, wenn der beliebte Bauernmarkt seine Pforten öffnet. Hier haben Besucher die Möglichkeit, frische, regionale Produkte direkt von den Erzeugern zu kaufen und die Vielfalt der heimischen Landwirtschaft zu entdecken.

Nur Bauernhöfe aus der Region dürfen ihre selbsterzeugten Produkte anbieten, was die Qualität und Frische der Waren garantiert. Das Angebot ist jahreszeitlich angepasst und orientiert sich am saisonalen Angebot. Jeder Anbieter übernimmt die Garantie für einen lückenlosen Herkunftsnachweis, sodass die Kunden genau wissen, woher ihre Lebensmittel stammen.

Bauernmärkte leisten zudem einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz, denn ihre Erzeugnisse sind ausschließlich aus der Region und haben dadurch keine langen Transportwege. Dies reduziert nicht nur den CO<sub>2</sub>-Ausstoß, sondern unter-



# BauernMarkt



Jeden Samstag 8 - 13 Uhr

## Bauernmarkt List/auf dem Moltkeplatz

## Wir sind Erzeuger

Bäuerliche Betriebe aus der Region bieten Ihnen Produkte direkt vom Hof von hoher Qualität mit Herkunftsnachweis

Jeden Freitag 14 - 18 Uhr

## Bauernmarkt Einkaufspark Klein-Buchholz

An der Sutelstraße



[www.bauernmarkt-hannover.de](http://www.bauernmarkt-hannover.de)

# holz:

## Frische Produkte und regionale Vielfalt



stützt auch die lokale Wirtschaft. Der Bauernmarkt bietet den direkten Kontakt zu den Erzeugern, was den Einkauf zu einem besonderen Erlebnis macht.

Bauernmärkte, auf denen unser Logo zu sehen ist, arbeiten nach den Richtlinien der Landwirtschaftskammer Niedersachsen und werden regelmäßig überprüft. In Klein Buchholz können die Besucher sich auf eine Vielzahl von Produkten freuen, die von regionalen Betrieben angeboten werden.

In Bothfeld beispielsweise gibt es auf dem Bauernmarkt zehn Betriebe, die Obst, Gemüse, Milch, Quark, Joghurt, Käse, Fleisch und Fisch aus regionaler Produktion anbieten. „Es ist uns wichtig, die Verbindung zwischen den Verbrauchern und den Erzeugern zu stärken“, erklärt Marktsprecher Fritz Harke. „Hier können die Menschen nicht nur einkaufen, sondern auch mehr über die Herkunft ihrer Lebensmittel erfahren.“

Der Bauernmarkt im Einkaufspark Klein Buchholz ist nicht nur ein Ort des Einkaufens, sondern auch ein Treffpunkt für die Gemeinschaft. Viele Besucher kommen nicht nur wegen der frischen Produkte, sondern auch, um sich mit Nachbarn und Freunden auszutauschen. „Es ist schön zu sehen, wie die Menschen hier zusammenkommen und die Atmosphäre genießen“, so Harke weiter.

Wer frische, qualitativ hochwertige Lebensmittel schätzt und gleichzeitig die lokale Landwirtschaft unterstützen möchte, sollte unbedingt einen Besuch einplanen.



**TANZ in den MAI** CAFE BAR BOTHFELD

SUTELSTR. 5,  
30659 HANNOVER  
Mo. - Sa. ab 9 Uhr  
+ So. ab 15 Uhr,  
☎ 0511/54 302 502

SAVE THE DATE  
30.04. Tanz in den Mai ab 15 Uhr

Facebook and Instagram icons

Komm vorbei,  
sucht ein Osterei  
... und spart dabei!

