

Extra TIP

**NEUES ZUM ALDI PREIS:
ENTDECKEN SIE
VIELE ANGEBOTE
IN UNSEREM MAGAZIN
UND AUF ALDI-NORD.DE**



Jeden Tag besonders – einfach ALDI.

38. Jahrgang • Nr. 1 • Samstag • 4. Januar 2025
Extra Tip Werbungs- und Vertriebsgesellschaft mbH
Wiesenstraße 1 • 37073 Göttingen
www.extratip-goettingen.de

MATRATZENBERATUNG MIT RÜCKENMESSUNG

Jeder Mensch ist einzigartig
Jeder Rücken auch!

Individuelle Matratzen
abgestimmt auf Körperbau
und Rückenform
Ihr Termin: 05545 / 6312



Di - Fr 10 - 17 Uhr, Sa 10 - 14 Uhr, Mo geschlossen
Exklusiv Termin Di - Fr 17 - 19 Uhr*
*außerhalb der Öffnungszeiten

**BETTEN
KRAFT**
mit LÄSSEN · MIT FREIZEIT

A7 KS-GÖ / Abf. Hedemünden · Mündener Str. 9 · P vor der Tür
Auswahl auf über 1.500 m² · www.betten-kraft.de



Foto: Tobias Christ

HILFSAKTION

Fürs Büro

Jens Marhoffer (l.) hat zugunsten von „Keiner soll einsam sein“ das Trikot mit den Unterschriften der 05-Legenden ersteigert – das bekommt nun einen Ehrenplatz in seinem Büro.

SEITE 3



Foto: Karin Vogt/NowoPhoto

VERLOSUNG

Aus Wien

Die älteste Militärkapelle der Welt, die Original-Hoch- und Deutschmeister aus Wien, gibt ein Konzert in der Region. Mit dem ExtraTIP kann man Tickets gewinnen.

SEITE 9



Foto: Die Amigos

KONZERT

Zum Jubiläum

Die Erfolge der Amigos in Deutschland schlagen sogar die Rekorde der Beatles und der Rolling Stones. Der ExtraTIP präsentiert das Jubiläumskonzert des Schlager-Duos in Göttingen.

SEITE 8

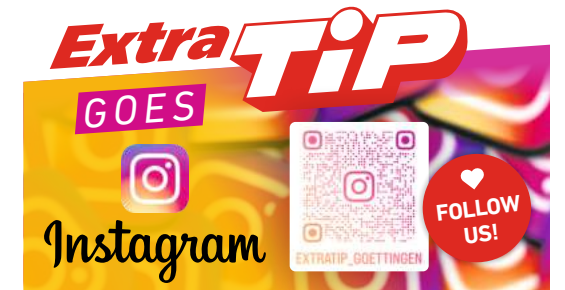
Die Milch macht's

Manchmal ist der Start ins Leben nicht so einfach. Kommt es bei der Geburt zu Komplikationen oder sind Mutter und Kind nach der Entbindung in keinem guten Gesundheitszustand, kann das zu Schwierigkeiten beim Stillen führen. Mütter, deren Kinder stationär in der Neonatologie der Universitätsmedizin Göttingen behandelt werden, können jetzt Muttermilch spenden und an Neugeborene weitergeben, deren Mütter Schwierigkeiten beim Stillen haben. Ein in der Region einmaliges Projekt.

SEITE 2



Foto: Andriy Petrenko-stock.adobe.com



Silvesternacht: zwei Brände und ein verletzter Polizist

GÖTTINGEN. Die Silvesternacht verlief im Zuständigkeitsbereich der Polizeiinspektion Göttingen aus polizeilicher Sicht „vergleichsweise ruhig“. Im Vergleich zum Vorjahr seien in diesem Jahr deutlich mehr Beamtinnen und Beamten auf den Straßen gewesen, um die Sicherheit zu gewährleisten. Das Fazit: Zwar verzeichneten die Dienststellen in Stadt und Landkreis erwartungsgemäß eine Vielzahl von Einsätzen, die Verbote über das Zünden von Pyrotechnik seien aber „weitestgehend“ eingehalten worden. Insbesondere für Grone fällt das Fazit „grundsätzlich positiv“ aus. Vor allem auf dem Jona-Platz seien im Vergleich zum Vorjahr deutlich weniger Ein-

satzanlässe registriert worden. Aber es gab auch diesen Vorfall: Gegen 0.20 Uhr in der Silvesternacht meldete die Berufsfeuerwehr Göttingen den Brand eines Altkleider-Containers am Groner Schleifweg, bei der Anfahrt wurden die Einsatzkräfte mit Pyrotechnik beschossen. Ein 24-jähriger Polizist erlitt dabei ein Knalltrauma. Die Göttinger Feuerwehr musste an Silvester mehr als einmal ausrücken. Gegen 18 Uhr brannte es in einem Apartment in einem Wohnkomplex in der Groner Landstraße. Und kurz nach 21 Uhr kam es zum Brand eines Anbaus an einem Reihendachhaus in Weende. Menschen wurden dabei nicht verletzt.

STAR

SSD SCHMIDT

www.ssd-schmidt.de

- Haushaltsauflösung
- Entrümpelung
- Fußbodenverlegearbeiten
- Asbestsanierung

Herr Schmidt, nehm'ses mit!

Tel.: 0176 - 515 634 06
asbestsanierung-goettingen.de
fussboden-verlegen-goettingen.de
haushaltsaufloesung-goettingen.de



SCHADI

Polsterarbeiten aller Art
Schaumstoff-SOFORT-Zuschnitt

- Möbelstoffe
- Leder
- Kunstleder
- Vorhänger & Gardienen
- Reinigungsservice
- Teppiche
- Schaumstoff
- Matratzen



Posthof 10 - 37081 Göttingen
Tel. 0551 33300 · 0163 1515733
E-Mail: Schadi@mail.de
www.schadi-polsterei.de

ANTIK MARKT göttingen

Wir kaufen an:

- » Silber
- » Versilbertes Besteck
- » Zinn
- » Bronze
- » Schmuck
- » Modeschmuck
- » Hochwertiges Porzellan
- » Orden und Abzeichen aus dem 1. und 2. Weltkrieg
- » Designer Möbel & Lampen usw.

☎ 0551-63 37 56 39

Rudolf-Wissell-Str. 6
37077 Göttingen

Parkplätze direkt vor der Tür!

WIR FÜHREN AUS:
Haushaltsauflösungen
und Entrümpelungen

www.antikmarkt-goettingen.de

INTERNATIONALER
REWE JUNIORCUP
since 1989

8.1.2025
ab 15.30 Uhr **Eintritt frei** **vision2facts FIRMENCUP**
LOKHALLE GÖTTINGEN

9.-12.1.2025
LIVESTREAM
DAS GESAMTE TURNIER ERLEBEN

KICKER-KANÄLE
@REWEJUNIORCUP

3A

Wilde Expedition Truck

zu Hammerpreisen sofort verfügbar!

Allrad, Untersetzung, Diff-Sperren, 560 Ah LiFePo4 Batterie,
820 W Solar, ab 1,2 t Zuladung, alte FSK3, 4/5 Gurtplätze, reisefertig

Fuso ab **165.000,- €** inkl. UST

Daily ab **210.000,- €** inkl. UST



Auto Wilde GmbH
Vienenburger Str. 12
38640 Goslar

Tel.: +49 (0) 53 21 / 6 85 39-0
E-Mail: verkauf@auto-wilde.de
www.auto-wilde.de



Notdienste

Notruf Polizei	110	Kinder- und Jugendtelefon	08 00 / 111 0 333
Feuerwehr/Rettungsdienst	112	Frauenhaus Göttingen e.V.	05 51 / 5 21 18 00
Allgemeinärztl. Bereitschaftsdienst	116 117	Elterntelefon	08 00 / 111 0 550
Krankentransport-Leitstelle	05 51 / 1 92 22	Privatärztlicher Notdienst	05 51 / 1 92 57
Gift-Informations-Zentrum	05 51 / 1 92 40	Zahnärztlicher Notdienst	05 51 / 3 07 14 44
Telefon-Seelsorge	08 00 / 111 0 111	Tierarzt-Notdienst:	www.tierarzt-notdienst-goettingen.de

Ärztlicher Notdienst Göttingen und Umland

Göttinger Notdienst-Ambulanz im Universitätsklinikum (Montag, Dienstag, Donnerstag 19-22 Uhr, Mittwoch und Freitag 15-23 Uhr sowie Samstag, Sonntag und Feiertage 8.30-23 Uhr)

Kinder- und jugendärztlicher Bereitschaftsdienst

Notdienst im Universitätsklinikum 05 51 / 70 70 92 45

Apotheken-Notdienst am Sonntag

Göttingen und Umland

Bären-Apotheke, Zollstock 11 (8-8 Uhr) 0551 / 99 85 00

Adelebsen/Dransfeld

die Göttinger Notdienst-Apotheke oder:
Greif-Apotheke in Bodenfelde, Kottberg 10 (8.30-8.30 Uhr) 0 55 72 / 395
Obergericht-Apotheke in Staufenberg, Kasseler Straße 3a (9-9 Uhr) 0 55 43 / 9 40 00

Radolfshausen/Eichsfeld

Hirsch-Apotheke in Gieboldehausen, Marktstraße 14 (9-9 Uhr) 0 55 28 / 727
Amalien-Apotheke in Heiligenstadt, Robert-Koch-Straße 36 (8-8 Uhr) 036 06 / 50 66 50

Zahnärztlicher Notdienst

Zentraler Ansagedienst für Göttingen, Bovenden, Friedland, Gleichen und Rosdorf unter 0551 / 30 71 444
Eichsfeld: In Duderstadt die Praxis Diederich, Marktstr. 15-17, Tel. 0 55 27 / 14 97

(Sprechzeit: 10 bis 11 Uhr oder nach Vereinbarung)

Notdienste für Thüringen abrufbar unter kzv-thueringen.de

Sämtliche Notfallvertretungsdienste sind bundesweit abrufbar unter Telefon 116 117

KOMMENTAR

Durchgeknallt

Frage des TV-Reporters an die Ärztin: „Wie ist bei Ihnen die Lage?“ Antwort der Unfallchirurgin: „Aktuell amputieren wir noch Finger und Hände.“ Ein ganz normaler Neujahrstag in einem Berliner Krankenhaus. Es ist kein Bericht aus einem Krisengebiet, es gab keinen Anschlag. Es ist nur die logische Folge von Alkohol, Leichtsinns (der zum Genuss von Alkohol dazugehört) und Silvesterböllern. Kein Wunder also, dass jedes Jahr diskutiert wird, die – eigentlich fröhliche – Silvesterknallerei zu verbieten. Wenn fünf Tote zum Jahreswechsel nur die Spitze des Eisbergs sind und von der Böllerei oft auch die Betroffenen sind, die gar nicht mitmachen,

ist es nur folgerichtig, dass mindestens über Einschränkungen nachgedacht wird. In Norwegen sind Raketen an Holzstäben verboten, in Schweden braucht man für diese Silvestergeschosse eine Genehmigung der Polizei. Wer in der Nähe von Holzhäusern wohnt, muss sich mit nicht fliegenden Böllern begnügen. Aber es braucht ja gar keine Holzhaus-siedlungen, um Rettungskräfte auf Trab zu halten. Die Feuerwehren aus dem benachbarten Landkreis Northeim kamen nicht dazu, diesen Jahreswechsel zu feiern: Brennender Holzschuppen, Mülltonnen in Flammen, Vollbrand eines Fachwerkhauses ... rund 500 Einsatzkräfte

von Feuerwehr, Polizei, THW und Rettungsdiensten haben so ihr Silvester verbracht. Dass der Auslöser jeweils Feuerwerk war, ist nicht bewiesen, die Einsatzdichte spricht aber schon ein bisschen für sich. Was tun? Verboten wird nicht viel nützen, denn eine Hauptursache für die vielen Verletzungen waren wohl selbst gebaute Kugelbomben, die diesmal im Trend lagen und die natürlich verboten sind. Vielleicht (wie bei Zigaretten) in Zukunft ein paar eindrucksvolle Fotos aus der Notaufnahme auf die Verpackungen und Plakate für Böllerschlappen, Mülltonnen in Flammen, Vollbrand eines Fachwerkhauses ... **Stefanie Arndt**

Einmalig in der Region

Neues Angebot für Frühgeborene: Universitätsmedizin Göttingen eröffnet Frauenmilchbank

GÖTTINGEN. Ab sofort können Mütter, deren Kinder stationär in der Sektion Neonatologie der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) behandelt werden, Muttermilch spenden und an Neugeborene

weitergeben. Dieses Angebot ist in der Region einmalig.

Manchmal ist der Start in das Leben nicht so einfach. Kommt es bei der Geburt zu Komplikationen oder sind Mutter und Kind nach der Entbindung in

keinem guten Gesundheitszustand, kann dies auch zu Schwierigkeiten beim Stillen führen. Jedes Jahr gibt es in der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) etwa 60 Frühgeborene, die bei der Geburt weniger als 1.500 Gramm wiegen. Beson-

ders für sehr kleine Frühgeborene und Neugeborene mit Magen-Darm-Beschwerden ist die Ernährung mit Muttermilch vorteilhaft, weil sie eine Vielzahl an Nährstoffen und Antikörpern enthält, die die gesunde Entwicklung und das Immunsystem des Babys unterstützen.

„Unterstützung beim Aufbau der Frauenmilchbank haben wir vom Versorgungsforschungsprojekt Neo-MILK erhalten, welches eine strukturelle Stillförderung und den Aufbau von Humanmilchbanken an neonatologischen Zentren in ganz Deutschland zum Ziel hat. Mein Dank gilt zudem unserem gesamten Team, das die Eröffnung der Frauenmilchbank ermöglicht hat“, sagt Priv.-Doz. Jana Dieks, Leiterin der Sektion Neonatologie der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der UMG.

„Möglichst schon vor einer absehbaren Frühgeburt werden die Eltern von unseren Stillberaterinnen, auch Laktationsberaterinnen genannt, über die Möglichkeiten von Spenderinnenmilch informiert. Mit dem Einverständnis der Eltern kann ein Frühgeborenes oder krankes Neugeborenes dann Spenderinnenmilch statt Säuglingsanfangsnahrung erhalten. Häufig kann



Carolin Uhde war eine der ersten Muttermilchspenderinnen an der UMG.
Fotos: umg/julia szikszay

die Mutter nach einigen Startschwierigkeiten ihr Kind selbst mit Muttermilch versorgen und die Spenderinnenmilch wird nur für die Anfangszeit benötigt“, erklärt Tanja Lochter, Pflegedienstleiterin an der UMG.

Damit Frauenmilch gespendet und einem anderen Kind verabreicht werden darf, müssen ähnlich wie bei einer Blutspende einige Auflagen erfüllt sein: So sind ein hygienischer einwandfreier Umgang mit der Milch und eine anschließende Aufbereitung notwendig, damit diese für die Ernährung von Frühgeborenen und kranken Kindern eingesetzt werden kann. Deswegen müssen die Spenderinnen die Milch vor Ort in der UMG abpumpen, damit sichergestellt ist, dass unter anderem die Kühlkette nicht unterbrochen wird. „Es wurden durch das Veterinäramt alle hygienischen Richtlinien, Materialien und Vorgehensweisen in der UMG überprüft, sodass wir nun unsere Frauenmilchbank in Betrieb nehmen konnten“, erläutert Lochter.

Carolin Uhde war eine der ersten Spenderinnen. „Mein Sohn kam als Frühgeburt in der 33. Schwangerschaftswoche zur Welt und wurde danach stationär in der UMG versorgt. Ich habe regelmäßig abgepumpt und hatte viel mehr Milch als er trinken konnte. Deswegen wurde mir vorgeschlagen, die Milch für andere Frühchen zu spenden“, berichtet die 33-Jährige. Nach einer körperlichen Untersuchung und der Kontrolle von Blut sowie Muttermilch war die Spende möglich. „Spenden kann jede Frau, die neben dem Bedarf für ihr eigenes Kind einen täglichen Überschuss an Muttermilch hat und über einen guten Gesundheitszustand verfügt“, erläutert Cordula Walter, Study Nurse in der Sektion Neonatologie der UMG. Eine weitere wichtige Voraussetzung für eine Milchspende ist, dass das eigene Kind noch stationär in der UMG betreut wird.

SEKTION NEONATOLOGIE

Einige Kinder kommen zu früh auf die Welt. Andere benötigen

aufgrund einer Anpassungsstörung, einer Infektion oder einer anderen Erkrankung zunächst medizinische Betreuung. Für solche Situationen sind die Neonatologische Intensivstation 0141 und die Neonatologische Intermediate Care- und Normalstation 0041 speziell ausgerichtet. Im Perinatalzentrum Göttingen an der UMG kümmert sich das Team in enger Zusammenarbeit mit der Geburtshilfe der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe um die Früh- und Neugeborenen.

