

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

Jeden Tag besonders – einfach ALDI.



**39. Jahrgang • Nr. 2 • Samstag • 10. Januar 2026**  
**Extra Tip Werbungs- und Vertriebsgesellschaft mbH**  
**Wiesenstraße 1 • 37073 Göttingen**  
**www.extratip-goettingen.de**

mit Leidenschaft

## Schönherr Reiseservice

Regional Professionell Persönlich

Mittlere Volperstraße 4 • 37170 Uslar • T 0049 151 250 22 516  
info@schonherr-reiseservice.de • www.schonherr-reiseservice.de

| Busreisen                                   | Vereinsreisen   | Busvermietung                           |
|---|---|---|
| Gern schicken wir Ihnen unsere Broschüre zu | Wir unterstützen Sie bei der Planung und Organisation Ihrer gewünschten Reise | Transfers, Klassenfahrten und Skifahren |

14.-15.02.2026 **Einkaufsfahrt zum „Polenmarkt“** in Sublice

27.-29.03.2026 **„Goldene“ Stadt Prag**

11.-16.04.2026 **Frühlingstage am Lago Maggiore**

15.03.2026 **Variété & exklusiver Brunch** im Kaiserpalais Bad Oeynhausen

19.04.2026 **Zwischenahner Meer**

**Und viele weitere Fahrten!**  
**Gern schicken wir Ihnen unsere Broschüre zu!**



Foto: Pura Vida

## VERLOSUNG 1

### Musical-Nacht

Am Dienstag, 3. Februar, um 20 Uhr ist „Die Nacht der Musicals“ zu Gast in der Göttinger Stadthalle. Unsere Leser können fünfmal zwei Freikarten für diese Show gewinnen.

**SEITE 8**



Foto: Robert Recker

## VERLOSUNG 2

### Ralf Schmitz live

Am Donnerstag, 15. Januar, um 20 Uhr ist Ralf Schmitz zu Gast in der Lokhalle – präsentiert vom ExtraTIP. Bei den „Schmitzfindigkeiten“ sind nicht mehr viele Plätze frei. Unsere Leser können Freikarten für das Comedy-Event gewinnen.

**SEITE 9**

**Wenn das Nötigste fehlt.  
Sie können das Blatt wenden.**



# Schneemann-Challenge: Wer baut den schönsten?

Draußen kreativ werden und Foto hochladen: **TANKGUTSCHEIN** zu gewinnen



Foto: Belight-stock.adobe.com

**REGION.** Der Wintereinbruch hat der Region jede Menge Schnee beschert und der bringt einen Riesenspaß mit sich: Rodeln, Wandern – und natürlich Schneemannbauen. Beim Spaziergang kann man an allen möglichen Stellen in Stadt und Landkreis zurzeit tolle Männer (und Frauen) aus Schnee bewundern. Höchste Zeit, die alle mal groß rauszubringen! Deshalb haben das Tageblatt und die Firma Schneemann Recycling jetzt die große Schneemann-Challenge gestartet. Egal, ob im eigenen Garten, auf dem Schulhof, am Seeburger See, am Gieboldehäuser Schloss, im Balkonkasten, auf dem Fensterbrett oder sonst-

wo: Schneemannbauen ist und bleibt etwas, was Groß und Klein viel Spaß macht und wobei man der Kreativität freien Lauf lassen kann. Dabei kommt der Klassiker mit der Möhre-Nase einfach nicht aus der Mode. Wir suchen die schönsten Schneemänner der Region!

Wer den ersten Schnee 2026 bereits für seine Figur genutzt hat oder in den nächsten Tagen weiße Kugeln rollt, kann daran teilnehmen. Egal, ob groß oder klein, mit Möhre oder ohne: Hauptsache, das Kunstwerk wird im Foto festgehalten. Das kann man ab sofort bei **gturl.de/schneemann** hochladen.

*Schneemann-Challenge powered by:*



**Schneemann**  
Recycling GmbH  
Entsorgungsfachbetrieb

**#bockaufcontainer!**

Auf die entsprechende Seite kommt man auch ganz einfach mit dem hier abgedruckten QR-Code. Eine Jury wird die schönsten Schneemänner küren, als Hauptpreis gibt es einen Tankgutschein über 100 Euro zu gewinnen. Die Firma Schneemann Recycling aus Duderstadt hat es sich nicht nehmen lassen, diese Challenge zu unterstützen und ist schon sehr gespannt, was für Namensvetter aus Eiskristallen es da zu sehen geben wird.

**STAR**



Foto: Swen Pförtner

## Kicken in der Halle: Fans können I-Pads gewinnen

Fußball: Jede Menge Sport unter dem Dach in der Region

**REGION.** Draußen tobt sich der Winter aus, in der Halle geht es derzeit heiß her für die Fans. An diesem Wochenende messen sich hochkarätige U19-Teams in der Lokhalle beim REWE Junior Cup. Eine Nummer kleiner geht es in der kommenden Woche bei der achten Auflage des Spedition-Geis-Krüger-Frauen-cups weiter.

**LIVE-STREAM UND GEWINNSPIEL**

Die Spiele des internationalen A-Jugend-Turniers in der Lokhalle sind so gut wie ausverkauft. Wer trotzdem live mitfeiern möchte, kann das im Livestream tun. Alle Infos dazu und zum Tippspiel, bei dem man unter anderem I-Pads gewinnen kann, gibt es auf **SEITE 5**.

**FRAUEN-FUSSBALL IN DER HALLE**

Am dritten Januar-Wochenende gibt es in der Adelebsen Sporthalle wieder jede Menge

Frauen- und Mädchenfußball. Der FC Lindenberg Adelebsen 01 veranstaltet am Samstag, 17. Januar, ab 15 Uhr das große Hallenturnier. Zehn Teams aus drei Landkreisen sind am Start. Und auch die Oberliga-Mannschaft von Hannover 96 ist in Adelebsen dabei. „Wir hoffen auch in diesem Jahr wieder auf eine ausverkaufte Halle“, so Turnierorganisator Philipp Korkars. Da der Titelverteidiger und Seriensieger der letzten drei Auflagen, die SG Denkershausen, in diesem Jahr nicht dabei ist, wird es auf jeden Fall einen neuen Sieger des Wanderpokals geben. Die Teams spielen zunächst in zwei Gruppen die Viertelfinalisten aus, ehe gegen 21.30 Uhr das große Finale angepfiffen werden wird. Abgerundet wird das Turnier durch Jugendturniere am Freitagabend, 16. Januar, ab 18 Uhr mit den B-Jugendlichen, Samstagvormittag ab 10 Uhr mit der weiblichen C-Jugend sowie am Sonntag, 18. Januar, ab 9 Uhr mit zwei weiteren

Mädchenturnieren. An den Jugendturnieren nehmen 28 Teams aus drei Bundesländern teil. Zum Rahmenprogramm gehört eine große Tombola mit zahlreichen Preisen, für das leibliche Wohl der Gäste wird bestens gesorgt sein. Weitere Infos und Spielpläne findet man unter **www.fcla.de**.

**MEHR HALLENFUSSBALL IM JANUAR**

• Am 24. und 25. Januar steigt in der Sparkassen-Arena mit dem 10. Audi und Sparkasse Göttingen Cup ein überregionales U14/U15-Turnier, Ausrichter ist der FC Gleichen.  
• Auch am 24. und 25. Januar wird der Rialto-Cup der SG Hoher Hagen in der Sporthalle Dransfeld ausgetragen. Mit dabei sind unter anderem der FC Grone, die SG Westdörfer, NK Croatia Göttingen und die SG West Göttingen.  
• Am 30. und 31. Januar lädt der SC Rosdorf zu seinen Hallenturnieren ein.