**5 - 20 %  
Rabatt  
auf Ihren  
gesamten  
Einkauf**

Gültig vom 10. - 19.04.2025  
\*auf gekennzeichnete  
Ware

Neu bei  
uns im  
Sortiment:  
**Short Stories  
Nachtwäsche**

**Modehaus**  
best basics and more...

Adolf-Emmelnann-Str. 5  
im Einkaufspark Klein-Buchholz  
0511/640 63 81 · Mo. - Sa. 9 - 19 Uhr

**wiemer**

**BRASSERIE RENDEZVOUS**  
Bistro. Café. Restaurant.

Rendezvous Special's

<b>GILDE TIME</b> Mo-Sa von 16.00-19.00 Uhr jedes GILDE RATSCELLER 0,4 l	3,50
Montags: ab 16.00 Uhr <b>CURRYWURST TIME</b> Currywurst mit Pommes Frites	8,80
Dienstags: ab 16.00 Uhr <b>SCHNITZEL TIME</b> jedes Schnitzel aus der Karte mit Pommes Frites und Salatbeilage	13,50
Mittwochs: ab 16.00 Uhr <b>BURGER TIME</b> jeder Burger aus der Karte	9,90
Donnerstags: ab 16.00 Uhr <b>TAPAS 4=3</b> 4 Tapas bestellen, nur 3 bezahlen (die 4. Tapa ist gratis)	
Freitags: ab 16.00 Uhr <b>SUFLAKI TIME</b> mit Pommes Frites und Krautsalat	13,90
Samstags: ab 16.00 Uhr <b>FLAMMKUCHEN TIME</b> jeder Flammkuchen aus der Karte	9,50

Adolf-Emmelnann-Str. 7 ♦ Einkaufspark Klein-Buchholz  
30659 Hannover ♦ Fon: 0511/640 43 30  
Montag - Samstag ab 9.00 ♦ Sonn- & Feiertags geschlossen

[www.brasserie-rendezvous.de](http://www.brasserie-rendezvous.de)



Scannen und  
runterladen!



**20€  
RABATT  
FÜR SIE**

RABATTCODE:  
**NEU20**

# NEUERÖFFNUNG

## IM EINKAUFSPARK KLEIN-BUCHHOLZ

MIT DER **CB APP** 20€ RABATT AUF IHREN EINKAUF\*  
UND VIELE WEITERE EXKLUSIVE VORTEILE SICHERN!

**So geht's:** Einfach die **CB App** herunterladen, anmelden und im Menü  
unter „Rabattcode einlösen“ den exklusiven **Rabattcode NEU20** eingeben.

\* Einlösbar ab 99,90€ Einkaufswert.  
Weitere Details zur Aktion in der App.



HANNOVER · EINKAUFSPARK KLEIN-BUCHHOLZ  
2 X LÜBECK · KIEL · SCHWENTINENTAL · FLENSBURG

cbmode.de

ONLY

Street One

TOMMY  
JEANS

Calvin Klein

OPUS

CECIL

MAC

Camel  
ACTIVE

JACK&JONES

VERO MODA

someday.

TOM TAILOR  
EST. 1962

LINDBERGH

PME LEGEND  
AMERICAN COUNTRY

u.v.m.

# Neuer Modehändler: CB Mode eröffnet im Einkaufspark Klein-Buchholz

**Bothfeld (JP).** Für frischen Wind im Einkaufspark Klein-Buchholz sorgt ab April der norddeutsche Textileinzelhändler CB Mode. Mit dem Umzug aus dem A2 Center in Altwarmbüchen legt das hanseatische Familienunternehmen den Grundstein für eine neue, moderne Filiale. Aktuell wird auf der Baustelle daher fleißig gearbeitet, damit zur geplanten Eröffnung am 1. April die Türen geöffnet werden können.



Die CB App bietet viele exklusive Vorteile.

CB Mode bietet für Damen und Herren eine große Auswahl aus den aktuellen Kollektion von angesagten Mode-Marken wie unter anderem Only, Jack & Jones, Tommy Jeans, PME Legend oder Calvin Klein. Aber auch hochwertige Basics und Casual-Styles von MAC, Opus, Cecil und viele mehr sind im Sortiment zu finden. Das hanseatische Familienunternehmen steht seit jeher mit seinem Namen für kompetente Beratung, eine große Auswahl und faire Preise. Den Grundstein hat die gelernte Maßschneiderin Anna Beutin bereits 1923 in der Hansestadt Lübeck gelegt. Heute führt CB Mode in seinen insgesamt sieben Filialen in ganz Norddeutschland auf über 22.000 qm mehr als 100 der angesagtesten Fashion-Marken.