NEO-MILK-STUDIE

„Neo-MILK“ ist ein vom Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) gefördertes wissenschaftliches Projekt. Ziel sind die Verbesserung der Stillförderung und die Etablierung von Humanmilchbanken auf neonatologischen Intensivstationen. Auf diese Weise sollen mehr frühgeborene Kinder Zugang zu Muttermilch und (falls dies nicht möglich sein sollte) zu Spenderinnenmilch erhalten. Mehr Infos gibt es unter neo-milk.uni-koeln.de. **UMG**

10 Fragen zur Person

Daniel Buff



Am heutigen Samstag ist ab 22 Uhr Best 90s-Party im Exil. Neben DJ Take One (bekannt von der Best 80s-Party) ist DJ Scanner (Nacht der Schatten) dabei – und der heißt im richtigen Leben Daniel Buff. Geboren wurde er am 28. Mai 1975 in Bautzen (Sachsen), ist in Apolda in Thüringen aufgewachsen.

Nach seiner Ausbildung zum Maler und Lackierer war Daniel Buff vier Jahre Zeitsoldat und arbeitete anschließend unter anderem als Kraftfahrer, Kundenberater in der IT-Schulung sowie in der Veranstaltungstechnik. Als DJ war er erstmals 1992 in einer alternativen Dorfdisco in Thüringen aktiv, es folgte die Umorientierung zu elektronischer Musik, ab 1999 auch im Gothic-Bereich. Seitdem ist er in fast allen musikalischen Bereichen tätig, als Veranstalter und Organisator von Parties und Konzerten und als Gast-DJ.

Seit dem Umzug des Exil in die aktuellen Räumlichkeiten ist DJ Scanner Resident der „Nacht der Schatten“, seit Kurzem zusammen mit DJ Take One auch bei der „Best 90s“-Party.

Die Hobbys von Daniel Buff sind Lesen, Musik, Outdoor/Survival und Reisen. Er hat zwei sechsjährige Katzenmädchen, Occko und Nosek, die er im Mai aus einem Tierheim übernommen hat. Sein Lieblingessen sind „definitiv Thüringer Klöße“, am liebsten mit einer Rinderroulade, leckerem Gulasch oder Kaninchen – „im Optimalfall von Muttern gemacht“.

Sein Lebensmotto ist „Music is the only drug“, was er aber nicht ganz konsequent verfolgt. „da ich zwar seit über einem Jahr keinen Alkohol mehr trinke, aber immer wieder rauche ...“

Foto: privat

1. Meine erste LP/CD/Download war ...
... das Amiga-Greatest Hits-Album von Depeche Mode.

2. Mein erstes Geld habe ich verdient ...
... mit dem Sammeln von Altpapier und Altglas und ausgegeben hab ich es für Bravo-Poster von Depeche Mode und den Ärzten und für Bücher.

3. Die größte Erfindung der Menschheit ist für mich ...
... das Internet..

4. Erfunden werden müsste unbedingt noch ...
... eine geregelte Nutzung des Internets.

5. Ich kann auf alles verzichten, nur nicht auf ...
... Musik in fast allen Formen und Bücher.

6. Wenn ich nur 15 Euro für den Wochenend-Einkauf habe, dann besorge ich davon ...
... Eier, Kartoffeln, Gurken, Salami, Zwiebeln für ein leckeres Bauernfrühstück (reicht zwei Tage ^^) und Milch.

7. Meine Lieblingsrolle in einem Film oder Bühnenstück wäre ...
... Robinson Crusoe. Das einzig Nervige wäre wohl, dass ich größtenteils allein spielen müsste ^^
Optimalerweise wäre die Umgebung eher in einem skandinavischen Wald als einer tropischen Insel angelegt.

8. Wenn ich König von Südniedersachsen wäre, dann ...
... würde ich einen Schwerpunkt der Kulturförderung aufs Veranstalten von Konzerten legen.

9. 2025 freue ich mich besonders auf ...
... meinen 50. Geburtstag :-D Wohl eher nicht, aber auf weitere schöne Partys und DJ-Gigs, die mich jung halten.

10. In meinem Leben möchte ich unbedingt noch ...
... den Mount Everest besteigen oder die Erde aus dem Weltall sehen.
Da das aber eher nichts wird, ist das nächstkleinere Vorhaben, einen Fuß auf den Nordpol zu setzen.

„Früher war ich bei jedem Spiel“

Jens Marhoffer aus Imbsen hat das **05-TRIKOT** mit den Unterschriften der Zweitligaspieler von Göttingen 05 ersteigert

GÖTTINGEN. Das von ehemaligen Fußballprofis des 1. SC Göttingen 05 unterschriebene Trikot hat seinen neuen Besitzer gefunden. Jens Marhoffer aus Imbsen hat das Shirt ersteigert. Der Erlös von 158 Euro geht an die Tageblatt-Hilfsaktion „Keiner soll einsam sein“ – und wird aller Voraussicht nach noch aufgestockt.

„Es ist eine Win-win-Situation“, sagt Jens Marhoffer. Er hat das von der Tageblatt-Weihnachts-Hilfe „Keiner soll einsam sein“ (KSES) versteigerte Trikot bekommen. „Ich finde das super, wenn man etwas Besonderes in der Hand halten kann und dabei noch Gutes tut.“ 158 Euro war ihm das knallgelbe Trikot mit Unterschriften von etwa Klaus „Ede“ Wolf und Helmut Hinberg wert. Die Unterschriften stammen von Spielern aus der glorreichen Zeit von 05, als das Team in der 2. Fußball-Bundesliga spielte. „Diese Zeit habe ich leider selbst nicht miterlebt“, sagt der 1986 geborene Marhoffer. Er ist glühender 05-Fan: „Früher war ich bei jedem Spiel.“

Mittlerweile habe er Familie, zudem leitet er eine Versicherungsagentur in Kassel. Da blei-



Jens Marhoffer (Mitte) hat das Trikot mit den Unterschriften ehemaliger Spieler des 1. SC Göttingen 05 ersteigert. Die 05-Legenden Klaus „Ede“ Wolf (2. v.l.) und Helmut Hinberg (r.) sowie 05-Pressesprecher Markus Wahle und Andreas Fuhrmann (l.), stellvertretender Chefredakteur des Göttinger Tageblatts, kamen zur Übergabe. Foto: Tobias Christ

be nicht mehr viel Zeit, weshalb er sich die Top-Spiele herausuchen, wie etwa das Derby gegen die SVG Göttingen. „Da war ich hier“, sagt er während der Übergabe des Trikots im Jahrstadion. In Zukunft möchte der Imbsener wieder öfter zu seinem Lieblingsverein gehen. „Ich hatte den Aufruf zur Ver-

steigerung in den sozialen Medien gesehen“, sagt Marhoffer. Und da er schon öfter für „KSES“ gespendet habe, gab er sein Gebot ab. „Die Chance hat man nicht oft, an ein solches Trikot mit Unterschriften zu kommen.“ Zu Hause habe er die „üblichen“ Memorabilia wie Schals und Mützen, das Trikot

sei etwas Besonderes. Deshalb bekomme es einen Ehrenplatz an der Wand in seinem Büro.

IN ERINNERUNGEN GESCHWELGT

Bei der Trikotübergabe wurde auch in Erinnerungen geschwelgt: Schließlich waren der

05-Rekordspieler Hinberg und Wolf ebenfalls zur Übergabe an ihre alte Wirkungsstätte gekommen. „Es würde den Fußball in Göttingen attraktiver machen, wenn hier in diesem großen Stadion gespielt würde“, meint Marhoffer beim Blick in das verleierte, menschenleere Rund im Jahrstadion.



Er hat hier ein Testspiel gegen den FC Bayern München gesehen und erinnert sich auch noch an ein DFB-Pokalspiel, das er besucht hatte, „als kleiner Steppke“. Gegen wen das war? „1994 gegen Eintracht Frankfurt, wir haben 0:6 verloren“, ruft 05-Pressesprecher Markus Wahle herüber. „Das war eine Abreibung“, ergänzt er. Alle lachen herzhaft.

SPENDENSUMME WIRD AUFGESTOCKT

Wahle war es auch, der die Idee zu dem Trikot mit Unterschriften ehemaliger Profis zum Versteigern für einen guten Zweck hatte – 2021 sei das schon gewesen, sagt er. Also ließ er bei einem Treffen alle unterschreiben, die da waren: von Kurt Goetz bis Harald Snater und Jürgen Krawczyk. Allerdings verschwand das Trikot dann zwei Jahre spurlos, bevor es den Weg zu Wahle zurückfand. Als die Anfrage des Tageblattes zu „KSES“ gekommen sei, habe er sofort zugesagt.

Und da der gute Zweck auch Göttingen 05 am Herzen liegt, wird es bei dem Versteige-

rungspreis von 158 Euro voraussichtlich nicht bleiben. „Der Verein und einige Sponsoren wollen die Summe noch aufstocken“, sagt Wahle.

SO KANN MAN SPENDEN

Wer die Aktion „Keiner soll einsam sein“ auch unterstützen möchte, kann an folgende Kontonummern spenden: (Empfänger ist „Keiner soll einsam sein e.V.“): Sparkasse Göttingen: DE 78 2605 0001 0000 0004 22, Sparkasse Duderstadt: DE 94 2605 1260 0000 7711 88, Volksbank Kassel Göttingen: DE72 5209 0000 0043 0425 05, Volksbank Mitte: DE72 5226 0385 0005 0535 44.

Das so eingenommene Geld ist für die Unterstützung von Menschen in besonderen finanziellen Notlagen gedacht. **TC**

Schlafsäcke und Shelter-Suits

Johanniter-Hilfsgemeinschaft Göttingen spendet für die Straßensozialarbeit

GÖTTINGEN. Die Straßensozialarbeit (Straso) hat zehn Winterschlafsäcke für ihre Klienten von der Johanniter-Hilfsgemeinschaft Göttingen (JHG) erhalten. Außerdem organisiert die JHG mindestens so genannte 20 Shelterkits. Der Shelterkit wurde von einer niederländischen Stiftung entwickelt und ist eine wind- und wasserdichte Jacke mit einem durch einen Reißverschluss angehängten Schlafsackaufsatz, verpackt in einem Seesack. Die Jacke besteht aus hochwertigem atmungsaktiven Zeltstoff. Das Innenfutter besteht aus Upcycling-Schlafsäcken. Die große Kapuze schützt das Gesicht vor äußeren Einflüssen wie Regen und enthält einen integrierten Schal. Der Schutzanzug wurde entwickelt, um in kalten Klimazonen getragen zu werden. Er hält Temperaturen bis zu minus 20 Grad aus und hat einen Wert von rund 300 Euro.

„Ich habe den Sheltersuit bei der Bundestagung der Johanniter kennengelernt“, so der zweite Vorsitzende der JHG, Gerhard von Hugo. „Da wir uns schon sehr lange vielfältig für die Straßensozialarbeit Göttingen engagieren, haben wir 2023 Kontakt zur Straso aufgenommen und daraufhin fünf Sheltersuits für die Straso gespendet.“ Das Werk des evangelischen Johanniterordens engagiert sich seit über sieben Jahren für die Straso. Sie stiftet beispielsweise das Essen für die Weihnachtsfeier und engagiert sich für verschiedene Projekte der Straso. Ralf Bokelmann lebt seit etwa drei Jahren auf der Straße. Er nutzt den Sheltersuit seit kurzer Zeit und ist begeistert: „Er hält wunderbar warm und da der Sheltersuit unten nur mit Druckknöpfen verschlossen ist, kann man sich auch bei Gefahrensituationen schnell daraus befreien.“

Die JHG hat weitere Sheltersuits bestellt. „1.000 Stück werden zentral von den Johannitern aus Münster an ihre Organisationen vor Ort verteilt“, erklärt der erste Vorsitzende Arnold von Zepelin. Die JHG in Göttingen habe sich für 40 Stück angemeldet und geht davon aus, mindestens 20 zu erhalten, die dann von der Straso weiterverteilt werden können. Zusätzlich als Soforthilfe hat die JHG zehn Winterschlafsäcke an die Straso übergeben. Da beim Leben auf der Straße die Schlafsäcke schneller verschleiben, wird immer Nachschub benötigt. „Wir haben uns über die großzügige Spende der JHG sehr gefreut“, so der Leiter der Straßensozialarbeit Mike Wacker. „Die Winterschlafsäcke sind immer gut nachgefragt und auch die neuen Sheltersuits werden schon sehnsüchtig erwartet.“ Dennoch gibt Wacker zu bedenken, dass der

Sheltersuit das letzte Mittel ist, bevor man erfriert. „Die Stadt Göttingen und die Heilsarmee bieten Notschlafplätze an und unser übergeordnetes Ziel ist es, die Menschen sicher unterzubringen. Die Anzüge sind für die Menschen gedacht, die eine solche Unterkunft aus den unterschiedlichsten Gründen nicht nutzen können oder wollen.“ 20 bis 40 Personen, schätzt Wacker, leben derzeit auf der Straße. 1.350 Menschen seien wohnungslos, wozu auch Menschen in Geflüchteten- oder Obdachlosenunterkünften oder Personen zählen, die bei Verwandten und Bekannten untergekommen sind. Zusätzlich zu den Schlafsäcken und Sheltersuits können sich die Gäste der Straso im Winter in der Teestube aufhalten, ein warmes Mittagessen erhalten, eine heiße Dusche nehmen oder sich Winterkleidung in der Kleiderkammer aussuchen. **EVLK**



Übergabetermin mit (v.l.) Mike Wacker (Leiter der Straßensozialarbeit), Rolf Bokelmann (Nutzer des Sheltersuits) sowie Arnold von Zepelin und Gerhard von Hugo von der Johanniter-Hilfsgemeinschaft Göttingen. Foto: Jeanine Rudat

Naturwissenschaftliche Friedensforschung

Göttinger Friedenspreis 2025 für Prof. Frank von Hippel / Feierliche Preisverleihung im März im Deutschen Theater

GÖTTINGEN. Der Göttinger Friedenspreis 2025 der Dr. Roland Röhl Stiftung geht an den renommierten theoretischen Physiker Prof. Frank von Hippel. Mit dieser Auszeichnung würdigt die Stiftung seine herausragenden Verdienste zur naturwissenschaftlichen Friedensforschung und seine bedeutenden friedenspraktischen Aktivitäten auf dem Gebiet der nuklearen Rüstungskontrolle und Abrüstung, insbesondere bei der Nicht-Weiterverbreitung von Atomwaffen. Die öffentliche Verleihung des Preises findet am 15. März im Deutschen Theater statt.

US-Administration von Präsident Clinton, sowie seine Beratungstätigkeiten für zahlreiche Nicht-Regierungsorganisationen unterstreichen seine unermüdete Arbeit für den Frieden. Von Hippel ist außerdem Co-Founder und Co-Director des „Program on Science and Global Security“ an der Princeton University, New Jersey, einer weltweit renommierten Institution für friedenswissenschaftliche Forschung und Ausbildung zu technischen und politischen Aspekten der nuklearen Rüstungskontrolle und Abrüstung. Seine Arbeit macht ihn in Deutschland und weltweit zu einem Vorbild für die unermüd-

liche naturwissenschaftliche Friedensforschung. Mit dem Göttinger Friedenspreis 2025 wird Professor Frank von Hippel für seine außergewöhnlichen Verdienste und sein unermüdetes Engagement für Frieden und Sicherheit ausgezeichnet.

DER PREISTRÄGER

Frank von Hippel wurde 1937 in den USA geboren, nachdem seine Eltern 1933 aus Deutschland emigriert waren. Sein Vater, Arthur von Hippel, war Privatdozent am Physikalischen Institut der Universität Göttingen. Sein Schwiegervater, der Physik-No-

belpreisträger James Franck, legte 1933 aus Protest gegen die Entfernung aller Juden aus dem Staatsdienst sein Professorenamt in Göttingen nieder. Nach seinem Studium am Massachusetts Institute of Technology (MIT) in den USA sowie an der University of Oxford in England arbeitete von Hippel zunächst als theoretischer Physiker und engagierte sich später für nukleare Abrüstung und Rüstungskontrolle in Nichtregierungsorganisationen. In den späten 1980er-Jahren kooperierte er mit dem russischen Physiker Jewgeny Velikhov, einem engen Berater Michail Gorbatschows. Von 1994 bis 1995 war er „Assistant Director for National Security“ im Weißen Haus in Washington und spielte eine führende Rolle in der russisch-amerikanischen Kooperation für nukleare Abrüstung sowie in der Vorbereitung der Überprüfungskonferenz des Atomwaffensperrvertrages 1995.