**STAR**

**Extra TIP**  
**GOES**  
  
**Instagram**  
  
**FOLLOW US!**

**Münz- und Edelmetallhandel**  
**Andreas Fenzl GmbH**  
Zertifizierter Goldankauf  
Seit über 30 Jahren familiengeführt  
Fachhandel für Münzen und Edelmetalle.  
**Ladengeschäft**  
Goetheallee 4, 37073 Göttingen  
300 m vom Bahnhof  
Öffnungszeiten:  
Mo–Di–Do: 10–13, 15–17 Uhr  
Fr: 10–13 Uhr und nach Vereinbarung  
An- und Verkauf von Münzen, Medaillen, Orden, Anlagegold u. -silber, Schmuck, Altgold, Altsilber, Silber- u. versilbertes Besteck, Zinn, Bernsteinketten, Taschenuhren, Zahngold u. Militaria  
Interessante Sammlungen und Nachlässe übernehmen wir auch gern direkt bei Ihnen Zuhause  
**Tagesaktuelle Ankaufspreise mit Barauszahlung**  
**Telefon: 0551-48 40 16**

**OTZIPKA'S**  
**Fleisch- und Wurstwaren**  
aus eigener Schlachtung und Herstellung  
**Partyservice**  
Angebot vom 13.01.–17.01.2026  
**Nackenkoteletts**  
1 kg **7,99€**  
**Gyros**  
1 kg **9,99€**  
**Schweinemet**  
100g **0,79€**  
**Wiener**  
100g **1,45€**  
Jeden Donnerstag in Krebeck warmes Mett und Kesselfleisch!  
**www.wurstauskrebeck.de**  
Rote Str. 7 • 37434 Krebeck  
Tel. 05507-7988  
Do.+Fr. 8.00–13.00 u. 15.00–18.00 Uhr  
Sa. 8.00–12.00 Uhr  
Hauptstraße 21 • 37434 Bilshausen  
Tel. 05528-982589  
Di., Do.+Fr. 7.00–13.00 u. 15.00–18.00 Uhr  
Mi. 7.00–13.00 Uhr; Sa. 7.00–12.00 Uhr

**Die häufigsten Fehler beim Immobilienverkauf**  
Fehler #5: Erreichbarkeit beim Verkauf  
Hat man seine Immobilie einmal in der Werbung, melden sich Interessenten zu unterschiedlichen Zeiten.  
Nicht zu vergessen, dass unzählige Makler Sie belagern und einen Auftrag wollen. Wenn man nicht erreichbar ist, gehen einem Interessenten verloren. Sie müssen also erreichbar sein, sonst können Sie Ihre Immobilie nicht verkaufen. Auch hier gibt es eine simple Lösung!  
Kostenfrei im Wert von 995,- €  
Vereinbaren Sie jetzt ein Gratis-Erstgespräch inkl. kostenfreier Wertermittlung  
**T. 0151-57435360**  
**ITAJ IMMOBILIEN**

**Friseurteam Wagener**  
ANIKA CLAUS & KATHARINA HEUCHERT  
Der Göttinger Friseursalon  
Friseurteam Wagener geht nach über 90 Jahren zum 01.01.2026 in neue Hände.  
Die erfahrenen Friseurinnen Anika Claus und Katharina Heuchert übernehmen den traditionsreichen Salon.  
Der bekannte Name bleibt – ebenso das eingespielte Team. Freuen Sie sich auf frischen Wind, behutsame Modernisierung und bald auch Haarverlängerungen & -verdichtungen.  
Friseurteam Wagener – Tradition bewahren. Zukunft gestalten.  
Auf dem Weg zum 100-jährigen Jubiläum 2030.



# Optimismus trotz Krisen

Neujahrsempfang der Volksbank Kassel Göttingen mit rund 300 Gästen

**GÖTTINGEN.** Optimismus trotz Krisen: Auf dem Neujahrsempfang der Volksbank Kassel Göttingen skizzierte der Vorstandsvorsitzende Wolfgang Osse vor rund 300 Gästen positive Wirtschaftsaussichten. Trotz der Nachwirkungen der Pandemie, dem anhaltenden russischen Angriffskrieg gegen die Ukraine und der zweiten Amtszeit von US-Präsident Donald Trump mehrten sich die Anzeichen für eine wirtschaftliche Erholung in Deutschland, so Osse. Und das, obwohl die Nachwirkungen des US-amerikanischen Vorgehens gegen Venezuela und von Trumps „Wirtschaftspolitik nach Gutsherrenart“ noch nicht absehbar seien. Für dieses Jahr ist Osse optimistisch: „Die Anzeichen für einen Aufschwung mehren sich.“ Osse wies auf den Fachkräftemangel hin, der Deutschland

noch viele Jahre begleiten werde. „Der Zugang zu qualifiziertem Personal – auch aus dem Ausland – wird zum Schlüsselfaktor. Wir müssen in Köpfe investieren, nicht nur in Maschinen, denn Geld allein baut keine Brücken“, so Osse. **VOLKSBANK HAT SICH „GUT GESCHLAGEN“** Der Vorstandsvorsitzende betonte mit Blick auf das eigene Institut, dass sich die Genossenschaftsbank im vergangenen Geschäftsjahr gut geschlagen habe. Die überwiegend aus dem Wohnungsbau resultierende Neukreditvergabe stieg um knapp zehn Prozent. Die Bilanzsumme blieb unverändert bei rund 3,5 Milliarden Euro. Das Interesse der Firmenkunden nach energetischen Investitionen sei ungebrochen. Osse belegte seine Infos mit

weiteren vorläufigen Geschäftszahlen. Demnach erhöhte sich das gesamte Kundenanlagevolumen auf einen neuen Rekordwert von 4,9 Milliarden Euro. Insbesondere bei der Wertpapiervermittlung sei die Volksbank Kassel Göttingen erfolgreich. So sei das Niveau des Jahres 2024 bereits zum Ende des dritten Quartals 2025 erreicht worden. „Grundsätzlich und stabil zeigt sich die Ertragslage“, so Osse. Sowohl das Zins- als auch das Provisionsergebnis seien gestiegen. „Wir können selbstbewusst aus einer Position der Stärke heraus handeln.“ Die Volksbank Kassel Göttingen stehe auf einem starken, festen Fundament. Aufgrund der aktuellen Ertragslage habe die Volksbank ihre Eigenkapitalbasis abermals stärken können. Damit überschreite sie nicht nur komfortabel die aufsichtsrechtlichen Mindestan-

forderungen, sondern bleibe ein Garant für weiteres Kreditwachstum, ebenso wie für die Weiterentwicklung des Bankgeschäfts. **WOHNRAUM STATT FILIALE AN DER KÖNIGSALLEE** Osse ging auch auf das Göttinger Bauprojekt der Genossenschaftsbank ein. In der ehemaligen Bankfiliale an der Göttinger Königsallee entsteht aktuell ein Mehrfamilienhaus. 13 Wohneinheiten sollen dort entstehen, laut Osse „in einer gehobenen, energieeffizienten und barrierefreien Bauweise“. Bereits 2026 sollen die Wohnungen bezugsfertig sein. „Mit einem Investitionsvolumen von etwa 5,5 Millionen Euro schaffen wir zusätzlichen Wohnraum in Göttingen. Die neuen Wohnungen werden zur Vermietung angeboten.“ **BAM**



Neujahrsempfang der Volksbank Kassel Göttingen mit (v. r.) Wolfgang Osse und Oberbürgermeisterin Petra Broistedt sowie Volker Stern, Kerstin Orth, Thorsten Scharrel und Hans-Christian Reuß vom Vorstand der Bank. Foto: Volksbank Kassel Göttingen