Zur Eröffnung in Bothfeld - so verrät der Modehändler - sind eine exklusive Rabatt-Aktion sowie ein großes Gewinnspiel in der unternehmens-eigenen CB App und weitere Aktionen vor Ort geplant. Die CB App kann schon jetzt kostenfrei im App- oder im Google Play Store heruntergeladen wer-



Auch für die Herren bereiten Bilder aus den anderen Filialen des Einzelhändlers bereits einen Vorschmack auf die neuen Kollektionen.

den. Nach der Anmeldung sind sofort alle Vorteile freigeschaltet: So gibt es exklusive Rabatt-Coupons für App-Kunden, einen Willkommensrabatt über zehn Prozent, Geburtstagsüberraschungen, einen Kickback in Höhe von drei Prozent für die Einkäufe und vieles mehr. Alle Infos rund um CB Mode und die CB App gibt es unter [www.cb-mode.de/umzug](http://www.cb-mode.de/umzug)



Modische Looks von Marken wie Street One und vielen mehr erwarten Besucher auch bald in der Filiale im Einkaufspark Klein-Buchholz.



**Goldschmiede-, Uhrmachermeister und Juwelier seit 1997**



Sutelstraße 5  
30659 Hannover  
Tel. 05 11 / 64 68 27 51  
Mo. – Sa. 9–19 Uhr

Am Ortfelde 65  
30916 Isernhagen NB  
Tel. 05 11 / 77 10 22  
Di. + Fr. 9–18 Uhr



Tel. 05 11 / 77 73 13  
Mo. – Sa. 9.30–19 Uhr

[www.gold-graebert.de](http://www.gold-graebert.de)

## Yoga für Kinder – Bewegung, Entspannung und Spaß für kleine Entdecker

Bothfeld (PR). Ab dem 29. April 2025 startet unser neuer Kinderyoga-Kurs – eine wunderbare Möglichkeit für Kinder im Alter von 6 bis 9 Jahren, spielerisch mehr Ruhe, Stärke und Beweglichkeit in ihren Alltag zu bringen.

Kinderyoga ist weit mehr als nur Bewegung – es unterstützt Kinder dabei, ein besseres Körpergefühl zu entwickeln, ihre Konzentrationsfähigkeit zu steigern und mit den Herausforderungen des Alltags gelassener umzugehen. Durch spielerische Yoga-Übungen verbessern die Kinder ihre Beweglichkeit, Motorik und Koordination, während gezielte Atemtechniken und Fantasiereisen ihnen helfen, sich zu entspannen und innere Ruhe zu finden. Diese Kombination aus Bewegung und Entspannung fördert nicht nur das

Selbstbewusstsein, sondern hilft auch, Stress abzubauen und das emotionale Gleichgewicht zu stärken. Besonders wertvoll ist dabei, dass es keinen Leistungsdruck gibt – die Kinder dürfen sich ausprobieren, Spaß haben und ihre individuellen Möglichkeiten entdecken.

Der Kurs findet immer dienstags von 15:00 bis 16:00 Uhr im Mehrzweckraum in der Carl-Loges-Straße 12 in Hannover statt und umfasst 10 Einheiten à 60 Minuten. Die erfahrene Kursleiterin Sita Seebach begleitet die Kinder mit viel Einfühlungsvermögen und schafft eine Atmosphäre, in der sie sich sicher und wohlfühlen. Die Teilnahmegebühr beträgt 12 Euro für Mitglieder und 50 Euro für Nicht-Mitglieder. Eine Online-Anmeldung ist ab sofort möglich.



Mitglied im Bestatterverband  
Niedersachsen e. V.