Als Professor für Internationale Beziehungen an der Princeton University veröffentlichte von Hippel weiterhin wissenschaftliche Arbeiten und nahm öffentlich Stellung zu Themen der nuklearen Abrüstung und Energiesicherheit. Das von ihm

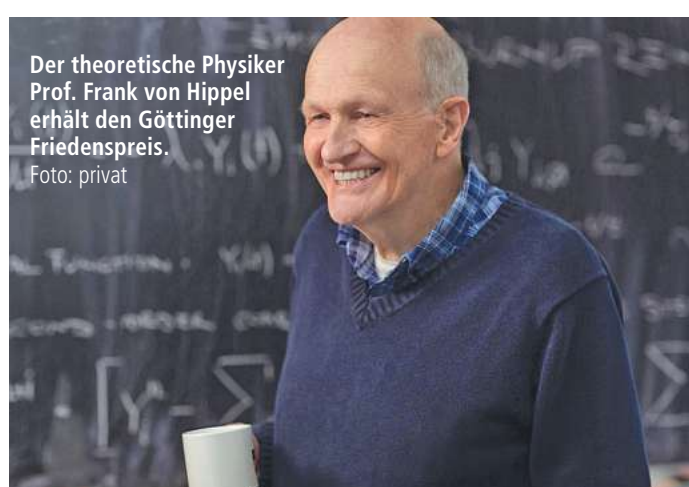
mitbegründete „Program on Science and Global Security“ entwickelte sich zu einer der weltweit führenden Institutionen für friedenswissenschaftliche Forschung und Ausbildung.

DIE PREISVERLEIHUNG

Prof. Dr. Götz Neuneck, Mitglied des Stiftungskuratoriums, wird die Laudatio auf den Preisträger halten. Der Eintritt für die Preisverleihung ist kostenfrei. Eintrittskarten sind erhältlich per Telefon unter 0551 / 49 69-300, per E-Mail an theaterkasse@dt-goettingen.de, über die Webseite des Deutschen Theaters Göttingen oder direkt an der Kasse des Deutschen Theaters.

DIE STIFTUNG

Die Dr. Roland Röhl Stiftung verleiht seit 1999 jährlich den Göttinger Friedenspreis an herausragende Persönlichkeiten, die sich durch grundlegende wissenschaftliche Arbeit in der Konflikt- und Friedensforschung oder durch ihren herausragenden praktischen Einsatz um den Frieden verdient gemacht haben. Der Preis ist mit 10.000 Euro dotiert. **DRRS**



Der theoretische Physiker Prof. Frank von Hippel erhält den Göttinger Friedenspreis. Foto: privat

Extra TIP GOES Instagram

QR Code: EXTRATIP_GOETTINGEN

FOLLOW US!

Brennholz-/Kaminholzverkauf
vorgetrocknet. Preis ab 95,- €/per SRM, zzgl. MwSt. und Lieferung.
Pro Baum GmbH
☎ 0551-66520

Balkon kaputt?
SCHONLAU BAU
ganz genau!
Hardeggen
Telefon 0 55 05 - 94 79 00
www.schonlau-bau.de

Bargeld sofort!
Altgold/Silber-Ankauf
in jeder Form, zu Tageshöchstpreisen, auch Zahngold
Juweliere Schügl
Weender Straße 21, neben C&A
37073 Göttingen · Telefon 05 51-5 60 01

Aus den alpinen Steillagen

Schutz durch Nutzung: **BIOTOPPFLEGE** im äußersten Süden Niedersachsens

REGION. Im südlichsten Zipfel Niedersachsens liegt ein Naturschutzgebiet, das die Niedersächsischen Landesforsten kürzlich mit besonderer Technik gepflegt haben. Auf den besonders steilen und sensiblen Flächen in den Bachtälern des Kaufunger Waldes ist ein Spezial-Motormäher notwendig, um Brombeeren und einwachsende Sträucher zu beseitigen. Ziel der Biotop-Pflege in der Revierförsterei Mollenfelde ist es, die mageren Wiesen für seltene Arten zu erhalten und einer Verbuschung entgegenzuwirken. Das Forstamt Münden möchte das Grünland bei Kleinalmerode offen halten. Nur so überleben konkurrenzschwache Kräuter und die davon abhängigen Insekten, Vögel und Kleinsäuger auf den landschaftlich reizvollen Wiesentälern.

UNTERSTÜTZUNG FÜR GESCHÜTZTE ARTEN

Das Laub fällt, die Tage werden kürzer, der Winter naht – die Zugvögel sind längst im Süden und der Großteil der Schmetterlingsraupen hat sich verpuppt. Das war das Startzeichen für

Martin Nitsche. Der Förster für Waldökologie und Naturschutz im Forstamt Münden war bereits im Sommer auf den mageren Wiesen unterwegs und erzählt begeistert von ihrem Artenreichtum. Im Fauna-Flora-Habitat-Gebiet „Bachtäler im Kaufunger Wald“, einem repräsentativen Schutzgebiet mit europaweiter Bedeutung, stellen nährstoffarme Wiesen eine Besonderheit dar. „Die Wiesen sind ein Paradies für Insekten und dadurch auch für Vögel und Kleinsäuger. Sie sind von Wald umgeben und weisen eine hohe Vielfalt an Blühpflanzen auf. Auch alte und inzwischen sehr selten gewordene Heilpflanzen wachsen hier“, freut sich Förster Nitsche. Dazu gehört der Teufelsabbiss, dessen kugelige blaue Blütenstände vielen seltenen Tagfaltern Nektar bieten. Der Artenreichtum auf den mageren Wiesen ist nicht natürlich entstanden, weiß der Naturschutz-Fachmann. Nachdem sie den Wald gerodet hatten, nutzte die Bevölkerung die steilen und oft feuchten Wiesen als Weideland. Rinder und Ziegen hielten die Wiesen praktischerweise frei von aufkommenden

Gehölzen. Mit ihren Klauen verwundeten sie zusätzlich den Boden und ermöglichten so die Ausbreitung krautiger Wiesenblumenarten. Martin Nitsche erklärt, wie essenziell die Aufrechterhaltung dieser Biotop-Pflege ist: „Ohne menschliches Zutun würden diese artenreichen Wiesen verschwinden und Wald würde sich wieder ausbreiten. Es ist uns ein besonderes Anliegen, diesem Verlust von Lebensräumen für viele Insekten und seltene Blühpflanzen aktiv zu begegnen.“

SCHNELLWACHSENDE BROMBEEREN

Ein Problem sieht Nitsche in der schnellwachsenden Brombeere, die sich rasch ausbreitet. Zwar stelle sie ein tolles Sommerquartier für Haselmäuse und Vögel dar, verdränge jedoch die empfindlichen und seltenen Kräuter wie den Teufelsabbiss, weiß Naturschutzförster Nitsche. Die alleinige Beweidung mit Rindern in den Sommermonaten reiche jedoch nicht, um die zunehmende Verbuschung mit stacheligen Brombeerranken zu verhindern.

MASCHINENTECHNIK AUS DEM ALPENRAUM

Außerhalb der Brut- und Setzzeit kamen im Herbst Spezialmaschinen zum Einsatz, die sonst meist nur in alpinen Steillagen arbeiten. Heimische große und schwere Maschinen wären auf den feuchten Böden nicht einsetzbar. Dank einer Fernsteuerung kann der Motormäher gezielt an den verbuschten Stellen eingesetzt werden, ohne dabei die gesamte Wiese zu mulchen. Die Maschine schneidet den unerwünschten Bewuchs in geringer Höhe ab, sodass im oder am Boden lebende Arten nicht geschädigt werden. Parallel dazu zieht ein Team von Forstwirten mit einer speziellen tragbaren Winde umgefallene Bäume von der Wiese, die durch Stürme und Trockenheit der letzten Jahre ihre Standfestigkeit verloren haben. Die abgestorbenen Bäume verbleiben als Totholzquelle in den umliegenden Waldstücken. Die Mündener Forstleute blicken gespannt auf das Ergebnis des Einsatzes: Tjorven von Grambusch will im Frühjahr nachschauen, welche Kräuter auf den mageren und



Der Spezialmulcher mit Fernsteuerung kommt eigentlich in alpinen Steillagen zum Einsatz, aber auch in Südniedersachsen macht er einen guten Job. Foto: Niedersächsische Landesforsten

artenreichen Wiesen erhalten bleiben. Die junge Forstinspektoranwärterin rechnet fest mit dem Teufelsabbiss. „Auch viele andere Kräuter überdauern im Boden und locken mit

ihrer Blühpracht eine Vielzahl von Insekten an und ernähren sie“, erklärt von Grambusch. „So gewährleisteten die Landesforsten eine funktionierende Nahrungskette und ein

gesundes Ökosystem“, freut sich die Forstfrau über das Naturschutzprojekt, das sie während ihrer Ausbildungszeit im Forstamt Münden begleiten darf. **NDLF**

Existiert ein Wood Wide Web?

Forschungsteam unter der Leitung der Uni Göttingen untersucht Kohlenstofftransport vom Baum zum Wurzelpilz

GÖTTINGEN. Die Vorstellung, dass Bäume über unterirdische Pilznetzwerke – dem so genannten „Wood Wide Web“ – miteinander „kommunizieren“, hat bei vielen Menschen die Fantasie beflügelt. Bücher und Dokumentarfilme haben das Konzept, bei dem Bäume angeblich über diese Netzwerke Nährstoffe miteinander austauschen, populär gemacht. Eine neue Studie unter der Leitung der Universität Göttingen deutet jedoch darauf hin, dass die Realität etwas differenzierter sein könnte.

Die Forschenden fanden heraus, dass junge Buchen Kohlenstoff

an nahe gelegene „Ektomykorrhizapilze“ übertragen können – eine Pilzart, die auf und zusammen mit den Baumwurzeln in einer symbiotischen Beziehung wächst –, aber nicht an andere Bäume. Diese Pilze bilden komplexe unterirdische Verbindungen mit Baumwurzeln und es wurde vermutet, dass sie auch Bäume miteinander verbinden und einen gegenseitigen Nährstoffaustausch ermöglichen könnten. Die neuesten Forschungsergebnisse werfen jedoch Fragen darüber auf, wie viel Austausch tatsächlich stattfindet. Um die Bewegung des Kohlenstoffs zu verfolgen, verwendeten die Wissenschaftlerinnen

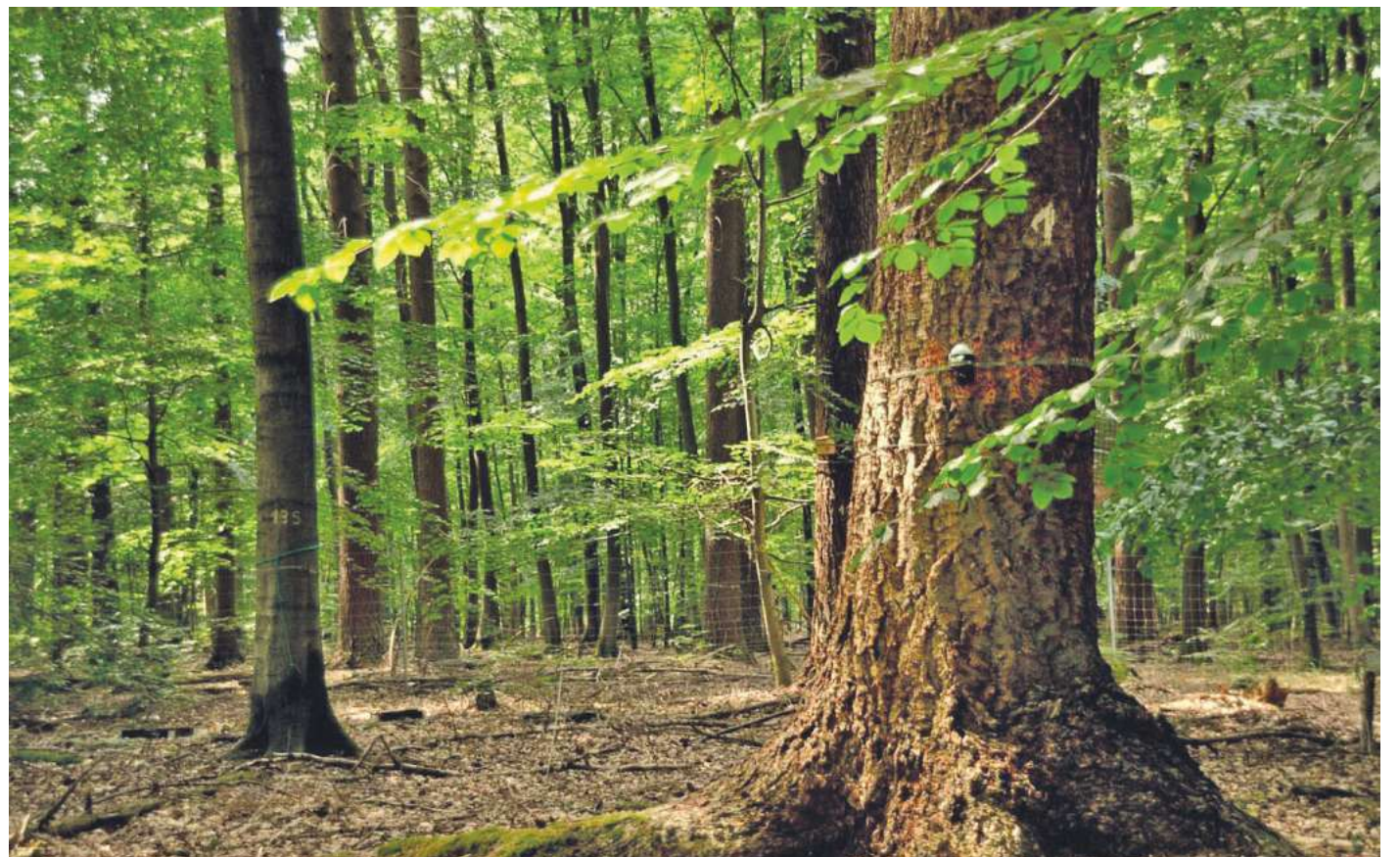
und Wissenschaftler die Isotopenmarkierung. Dabei versorgten sie eine junge „Spender“-Buche mit CO₂, welches sie mit einem schwereren Kohlenstoffisotop (bekannt als Kohlenstoff-13) angereichert hatten, und warteten fünf Tage, um dem Baum Zeit zu geben, Kohlenstoff-13 zu absorbieren und in seine Wurzeln zu übertragen. Dann maßen sie den Kohlenstoff in den Wurzeln, Stämmen und Blättern eines nahe gelegenen potenziellen „Empfänger“-Baums.

DIE VERBINDUNG VON WURZELN UND PILZEN

Ektomykorrhiza-Wurzeln, also die Wurzeln, die mit den Pilzen symbiotisch verbunden sind, waren für die Forschenden von besonderem Interesse. Mit einem chirurgischen Eingriff trennten sie das Pflanzengewebe vom pilzbesiedelten Gewebe der Wurzelspitzen. Sie stellten fest, dass Kohlenstoff-13, der Marker für den vom Spender stammenden Kohlenstoff, nur im pilzbesiedelten Gewebe und nicht im Rest der Wurzeln des Empfängerbaums vorhanden war.

Das Forschungsteam wiederholte das Experiment an Douglasien und stellte erneut fest, dass sich Kohlenstoff-13 nur im pilzbesiedelten Gewebe befand, wenn auch in geringeren Mengen bei dieser Baumart.

„Die Ergebnisse befeuern eine seit Langem bestehende Debatte in der Ökologie: Sind Bäume wirklich auf kooperative Weise



Eine Waldversuchsfläche, die ein Mischwaldgebiet aus Buchen und Douglasien darstellt. Der massive Baumstamm im Vordergrund gehört zu einer Douglasie, einer nicht einheimischen Nadelbaumart, die ursprünglich aus Nordwestamerika kommt. Foto: Christina Hackmann

miteinander verbunden?“, sagt die Postdoktorandin Dr. Michela Audisio von der Abteilung für Forstbotanik und Baumphysiologie der Universität Göttingen. Sie fügt hinzu: „Es ist schwer vorstellbar, dass Ektomykorrhizapilze uneigennützig Kohlenstoff von einem Baum auf einen anderen übertragen würden. Aber wahrscheinlich ist es für

die Pilze von Vorteil, wenn sie Zugang zu mehreren Kohlenstoffquellen haben, insbesondere, wenn sie unter Umweltstress stehen.“

AUSWIRKUNGEN AUF DIE DEUTSCHEN WÄLDER

Die Studie untersuchte auch, was diese Ergebnisse für die

deutschen Wälder im Allgemeinen bedeuten. Die Forschenden fanden heraus, dass die Ektomykorrhiza-Wurzeln der Douglasie, einer nicht einheimischen Baumart, etwas weniger des markierten Kohlenstoffs aufnahmen als die der Rotbuche, welche bei uns heimisch ist. „Dies könnte bedeuten, dass in Wäldern, die

mit Douglasien gemischt sind, Ektomykorrhizapilze weniger häufig vorkommen, was sich möglicherweise auf den Kohlenstoffkreislauf des Waldes auswirkt“, so Audisio. Die Studie war Teil des GRK 2300 „Enrico“-Projekts an der Universität Göttingen und wurde von der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) gefördert. **PUG**



Dr. Michela Audisio

Foto: privat

Seit über 60 Jahren

GÜNTHER
BESTATTUNGEN



24 Stunden
dienstbereit

Königsallee 44
37081 Göttingen

Tel.: 05 51/50 48 30

www.guenther-bestattungshaus.de

Hausrotschwanz hat gewonnen

Wahl zum Vogel des Jahres 2025 wieder durch öffentliche Abstimmung ermittelt

GÖTTINGEN. Deutschland hat gewählt: Der Hausrotschwanz ist Vogel des Jahres 2025 und löst damit den Kiebitz ab. Bei der fünften öffentlichen Wahl vom Naturschutzbund (Nabu) und seinem bayerischen Partner, dem Landesbund für Vogel- und Naturschutz (LBV), haben insgesamt 143.390 Menschen mitgemacht. 43.235 Stimmen (30,2 Prozent) entfielen dabei auf den Hausrotschwanz; 40.455 Stimmen (28,2 Prozent) auf die Walddohreule; 22.656 (15,8 Prozent) auf den Schwarzspecht; 20.839 (14,5 Prozent) auf den Schwarzstorch; und 16.205 (11,3 Prozent) auf den Kranich. „Über 143.000 Menschen aus ganz Deutschland haben bei der öffentlichen Abstimmung mitgemacht und ihren Favoriten unter den fünf Kandidaten gewählt. Das sind mehr

als im letzten Jahr. Über die hohe Beteiligung freuen wir uns sehr. Sie zeigt uns: Vögel und die Natur bewegen die Menschen“, sagt Cornelia-M. Bödecker, Pressesprecherin vom Nabu Niedersachsen.