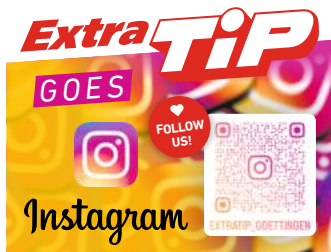
# Name und Team bleiben

Friseurteam Wagener nach über 90 Jahren mit neuen Inhaberinnen

**GÖTTINGEN.** Der bekannte Göttinger Friseursalon Friseurteam Wagener, der seit mehr als neun Jahrzehnten zum Stadtbild in Geismar gehört, hat zum neuen Jahr neue Inhaberinnen bekommen. Anika Claus und Katharina Heuchert (Foto) haben die Geschäfte in der Mitteldorfstraße 5 übernommen und können schon ein Jubiläum planen: 2030 wird der Salon sein 100-jähriges Bestehen feiern. Katharina Heuchert kehrte damit zurück an eine alte Wirkungsstätte. Sie absolvierte ihre Ausbil-

dung von 2011 bis 2014 beim Friseurteam Wagener. „Es fühlt sich ein bisschen an wie nach Hause zu kommen“, sagt sie. Gemeinsam mit Anika Claus, die seit über 20 Jahren als Friseurin tätig ist, arbeitete sie zuletzt neun Jahre lang in einem anderen Salon. Schon lange hegten beide den Wunsch, sich gemeinsam selbstständig zu machen. „Wir haben viele Jahre darüber gesprochen – jetzt war wirklich der richtige Moment. Jetzt oder nie“, erklärt Anika Claus. Nicht nur der traditionsreiche Name Friseurteam Wagener, auch das den Kunden bestens bekannte Team bleibt dem Salon erhalten. Sieben Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind hier tätig. Natürlich bleibt nicht alles beim Alten: „In den kommenden Monaten ist eine behutsame Renovierung der Räumlichkeiten geplant. Zudem möchten wir unser Leistungsangebot erweitern und künftig auch Haarverlängerungen und -verdichtungen anbieten“, verrät Katharina Heuchert. Mit großem Respekt vor der Geschichte des Salons und mit Blick auf das bevorstehende 100-jährige Jubiläum wollen Anika Claus und Katharina Heuchert das Friseurteam Wagener „als modernen, herzlichen Ort weiter in die Zukunft führen – als einen Ort, der Handwerkskunst, Erfahrung und Zeitgeist verbindet“.

**Friseurteam Wagener**  
Mitteldorfstraße 5 • Göttingen  
Telefon 0551 / 79 10 41  
Instagram @friseurteamwagener



Wenden Sie sich  
im Trauerfall an uns

**† Pietät †**  
BESTATTUNGEN

SERIÖS  
WÜRDEVOLL  
PREISWERT

Hilfe zu jeder Zeit  
☎ 0551 - 5312315

Weender Landstr. 68  
37075 Göttingen

**FriedWald®**  
Die Bestattung in der Natur

www.pietat-bestattungen.com

Alle Infos unter:  
stadtwerke-goettingen.de/  
parken

stadtwerke  
göttingen

# Die Suche hat ein Ende!

2 Parkhäuser. 900 Stellplätze. Günstig, zentral und mit E-Lademöglichkeiten.

ANZEIGE

# DER NEUE RENAULT CLIO FULL HYBRID E-TECH

jetzt bei uns bestellen

Ab mtl. leasen **175 €** und zwei Raten geschenkt bekommen¹

bis zu 40 % Kraftstoffersparnis²  
bis zu 80 % elektrisches Fahren in der Stadt³  
bis zu 29 Fahrerassistenzsysteme⁴

**Renault Clio TCe 115: Gesamtverbrauch kombiniert (l/100 km): 5,1; CO2-Emissionen kombiniert (g/km): 115; CO2-Klasse: C.**  
Leasing: Renault Clio Evolution TCe 115. Fahrzeugpreis: 19.514,59 €. Leasingsonderzahlung: 0,00 €. Laufzeit: 36 Monate. Gesamtleistung: 15.000 km. Monatsrate: 175,00 € inkl. Ratenschutzversicherung, GAP-Versicherung und Renault Sorglos-Paket RSP Typ 36/20. Gesamtbetrag: 6.300,00 €. zzgl. Überführungskosten 1.295,00 €. Ein Kilometerleasingangebot für Privatkund/-innen von Mobilize Financial Services, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstraße 1, 41468 Neuss. Gültig bis 31.01.2026. ¹Die Erstattung der beiden Monatsraten erfolgt durch die Renault Deutschland AG und wird durch Mobilize Financial Services spätestens bis zum Ende der jeweiligen Vertragslaufzeit ausgezahlt. ²Full Hybrid E-Tech im Vergleich zu einem TCe 115-Benzinmotor im WLTP-Stadtzyklus. ³Je nach Ladezustand der Batterie, WLTP-Zyklus und Fahrbedingungen (Straßentyp, Fahrweise und Wetterbedingungen) (Renault intern/2025). ⁴Je nach Version und Optionen Predictive Eco Driving ab 2026 verfügbar. Abb. zeigt Sonderausstattung.

**HERMANN**  
HAUS DER AUTOMOBILE

**HERMANN GMBH**  
Hans-Böckler-Str. 24 · 37079 Göttingen  
Tel. (05 51) 30 56 03-0  
[www.autohaus-hermann.de](http://www.autohaus-hermann.de)

**Automobilwoche**  
**BESTE AUTOHAUS ARBEITGEBER**  
2024

6. GENERATION

# DER NEUE RENAULT CLIO GROSSES GEWINNSPIEL

Teilnahmeschluss: Sa. 17. Jan. 2026  
Teilnahme ab 18 Jahren.  
Teilnahmebedingungen:  
[www.autohaus-hermann.de/teilnahmebedingungen/](http://www.autohaus-hermann.de/teilnahmebedingungen/)

**Besuchen Sie uns!**  
**Sa. 17. Jan. 2026**  
in Ihren Autohaus Hermann

1. QR-Code im Autohaus scannen  
2. Kontaktdaten eingeben  
3. Lösungszahl eingeben

Und mit etwas Glück gewinnen Sie ein tolles Familien-Wochenende für 4 Personen (2 Erw. u. 2 Kinder) im Disneyland Paris.

**Informationen Datenschutz:** Für die Teilnahme am Gewinnspiel ist die Angabe von persönlichen (personenbezogenen) Daten notwendig. Die Kontaktdaten des Teilnehmers wie Vorname, Nachname, E-Mail-Adresse und Adresse werden zur Durchführung des Gewinnspiels im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben erhoben, verarbeitet und genutzt. Die Daten der Teilnehmer des Gewinnspiels werden über 6 Monate nach Gewinnspiel-Durchführung gespeichert, um mögliche Ansprüche des Teilnehmers prüfen zu können und danach gelöscht. Die Erfassung und Verarbeitung der personenbezogenen Daten dient ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels, zur Ermittlung der Gewinner und zum Versand des Gewinns. Der Teilnehmer kann zu jeder Zeit Auskunft über seine beim Veranstalter gespeicherten Daten erhalten, der Nutzung seiner Daten widersprechen und deren Löschung verlangen. Hierzu genügt ein einfaches Schreiben an Hermann GmbH Adresse oder eine E-Mail an [info@autohaus-hermann.de](mailto:info@autohaus-hermann.de). Weitere Regelungen zum Umgang mit personenbezogenen Daten können der Datenschutzerklärung des Veranstalters unter [www.autohaus-hermann.de/datenschutzerklaerung](http://www.autohaus-hermann.de/datenschutzerklaerung) entnommen werden.





## Neuwagen

## Jahreswagen

## Gebrauchtwagen

**VW Taigo**  
135x Neuwagen

28% günstiger

UVP<sup>1</sup> € 31.850

**€ 22.785**  
Sie sparen € 9.065

Benzin | 70 kW/95 PS | TZ 09/2025 | Matrix-LED-Licht | Sitzhgz. | DAB  
Digitales Cockpit | Kamera | Verkehrszeichenerkennung | Android/Apple  
Verbr. (l/100km) komb. 5,4, CO<sub>2</sub>-Emission 123 g/km, CO<sub>2</sub>-Klasse D<sup>2</sup>

**Grandland GS-Line**  
115x Jahreswagen

44% günstiger

UVP<sup>1</sup> € 42.760

**€ 23.785**  
Sie sparen € 18.975

Benzin | 96 kW/131 PS | EZ 09/2024 | 20 tkm | **Automatik** | Navi  
LED-Licht | Kamera | Sitz-/Lenkrad-/Frontscheibenhgz. | Abstandstemp.  
Totwinkel-/Fernlichtassistent | Verkehrszeichenerk. | Android/Apple

**C3 Aircross**  
50x Gebrauchtwagen

Bestpreisgarantie

UVP<sup>1</sup> € 15.485

Benzin | 81 kW/110 PS | EZ 02/2024 | 19 tkm | LED-Licht | Navi | DAB  
Tempomat | Android/Apple | Spurhalte-/Notruf-/Notbremsassistent  
Sitzhgz. | Einparkhilfe | Head-Up | Müdigkeits-/Verkehrszeichenerk.