# Behling

**BESTATTUNGEN**

125 Jahre Vertrauen durch Kompetenz  
-wenn Sie uns brauchen, haben wir Zeit!

ERD-, FEUER-, SEE- UND WALDBESTATTUNGEN

BERATUNG IM TRAUERHAUS - VORSORGE - EIGENE TRAUERHALLE

30659 Hannover-Buchholz  
Sutelstr. 69

30629 Hannover-Misburg  
Waldstraße 12

Telefon **0511-6478014**

e-mail: [ab@behling-bestattungen.de](mailto:ab@behling-bestattungen.de) - [www.behling-bestattungen.de](http://www.behling-bestattungen.de)



# 100 Jahre

## OSV Oststädter Sportverein von 1923 e.V.

### Das sind wir...

- mit 4 Herrenmannschaften und 19 Jugendmannschaften setzen wir auf eine starke Kinder- & Jugendarbeit.

### Das bieten wir...

- lebendigen Breitensport mit bereits mehr als 580 Mitgliedern
- einen aktiven Beitrag zur Entwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Spaß und Freude am Sport

### Unser starkes Aushängeschild...

- die 1. Herrenmannschaft in der Landesliga

Weitere Infos auf [www.osvhannover.org](http://www.osvhannover.org)

sponsored by



**Oststadtstadion**  
**Carl-Loges-Str. 12**  
**30657 Hannover-Bothfeld**



2. BUNDESLIGA 1979 – 1981



## Rente und Steuern: Das sollten man wissen

**Liegt der steuerpflichtige Teil der Einkünfte über dem Grundfreibetrag, müssen Rentner eine Steuererklärung abgeben**

**Bothfeld (PR).** Grundsätzlich gilt: Rentner sind zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet, wenn der steuerpflichtige Teil ihrer jährlichen Einkünfte den Grundfreibetrag übersteigt. Das betrifft viele, vor allem wenn sie neben der gesetzlichen Rente noch weitere Einkünfte haben – z. B. aus Vermietungen, weil sie eine Witwen- oder Betriebsrente erhalten oder zusätzlich zur Rente arbeiten gehen. Dadurch übersteigt der Gesamtbetrag ihrer Einkünfte häufig den Grundfreibetrag. Der Grundfreibetrag liegt 2025 bei 12.096 € (2024: 11.784 €). Für verheiratete und verpartnerte Paare gilt jeweils der doppelte Betrag. **Der steuerpflichtige Teil der Rente nimmt immer mehr zu.** Für jeden neuen Rentenjahrgang steigt der steuerpflichtige Anteil. Seit dem Jahr 2020 lag dieser Anstieg jährlich bei einem Prozentpunkt. Mit dem Wachstumschancengesetz wurde 2024 aber beschlossen, dass der steuerpflichtige Anteil der Rente künftig und rückwirkend ab 2023 nur noch jährlich um 0,5 Prozentpunkte steigt. Wer 2024 in Rente gegangen ist, muss 83 Prozent der Rente versteuern. Somit liegt der Rentenfreibetrag bei 17 Prozent. Für den Renteneintrittsjahrgang 2025 steigt der Besteuerungsanteil auf 83,5 Prozent, für den Jahrgang 2026 auf 84 Prozent und so weiter. Die 100 Pro-

zent werden 2058 erreicht: Wer ab dem Jahr in Rente geht, muss seine komplette Rente versteuern.

**Steuerpflichtig oder nicht?** - Ob ein Rentner zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet ist, hängt unter anderem von folgenden Faktoren ab:

- wie viel Rente er erhält;
- wie hoch der steuerpflichtige Anteil der gesetzlichen Rente und möglicher weiterer Renten ist
- wie hoch mögliche weitere steuerpflichtige Einkünfte sind;
- ob er alleinstehend oder verheiratet ist;
- ob Einkünfte aus nichtselbstständiger Arbeit vorliegen, die dem Lohnsteuerabzug unterlegen haben. **Tipp:** Wer zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet ist, muss nicht automatisch am Ende auch Steuern zahlen. Zahlreiche Rentner können viele ihrer Ausgaben steuerlich geltend machen. Liegt danach das verbleibende, zu versteuernde Einkommen

unter dem Existenzminimum, also unter dem Grundfreibetrag, werden keine Steuern festgesetzt. Ob und welche Kosten Rentner beispielsweise für Versicherungsbeiträge, Medikamente, Zahnersatz, Pflege, Spenden oder Handwerker absetzen können, um das zu versteuernde Einkommen so zu reduzieren, hängt von vielen individuellen Umständen ab.