GRAZILER SINGVOGEL

Der Hausrotschwanz (*Phoenicurus ochruros*) ist ein graziler Singvogel, der häufig in menschlichen Siedlungen unterwegs ist, weil er hier gute Bedingungen zum Brüten findet. Er ist ein echter Early Bird – schon 70 Minuten vor Sonnenaufgang ist er aktiv und lässt seinen melodischen Gesang lautstark erklingen. Damit ist er die erste Stimme im morgendlichen Vogelkonzert. Hausrotschwänze wir-

ken nervös und agil, sie sitzen selten still, sondern flitzen umher, knicken mit den Beinen und zittern mit dem Schwanz.

Den Winter verbringt der Hausrotschwanz meist in Nordafrika oder dem Nahen Osten. Einige Vögel bleiben auch den Winter über bei uns. Als Insektenfresser ist er vom Insektenrückgang durch die intensive Landwirtschaft und naturferne Gärten stark betroffen. Außerdem gehört er zu den Gebäudebrütern, die es durch Sanierungen immer schwerer haben, Nistmöglichkeiten zu finden. „Sein“ Wahlslogan war darum: „Mut zur Lücke!“

Der „Vogel des Jahres“ wurde in Deutschland erstmals im Jahr 1971 gekürt. Seit 2021 wird er durch eine öffentliche Wahl bestimmt. **NABU**

Der Hausrotschwanz.
Foto: NABU/Frank Derer



Physio- und Ergotherapie Wellness und Fußpflege

Ihre Partner für Wohlbefinden und Gesundheit



FOTO: J. BETTENCOURT/PEOPLEIMAGES.COM – STOCK.ADOBE.COM

DUDERSTADT

kukphysio. Westerode

Fitnessstudio, Bewegungsbad, Sauna, Dampfbad, Funktionstraining, KinderRehasport, Bistro Landei, KG, Lymphdrainage, Massage, KG Gerät, KG Bad, KG Bobath, Manuelle Therapie, CMD, Ergotherapie, Osteopathie, Präventionskurse CrossHaus, Aquafitness, Nordic Walking, u.v.m.
Wöhnekörben 10, 37115 Westerode, Tel. 05527-998352, www.kukphysio.de

Ergotherapie am Park + Podologie Erhard Vogt

Störung der Grob-, Fein-, motor. Koordination u. Körperwahrnehmung, Schlaganfall, Schluckstör., Parkinson, Lese- Rechtschreibschwäche, Demenz, Alzheimer, AD(H)S, psych./emot. Störungen
Marktstr. 95, 37115 Duderstadt, Tel. 05527-849770

Praxis für Physiotherapie „Haus St. Georg“

KG, Man. Therapie, Bobath, Brügger, PNF, Schlingentisch, Faszientherapie, Massage, Man. Lymphdrainage, Kinesiotape, Haus- u. Heimbefuche
Tannenweg 1A, 37115 Nesselröden, Tel.: 05527/843-110, www.blank-gruppe.de

physiozeit Carina Walter

Manuelle Therapie, Manuelle Lymphdrainage, sektoraler Heilpraktiker für Physiotherapie, Krankengymnastik, Massage, Fango, Heißluft, Fitnesskurse, barrierefreie Praxis, Parkplätze direkt vor der Praxis, klimatisiert
Im Puttfeld 19, 37115 Westerode, Tel. 05527/8495343 (bitte auf Anrufbeantworter sprechen), www.physiozeit-walter.de, info@physiozeit-walter.de

GEISMAR

Praxis für Ergotherapie Andrea Rode

Behandlung von Kindern u. Erwachsenen, Bobath, Sensorische Integration, Linkshänder-Beratung, AD(H)S-Behandlung, Handtherapie, Hausbesuche, Mitarbeit im FIDEM-Demenz-Netzwerk. www.ergotherapie-goettingen.de
Kiesseestr. 63a, 37083 Göttingen, Tel. 0551-499 399 0

GÖTTINGEN CITY

Athleticum Junge GmbH

(Sport-) Physiotherapie, KG-Gerät, EAP, Massage, Lymphdrainage, Fitnessstraining, Leistungsdiagnostik, SpeedCourt, u.v.m.
Schützenplatz 2a, 37081 Göttingen, Tel. 0551-38385820

Praxis für Ergotherapie Burkhard Hauff GmbH

Bobath (Ki./Erw.), CO-OP, SI, Graphomotorik, Warnke, Handreha., psych.-funkt. Behandlung, Hirnleistungstraining (u.a. Stengel), erg. Schienenversorgung, Hausbesuche, Beratung (häuslich, sozial, beruflich)
Bühlstr. 26, 37073 Göttingen, Tel. 0551-5311888

HEIDEL HENNIGES COSMETIC & FUßPFLEGE

Im Cheltenham House! Hautverjüngung, Permanent Make-up, dauerhafte Haarentfernung, Naturnagelpflege, prof. Fußpflege nach med. Grundlagen.
Theaterstr. 11a (Ladenpassage), 37073 Göttingen, Tel. 0551-43916

KOLLE & KRAATZ GbR Praxis f. Podologie + Kosmetik

Podologie (alle Krankenkassen), Med. Fußpflege, Fuß-Wellness-Behandlung, Kosmetik, Wellnessmassage, Maniküre, Depilation
Nikolaistr. 2-3, 37073 Göttingen, Tel. 0551-57856

GRONE

Therapie- und Trainingszentrum Mandala

Physiotherapie – Ergotherapie – Logopädie – Wellness
Medizinische Trainingstherapie
Kasseler Landstraße 20, 37081 Göttingen, Tel. 0551-99952330
www.therapiezentrum-mandala.de

physio anja wiese · www.physio.wiese.de

Bobath, PNF, Manuelle Therapie, Lymphdrainage, Kinesiotape, Kiefergelenksbehandlung, Laufband-Therapie, Massage, Faszien-Therapie, kostenfreie Parkplätze, barrierefreie Praxis
Rudolf-Winkel-Str. 16, 37079 Göttingen, Tel. 0551-20549401

HOLTENSEN

Physiotherapiepraxis Bernd Psotta

KG, manuelle Therapie, PNF, Lymphdrainage, Marnitz, Cyriax, Brügger, Kiefergelenksbehandlung, Massage, Wärme- u. Kältetherapie, Hausbesuche, Termine nach Vereinbarung, kostenfreie Parkplätze
Unterm Hagen 29, 37079 Göttingen, Tel. 0551-66894

TIPP!

„Umgeknickt“ ist wohl jeder schon mal. Als Erste Hilfe hat sich das PECH-Prinzip bewährt: Pause, Eis, Compression und Hochlagern. Dazu sollte das betroffene Bein am besten unter Zuhilfenahme von Unterarmgehstützen entlastet werden. Eine lokale Kühlung hilft bei Schwellungen. Eine elastische Wickelung des geschwellenen Sprunggelenks sorgt durch Kompression für eine Reduktion der Schwellung. Die wichtigste Maßnahme ist, das Bein sofort hochzuliegen. Tipp: Beim Tragen von High Heels werden die vorderen Sehnen des Fußes gedehnt während die Wadenmuskulatur oft verkürzt. Wer nach vielen Stunden auf hohen Schuhen Sport machen will, sollte unbedingt erst einmal seine Füße durch Drehbewegungen lockern und die Zehen auf und ab bewegen. Überstrapazierte Sehnen, die beim Sport wieder stark gefordert sind, zeigen ein erhöhtes Verletzungsrisiko.



Ergotherapie kann von Burn Out Betroffene aus dem „Hamsterrad“ holen.
FOTO: STUDIO ROMANTIC-STOCK.ADOBE.COM

Burnout: Vollbremsung von Hundert auf Null

Das Burnout-Syndrom gehört zu dem Feld psychischer Erkrankungen, die weiterhin stark auf dem Vormarsch sind. „Die derzeit angelegten Studien, die als Grundlage für eine standardisierte Diagnostik, Bewertung und Therapie von Burnout als Erkrankung dienen, sind noch nicht vollständig abgeschlossen“, erklärt Anke Schreiner, Ergotherapeutin im DVE (Deutscher Verband Ergotherapie). Dass Burnout dennoch behandelt werden muss und behandelt wird, steht außer Frage. Ergotherapeuten sind darauf spezialisiert, auf Probleme, die Menschen in ihrem Alltag durch Krankheiten oder Krisen haben, einzugehen und diese gemeinsam mit den Betroffenen zu lösen.

Dieses Vorgehen führt oft auch unabhängig von der Diagnose zum Erfolg. In der Ergotherapie werden mithilfe von Assessments – das sind ausgeklügelte, tiefgründige Fragen und Erhebungen – die unterschiedlichen Ebenen der Klienten beleuchtet. „Das von mir bevorzugte Modell ist MOHO (Model of human occupation), weil es zum einen auf den Menschen und zum anderen auf die Umweltfaktoren eingeht, also genau die Aspekte, die bei Burnout eine Rolle spielen“, so Schreiner.

Ebenso wichtig für die Beurteilung der Persönlichkeitsstruktur sei es herauszufinden, ob jemand Grenzen setzen kann, ob er oder sie Grenzen überhaupt merkt, für sich einstehen und auch „nein“ sagen kann, wenn es darum geht, die eigenen Interessen und Bedürfnisse zu verfechten und wie das Miteinander im Unternehmen ist und ob er oder sie sich wertgeschätzt fühlt.

Menschen mit einem Burnout seien auf der Überholspur unterwegs, hätten tausend Ziele und überholten am Ende ihre innersten Bedürfnisse und sich selbst mit einem Anspruch, den sie nie werden erfüllen können, weil sie durch ihr Verhalten auf Dauer schaffensmüde werden.

„Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten führen Menschen mit Burnout langsam von der Überholspur weg“, erklärt Anke Schreiner. Denn: Menschen mit Burnout fühlten sich äußerst belastungsfähig, versuchten vermeintliche Inkompetenzen anderer oder Krankheitsfälle aufzufangen, verschieben sogar den eigenen Urlaub und schrauben sich immer weiter nach oben in der Spirale, übernehmen immer mehr Verantwortung für Dinge, für die sie nicht verantwortlich sind. ifk



Zu einer erfolgreichen Therapie gehört eine gute Kommunikation.
FOTO: H_KO-STOCK.ADOBE.COM

So schützt man seine Hände

Berufsbedingte Hauterkrankungen zählen zu den Spitzenreitern unter den Berufskrankheiten. Weit verbreitet ist das Handekzem, das sich durch trockene, spröde, gerötete und schuppige Haut bemerkbar macht. Durch eine frühzeitige Behandlung kann ein Berufswechsel in vielen Fällen vermieden werden. Darauf weist der Berufsverband der Deutschen Dermatologen (BVDD) hin. Ein Handekzem entsteht, wenn die Haut nicht mehr in der Lage ist, den Belastungen, denen sie etwa durch Feuchtarbeit und das Hantieren mit hautreizenden Substanzen ausgesetzt ist, standzuhalten. Die Haut trocknet aus, es kommt zu entzündlichen Rötungen, Bläschen und Schuppungen, tiefe Risse können entstehen.

So beugt man vor – die Tipps des BVDD

- Hände mit pH-neutralen Waschsyndets reinigen, sorgfältig abspülen und gut abtrocknen. Möglichst keine Handwaschpaste oder Bürsten verwenden.
- Die Hände mit einem leichten Pflegeprodukt eincremen. Stärker beanspruchte Haut mit einer reichhaltigeren Handcreme pflegen und über Nacht einwirken lassen.
- Bei mechanischer Belastung Schutzhandschuhe tragen.
- Bei längeren Feuchtarbeiten sind gefütterte Gummihandschuhe günstig. Allergiker sollten auf Latex-freie Produkte achten.
- Direkten Hautkontakt mit aggressiven Stoffen meiden. ■ bvdd

NORDSTADT

Göttinger Rehazentrum R. Junge GmbH im Sartorius Quartier

Ambulante Neurologische Rehabilitation, Physiotherapie mit vielen Spezialisierungen, Ergotherapie, Logopädie, Therapie von Patienten mit Zustand nach Amputation, Therapie von Patienten nach orthetischer Versorgung
Annastraße 33, 37075 Göttingen, Tel. 0551-38385740

OSTVIERTEL

Physiotherapie Junge im Waldweg

Krankengymnastik, Manuelle Therapie, Brüggertherapie, Manuelle Lymphdrainage, KG-Gerät, Faszientherapie u.v.m.
Waldweg 5, 37073 Göttingen, Tel. 0551-49569155

Irene Müller Kosmetikstudio

Kosmetik, Nageldesign, Fußpflege, Lymphdrainage und Tiefenwärme
Frieseweg 7, 37085 Göttingen, Tel. 0551-55015

Physiotherapie am Theater Ali Issa (Praxis für Selbstzahler)

Physiotherap. u. sektoraler Heilpraktiker f. Physiotherapie, Man. Therapie, CMD, Funktionstraining, Krankengymn., Rückenschule, Faszientherapie, Kinesiotape, Wärme- u. Kältetherapie. Termine n. V., kostenl. Parkplatz neben dem Haus
Wöhlerstr. 5, 37073 Göttingen, Tel. 0551/70895420 (bitte auf AB sprechen)
info@physiotherapie-issa.de, www.physiotherapie-issa.de

RHEUMALIGA

Rheuma-Liga e.V. Göttingen

Wassergymnastik im Badeparadies Eiswiese:
Wassergymnastik, Gesundheitskurse
(Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich)
Info und Beratung unter Tel. 0551-7076748

ROSDORF

Physiotherapie ts-physio GmbH

Neben den üblichen Behandlungen auch Neurologie und CMD
Leistungsbeschreibung unter ts-physio.de
Raseweg 9, 37124 Rosdorf, Tel. 0551-40179339

SEULINGEN

Praxis für Physio- und Ergotherapie Erhard Vogt

KG/Gerät, Wirbelsäulengymnastik, Inkontinenztraining, Massage, Lymphdrainage, Fango, Schlingentisch, Funktionstraining, Fußpflege, Haus- und Heimbefuche, Podologie, Ergotherapie
Winkelstr. 5, 37136 Seulingen, Tel. 05507-2575

SÜDSTADT

Praxis für Ergotherapie Burkhard Hauff GmbH

Bobath (Ki./Erw.), CO-OP, SI, Graphomotorik, Warnke, Handreha., psych.-funkt. Behandlung, Hirnleistungstraining (u.a. Stengel), erg. Schienenversorgung, Hausbesuche, Beratung (häuslich, sozial, beruflich)
Danziger Str. 19, 37083 Göttingen, Tel. 0551-3709431

Der lachende Fuß – Kerstin Schelper

Podologie, Fußpflege und Fußmassagen
Windausweg 26, 37073 Göttingen
Tel. 0551-72727

Kompetenz in Physio & Training by Christian Gerling

Krankengymnastik, manuelle Therapie, Bobath, Massage, Lymphdrainage, CMD, Krankengymnastik am Gerät, Faszientherapie, Wärmeanwendungen, Heim- und Hausbesuche, Barrierefreier Zugang, Parkplätze direkt vor der Tür
Reinhäuser Landstraße 12, 37083 Göttingen, Tel. 0551-300100
www.christiangerling-physio.de

WEENDE

Göttinger Rehazentrum R. Junge GmbH

Ambulante Rehabilitation, Orthopädie, Kardiologie, Angiologie, EAP, Physiotherapie mit vielen Spezialisierungen, Fitness & Wellness, Prävention & BGM, Rehasport, Rehanachsorge
Sprangerweg 3, 37075 Göttingen, Tel. 0551-3838580

SERVICEWELTEN

PHYSIO- & ERGOTHERAPIE WELLNESS, FUßPFLEGE & KOSMETIK

Sie möchten Ihr Unternehmen auf dieser monatlich erscheinenden Sonderseite präsentieren?