**Nissan Qashqai Tekna**  
148x Neuwagen

31% günstiger

UVP<sup>1</sup> € 41.540

**€ 28.785**  
Sie sparen € 12.755

Benzin/Elektro | 103 kW/140 PS | TZ 10/2025 | LED-Licht | Leder | Navi  
360°-Kamera | Panoramad. | Abstandstemp. | Sitz-/Frontscheibenhgz.  
Verbr. (l/100km) komb. 6,4, CO<sub>2</sub>-Emission 145 g/km, CO<sub>2</sub>-Klasse E<sup>2</sup>

**MG HS Luxury**  
285x Jahreswagen

21% günstiger

UVP<sup>1</sup> € 29.990

**€ 23.785**  
Sie sparen € 6.205

Benzin | 119 kW/162 PS | EZ 10/2024 | 18 tkm | **Automatik** | Navi  
LED-Licht | DAB | Kamera | Panoramadach | Android/Apple | Leder  
Sitzhgz. | Digitales Cockpit | Abstandstempomat | Verkehrszeichenerk.

**SKODA Kamiq**  
65x Gebrauchtwagen

Bestpreisgarantie

UVP<sup>1</sup> € 17.785

Benzin | 70 kW/95 PS | EZ 03/2022 | 63 tkm | LED-Licht | Tempomat  
Spurhalte-/Bremsassistent | Android/Apple | Einparkhilfe | Sitzheizung  
DAB | Freisprechanlage | Bluetooth | Induktionsladen | aus 1. Hand

**Ford Kuga Titanium**  
75x Neuwagen

30% günstiger

UVP<sup>1</sup> € 43.790

**€ 30.785**  
Sie sparen € 13.005

Benzin | 137 kW/186 PS | TZ 11/2025 | **Automatik** | LED-Licht | DAB  
Anhängerkuppl. | Kamera | Navi | Sitz-/Lenkrad-/Frontscheibenhgz.  
Verbr. (l/100km) komb. 6,8, CO<sub>2</sub>-Emission 155 g/km, CO<sub>2</sub>-Klasse E<sup>2</sup>

**VW T-Roc**  
145x Jahreswagen

26% günstiger

UVP<sup>1</sup> € 38.870

**€ 28.785**  
Sie sparen € 10.085

Benzin | 110 kW/150 PS | EZ 04/2025 | 15 tkm | **Automatik** | DAB  
LED-Licht | Kamera | Abstandstempomat | Android/Apple | Sitzheizung  
Digitales Cockpit | Einparkh. | Verkehrszeichen-/Müdigkeitserkennung

**Peugeot 2008 GT-Line**  
48x Gebrauchtwagen

Bestpreisgarantie

UVP<sup>1</sup> € 21.485

Benzin | 96 kW/131 PS | EZ 04/2023 | 38 tkm | **Automatik** | LED-Licht  
Digitales Cockpit | DAB | Android/Apple | Spurhalte-/Fernlichtassistent  
Tempomat | Sitzhgz. | Teilleder | Navi | Kamera | Verkehrszeichenerk.

SCAN  
  
MICH!

# AUTOLAND

Deutschlands größter Autodiscounter

36x in Deutschland • 3x in Niedersachsen | Göttingen • Anna-Vandenhoeck-Ring 50 • 0551-999760-0  
geöffnet 8 – 20 Uhr • Samstag bis 18 Uhr • Sonn- und Feiertags immer große Autoschau bis 18 Uhr!

15.000  
Autos  
30 Marken  
autoland.de

<sup>1</sup>Unverbindliche Preisempfehlung bzw. Preisvorteil gegenüber der UVP des Herstellers am Tag der Erstzulassung • <sup>2</sup>Die angegebenen Werte wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren WLTP ermittelt. Die tatsächlichen Werte sind abhängig von Faktoren wie Beladung, Fahrstil, Strecke, Witterung, Nebenverbrauchern (z. B. Klimatisierung), Bereifung und Alterungszustand der Batterie.  
AUTOLAND 24 SE & Co. Betriebs KG - Ein Unternehmen der AUTOLAND AG - Am Großen Wannsee 52 - 14109 Berlin

# Physio- und Ergotherapie Wellness und Fußpflege



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](http://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](http://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](http://www.physiozeit-walter.de), [info@physiozeit-walter.de](mailto: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](http://www.ergotherapie-goettingen.de)  
Kiesseestr. 63a, 37083 Göttingen, Tel. 0551-499 399 0

### Kompetenz in Physio by Christian Gerling

Krankengymnastik, manuelle Therapie, Bobath, Massage, Lymphdrainage, CMD, Faszientherapie, Wärmeanwendungen, Heim- und Hausbesuche, Barrierefreier Zugang  
Teichstraße 2, 37085 Göttingen, Tel. 0551/71800, [www.christiangerling-physio.de](http://www.christiangerling-physio.de)

## GÖTTINGEN CITY

### Athleticum Junge GmbH

(Sport-) Physiotherapie, KG-Gerät, EAP, Massage, Lymphdrainage, Fitnesstraining, 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. Schienerversorgung, Hausbesuche, Beratung (häuslich, sozial, beruflich)  
Bühlstr. 26, 37073 Göttingen, Tel. 0551-5311888

### 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](http://www.therapiezentrum-mandala.de)

### physio anja wiese · [www.physiowiese.de](http://www.physiowiese.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

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](mailto:s.schwarzburger@goettinger-tageblatt.de)**



Bewegung, Gewichtsreduktion und eine individuell angepasste Therapie können bei Kniearthrose helfen. FOTO: PIXABAY

## Orthopäden fordern Eigenverantwortung

Die neue Überarbeitung der medizinischen Leitlinie „Prävention und Therapie der Gonarthrose“ gibt wissenschaftlich fundierte Empfehlungen für die Behandlung von Kniearthrose. Sie soll Millionen Betroffenen in Deutschland helfen, denn Kniearthrose zählt zu den häufigsten Gründen für Schmerzen und eingeschränkte Beweglichkeit. „Die neue Leitlinie stellt neben der Diagnostik und speziellen medizinischen Therapien insbesondere die Rolle der Eigenverantwortung der Patientinnen und Patienten in den Mittelpunkt. Bewegung, Gewichtsreduktion und eine dann individuell angepasste Therapie sind dabei zentrale Bestandteile“, sagt Prof. Dr. Christoph H. Lohmann, Präsident der DGOU (Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie) und Direktor der Orthopädischen Universitätsklinik Magdeburg.

„Die neue Leitlinie stellt neben der Diagnostik und speziellen medizinischen Therapien insbesondere die Rolle der Eigenverantwortung der Patientinnen und Patienten in den Mittelpunkt.“

**Prof. Dr. Christoph H. Lohmann**  
Präsident der DGOU

Kniearthrose – medizinisch als Gonarthrose bezeichnet – ist eine chronische degenerative Gelenkerkrankung. Sie betrifft etwa ein Viertel der erwachsenen Bevölkerung und ist damit eine Volkskrankheit. Im Verlauf der Gonarthrose kommt es zu einem schrittweisen Abbau des Knorpels und anderer Strukturen im Kniegelenk. Der Knorpel fungiert dabei als Puffer zwischen den Knochen von Oberschenkel und Unterschenkel und ermöglicht eine schmerzfreie und reibungslose Bewegung des Gelenks. Wird dieser Knorpel beschädigt oder abgenutzt, reiben die Knochen direkt aufeinander, was zu starken Schmerzen führt. Diese Reibung löst Entzündungen aus, die die Beweglichkeit zunehmend einschränken und im schlimmsten Fall zum Funktionsverlust des Gelenks führen können. Die Erkrankung entwickelt sich in der

Regel schleichend und verläuft über Jahre mit wiederkehrenden entzündlichen Schüben. Dies führt zu einer stetigen Verschlechterung der Lebensqualität und Mobilität der Betroffenen.