Sie haben noch Fragen? Rolf Blum leitet die VLH-Beratungsstelle in Langenhagen und steht Ihnen gerne Montags, Dienstags und Donnerstags von 10 - 12 Uhr und 15 - 17 Uhr telefonisch zur Verfügung: 0511 8667701 oder per E-Mail an: Rolf.Blum@vlh.de

**Steuern? Wir machen das.****VLH.**

Rolf Blum  
Beratungsstellenleiter  
Walsroder Str. 162  
30853 Langenhagen  
Rolf.Blum@vlh.de



☎ 0511 / 8 66 77 01

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

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

**M. P. HOCH2****Maren Hermes Media Print**

Werbe- und Redaktionsservice

Verlag Werbeagentur Adwords-Kampagnen

Stadtteilmagazin Bothfeld

02. Jahrgang // Ausgabe Nr. 11 - 2025 // März - Mai 2025

**Herausgeber, Redaktion + Anzeigenverkauf:**

Maren Hermes (MH)

Tel.: 0 51 39 - 97 900 94

hermes@bothfeld-magazin.de

**Anzeigenverkauf, PR's und Fotos:**

Jörg Palm (JP)

Tel.: 0171/47 00 229

verlag@bothfeld-magazin.de

**Förderer/Mitinitiator:**

Gemeinschaft Bothfelder Kaufleute e.V.

+ Wirtschaftsförderung Hannover



Landeshauptstadt

Hannover

WIRTSCHAFTSFÖRDERUNG

**Impressum****Postadresse:**

MPhoch2 - Maren Hermes

Am Mühlentfeld 3e

30938 Burgwedel

Tel.: 0 51 39 - 97 900 94

**Anzeigenvorlagen:**

verlag@bothfeld-magazin.de

**E-Paper:**

www.bothfeld-magazin.de

**weitere Titel:**

www.regionalmagazin-laaten.de

www.schaumburger-regionalmagazin.de

Vervielfältigungen und Nachdruck der von uns kreativ gestalteten Anzeigen (Design),

Texte und Fotos sind nur mit Genehmigung des Verlages und gegen Lizenzgebühr möglich.

Bei Rechtsverletzungen werden wir nach § 97 UrhG eine entsprechende Entschädigung verlangen. MPhoch2

kann für die Vollständigkeit und korrekte Wiedergabe der angelieferten Inhalte keine Gewähr übernehmen.

Anzeigenschluss für nächste Ausgabe MÄRZ - MAI 2025: 17.04.2025; Auslagenverteilung siehe www.bothfeld-

magazin.de, Druckerei: art+image GmbH &amp; Co. KG, Fotos: Maren Hermes, Manfred Petrak, Jörg Palm, Kunden,

Vereine und Verbände, GBK, Weitere Fotos + Vektoren: freepik, Pixabay.

**In eigener Sache:** Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir in unseren Texten die männliche Form.

Gemeint sind jedoch immer alle Geschlechter.

**Brüsewitz-Wegener**

BESTATTUNGEN

**TAG & NACHT****0511 - 60 43 222***Spuren im Sand vergehen**Spuren im Herzen bleiben*

Wenden Sie sich im Trauerfall vertrauensvoll an uns

**BRÜSEWITZ-WEGENER  
BESTATTUNGEN E.K.****Podbielskistr. 380  
30659 Hannover****kontakt@bestattunghannover.de www.bestattunghannover.de**

Frühlings-  
erwachen

in



Einkaufspark  
**Klein-Buchholz**

Montag bis Samstag von 9 bis 19 Uhr für Sie geöffnet

Adolf-Emmelmann-Straße | Hannover- Bothfeld

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

Haltestelle Noltemeyerbrücke | 3,7,13