Kontaktieren Sie uns, wir beraten Sie gern:

Telefon 05 51 / 901-483

E-Mail s.schwarzburger@goettinger-tageblatt.de

Anzeigenschluss jeweils mittwochs vor Erscheinungstermin.

KLEINANZEIGEN



► VERSCHIEDENES

► VERSCHIEDENES

Sanierung Umbau Pflaster Kellerabdichtung Kanaltrennung
Baugeschäft W. SEITZ
☎ 0551 / 78 13 53 • 0170/3418167
3681901_001824

Übernahme Renovierungsarb.
jeder Art. ☎ (01 79) 8 81 18 76

Akkordeonspieler/-in gesucht.
☎ (01 70) 4 48 26 25

► STELLENMARKT

► STELLENANGEBOTE

► VERTRIEB / BERATUNG / VERKAUF

Verkaufshilfe/ Büro TZ
15 Std./W. sowie 538€ n. GÖ ges.
☎ 08031-381200 ☐ personal@autoschilder-kuerzinger.de
Schilder Kürzinger GmbH

► IMMOBILIENMARKT

► IMMOBILIENKAUF- GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN
PRIVAT sucht Eigentumswohnung zum Kauf. ☎ 05507-8911868

► HÄUSER

Arztfamilie mit zwei Kindern sucht Einfamilienhaus / Grundstück im Ostviertel, Geismar, Südstadt, Treuenhagen oder Rosdorf. Zustand und Übergabetermin flexibel. Wir freuen uns auf Ihren Anruf! ☎ 01 76 64 17 74 12

HANDWERKER sucht Haus von Privat ☎ 05507-8911868

► GEWERBLICHE IMMOBILIENANGEBOTE

► LADENLOKALE / LADENFLÄCHE

Laden, Innenstadt, ab sofort zu vermieten, als Restaurant (Genehmigung liegt vor.), auch anders nutzbar. ☎ (01 57) 37 57 24 73

► IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

► ANDERE DIENST-LEISTUNGEN

Der **Renovierungspartner** aus Göttingen bietet Fliesenarbeiten, Streich- und Lackierarbeiten, sowie Tapezier- und Bodenbelagsarbeiten an. ☎ 0551-50088599 Hr. Bergmann

► KRAFTFAHRZEUGMARKT

► KFZ GESUCHE

► MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Motorräder, Roller, Mopeds
Aufsitzmäher gesucht! Auch defekt. 05121/2068883

► WOHNMOBILE / -WAGEN

Junges Ehepaar su. Wohnmobil oder Wohnwagen für priv. ☎ (01 60) 5 51 86 51

Wir kaufen **Wohnmobile+Wohnwagen**
Tel.03944-36160 www.wm-aw.de Fa.

► MARKTPLATZ

► MARKTPLATZ

► LANDWIRTSCHAFT

Brennholz Bu. Ei. ab 79€ SRM
30 cm, ink. Lief. ☎ 0176 6268 1914

► BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

Moderne Heiztechnik • Schöne Bäder
Grimmig, Barterode, ☎ 0 55 06 1 45 4
33272901_001824

Fliesenleger ☎ (01 60) 977 39 654

► HOBBY UND FREIZEIT

4 Ravensburger-Puzzles
Landschafts-/Städtemotive, 1500 Teile, zusammen 25 €, auch einzeln zu je 7 € zu verk. ☎ (01 70) 3 32 85 50

Unsere Fashion Week ist hier.
Unsere Jobs gleich nebenan.

Jobs für
NIEDERSACHSEN

Jetzt Job finden unter:
www.jobsfuerniedersachsen.de



Hilfe, die weiter wächst.

Jetzt spenden



Help zur Selbsthilfe

www.help-ev.de

Spendenkonto
DE47 3708 0040 0240 0030 00
Commerzbank Köln

DIE ARCHE
Helfen Sie, zu helfen!

Damit jedes Kind eine faire Chance bekommt.

WER MACHT MICH SATT?



Jetzt für tägliches Mittagessen spenden!

www.kinderprojekt-arche.de

"Die Arche" Kinderstiftung Christl. Kinder- und Jugendwerk
IBAN DE82 3702 0500 0003 0301 00

UNBOXING YOUR POTENTIAL



Global Logistics

Подай заявку зараз!
Aplică acum!
Aplikuj teraz!
Şimdi başvuru!
Přihlaste se nyní!
¡Aplica ahora!
Apply now!

Bewirb dich jetzt!

Wir suchen
Lagermitarbeiter
(m/w/d) in Rosdorf.

Mit Ausbildung oder als Quereinsteiger.
Einarbeitung in vielen Sprachen! www.unboxingyourpotential.de



Anzeigenservice 0800/1234 405

Extra TIP

erscheint jeden Samstag

Impressum

Verlag:
Extra Tip Werbungs- und Vertriebsgesellschaft mbH
Wiesenstr. 1 • 37073 Göttingen
info@extratip-goettingen.de

Preisliste:
gt.mediatoken.online/anzeigenblaetter
Verbretete Auflage: 71.510
Anzeigenschluss für gestaltete Anzeigen:
Mittwoch 14.00 Uhr

Kundenservice:
☎ 05 51 / 901-111
info@extratip-goettingen.de

Beilagensposition:
beilagen.wochenblatt@madsack.de

Redaktion:
Stefanie Arndt
arndt@extratip-goettingen.de

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Axel Poelen

Geschäftsführer und V.i.S.d.P.:
Günter Evert

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1 • 31552 Rodenberg

Verteilung:
WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH

Leserbriefe
Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor.

Alle vom Verlag gefertigten Entwürfe und Anzeigen sowie alle redaktionellen Texte und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Die Übernahme und Verwendung bedarf der schriftlichen Zustimmung.

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.



Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbebotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis bitte keine kostenlosen Zeitungen an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

HEIMAT
OHNE HEKTIK



ZEITUNG, WO DU WILLST.

Unser E-Paper direkt im Web oder als App.
abo.Goettinger-Tageblatt.de/vorteile



Goettinger Tageblatt Göttinger Tageblatt



Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

„Schlaf macht Schule“ in der Gesundheitsregion Göttingen Südniedersachsen. Foto: Shopping King Louie-stock.adobe.com



Guter Schüler-Schlaf in Südniedersachsen

Gesundheitsregionen in Niedersachsen erhalten Förderung für neue Projekte

NIEDERSACHSEN. Die Gesundheitsregionen in Niedersachsen werden ab diesem Jahr durch sechs neue Projekte unterstützt. Gemeinsam mit seinen Kooperationspartnern wählte das niedersächsische Sozialministerium besonders nachhaltige Vorhaben aus, die die kommunalen Gesundheitsnetzwerke stärken sollen. Darunter auch ein Projekt der Gesundheitsregion Göttingen Südniedersachsen.

Die niedersächsischen Gesundheitsregionen entwickeln auf kommunaler Ebene innovative Maßnahmen zur Verbesserung der medizinischen und pflegerischen Versorgung, Gesundheitsförderung und Prävention. Die durch das Land gewährte Strukturförderung wird durch Projektmittel der AOK Niedersachsen, des Verbands der Ersatzkassen, des BKK Landesverbands Mitte, der IKK Classic, der Kassenärztlichen Vereinigung Niedersachsen sowie der Ärztekammer Niedersachsen unterstützt.

DIE AUSGEWÄHLTEN PROJEKTE SIND:

- SLEEP advances – Schlaf macht Schule der Gesundheitsregion Göttingen Südniedersachsen: Bereits Kinder und Jugendliche leiden häufig unter Schlafstörungen, -mangel und Müdig-

keit. Trotzdem ist Schlaf in aktuellen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung häufig nur ein Randthema. Mit Schülerinnen und Schülern sowie Lehrkräften werden Tools und Unterrichtskonzepte erarbeitet, mit denen die Themen guter Schlaf und Ursachen von schlechtem Schlaf im Schulalltag behandelt werden und damit nachhaltig Einzug in den Lebensalltag der Schülerinnen und Schüler finden können.

- care@ammerland: Der Mangel an Pflegefachkräften geht auch auf hohe Abbruchquoten in der Pflegeausbildung zurück. Die Gesundheitsregion Ammerland will ein Coaching für die Auszubildenden etablieren, das diese professionell, vertraulich und frühzeitig bei Problemen während ihrer Lehrjahre unterstützt.
- Hebammen für Risikogruppen: Trotz Hebammenzentrale können in den Gesundheitsregionen Delmenhorst und Oldenburg Land aufgrund von Hebammenmangel etwa zehn Prozent der Schwangeren und jungen Familien nicht in eine Hebammenbetreuung vermittelt werden. Durch ein niedrigschwelliges Angebot in Form eines telefonischen Bereitschaftsdienstes und punktueller Besuche von Notfallhebammen soll dem begegnet werden.
- Gesundheitsmanagement im Frauenhaus: Frauen, die im

Frauenhaus Zuflucht suchen, leiden oft auch an psychosomatischen Beschwerden. Eine Sozialarbeiterin soll die Frauen für mögliche gesundheitliche Beschwerden sensibilisieren und sie gezielt und psychoedukativ dabei unterstützen, Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen. Daneben sollen spezifische Präventionsangebote für betroffene Frauen in der Region Gihorn etabliert werden.
• SepSOS – Sepsis Strategie Osnabrück: Mit rund 85.000 Todesfällen pro Jahr ist Sepsis eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland. Die Gesundheitsregion Osnabrück hat deshalb eine Strategie zur Sensibilisierung der Bevölkerung und des medizinischen Fachpersonals entworfen. Sie umfasst eine breite Öffentlichkeitskampagne für die gesamte Region. Außerdem sollen Schulungen für Fachpersonen unter anderem aus Kliniken, Praxen und Pflegeeinrichtungen etabliert werden.
• Community Health Nursing: Menschen mit Demenzerkrankungen und ihre Angehörigen haben besondere Bedarfe. Die Gesundheitsregion Rotenburg (Wümme) möchte eine Community Health Nurse etablieren, die Leistungen zur verbesserten Versorgung und Unterstützung dieses Personenkreises in einem partizipativen Prozess mit den Betroffenen entwickelt und erbringt.

NDS / STAR

Keine Bettensteuer

Göttinger IHK-Geschäftsstelle begrüßt Entscheidung des Stadtrats

GÖTTINGEN. Die Geschäftsstelle Göttingen der Industrie- und Handelskammer (IHK) Hannover begrüßt den jüngsten Beschluss des Göttinger Stadtrats, keine Bettensteuer einzuführen. Im Zuge der Diskussionen rund um den städtischen Haushalt 2025 / 2026 und einem Haushaltssicherungskonzept gab es Diskussionen um die Einführung der neuen Steuer. Diese Entscheidung wird als wichtiger Schritt für die lokale Wirtschaft und den Tourismus gewertet, da eine zusätzliche Belastung für den Tourismusstandort Göttingen und die Hotellerie vor Ort abgewendet worden sei.

„Angesichts der wirtschaftlichen schwierigen Situation begrüßen wir die Entscheidung des Stadtrates. Eine Bettensteuer hätte die Wettbewerbsfähigkeit der Hotellerie erheblich beeinträchtigt und den Tourismusstandort Göttingen geschwächt. Diese Entscheidung zeigt, dass der Rat der Stadt die Bedeutung einer starken und attraktiven Tourismusbranche erkannt hat“, so Christian Gräscha, Leiter der Geschäftsstelle der IHK Hannover in Göttingen. Die Hotellerie sei ein wichtiger Bestandteil der regionalen Wirtschaft und trage wesentlich zur

Attraktivität Göttingens als Reiseziel bei. Die IHK begrüßt ebenfalls, dass es trotz der Aufstellung eines Haushaltssicherungskonzeptes nicht zu einer Erhöhung der Grund- und Gewerbesteuer und damit zu weiteren Belastungen gekommen sei. „In den letzten Jahren haben wir in der Region leider eine überdurchschnittliche Dynamik bei den Hebesätzen für Grund- und Gewerbesteuer gesehen. Es ist gut, dass die Stadt Göttingen die Grundsteuerreform aufkommensneutral umsetzen will. Alles andere hätte auch die Standortqualität verringert“, so Gräscha.

HINTERGRUND: BETTENSTEUER

Die sogenannte Bettensteuer ist eine Tourismusabgabe, die von den Kommunen von Übernachtungseinrichtungen wie Hotels erhoben wird. Zweck ist meist, Geld für Investitionen in die Tourismus-Struktur zu generieren. Eine solche Steuer gibt es zum Beispiel in Hannover. Hier heißt sie Beherbergungssteuer und berechnet sich nach dem Übernachtungspreis eines volljährigen Gastes. Für eine Übernachtung, die zwischen 50 und 100 Euro kostet, werden in der Landeshauptstadt aktuell vier Euro Steuer fällig. IHK / STAR Foto: pixabay

Das ändert sich 2025

Am Steuer, beim Reisen und zu Hause: ADAC informiert über neue Regeln und Preise

REGION. Das Jahr 2025 bringt einige Neuerungen für Autofahrerinnen und Autofahrer mit sich. Neben dem Deutschlandticket wird wahrscheinlich auch das Tanken etwas teurer werden, fast alle Papierführerscheine verschwinden und auch im Ausland gibt es neue Vorschriften. Aber auch zu Hause gibt es Neues im neuen Jahr. Der ADAC fasst die wichtigsten Änderungen zusammen.



Das Tanken wird teurer. Foto: jeffy1139-stock.adobe.com

TEURER: TANKEN UND DEUTSCHLANDTICKET

Zum 1. Januar 2025 stieg der CO₂-Preis von 45 auf 55 Euro je Tonne. Wie auch in den vergangenen Jahren ist daher mit einem leichten Anstieg der Kraftstoffpreise zu rechnen. Ein Liter Benzin beziehungsweise Diesel werden dabei rund drei Cent mehr kosten als 2024. Auch das Deutschlandticket wird teurer. Seit Beginn des Jahres kostet das bundesweite ÖPNV-Ticket 58 Euro pro Monat statt wie bisher 49 Euro.

PAPIERFÜHRERSCHEINE WERDEN GETAUSCHT

Im Januar verschwinden außerdem fast alle Papierführerscheine. Im Rahmen des Führerscheinumtauschs müssen alle Autofahrerinnen und Autofahrer (bis auf die Geburtsjahrgänge 1953 und älter) ihren Papierführerschein bis spätestens 19. Januar 2025 in die Scheckkarte umtauschen. Hintergrund ist eine EU-Richtlinie, nach der alle Führerscheine künftig EU-weit fälschungssicher und einheitlich sein müssen. Die ersten Führerscheine mussten bereits 2022 umgetauscht werden. Bis zum Jahr 2033 muss der Prozess beendet sein.

VERKEHR: HÖHERE STRAFEN IN ITALIEN

Bereits Ende 2024 sollte die Reform des Straßenverkehrsgesetzes in Italien (Codice della Strada) in Kraft treten. Der italienische Gesetzgeber möchte künftig härter gegen Verkehrssünder vorgehen, um die immer noch sehr hohen Unfallzahlen zu verringern. Härtere Konsequenzen drohen insbesondere bei Alkohol- oder Drogenfahrten. Auch in anderen Bereichen ist mit einer Erhöhung des Bußgelds zu rechnen, insbesondere beim Überfahren einer roten Ampel und bei Geschwindigkeits- sowie Handyverstößen.

EINREISEGENEHMIGUNG FÜR GROSSBRITANNIEN

Ab dem 2. April 2025 ändern sich die Einreisebestimmungen für Großbritannien. Reisende

aus der Europäischen Union benötigen dann eine kostenpflichtige elektronische Einreisegenehmigung (ETA). Bisher reicht lediglich der Reisepass bei der Einreise aus. Ist die Einreiseerlaubnis einmal erteilt, gilt sie für beliebig viele Einreisen innerhalb von zwei Jahren. Bei Aufenthalt in die länger als 180 Tage dauern, wird ein Visum benötigt.

GASTEST BEI WOHNMOBILEN

Wohnmobile und Wohnwagen, die mit einer Flüssiggasanlage ausgestattet sind, müssen diese ab 19. Juni 2025 alle zwei Jahre unabhängig von der HU prüfen lassen. Dabei sollen die sichere Funktion und Dichtigkeit der Gasanlage und deren Geräte geprüft werden. Möglich ist dies bei vielen Prüforganisatio-

nen sowie ADAC Prüfzentren. Die Gasprüfung kann separat oder zusammen mit der HU durchgeführt werden und kostet im Schnitt zwischen 40 und 80 Euro.