### Die wichtigsten Aspekte der aktiven Patientenrolle im Überblick:

- **Aufklärung und Eigenverantwortung:** Patientinnen und Patienten sollen durch gezielte Aufklärung und Motivation aktiv in die Behandlung eingebunden werden. Ziel ist es, ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass der Therapieerfolg maßgeblich von ihrer Mitwirkung und Eigenverantwortung abhängt.
- **Informieren und Akzeptieren:** Es ist wichtig, dass Betroffene sich darüber im Klaren sind, dass sie langfristig mit ihrer Erkrankung leben müssen. Sie sollen lernen, mit den damit verbundenen Herausforderungen umzugehen, ohne den Lebensmut zu verlieren. Ein realistisches Verständnis über den typischen Verlauf – geprägt von Phasen der Besserung und Verschlechterung – hilft dabei, die Erkrankung zu akzeptieren und langfristig positiv zu bewältigen.
- **Therapieansatz:** In vielen Fällen handelt es sich um eine chronische Erkrankung, die nicht zwingend operativ behandelt werden muss. Vorrangig kommt eine konservative Therapie zum Einsatz, insbesondere durch gezielte Physiotherapie – oftmals über viele Jahre hinweg als tragende Säule der Behandlung.
- **Konservative Maßnahmen:** Im Mittelpunkt stehen bewegungstherapeutische Ansätze, die Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit fördern. Diese individuellen Trainingsprogramme tragen entscheidend zur Funktionsverbesserung und Schmerzreduktion bei.
- **Gesunder Lebensstil und Prävention:** Ein aktives Gewichtsmanagement ist essenziell, insbesondere zur Entlastung der Gelenke bei Übergewicht. Empfohlen werden eine überwiegend pflanzliche, ausgewogene Ernährung sowie regelmäßige körperliche Aktivität – beispielsweise durch Gehen oder Radfahren.
- **Vermeidung ungünstiger Belastungen:** Kniebelastende und unphysiologische Bewegungen im Alltag, Beruf oder beim Sport sollten nach Möglichkeit vermieden werden, um eine zusätzliche Schädigung der Gelenkstrukturen zu verhindern. ■ [dgou/star](#)

## 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

## NORDSTADT

### Göttinger Rehasentrum 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

## 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, CMD, ZNS n. Bobath), MT, Lymphdrainage, KMT, Wärme-/Kältetherapie, Podologie, Fußpflege, Ergotherapie, Haus- u. Heimbefuche  
Winkelstraße 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. Schienerversorgung, 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](http://www.christiangerling-physio.de)

## WEENDE

### Göttinger Rehasentrum 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

## Fünf ultimative Winter-Tipps für die Haut

Der Winter kann für die Haut eine Herausforderung darstellen. Spannungsgefühle, trockene Stellen oder Rötungen sind keine Seltenheit. Mit welchen Tricks die Haut den Winter gut übersteht, weiß Rolf Stehr, Founder und Creative Director von Stehr Cosmetics.

**1. Reichhaltige Cremes:** Pflege darf im Winter reich an Öl und Fetten sein. Das unterstützt die Hautbarriere und verhindert Feuchtigkeitsverlust. „Am besten direkt nach dem Duschen cremen, dann ist die Haut aufnahmefähiger. Außerdem

zählt insbesondere im Winter regelmäßige Pflege statt komplizierter Beauty-Routinen“, erklärt Rolf Stehr. Bei der Reinigung gelte: Weniger ist mehr.

**2. Overnight-Masken:** Wer in der kalten Jahreszeit unter besonders trockener Haut leidet, kann sie durch reichhaltige Masken über Nacht wieder auffrischen.

**3. Sonnenschutz:** Schnee reflektiert die Sonnenstrahlen selbst bei bedecktem Himmel. „Sonnencreme enthält oftmals zu wenige Lipide



Im Winter braucht die Haut besonders reichhaltige Pflege. FOTO: FIZKES-STOCK.ADOBE.COM

und bietet daher keinen ausreichenden Kälteschutz. Stattdessen besser Sonnenschutztropfen benutzen“, empfiehlt Rolf Stehr.

**4. Lippenpflege:** Lippen besitzen keinen starken Schutzfilm und trocknen deshalb in der Kälte schnell aus. Lippenbalsame mit Sheabutter, Bienenwachs oder Jojobaöl halten sie geschmeidig. Auf Paraffin sollte als Inhaltsstoff jedoch verzichtet werden, da es die Probleme sogar verstärken kann, so Stehr. Mit zarten Lippenpeelings lassen sich abge-

storbene Hautschüppchen sanft entfernen.

**5. Luftfeuchtigkeit:** Trockene Heizungsluft ist einer der häufigsten Gründe für Hautprobleme im Winter. „Die richtige Luftfeuchtigkeit ist der geheime Gamechanger in der Winterpflege“, weiß Rolf Stehr. Luftbefeuchter oder kleine Schalen mit Wasser auf der Heizung können die Luftfeuchtigkeit bei angenehmen 40 bis 60 Prozent halten. Auch regelmäßiges Stoßlüften bringt frische Luft hinein und entlastet die Haut. ■ [borgmeier](#)



Im vergangenen Jahr holte sich der Nachwuchs von Fortuna Düsseldorf den REWE Juniorcup. Das Team will den Titel verteidigen. Foto: Swen Pförtner

# 37 Stunden Fußball aus der Lokhalle

REWE JUNIORCUP 2026 im Livestream mit Moderatorenteam

**GÖTTINGEN.** Noch bis Sonntag ist REWE Juniorcup in der Lokhalle. Auch in diesem Jahr werden alle Spiele des internationalen A-Jugend-Fußball-Turniers live übertragen. Die Fußballfans können so während des ganzen Turniers über 37 Stunden Sendezeit mit spannendem Hallenfußball genießen.

Moderiert und kommentiert wird der REWE Juniorcup wieder vom Moderatorenteam um

Dennie Klose, Thilo Grösch, Kilian Kreis und Jan-Philipp Brömsen. Ergänzt wird das Quartett durch zahlreiche Co-Kommentatoren aus den Profiteams, den regionalen Mannschaften sowie weitere spannende Gäste wie Lutz Wagner, ehemaliger Bundesliga-Schiedsrichter und heutiger Schiedsrichter-Lehrwart des DFB. Die Übertragungen können über die Webseite des Magazins Kicker ([www.kicker.de](http://www.kicker.de)) oder

über den REWE Juniorcup-YouTube-Kanal erreicht werden. Am heutigen Samstag, 10. Januar, wird ab 9.45 Uhr gesendet, am Sonntag, 11. Januar, ab 8.45 Uhr

Der REWE Juniorcup ist Europas größtes U19-Hallenturnier. Wer es live in der Halle erleben möchte, muss schnell sein: Wenige Restkarten für das Turnier sind jeweils über die Tageskasse erhältlich. **STAR**

# Hollywood an der Leine

Göttinger Filmbüro stellt umfangreiches Buch vor – ab sofort in vielen Buchhandlungen erhältlich

**GÖTTINGEN.** In den 1950er-Jahren war Göttingen ein bedeutendes Zentrum des deutschen Nachkriegsfilms. Wer mehr darüber erfahren möchte, kann das ab sofort in dem Buch „Hollywood an der Leine – Film in Göttingen“ vom Göttinger Filmbüro nachlesen.

Das Buch umfasst 35 Beiträge von 27 Autorinnen und Autoren. Dabei wird nicht nur die Spielfilmproduktion von 1948 bis 1961 im damals hochmodernen Studiokomplex beleuchtet, die Filmstadt Göttingen hatte nämlich viele Gesichter. Hier war in den 1950er-Jahren auch das größte Zeichentrickstudio Deutschlands beheimatet und jahrzehntelang das Institut für den Wissenschaftlichen Film. Bis heute gibt es eine enge Verknüpfung des Mediums Film mit verschiedenen Institutionen der Universität. Auch Göttingens Kinogeschichte als „filmfreudigste Stadt“ der jungen Bundesrepublik und das legendäre Göttinger Filmfest aus den 1980er-Jahren fehlen nicht. Filmteams waren zuletzt für den Tatort des Norddeutschen Rundfunks in der Stadt präsent.

Herausgeber des Buchs sind Sven Schreivogel und Alexander Siebrecht vom Filmbüro Göttingen. Das Team kümmert sich um die Aufarbeitung der südniedersächsischen Filmgeschichte und arbeitet am Aufbau eines regi-



Der Antikriegsfilm-Klassiker „Nacht fiel über Gotenhafen“ mit Sonja Ziemann und Erik Schumann entstand in Göttingen. Foto: Filminstitut Hannover

onalen Filmarchivs. Regelmäßig veranstalten sie Film- und Vortragsreihen sowie Stadtführungen zu Drehorten in der Göttinger Innenstadt. Mehr Infos dazu online bei [www.filmstadt-goettingen.de](http://www.filmstadt-goettingen.de).

## FILMSTADT GÖTTINGEN

Das am 21. August 1948 eröffnete Filmatelier – ein umgebauter Flugzeughangar – galt damals als modernster Studiokomplex Deutschlands. Bis 1961 wurden hier rund 100 Spielfilme hergestellt, darunter die Antikriegs-Filmklassiker

„Hunde, wollt Ihr ewig leben?“ und „Nacht fiel über Gotenhafen“ sowie zahlreiche Heinz-Erhardt-Komödien.

Damals war die Filmstadt Göttingen nur möglich, weil unmittelbar nach Ende des Zweiten Weltkriegs allgemeine Aufbruchsstimmung herrschte und die Stadt weitestgehend unzerstört geblieben war – im Gegensatz zu anderen Städten (vor allem die traditionellen Filmmetropolen Berlin und München) wo die nötige Infrastruktur erst wieder aufgebaut werden musste.

## DAS BUCH IM HANDEL

„Hollywood an der Leine“ wird am 28. Februar offiziell vorgestellt werden. Es ist aber bereits jetzt im Handel erhältlich bei: Buchhandlung Hugendubel, Buchhandlung Thalia (Kauf Park und Weender Straße), Buchhandlung Vaternahm (Theaterstraße und Weender Straße), Calvör Akademische Buchhandlung, Eulenspiegel Buchhandlung, Laura Frauen- und Kinderbuchladen, Städtisches Museum und Göttinger Tourist-Information am Markt. **STAR**



# TIPPSPIEL



INTERNATIONALER  
**REWE JUNIORCUP**  
since 1989

**1. - 5. Preis:**  
Apple iPad

**6. Preis:**  
100-Euro-  
REWE-Gutschein

**7.-8. Preis:**  
50-Euro-  
REWE-Gutschein

**9.-18. Preis:**  
20-Euro-  
REWE-Gutschein

**19.-38. Preis:**  
10-Euro-  
REWE-Gutschein

**MITMACHEN  
UND GEWINNEN!**



[gturl.de/tippspiel](https://gturl.de/tippspiel)



**Göttinger Tageblatt Eichsfelder Tageblatt** 



# Hin & Weg

Veranstaltungen in und um Göttingen

SONDERVERÖFFENTLICHUNG

## Kult-Album komplett live

**INTERVIEW:** The Stiff play the Spliff Radio Show am 16. Januar im Exil

**GÖTTINGEN.** The Stiff play The Spliff Radio Show – der Name des Konzerts, das am Freitag, 16. Januar, um 20 Uhr im Exil stattfindet, ist ein bisschen sperrig. Dahinter verbirgt sich ein spannendes Bandprojekt, das in diesem Jahr durch Deutschland tourt. Im Interview verrät Bassist Michael Kernbach mehr über das Projekt und seine Musik.

Kernbach war im deutschen Musikgeschäft als Teil von Guildo Horns Band „Die orthopädischen Strümpfe“ erfolgreich, stand auch beim Eurovision Song Contest 1998 mit auf der Bühne. Aktuell ist er vor allem als Texter, Autor und Projektmanager kreativ aktiv – wenn er nicht gerade mit The Stiff auf

Tour ist. Das Album, um das es im Konzert geht, entstand, nachdem sich 1979 Nina Hagen und ihre Band trennten. Die Musiker gründeten Spliff und komponierten eine Rock-Oper über den Aufstieg und Fall eines Rockstars, inklusive Jingles wie in einer echten Radioshow und Seitenhieben auf das Musikgeschäft. Das Album erschien 1980 und ist im besten Sinne Kult, auch wenn die meisten sich eher an Spliff-Hits wie „Carbonara“ oder „Deja Vu“ erinnern.

**Wie ist das Bandprojekt The Stiff entstanden?**

Das war vor zehn Jahren aus einer Silvesterlaune heraus. Unser Gitarrist Christoph Haupers

und ich kannten uns schon lange und haben da beschlossen, dass wir nun alt genug sind, uns an dieses Werk zu wagen. Wir haben etwa zwei Jahre lang entsprechende Konzerte im Rheinland und im Moselgebiet gespielt. 2019 haben wir dann zum 40-jährigen Jubiläum des Albums eine große Tour geplant, aber Corona kam dazwischen... Als das überstanden war, haben wir auf einem regionalen Festival in Trier gespielt und wenig später beschlossen, zum 45-jährigen Jubiläum des Albums 2026 eine Tour zu machen. Schon wegen der vielen Leute, die sich damals Tickets gekauft und nie das Konzert gehört haben.

**Es ist also die erste richtige Tour von The Stiff play The Spliff Radio Show?**

Ja, es ist unsere erste bundesweite Tour. Und Göttingen ist eine der ersten Städte, in der wir spielen werden. Wir freuen uns!

**Was ist so besonders an diesem Album, dass man auf die Idee kommt, ein Bandprojekt daraus zu machen?**

Für Musiker unseres Alters ist The Spliff Radio Show ein echtes Schatzkästchen. Wir waren damals extrem geflasht von der Musikalität und Kreativität, die da drin steckt. Die Songs und auch die Produktion sind zeitlos.

**Wie kamt Ihr auf den Bandnamen?**

Ach, das ist einfach ein Wortspiel. Vielleicht auch weil wir nicht mehr ganz jung sind und schon ein bisschen steif...

**Bei der langen Geschichte des Projekts: Steht Ihr noch in der gleichen Formation auf der Bühne wie vor zehn Jahren?**

Im Großen und Ganzen schon, am Keyboard gab es Umbesetzungen, aktuell ist da wieder der Mann an Bord, der uns auch ganz am Anfang unterstützt hat. Und für die Hauptrolle des Rocko J. Fonzo konnten wir für die Tour den Indie-Singer Jimi Berlin verpflichten, der mit Anke Beuth die Vocals übernimmt.

**Wie darf man sich ein Konzert vorstellen, das einem Album Tribut zollt?**

Wir spielen das komplette Album in der korrekten Reihenfolge. Unsere Live-Show ist noch mit ein paar Zitaten unterpolstert. Wir haben auch vorher geschaut, wie Spliff ihre Radio Show damals live präsentiert haben und uns einiges abgucken. Im Zugablock gibt es dann noch mehr gute Musik von Spliff und von Nina Hagen.

**TICKETS IM VORVERKAUF**

Karten für das Konzert gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen, auch bei [www.gt-tickets.de](http://www.gt-tickets.de).

**STAR**



Foto: Martin Liebetruh

## Testosteron im ThOP

Tragikomödie im Januar: Heute ist Premiere

**GÖTTINGEN.** Das Theater im OP zeigt ab dem heutigen Samstag das Stück „Testosteron“ von Rebekka Kricheldorf.

In der Tragikomödie geht es um eine Familie, deren Fassade unter dem Druck unvorhergesehener Geschehnisse zu bröckeln beginnt. Dazu kommt es, als die Prostituierte Silvana auf der Flucht vor ihrem Zuhälter im Viertel auftaucht. Ingo (erfolgreicher Arzt mit Angst vor dem Wertverfall seiner Immobilie) muss seinen Bruder Raul (schwarzes Schaf der Familie, war in der Fremdenlegion) um Hilfe bitten, als seine Verlobte verschwindet. Es stellen sich Fragen wie: Darf ein guter Mensch seine Familie mit allen Mitteln beschützen? Und welchen Preis sind Ingo und Raul bereit, dafür zu zahlen?