DYNAMISCHE STROMTARIFE

Beginnend mit dem kommenden Jahr müssen Stromanbieter Stromtarife anbieten, die sich zumindest stündlich ändern und an den Strombörsepreis gekoppelt sind. Verbraucher können dadurch hohe Stromverbräuche auf Zeiten legen, an denen der Bedarf gering und damit der Preis je Kilowattstunde niedrig ist, zum Beispiel zum Laden des E-Autos. In der Regel wird für den dynamischen Stromtarif ein digitaler Stromzähler (Smart Meter) benötigt.

ADAC.DE

Ticket Service

Veranstaltungen in unserer Region und bundesweit

gt-tickets.de

Jetzt Tickets sichern!

<p>Torsten Sträter-Mach mal das große Licht an</p> <p>16.05.2026 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen</p>	<p>Bernd Stelter</p> <p>12.04.2025 20:00 Uhr Ballhaus „Zum fideilen Anreischen“ Duderstadt</p>	<p>The Sound of Hans Zimmer u. John Williams</p> <p>26.02.2026 19:30 Uhr Lokhalle Göttingen</p>	<p>AnNa R.-Mut zur Liebe Tour 2025</p> <p>01.11.2025 20:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>
<p>Osan Yaran-Aus Prinzip!</p> <p>16.01.2025 20:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>	<p>Keilertage</p> <p>30.05.-01.06.2025 11:00 Uhr SchlossPark Hardenberg</p>	<p>Die Udo Jürgens Story</p> <p>05.11.2025 20:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>	<p>MAYBEBOP - Muss man mögen</p> <p>19.09.2025 20:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>
<p>Lord of the Dance-Live Tour 2026</p> <p>15.04.2026 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen</p>	<p>Karat 50</p> <p>21.11.2025 20:00 Uhr Obereichsfeldhalle Leinefelde-Worbis</p>	<p>Johann König-Wer Pläne macht wird ausgelacht</p> <p>04.12.2025 20:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>	<p>Die Recken-Handballsaison 2024/25</p> <p>versch. Termine ZAG Arena Hannover</p>
<p>SWR Big Band-Max Mutzke-Soul viel mehr</p> <p>13.11.2025 20:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>	<p>Santiano-Auf nach Doggerland!</p> <p>13.06.2025 20:00 Uhr Burg Scharfenstein Leinefelde-Worbis</p>	<p>NDR 2 Springside Festival 2025</p> <p>10.05.2025 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen</p>	<p>Beatsteaks-Please</p> <p>04.06.2025 20:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>
<p>MT Melsungen - Handballsaison 2024/25</p> <p>versch. Termine Rothenbach-Halle Kassel</p>	<p>Kastelruther Spatzen-live on tour 2025</p> <p>15.05.2025 19:30 Uhr Lokhalle Göttingen</p>	<p>Olaf Schubert - Jetzt oder now!</p> <p>05.11.2026 20:00 Uhr Lokhalle Göttingen</p>	<p>Die Amigos-55 Jahre - Das Jubiläumskonzert</p> <p>29.03.2025 16:00 Uhr Stadhalle Göttingen</p>
<p>Jan Delay Disko No. 1</p> <p>23.08.2025 19:00 Uhr Waldbühne Northeim</p>	<p>Paul Panzer-Schöne neue Welt...welcome to hell</p> <p>08.11.2026 18:00 Uhr Lokhalle Göttingen</p>	<p>Nina Chuba-Arena Tour 2025</p> <p>24.10.2025 19:30 Uhr Messehalle Erfurt</p>	<p>Samu Haber-Summer 2025</p> <p>15.08.2025 19:00 Uhr Waldbühne Northeim</p>

Dies ist nur eine kleine Auswahl der buchbaren Veranstaltungen. Besuchen Sie uns in der Geschäftsstelle des Eichsfelder Tageblatt oder online.

Ticket Service

Marktstraße 9, Duderstadt, Telefon (05527) 94997-70 Öffnungszeiten: Mo. geschlossen, Di. u. Mi. 9:00-14:00 Uhr, Do. 11:00-17:00 Uhr, Fr. 9:00-13:00 Uhr

Ticket Service



Hin & Weg

Veranstaltungen in und um Göttingen

SONDERVERÖFFENTLICHUNG

Erfolgreicher als die Rolling Stones, die Beatles oder Depeche Mode

Der ExtraTIP präsentiert: Jubiläumskonzert mit den **AMIGOS** am 29. März 2025 in der Göttinger Stadthalle / Stargast ist Daniela Alfinito

GÖTTINGEN. 15 Mal auf Platz eins der Album-Charts – das muss den Amigos erst einmal einer nachmachen ... Das Schlagerduo feiert 2025 sein 55-jähriges Bühnenjubiläum und der ExtraTIP präsentiert das Jubiläumskonzert am Samstag, 29. März, um 16 Uhr in der Göttinger Stadthalle. Gaststar des Abends wird Daniela Alfinito sein. Die Karten sind überall im Vorverkauf erhältlich – auch unter www.gt-tickets.de, in der Tourist-Info in Göttingen und in der Geschäftsstelle des Eichsfelder Tageblatts in Duderstadt.

Seit ihrer Kindheit haben die beiden Brüder aus Hungen / Villingen Musik gemacht. Karl-Heinz lernte Gitarre und Keyboard, Bernd Schlagzeug. Während andere in der Freizeit an Autos geschraubt oder in Haus und Garten gewerkelt haben, drehte sich bei Familie Ulrich am Feierabend und an den Wochenenden alles um die Musik – ob im Vereinsheim, auf den Glasböden der Tanzpaläste oder auf Kirmesbühnen. 1995 richteten sich die Brüder ein eigenes Tonstudio in der Garage ihres Elternhauses ein. Und dort haben die Amigos dann auch ihre ersten eigenen Lieder aufgenommen. In ihrer Heimat waren sie schon längst Lokalhelden, als Schlagerfreunde 2006 auch bundesweit auf das Duo aufmerksam wurden. Mit über 100 Gold- und Platin-Schallplatten sind sie inzwischen absolute Superstars der Schlagerszene. Ein Geheimnis ihres Erfolges: In einer Zeit, in der vorwiegend englische Musik angesagt war, hielten die Vollblutmusiker an deutschen Schlagern fest und



Die Amigos kommen zum Jubiläumskonzert nach Göttingen mit Stargast Daniela Alfinito und präsentiert vom ExtraTIP.
Foto: Die Amigos

erspielten sich in ihrer mittelrheinischen Heimat mit unzähligen Auftritten eine treue Fangemeinde. 1986 ermöglichte ein Kölner Unternehmer dann die Aufnahme der ersten Single „Unsere Eltern“.

DAS ERSTE LIED IM RADIO

„Dieses Lied wurde 1986 auch als erster Amigos-Titel überhaupt im Radio gespielt“, erinnern sich Bernd und Karl-Heinz. „Das war an einem Sonntagmorgen. Wir hatten in der Nacht zuvor einen Auftritt, sind dennoch in aller Frühe aufgestanden und haben lange gesucht, bis wir den Sender endlich eingestellt hatten, um das live mitzuhören zu können. Gerade noch rechtzeitig haben wir RTL-Radio

Luxemburg reinbekommen. Und wir waren tatsächlich das erste Mal im Radio!“ Zehn Jahre lang sollten die Amigos danach aber nicht mehr im Radio zu hören sein. Davon ließ sich das Duo nicht entmutigen, textete, komponierte und arrangierte nach Feierabend im Tonstudio in der Garage. Nach und nach stellten sich die ersten Erfolge ein und dann die großen Erfolge ...

IM TV DURCHGESTARTET

Im November 2006 traten die Amigos bei „Achims Hitparade“ erstmals im deutschen Fernsehen auf und holten sich gleich den Sieg. Im Dezember wurden sie mit dem Titel „Dann kam ein Engel“ zum „Musikan-

tenkaiser“ gekürt. Dieser Erfolg verhalf dem Duo zu einer Einladung in die TV-Show „Die Krone der Volksmusik“. Nach dem Auftritt im „Musikantenstadl“ in Basel und einem Interview mit Stadl-Moderator Andy Borg erreichten der Bierbrauer und der Lastkraftwagenfahrer als „Die Amigos“ dann auch in den internationalen Verkaufs-Charts die vorderen Ränge. Über zwei Millionen Tonträger gingen damals allein in den ersten 36 Monaten über den Ladentisch. Ihre Alben „Sommerträume“ (2014), „Santiago Blue“ (2015), „Wie ein Feuerwerk“ (2016) und „Zauberland“ (2017) stürmten in Deutschland, Österreich und der Schweiz auf Platz eins der Charts. Und auch das war nur ein Anfang ... In den

offiziellen deutschen Charts belegten sie im Sommer 2018 mit ihrer Album-CD „110 Karat“ und ein Jahr später mit „Babylon“ im zehnten Jahr in Folge mit einer Neuveröffentlichung Platz eins der Charts. Innerhalb von sechs Monaten nach der Veröffentlichung ihres Gold-Albums „Babylon“ im August 2019 erreichten die Amigos mit ihrem neuen Longplayer „50 Jahre: Unsere Schlager von damals“ wieder die Nummer eins und stiegen damit zum elften Mal auf Platz eins der Offiziellen Deutschen Albumcharts ein. Ein Rekord, denn damit zog das Schlager-Duo an Bands wie den Rolling Stones und Depeche Mode vorbei, die jeweils „nur“ zehn solche Nummer-eins-Alben hatten.

REKORD UND BRIEFMARKE

Zum zwölften Mal in ihrer Karriere erreichten die Amigos mit ihrem Album „Tausend Träume“ Platz eins der Albumcharts und haben damit mehr Nummer-eins-Platzierungen als die legendären Beatles. Zum 50-jährigen Bühnenjubiläum gab es dann sogar eine extra gestaltete Briefmarke. Die beiden Vollblutmusiker und Brüder Karl-Heinz und Bernd Ulrich sind also die erfolgreichste Band im deutschsprachigen Raum. Mit Liedern, die zum Träumen, aber auch Nachdenken anregen, sind sie immer ganz nah dran an ihrem Publikum. Hunderttausende von Kilometern legen sie Jahr für Jahr gemeinsam mit dem Auto zurück, um bei ihren Fans von Dänemark bis nach Kroatien und Italien zu sein. „Viele Menschen haben dasselbe Gefühl für manche Lebenssituationen. Und wir sind zwei davon. Wir sind so wie sie. Wir freuen uns, wenn uns die Leute nach den Konzerten ansprechen und aus ihrem Leben erzählen, weil wir sie mit unseren Liedern im Herzen und der Seele berührt haben – und wir unsere Erfahrungen so austauschen“, so das Erfolgs-Duo.

„WAS WÄREN WIR OHNE UNSERE FANS?“

Star-Allüren sucht man bei den beiden vergeblich: „Denn was wären wir ohne unsere Fans! Ihnen verdanken wir, dass wir so erfolgreich unterwegs sein dürfen. Wenn unsere Fans zufrieden und glücklich sind, sind wir es auch.“ **STAR**



Paul Panzer

GÖTTINGEN. Eigentlich steckt Comedian Paul Panzer noch mitten in der „Apokalypse“, uneigentlich bereitet er aber schon die „Schöne neue Welt“ vor. So heißt nämlich das Programm, mit dem er danach auf Tour geht. Am Sonntag, 8. November 2026 (!), um 18 Uhr ist der damit zu Gast in der Lokhalle. Der Vorverkauf läuft bereits. „Welcome to Hell“ ist der Untertitel des nächsten Programms: Eine um sich greifende innere Leere, künstliche Intelligenz, Kryptowelten, virtuelle Partnerschaften und der unstillbare Hunger menschlicher Bedürfnisse machen Paul Panzer einmal mehr zum Sisyphos der modernen Welt. Und das wird für sein Publikum wieder ein Riesen-Spaß werden, verspricht Paul Panzer. **STAR** Foto: Peter Heller

Groove

GÖTTINGEN. Die Attic Groove Connection tritt am Freitag, 10. Januar, um 21 Uhr im Nörgelbuff auf. „Gespieltes, Gesungenes, Eigenes und Fremdes“ sind die Bestandteile des Repertoires der Band. Mit zwei akustischen Gitarren, zweistimmigem Gesang (Uwe Freymuth, David Nolte) und einem fünfsaitigen E-Bass (Fania Fromm) sowie mit Percussion (Cajon, Ridebecken und Hihat / Daniel Loescke) werden selten gehörte Covers, aber auch eigene Stücke aus den Bereichen Pop, Rock, Folk und Jazz in eigenen ausgewogenen, spannungsreichen und eben „groovigen“ Arrangements zu Gehör gebracht. **NB**

Die größten Musical-Hits aller Zeiten

Die **NACHT** der **MUSICALS**

FROZEN • MOULIN ROUGE • WICKED
PHANTOM DER OPER • CATS • MAMMA MIA
SISTER ACT • ROCKY • ELISABETH u.v.m.

02.02.25 | Göttingen - Stadthalle

ELVIS
DAS MUSICAL

www.elvis-musical.co

08.03.25 | Göttingen - Stadthalle

Starring Dorothea Fletcher als Tina Turner

SIMPLY THE BEST
DIE TINA TURNER STORY

www.tina-turner-story.com

21.03.25 | Göttingen - Stadthalle

TICKETS: WWW.COFO.DE

Göllinger Tageblatt | Eichsfelder Tageblatt

Grinsen im Gesicht

Comedy in der Musa mit Corey und „Rasiert“ am 8. Februar

GÖTTINGEN. Mit ihren zarten 25 Jahren, millionenfach geklickten Videos auf Tiktok und ihrer Autorentätigkeit bei der ZDF-heute-show gehört Corey zu den vielversprechendsten Comedy-Newcomern Deutschlands. Am Samstag, 8. Februar, um 20 Uhr ist sie mit ihrem Programm „Rasiert“ zu Gast in der Musa in Göttingen.

Auf der Bühne liebt Corey es, zu polarisieren – mit Themen wie Feminismus, Queersein,

Körperbehaarung und Generation Z. Dies aber nie mit tiefem Zynismus, sondern immer mit einem breiten Grinsen im Gesicht.

ROTZFRECH UND POETISCH

Ihre Texte sind rotzfrech, poetisch und schreiend komisch. Sie selbst begleitend am Klavier oder auf der Gitarre singt sie über die brennenden Fragen einer jungen Frau: Mache ich noch ein unbezahltes Prakti-

kum oder werde ich einfach berühmt? Warum sind Frauen nicht nett zueinander? Darf man Küken schreddern? Und muss ich mir dafür vorher die Beine rasieren ...? Mit ihren bunten Hemden und Bandana im Haar bereist sie nun das Land, singt und erzählt ihre Geschichten in ihrem ersten Live-Programm. Weitere Informationen und Tickets im Vorverkauf gibt es bei www.musa.de. **STAR**

Foto: Viktoria Popova



Der FC Bayern oder die SPD?

Heute um 20.15 Uhr beginnt der politische Jahresrückblick mit Thilo Seibel im Apex

GÖTTINGEN. Am heutigen Samstag, 4. Januar, kann man ab 20.15 Uhr zusammen mit Kabarettist Thilo Seibel das Jahr 2024 im Apex Revue passieren lassen. „Schon rum?!“ heißt sein politischer Jahresrückblick

Seibel stellt Fragen wie: Wer hat 2024 am meisten verloren – der FC Bayern, die SPD oder der Macron? Wahlen hinterließen bei ihm Fragen: „Wenn sich die jungen Menschen fast denselben Populistensermon zusammenwählen wie die Erwachsenen – warum gelten dann nur die Jungen als besorgniserregend dumm?“ Aber es gab nicht nur Wahlen, sondern auch Unterhaltsames. Thilo Seibel hat alle Ereignisse für seine Gäste gesammelt, abgeheftet und von oben nach unten gedreht: Wann Volker Wissing wegen Arbeitsverweigerung das Bürgergeld gestrichen bekam, in welchem Keller straffällige AfD-Spitzenkandidaten von der Partei versteckt wurden, wann bei „Hart aber fair“ erstmals jemand einen Satz beenden konnte – alles. So wird aus dem Jahr 2024 ein prallvoller Abend mit Karl Lauterbach, Winfried Kretschmann und anderen Gästen. **STAR** / Foto: Thilo Seibel



Der Zirkus der Rätsel im JT

GÖTTINGEN. „Die drei ??? Kids – Zirkus der Rätsel“ ist eines der absoluten Erfolgsstücke am Jungen Theater (JT). Die nächsten Vorstellungen gibt es am Sonntag, 12. Januar, um 13 Uhr und um 16 Uhr. Es ist ratsam, sich die Karten im Vorverkauf zu sichern. Tickets gibt es bei junge-theater.de, an der Theaterkasse montags bis samstags von 11 bis 14 Uhr und freitags von 17 bis 20 Uhr und an allen Reservix-Vorverkaufsstellen.