Das Stück ist für Zuschauer ab 16 Jahren empfohlen. Nach der

Premiere am Samstag, 10. Januar, um 20.15 Uhr folgen weitere Vorstellungen am 12., 14., 16., 17., 20., 23., 24., 26., 28., 30. und 31. Januar – alle um 20.15 Uhr.

Karten im Vorverkauf gibt es auf der Homepage [www.theater-im-op.de](http://www.theater-im-op.de), am Kartentelefon (Anrufbeantworter) 0551 / 39 27077 oder auch per Mail an [karten@theater-im-op.de](mailto:karten@theater-im-op.de) sowie am Vorverkaufs-Stand in der Zentralmensa (Montag bis Freitag 12 bis 14 Uhr). Für die Hauptproduktionen des ThOP können auch Karten bei der Göttinger Tourist-Information am Markt erworben werden. Das ThOP befindet sich im Käte-Hamburger-Weg 3 im Operationssaal des alten Uniklinikums, der Eingang für Zuschauer befindet sich im Heinrich-Düker-Weg.

**STAR**



The Stiff spielen „The Spliff Radio Show“ am Freitag, 16. Januar, live im Exil – wie es dazu kam, verrät Bassist Michael Kernbach (2. v. l.) im Interview. Foto: Fotostudio64 Trier

## Braunbärin und Pottwal

Verlosung zum Fernweh-Festival am 17. und 18. Januar in Göttingen

**GÖTTINGEN.** Das Göttinger Fernweh-Festival findet am 17. und 18. Januar in der Freien Waldorfschule im Arbecksweg 1 in Weende statt. Auch in diesem Jahr sind einige prominente Fotografen und Referenten dabei. Außerdem gibt es Vorträge, Diskussionen und Aktionen rund um die Themen Reisen und Fotografie. Unsere Leser können Freikarten gewinnen!

Den Auftakt am Samstag um 14 Uhr macht Stephan Schulz mit seinem 3D-Vortrag über Island: unterwegs per Auto, Fahrrad, Hundeschlitten und Islandpferden hat er die Insel in allen vier Jahreszeiten besucht und sich auch unter die Eisdecke gewagt. Obwohl es offiziell verboten ist, reist Stephan Orth in seinem Vortrag „Couchsurfing Iran“ um 17 Uhr kreuz und quer durch das Land und erlebt irrwitzige Abenteuer. Um 20 Uhr dreht sich alles um die Welt der 8000er: Ausnahme-Bergsteigerin Gerlinde Kaltenbrunner präsentiert sehr persönliche Eindrücke und spektakuläre Bilder. Zum Auftakt am Sonntag um 11 Uhr präsentieren Dirk und



Foto: Bleyer

Aneta Bleyer Masuren (Foto: Marienburg) in stimmungsvollen Bildern. Eine unberührte schwedische Wildnis begegnet den Gästen um 14 Uhr. Filmmacher Werner Rohlmann hat mit dem Kanu einige der 90.000 Seen Schwedens erkundet und ist auf Schneeschuhen Rentierspuren gefolgt. Das Highlight der Reise ist die Begegnung mit einer Braunbärin. Um 17 Uhr folgt ein 3D-Bilderrausch mit Stephan Schulz über Neuseeland. Acht intensive Monate war er per Camper, Kajak und zu Fuß unterwegs, unter Wasser begegnete er einem Pottwal. Für den furiosen Abschluss

sorgt um 20 Uhr „Einfach mal losfahren – könnte gut werden“ mit Florian Keiper: Seine Leidenschaft gilt dem Fahrrad. Über die Türkei, Georgien und Kasachstan fuhr er nach Kirgisistan und über den Pamir-Highway.

**EINTRITTSKARTEN**

Eintrittskarten gibt es im Vorverkauf bei der Göttinger Touristinfo am Markt, dem Eichsfelder Tageblatt in Duderstadt sowie in allen an Reservix angeschlossenen Vorverkaufsstellen. Nähere Informationen zum Festival gibt es unter [www.fernweh-festival.de](http://www.fernweh-festival.de).

**TICKET-VERLOSUNG**

Für den Auftakt-Vortrag über Island wird zehnmal eine Freikarte verlost. Wer gewinnen möchte, kann noch bis 14. Januar bei [gturl.de/gewinnspiel](http://gturl.de/gewinnspiel) an der Verlosung teilnehmen – zur Aktion gelangt man auch über den QR-Code.

**STAR**



SCAN ME



Neuseeland in 3D von und mit Stephan Schulz.

## Eine Gala mit Musical-Hits

**VERLOSUNG:** Zehn Freikarten für „Die Nacht der Musicals“ in Göttingen

**GÖTTINGEN.** Eine hochkarätige Show, die zwei Stunden Highlights aus bekannten Musicals präsentiert: Am 3. Februar, um 20 Uhr ist „Die Nacht der Musicals“ zu Gast in der Stadthalle. Unsere Leser können fünfmal zwei Freikarten gewinnen. Stars der Originalproduktionen zeigen auf einer Reise durch die Welt der internationalen Musicals Solo-, Duett- und Ensemblenummern. Neu dabei sind bei dieser Tour das aktuelle Broadway Musical „Aladdin“ und Phil Collins’ „Tarzan“. Es gibt Szenen aus „Moulin Rouge“ oder „Die Eiskönigin“ mit dem Riesenhit „Let It Go“. Die großen Favoriten der Musical-Fans sind an diesem Abend vertreten von „Der König der Löwen“, „Tanz der Vampire“ und „Mamma Mia“ bis „Das Phantom der Oper“, „Cats“, „Die Rocky Horror Show“, „Elisabeth“ und „Grease“. Ein ausgefeiltes Licht- und Sound-



konzept sowie aufwendige Kostüme und liebevoll gestaltete Bühnenbilder werden zur Musicalgala. Bereits über drei Millionen Besucher haben „Die Nacht der Musicals“ gesehen. Karten im Vorverkauf gibt es an allen bekannten Vorver-

kaufsstellen, unter anderem bei [www.gt-tickets.de](http://www.gt-tickets.de), in der Göttinger Tourist-Info und in der Tageblatt-Geschäftsstelle in Duderstadt. Wer zwei Tickets gewinnen möchte, schreibt eine Mail mit dem Betreff „Musicals“ an [gewinnen@extratip-](mailto:gewinnen@extratip-)

goettingen.de. Bitte Namen und Adresse nicht vergessen! Einsendeschluss ist am kommenden Dienstag, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Namen der Gewinner werden an den Veranstalter weitergegeben. **STAR** / Foto: Pura Vida

## Bockig trotz Zuckerkee

Wolfhager Figurentheater zeigt „Das NEINhorn“ in Bovenden und Rosdorf

**GÖTTINGEN.** Das Junior-Team des Wolfhager Figurentheaters ist im Januar mit dem Stück „Das NEINhorn“ in Bovenden und Rosdorf zu Gast. Gespielt wird am Donnerstag, 15. Januar, um 16 Uhr im Bürgerhaus Bovenden und am Freitag, 16. Januar, um 16 Uhr im Gemeindezentrum in Rosdorf. Die Geschwister Sidney (24) und Gerardo Kasselowsky (22) bilden das Junior Team und haben sich mit dem „NEINhorn“ ein Stück ausgesucht, das natürlich bei Kindern und Eltern gleichermaßen beliebt ist.

Hier geht es um das „schnickeldischnuckelige“ Einhorn, dass sich trotz gezuckertem Glückskee als Futter ganz und gar nicht einhornmäßig benimmt. Es sagt immer Nein. Eines Tages bricht es aus seiner Zuckerwattewelt aus. Es trifft einen Waschbären, der nicht zuhören will, einen Hund, dem echt alles schnuppe ist, und eine Prinzessin, die immer Widerworte gibt. Die vier sind ein ziemlich gutes Team.