Der Fall führt Die drei ??? Kids in einen Zirkus, der in Rocky Beach gastiert. Plötzlich tauchen tausend Rätsel auf. Wer macht sich nachts am Wohnwagen des Zirkusdirek-

tors zu schaffen? Was hat es mit dem alten Zirkusplakat auf sich? Und wer ist das Phantom auf dem Seil? Ein kniffliger Fall für Die drei ??? Kids. Die Zuschauer begleiten sie auf ihrer Schatzsuche und helfen, den Fall zu lösen. Empfohlen ist das Theaterstück von Ulf Blanck und Boris Pfeiffer für Kinder ab sechs Jahren. **STAR**

Foto: Dorothea Heise





Tipps und Termine vom 4. bis 11. Januar

Samstag 04.01.

Kino

Lumière: 15.00 Tony, Shelly und das magische Licht, 17.30 Googoosh – Made of Fire (OmU), 20.00 The Outrun Méliès: 17.30 Alter weißer Mann, 20.00 Die leisen und die großen Töne

Live-Musik/Party

16.00 Kaisersaal Bad Gandersheim: Neujahrskonzert „Du sollst der Kaiser meiner Seele sein“ mit Eilika Wunsch (Sopran), Raúl Teo Arias (Violine), Bernhard Wunsch (Klavier) 20.00 Gasthaus Schwülmetal, Löttingsen: S.H.E. (Coverrock) 22.00 Exil: Best 90s (Pop, Punk, Rock, Crossover, Eurodance oder) mit DJ Scanner (Nacht der Schatten) und DJ Take One (Klangwelt/DM Party/BEST 80s)

Theater/Kabarett/how

20.00 Stadthalle Göttingen: Moving Shadows, Schattentheater 20.15 Apex: Thilo Seibel, Schon rum?! – Der politische Jahresrückblick (Kabarett)

Sonstiges

14.30 ab Gästeinfo Duderstadt: „Weibsbilder, Frauenzimmer und gemeine Frowen – Aus dem Leben der Maria Zinke“ (Stadtführung) 11.30 ab Tourist Info Göttingen: Rund ums Gänseliesel, 14.00 Historische Kirchen in der Innenstadt (Stadtführungen) 15.00 Forum Wissen: Öffentlicher Rundgang durch die „Räume des Wissens“

Sonntag, 05.01.

Kino

Lumière: 15.00 Tony, Shelly und das magische Licht, 17.30 Outrun, 20.00 Googoosh – Made of Fire (OmU) Méliès: 17.30 Die leisen und die großen Töne, 20.00 Alter weißer Mann

Live-Musik

16.00 Christophoruskirche Reinhausen: Opernträume – die schönsten Arien und Duette mit Eilika Wunsch (Sopran), Ricardo Marinello (Tenor), Bernhard Wunsch (Klavier)

Theater

15.00 Stadthalle Gö.: Die Schneekönigin (Familien-Musical)

Sonstiges/Ausflug

11.00 und 12.00 Aula am Wilhelmsplatz: Öffentliche Führung inklusive Karzer 11.00 Forum Wissen: Öffentlicher Rundgang durch die „Räume des Wissens“, 15.15 Führung durch die Sonderausstellung „Sonnenansichten“

11.00-16.00 Kunstsammlung der Universität im alten Auditorium: geöffnet 14.00 - 17.00 Erdbebenwarte Göttingen, Herzberger Landstr. 180-182: kostenlose Führung um 14 Uhr mit Fall der 4-Tonnen-Mintropkugel, Nähere Infos: www.erdbebenwarte.de

Montag, 06.01.

Kino

Lumière: 17.30 Element of Crime, 20.00 The Outrun (OmU) Méliès: 17.30 Die leisen und die großen Töne, 20.00 Bekenntnisse des Hochstaplers Thomas Mann

Live-Musik/Party

19.00 Exil: Swing-a-round, Tanzen zu Original-Swingmusik (Swing, Charleston, Lindyhop, Boogie and more) 21.00 Nörgelbuff: Die Nörgelbuff Houseband spielt Funk, Rock, Soul, Jazz, Blues und Pop

Sonstiges

15.30 Wohnstift Göttingen: Die Göttinger Filmgeschichte, Vortrag von Sven Schreivogel vom Filmbüro Göttingen

Dienstag, 07.01.

Kino

Lumière: 17.30 Element of Crime, 20.00 The Outrun (OmU) Méliès: 18.00 Bekenntnisse des Hochstaplers Thomas Mann,



Am Sonntag besteht gleich zweimal die Gelegenheit, den berühmten Karzer der Göttinger Universität zu besichtigen: Um 11 und 12 Uhr beginnen die Führungen durch die Aula am Wilhelmsplatz. Der Karzer war bis 1933 ein Gefängnis für Studenten, hier schlief so mancher seinen Rausch aus – oder saß eine Strafe für zu schnelles Reiten in der Stadt ab. Der berühmteste Insasse war Otto von Bismarck, der hier unter anderem wegen öffentlichem Tabakrauchen und der Teilnahme an Duellen landete. Nähere Infos zu den Führungen bei goettingen-tourismus.de.

Foto: Christina Hinzmann

20.00 Die leisen und die großen Töne

Live-Musik/Party

20.00 Exil: Indie und Alternative

Theater

19.45 DT: Törless

Sonstiges

17.00-19.00 Stadtteilbüro Leineberg: Reparaturcafé 19.30 ZHG 008: Adaptive Optik am Very Large Telescope: superscharfe Bilder von unserem Universum (Vortragsreihe des Förderkreis Planetarium Göttingen)

Mittwoch, 08.01.

Kino

Lumière: 17.30 Element of Crime, 20.00 The Outrun (OmU) Méliès: 18.00 Bekenntnisse des Hochstaplers Thomas Mann, 20.00 Die leisen und die großen Töne

Live-Musik/Party

20.00 Stadthalle Osterode: Göttinger Symphonie Orchester, Sonderkonzert Champagner-Galopp 21.00 Nörgelbuff: Salsa en Sotano, Salsa-Party mit DJ Quito

Theater/Kabarett

19.00 DT: Scharfer Blick 20.15 Apex: Theatergruppe stille hunde mit „Wolfsjahre“ 20.30 DT: Einszweiundzwanzig vor dem Ende (Komödie)

Sonstiges/Ausflug

18.00 Institut für Physik, Friedrich-Hund-Platz 1: Öffentliche Führung mit Beobachtungs-

möglichkeit am 50-cm-Spiegelteleskop, Beobachtungsobjekte: Mond, Venus, Jupiter, Saturn

Donnerstag, 09.01.

Kino

Lumière: 17.15 No Other Land (OmU), 20.00 Rio Reiser – König von Deutschland. Méliès: 18.00 Marianengraben, 20.00 Die leisen und die großen Töne (OmU) ab heute NEU in der Movietown Eichsfeld: September 5 – the Terror went live, We live in Time

Live-Musik/Party

18.30 Wohnstift Göttingen: „Liebling, mein Herz lässt Dich grüßen...“, Musik jüdischer Künstler in der Weimarer Zeit mit Søren Thies (Akkordeon & Gesang) 20.00 Stadion, Speckstraße: Offene Bühne mit Kreuzberg on KulTour 20.00 Ballhaus Duderstadt: Göttinger Symphonie Orchester, Sonderkonzert Champagner-Galopp

Theater/Impro/Kabarett

19.45 DT: Der zerbrochene Krug 20.00 Stadthalle Göttingen: Lisa Eckhart, „Kaiserin Stasi die Erste“ (Kabarett) 20.00 DT: Die Nacht, als Laurier erwachte 20.15 Apex: Kiebling&Kaffka, Neujahrsshow „Nach Silvester



Das Méliès zeigt ab Donnerstag „Marianengraben“: Paula (Luna Wendler) durchlebt eine Trauerphase, nachdem ihr kleiner Bruder Tim in Triest im Meer ertrunken ist. Von Schuldgefühlen geplagt, scheint ihr Lebenswille erloschen. Als sie auf den alten Griesgram Helmut (Edgar Selge) trifft, der die Urne seiner Ex-Frau nach Italien fahren will, sieht sie endlich wieder einen Hoffnungsschimmer: Nach Triest fahren, an den Strand, an dem ihr Bruder gestorben ist. Nur dort wird sie sich ihm wieder nahe fühlen können. Während der Reise entwickelt sich eine unerwartete Freundschaft – und eine neue Lebensfreude erwacht.

Foto: OliverOppitz/AlamodeFilm

ist vor Silvester“ (Impro-Musik-Comedy)

Sonstiges

15.15 Forum Wissen: Führung durch die Sonderausstellung „Sonnenansichten“ 17.00 Lokhalle: Internationales A-Jugend-Fußballturnier (ausv.)

Freitag, 10.01.

Kino

Lumière: 17.15 No Other Land Méliès: 18.00 Marianengraben, 20.00 Die leisen und die großen Töne

Live-Musik/Party

20.00 Gasthaus Schwülmetal. Löttingsen: Ronja Maltzahn (Songpoetin) 22.00 Exil: Nacht der Schatten (Wave, Goth, Synth,...)

Theater/Impro

11.00 DT: Der zerbrochene Krug 19.45 DT: Tartuffe 20.00 Lumière: Comedy Company, Impro-Show „Triäter“ 20.00 JT: Wind of Change (Musikshow) 20.15 Apex: Heine, ein Wanderer (szenische Lesung mit der Theatergruppe stille hunde)

Sonstiges

16.00 Lokhalle: Internationales A-Jugend-Fußballturnier Rewe Juniorcup (ausverkauft) 16.30 Forum Wissen: Chalk Talk mit Prof. Dr. Silke Schicktanz und Dr. Julia Perry – „Will ich es wissen? Zur Ethik der Risikovorhersage von Altersdemenz“

Samstag 11.01.

Kino

Lumière: 15.00 Pippi Langstrumpf, 17.15 No Other Land (OmU), 19.30 Die Saat des heiligen Feigenbaums (OmU) Méliès: 18.00 Marianengraben, 20.00 Die leisen und die großen Töne

Live-Musik/Party

22.00 Exil: Cheers to the Queers, Die große Party für LGBTQIA+ & Allies

Theater/Kabarett

19.45 DT: Der große Gatsby 20.00 JT: Barbara (Chansonabend) 20.00 Stadthalle Northeim: Fehler im System (Boulevardkomödie mit Jürgen Tarrach, Schlossparktheater Berlin) 20.00 DT: Die Guten 20.15 Apex: Frank Fischer, Gagaland (Kabarett) 20.15 ThOP: Der stärkste Mann der Welt (Premiere)

Sonstiges

10.00 Lokhalle: Internationales A-Jugend-Fußballturnier Rewe Juniorcup (ausverkauft) 11.30 ab Tourist Info Göttingen: Rund ums Gänseliesel, 14.00 Auf den Spuren des englischen Königshauses (Stadtführungen) 15.00 Forum Wissen: Öffentlicher Rundgang durch die „Räume des Wissens“, Eintritt und Führung frei. bitte am Infotresen melden

Ausstellungen

• Die Ausstellung „Zu Tisch“ ist bis 11. Januar in der Brot-Galerie, Kurze Straße 3, zu sehen: Dienstag bis Freitag 10 bis 15 Uhr, Samstag 10 bis 14 Uhr.

• Bis zum 12. Januar stellt die Gruppe „Farbenkreis“ aus Göttingen Landschaften im Café Klett, Fredelsloh aus. Täglich von 13 bis 18 Uhr geöffnet.

• Bis zum 26. Januar zeigt das städtische Museum Göttingen die Ausstellung „Göttingen kolonial. 1870 – 1945“. Geöffnet dienstags bis freitags von 10 bis 17 Uhr, samstags und sonntags von 11 bis 17 Uhr, am 1. Donnerstag im Monat bis 19 Uhr.

• Mit der Jubiläumsausstellung „Vereinte Vielfalt“ feiert der Fotoclub Göttingen sein 75-jähriges Bestehen. Zu sehen ist sie bis 31. Januar im Seminarhaus der VHS Göttingen in der Bahnhofsallee 7, der Eintritt ist frei.

• Das Museum im Ritterhaus in Osterode präsentiert bis 12. Januar Cartoons, Ideenskizzen sowie Vorzeichnungen und Kuriositäten von Uli Stein. Geöffnet dienstags bis freitags 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr, sonn- und feiertags 14 bis 17 Uhr.

• Bis zum 31. Januar ist täglich von 8 bis 20 Uhr die Ausstellung „Gedruckte Eindrücke“ mit Holzschnitten von Herbert Linne im Wohnstift Göttingen zu sehen.

Die Lieblingskapelle des Kaisers

Verlosung: Freikarten für die ORIGINAL HOCH- UND DEUTSCHMEISTER live im Eichsfelder Kulturhaus

HEILIGENSTADT. Das ist ein Konzert, das man nicht alle Tage erlebt: Die Original Hoch- und Deutschmeister gastieren am Samstag, 15. März, um 16 Uhr im Eichsfelder Kulturhaus in Heiligenstadt. Gespielt werden bekannte Melodien wie „Im weißen Rössl“, „Adieu, mein kleiner Gardeoffizier“ oder auch der Radetzky-Marsch. Wir verlosen dreimal zwei Freikarten.

Im Jahr 1741 ordnete Kaiserin Maria Theresia an, dass jedes Regiment eine eigene Kapelle haben sollte, um die Truppen zur Parade zu führen. Im selben Jahr wurde zur Geburt Joseph II. eine Parade in Mailand abgehalten, bei der die Hoch- und Deutschmeister mit einer eigenen Kapelle angetreten waren. 1781 stationierte Kaiser Joseph II. die Deutschmeister in Wien und hier konnten sie ihren eigenen Wiener Klang kreieren. Sie wurden zur Lieblingskapelle des

Kaisers und des Volkes. Sie spielten auch Konzerte und Tanzveranstaltungen in den bekanntesten Etablissements der Stadt und waren deshalb damals schon mehr als eine Militärkapelle. Es verging seinerzeit in Wien kaum ein Tag, an dem die Deutschmeister nicht im Prater, in Kaffeehäusern oder Tanzsälen konzertierten – und das in den verschiedensten Besetzungen, von den „Schrammeln“ über das Salon- und Streichorchester bis hin zum schneidig aufmarschierenden Bläserorchester. Ein wesentliches Merkmal der Deutschmeister ist die Verwendung der althergebrachten und 1891 für die altösterreichischen Militärbaskapellen etablierten „Hohen Stimmung“, die einen Halbton über der Normalstimmung liegt. Die Deutschmeister hatten in ihren Reihen berühmte Namen wie Philipp Fahrbach sen. und Carl Michael Ziehrer, der die

Weltausstellung in Chicago im Jahr 1893 untermauerte; außerdem der „Teufelsgeiger“

Josef Hellmesberger, der Ballettkomponist Josef Bayer, Wilhelm Wacek und Robert Stolz.

Julius Herrmann, der schon unter Wacek Musiker war, begründete das heutige Traditionsor-



Foto: Karin Vogt/NowoPhoto

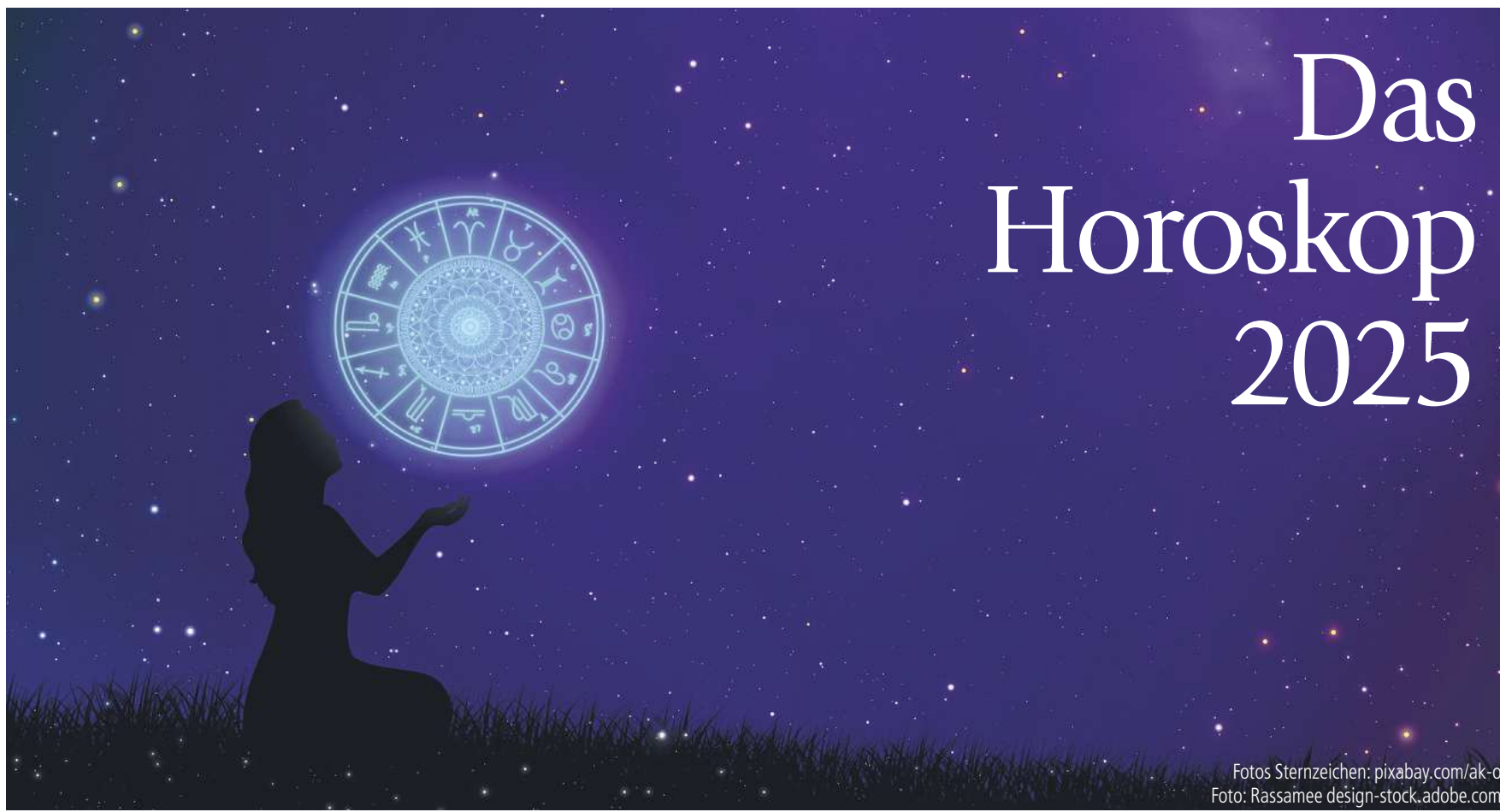
Rabatt für Frühbucher

BAD GANDERSHEIM. Wer es bislang nicht geschafft hat, Tickets für die kommende Spielzeit der Gandersheimer Domfestspiele zu kaufen, kann den Frühbucherrabatt noch länger nutzen. „Wir freuen uns über die hohe Ticket-Nachfrage und möchten unserem treuen Publikum als kleines Dankeschön bis zum 6. Januar 2025 die Möglichkeit geben, vom Frühbucherrabatt zu profitieren“, erklärt Intendant Achim Lenz. Dadurch könne die ganze Familie noch in Ruhe überlegen, welche der Vorstellungen sie unbedingt buchen wollen. „So können auch zu Weihnachten verschenkte Gutscheine direkt nach dem Fest bei uns entspannt für den Wunschtermin eingelöst werden“, sagt Lenz. Eintrittskarten gibt es über die Kartenzentrale der Gandersheimer Domfestspiele, Stiftsfreiheit 12, telefonisch unter 05382 / 955 3311 oder per E-Mail: kartenzentrale@gandersheimer-domfestspiele.de, online unter www.gandersheimer-domfestspiele.de.

VORVERKAUF & VERLOSUNG

Karten für das Konzert gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen – unter anderem in der Tourist-Info in Göttingen, in der Geschäftsstelle des Eichsfelder Tageblatts in Duderstadt und bei gt-tickets.de. Wer zwei gewinnen möchte, kann ab sofort und bis einschließlich Dienstag unter gturl.de/gewinnspiel mitmachen. Die Namen der Gewinner werden an den Veranstalter weitergegeben. **HDM / STAR**

GDF



Schütze: 23. November – 21. Dezember
Liebe Schützen, das Jahr 2025 wird eine Zeit der Abenteuerlust, des Wachstums und der Inspiration für euch sein. Nutzt eure Optimismus und eure Abenteuerlust, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt offen für neue Möglichkeiten und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: optimistisch, abenteuerlustig, freiheitsliebend, enthusiastisch, ungeduldig, ungebunden
- Lieblings-Food: Internationale Küche wie Pizza, Pasta und Tapas, exotische Früchte, würzige Gerichte aus verschiedenen Kulturen
- Farben: Blau, Violett und Türkis – Farben, die Abenteuerlust und Entdeckergeist widerspiegeln
- Sehnsuchtsorte: weite und exotische Orte wie majestätische Gebirge, weite Wüsten oder faszinierende Fernziele, die Abenteuerlust und Entdeckergeist wecken
- Berühmte Schützen: Taylor Swift (Sängerin), Walt Disney (Gründer von Disney), Jay-Z (Rapper, Unternehmer), Brad Pitt (Schauspieler), Steven Spielberg (Regisseur)

Skorpion: 24. Oktober – 22. November

Liebe Skorpione, das Jahr 2025 wird eine Zeit der Transformation und der intensiven Emotionen für euch sein. Nutzt eure Leidenschaft und Entschlossenheit, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt offen für Veränderungen und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: leidenschaftlich, geheimnisvoll, tiefgründig, eifersüchtig, beharrlich, kontrollierend
- Lieblings-Food: scharfe und würzige Gerichte wie mexikanisches Essen oder Thai-Curry, dunkle Schokolade, gebratene Meeresfrüchte
- Farben: tiefes Rot, Schwarz und Dunkelblau – Farben, die eine intensive und geheimnisvolle Persönlichkeit hervorheben
- Sehnsuchtsorte: geheimnisvolle Orte wie alte Ruinen, versteckte Grotten oder abgelegene Wälder, die eine tiefe und mystische Natur ansprechen
- Berühmte Skorpione: Bill Gates (Unternehmer, Philanthrop), Katy Perry (Sängerin), Pablo Picasso (Maler), Martin Luther King Jr. (Bürgerrechtler), Julia Roberts (Schauspieler)

Waage: 24. September – 23. Oktober

Liebe Waagen, das Jahr 2025 wird eine Zeit des Gleichgewichts, der Harmonie und der persönlichen Entwicklung für euch sein. Nutzt eure diplomatische Natur und eure Fähigkeit zur Vermittlung, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt ausgeglichen, einfühlsam und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: harmoniebedürftig, charmant, ausgeglichen, sozial, ästhetisch, unentschlossen
- Lieblings-Food: ästhetisch ansprechende Gerichte wie Sushi oder Caprese-Salat, leichte Gerichte wie Fisch mit Zitronensauce, elegante Desserts wie Macarons
- Farben: Pastellfarben wie Hellblau, Rosa und Lavendel, sowie sanfte Grüntöne – Farben, die eine harmonisierende und ästhetische Natur unterstreichen
- Sehnsuchtsorte: kulturelle Zentren mit eleganten Museen, raffinierten Restaurants und charmanten Boutiquen, wo Waagen ihre Ästhetik und ihren Sinn für Schönheit ausleben können
- Berühmte Waagen: Will Smith (Schauspieler), Serena Williams (Tennispieler), Mahatma Gandhi (Führer der indischen Unabhängigkeitsbewegung), Kate Winslet (Schauspieler), John Lennon (Sänger)

Jungfrau: 24. August – 23. September

Liebe Jungfrauen, das Jahr 2025 wird eine Zeit der Struk-

tur, Neuordnung und Erfüllung für euch sein. Nutzt eure praktische Natur und euren Fleiß, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt geduldig, zuverlässig und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: analytisch, ordentlich, bescheiden, gewissenhaft, kritisch, zurückhaltend
- Lieblings-Food: gesunde Salate mit frischen Zutaten, gegrilltes Hähnchen mit Gemüse, Quinoa-Gerichte, Obstsalate
- Farben: erdige und neutrale Töne wie Beige, Taupe und Grau sowie dunkle Grüntöne – Farben, die ihre bodenständige und praktische Seite unterstreichen
- Sehnsuchtsorte: Orte mit natürlicher Schönheit und ländlichem Charme wie idyllische Bauernhöfe, üppige Gärten oder malerische Landschaften, die eure Sinne beruhigen und eure Liebe zur Natur befriedigen
- Berühmte Jungfrauen: Keanu Reeves (Schauspieler), Beyoncé (Sängerin), Mutter Teresa (Nobelpreisträgerin, Missionarin), Michael Jackson (Sänger), Freddie Mercury (Sänger)

Löwe: 23. Juli – 23. August

Liebe Löwen, das Jahr 2025 wird eine Zeit des Glanzes, der Selbstentfaltung und der erfüllten Ambitionen für euch sein. Nutzt eure Strahlkraft und Entschlossenheit, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt leidenschaftlich, mutig und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: charismatisch, selbstbewusst, großzügig, stolz, dominant, eitel

- Lieblings-Food: edle Gerichte wie Lammkoteletts oder Hummer, opulente Desserts wie Crème Brûlée oder Schwarzwälder Kirschtorte
- Farben: Gold, Orange und Rot – Farben, die eure königliche und warmherzige Natur betonen
- Sehnsuchtsorte: Orte mit Glamour und Pracht wie exklusive Luxusresorts, elegante Theater oder historische Paläste, wo ihr euch wie Könige und Königinnen fühlen können
- Berühmte Löwen: Barack Obama (ehem. US-Präsident), Madonna (Sängerin), Arnold Schwarzenegger (Schauspieler, Politiker), Jennifer Lopez (Sängerin, Schauspieler), Coco Chanel (Modedesignerin)

Krebs: 22. Juni – 22. Juli

Liebe Krebse, das Jahr 2025 wird eine Zeit der emotionalen Tiefe und familiären Verbundenheit für euch sein. Nutzt eure Fürsorge und Intuition, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt verbunden mit euren Liebsten und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: fürsorglich, emotional, empathisch, familiär, sensibel, manchmal launisch
- Lieblings-Food: hausgemachte Suppen, cremige Pasta-Gerichte, traditionelle Hausmannskost, Schokoladendesserts
- Farben: sanfte Farben wie Silber, Weiß und Creme, sowie zarte Blautöne – Farben, die Ruhe und Geborgenheit ausstrahlen
- Sehnsuchtsorte: gemütliche Rückzugsorte wie abgelegene Strände, romantische Berghütten oder heimelige Cafés, wo ihr euch geborgen und umsorgt fühlen könnt
- Berühmte Krebse: Tom Cruise (Schauspieler), Meryl Streep (Schauspieler), Elon Musk (Unternehmer), Princess Diana (britische Prinzessin), Ariana Grande (Sängerin)

Zwillinge: 21. Mai – 21. Juni

Liebe Zwillinge, das Jahr 2025 wird eine Zeit voller Neugierde und Vielseitigkeit für euch sein. Nutzt eure Neugierde und Flexibilität, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt offen für neue Möglichkeiten und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.

- Charaktereigenschaften: kommunikativ, vielseitig, neugierig, gesellig, intellektuell, unbeständig
- Lieblings-Food: Fingerfood wie Tapas und Bruschetta, vielfältige Salate mit verschiedenen Zutaten, leichte Pasta-Gerichte
- Farben: lebendige Farben wie Gelb, Hellblau und Grün, sowie leichte Pastellöne – Farben, die ihre verspielte und lebhaftige Persönlichkeit unterstreichen



- Sehnsuchtsorte: lebendige Städte mit pulsierendem Nachtleben, kulturellen Veranstaltungen und vielfältigen Unterhaltungsmöglichkeiten, die Neugier und vielseitigen Interessen ansprechen
- Berühmte Zwillinge: Angelina Jolie (Schauspieler), Kanye West (Rapper, Produzent), Johnny Depp (Schauspieler), Marilyn Monroe (Schauspieler), Natalie Portman (Schauspieler)

Stier: 21. April – 20. Mai

Liebe Stiere, das Jahr 2025 bringt eine Zeit wichtiger Veränderungen und der inneren Balance für euch. Nutzt eure Gelassenheit und Beharrlichkeit, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt loyal, zuversichtlich und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: standhaft, geduldig, sinnlich, genussvoll, zuverlässig, stur
- Lieblings-Food: saftiges Rinderfilet, cremige Risotto, Schokoladendesserts, herzhaftes Eintöpfe
- Farben: erdige Töne wie Braun und Grün, sowie tiefe Blautöne – Farben, die Ruhe und Stabilität vermitteln
- Sehnsuchtsorte: natürliche Oasen wie idyllische Landschaften, ruhige Seen oder luxuriöse Wellness-Resorts – dort, wo Ruhe

und Entspannung zu finden sind

- Berühmte Stiere: Adele (Sängerin), George Clooney (Schauspieler), Queen Elizabeth II. (britische Monarchin), David Beckham (Fußballspieler), Dwayne „The Rock“ Johnson (Schauspieler, Wrestler)

Widder: 21. März – 20. April

Liebe Widder, das Jahr 2025 verspricht eine Zeit voller dynamischer Veränderungen und aufregender Möglichkeiten. Nutzt eure Stärke und Entschlossenheit, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt mutig, leidenschaftlich und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.



- Charaktereigenschaften: mutig, ehrgeizig, enthusiastisch, impulsiv, direkt, selbstbewusst
- Lieblings-Food: Steak mit würzigen Gewürzen, scharfe Gerichte wie Chili con Carne, würzige Currys
- Farben: Rot, kräftiges Orange, leuchtendes Gelb – Farben, die Energie und Leidenschaft widerspiegeln
- Sehnsuchtsorte: abenteuerliche Orte wie exotische Inseln oder pulsierende Metropolen, wo Widder neue Herausforderungen und spannende Erlebnisse finden können
- Berühmte Widder: Lady Gaga (Sängerin), Vincent van Gogh (Maler), Mariah Carey (Sängerin), Elton John (Sänger), Leonardo da Vinci (Künstler, Universalgenie)

Fische: 20. Februar – 20. März

Liebe Fische, das Jahr 2025 wird eine Zeit der inneren Reflexion, des spirituellen Wachstums und der neuen Möglichkeiten für euch bringen. Nutzt eure intuitiven Fähigkeiten und emotionale Intelligenz, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt achtsam, liebevoll und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg führt.



- Charaktereigenschaften: empfindsam, mitfühlend, träumerisch, kreativ, verträumt, neigt zur Unentschlossenheit
- Lieblings-Food: Fischgerichte wie Lachs oder Forelle, Meeresfrüchte-Pasta, cremige Suppen, Trüffelgerichte
- Farben: Pastellfarben wie Mintgrün, Lavendel und Türkis, sowie Meeresfarben wie Blau und Grün – Farben, die die emotionale und einfühlsame Natur der Fische reflektieren
- Sehnsuchtsorte: mystische Orte wie einsame Strände, stille Seen oder spirituelle Rückzugsorte, die eine tiefe emotionale Verbundenheit zur Natur ansprechen

- Berühmte Fische: Albert Einstein (Physiker), Rihanna (Sängerin), Steve Jobs (Mitgründer von Apple), Kurt Co-

bain (Sänger), Elizabeth Taylor (Schauspieler)



Wassermann: 21. Januar – 19. Februar

Liebe Wassermänner und Wassermädchen, das Jahr 2025 verspricht eine aufregende Reise voller Entdeckungen und persönlicher Transformation zu werden. Nutzt eure einzigartigen Qualitäten und Fähigkeiten, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt offen für die Wunder des Lebens und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.

- Charaktereigenschaften: unkonventionell, originell, intellektuell, unabhängig, idealistisch, distanziert
- Lieblings-Food: vegetarische und vegane Gerichte, exotische Früchte und Gemüse, innovative und unkonventionelle Speisen
- Farben: helle und unkonventionelle Farben wie Türkis, Aquamarin und Silber – Farben, die ihre Originalität und Individualität zum Ausdruck bringen
- Sehnsuchtsorte: Innovationszentren und alternative Gemeinschaften, wo neue Ideen und unkonventionelle Ansätze gefunden werden können, die Freiheitsliebe und Sinn für Fortschritt ansprechen
- Berühmte Wassermänner/-frauen: Oprah Winfrey (Unternehmerin), Cristiano Ronaldo (Fußballspieler), Abraham Lincoln (ehem. US-Präsident), Jennifer Aniston (Schauspieler), Charles Darwin (Naturforscher)

Steinbock: 22. Dezember – 20. Januar

Liebe Steinböcke, das Jahr 2025 verspricht eine Zeit der Stabilität für euch. Eure Entschlossenheit und Beharrlichkeit werden dabei helfen, eure Ziele und Träume zu verwirklichen. Nutzt eure Stärke, Ausdauer und Entschlossenheit, um eure Träume zu verwirklichen und euer volles Potenzial zu entfalten. Bleibt fokussiert auf eure Ziele, seid geduldig und vertraut darauf, dass das Universum euch auf eurem Weg unterstützt.

- Charaktereigenschaften: zielstrebig, diszipliniert, zuverlässig, verantwortungsbewusst, praktisch, neigt zum Pessimismus
- Lieblings-Food: traditionelle Gerichte wie Rinderbraten mit Kartoffeln, deftige Eintöpfe, rustikales Brot mit Käse
- Farben: dunkle Erdtöne wie Braun und Dunkelgrün, sowie klassisches Schwarz – Farben, die ihre Ernsthaftigkeit und Zielstrebigkeit betonen
- Sehnsuchtsorte: Historische Städte mit imposanten Bauwerken, ehrwürdigen Denkmälern und bedeutenden Kulturstätten



- Berühmte Steinböcke: Michelle Obama (ehemalige First Lady), Muhammad Ali (Boxer), Kate Middleton (britische Herzogin), Elvis Presley (Sänger), David Bowie (Sänger)