Karten gibt es nur an der Tageskasse ab 30 Minuten vor Beginn der Aufführung.

**STAR**

Foto: Wolfhager Figurentheater



## Loopen-Reim

**GÖTTINGEN.** Am Donnerstag, 15. Januar, ist um 20.15 Uhr Musikkabarett im Apex. Mario Becker lädt ein zu „LoopenReim“. Mit seiner Loopstation-Stimme, Instrumenten und Percussion zieht er die Gesellschaft humorvoll-satirisch durch den Kakao. Nähere Infos und auch Tickets bei [www.apex-goe.de](http://www.apex-goe.de).

## Hyperaktiv

**GÖTTINGEN.** Der Comedian Daniel Luis kommt mit seinem Stand-up-Comedy-Programm „Hyperaktiv“ am 3. März nach Göttingen in die Stadthalle. Sein Thema sind Stereotypen, das verrückte Leben in Berlin und merkwürdige Alltagsbeobachtungen. Sein Spezialgebiet sind die spontane Interaktion und das Roasting des Publikums. Karten gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen.



## Tipps & Termine vom 10. bis 17. Januar

### Samstag 10.01.

#### Kino

Lumière: 15.00 Mitmachkino, Aschenbrödel und der gestiefelte Kater, 17.30 Sorry, Baby, 20.00 Ein einfacher Unfall  
Méliès: 15.30 Maschenkino, Bon Voyage – Bis hierher und noch weiter, 17.30 Bon Voyage – Bis hierher und noch weiter, 20.00 Rückkehr nach Ithaka

#### Live-Musik/Party

19.00 Movietown Eichsfeld: Met Opera 2025/26, Puritani, Bellini

20.00 Stadthalle Göttingen: Die neue Heinz Erhardt Revue 20.00 Löttingsen, Mehrzweckraum der Sporthalle: Neujahrskonzert mit Cream 21 (Rock und Pop zum Tanzen) 21.00 Exil: Nerd Night Out (Popkultur, Anime, Gaming und Science-Fiction) 23.00 Savoy: Black Horny

#### Theater

15.00 DT: Momo 20.00 DT: Queerio 20.00 JT: Das Kind in mir will achtsam morden, Krimikomödie nach dem Roman von Karsten Dusse 20.15 Apex: stille hunde, Rotkäppchenvariationen 20.15 ThOP:Testosteron

#### Sonstiges/Ausflug

10.00-18.00 Obereichsfeldhalle Leinefelde: Modellbahnausstellung ab 10.00 Lokhalle: Internationaler Rewe Juniorcup 11.00 Fakultät für Physik, Friedrich-Hund-Platz 1: Saturday Morning Science – Untervwegs mit Pavianen: Verhalten im Fokus der Feldforschung 11.00 Stadtbibliothek Göttingen: Vorlesen für Kinder 11.00 Forum Wissen: Rundgang im Rahmen der Sonderausstellung „Magisch!“ 13.30 ab Tourist Info Göttingen: 250 Jahre Skandalgeschichten in Göttingen – das gekränkte Gänseliesel (Stadtführung) 17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber

### Sonntag, 11.01.

#### Kino

Lumière: 15.00 Mitmachkino – Aschenbrödel und der gestiefelte Kater, 17.30 Ein einfacher Unfall, 20.00 Sorry, Baby Méliès: 15.00 und 17.30 Rückkehr nach Ithaka, 20.00 Bon Voyage – Bis hierher und noch weiter

#### Live-Musik/Party

16.00 Kaisersaal Bad Gandersheim: Neujahrskonzert mit Eilika Wünsch (Sopran), Bernhard Wünsch (Klavier) und Gästen 19.30 Stadthalle Northeim: Neujahrskonzert des Göttinger Symphonie Orchesters, „Funkenfeuer“ 20.00 Klinikum Göttingen, Osthalle: Max Funk Institute (Bigband)



#### Theater

13.00 und 15.00 JT: Pettersson, Findus und der Hahn, Familienstück nach Sven Nordqvist (Foto: D. Heise) 15.00 DT: Der zerbrochene Krug 19.00 DT: Nebenan  
**Sonstiges/Ausflug**  
ab 9.00 Lokhalle: Internationaler Rewe Juniorcup 10.00-17.00 Obereichsfeldhalle Leinefelde: Modellbahnausstellung 11.00 Städtisches Museum Göttingen: Sonntagsführung durch „Ab aufs Rad!“ 11.00 ab Parkplatz alter Stadtfriedhof Ost Göttingen: Der Göttinger Stadtfriedhof – Ruhestätte von berühmten Göttingerinnen und Göttingern (Führung) 11.00-16.00 Kunstsammlung der Universität im alten Auditorium: geöffnet 11.15 Archäologisches Institut, Nikolausberger Weg 15: „Bunte Götter: Die Farbenpracht griechischer Skulpturen“, Themenführungen zur aktuellen Ausstellung 17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber

### Montag, 12.01.

#### Kino

Lumière: 17.30 Ein einfacher Unfall, 20.00 Sorry, Baby (OmU) Méliès: 17.30 Rückkehr nach Ithaka (OmU), 20.00 Bon Voyage – Bis hierher und noch weiter

#### Live-Musik/Party

19.00 Exil: Swing-a-round – Tanz mit Swing, Charleston, Lindyhop, Boogie and more 21.00 Nörgelbuff: QuerBeat, Session  
**Theater**  
20.15 ThOP:Testosteron  
**Sonstiges/Ausflug**  
16.00 Stadthalle Osterode: Die Eule mit der Beule (Figurentheater) 17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber 19.15 Auditorium, großer Hörsaal: archäologische Ringvorlesung, „Die Villa von Oplontis bei Pompeji“

### Dienstag, 13.01.

#### Kino

Lumière: 17.30 Ein einfacher

Unfall, 20.00 Sorry, Baby (OmU) Méliès: 17.30 Bon Voyage – Bis hierher und noch weiter, 19.30 Formen moderner Erschöpfung

#### Theater

19.45 DT: Die Wildente 20.30 DT: Der Videobeweis  
**Sonstiges/Ausflug**  
11.00 Stadtbibliothek Göttingen: Tablet- und Smartphone-Treff 17.00 Forum Wissen: Neues aus den Sammlungen – Ritxoko – Präsentation von Tonfiguren der Iny Karajä aus der Ethnologischen Sammlung 17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber 18.30 JT: Die Ziele der „Neuen Rechten“ und ihre Anknüpfungspunkte zum Nationalsozialismus, Vortrag und Diskussion mit Katrin Himmeler 19.30 ZHG 008: Das Schneeball-Erde-Paradox – Beginn moderner Lebenswelten? (Vortragsreihe Förderkreis Planetarium Göttingen)

### Mittwoch, 14.01.

#### Kino

Lumière: 17.30 Sorry, Baby, 20.00 Ein einfacher Unfall (OmU) Méliès: 17.30 Bon Voyage - Bis hierher und noch weiter, 20.00 Rückkehr nach Ithaka

#### Live-Musik/Party

23.00 Savoy: Mittwochs im Club  
**Theater/Impro**  
20.15 ThOP:Testosteron 20.15 Apex: Jacqueline Amirfallah & Comedy Company – „Schmeckt’s?“, Impro-Kochshow  
**Sonstiges/Ausflug**  
17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber 17.00 Forum Wissen: „Die Liebe zu Kunst, Natur und Tier, Künstlerinnentalk mit Misty Ring“ 18.00 Eichsfelder Kulturhaus, Heiligenstadt: „Der Westen hat keine Ahnung, was im Osten passiert“, Lesung und Gespräch mit Jakob Springfeld

### Donnerstag, 15.01.

#### Kino

Lumière: 19.00 Filmschau Visuelle Anthropologie Méliès: 17.30 Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos, 20.00 Der Fremde (OmU) ab heute NEU in der Movietown Eichsfeld: 28 Years later – the Bone Temple, Extrawurst, The Housemaid – wenn sie wüsste  
**Live-Musik/Party**  
18.30 Wohnstift Göttingen: „Prosit Neujahr 2026! ... in Blue“, Georgi Mundrov spielt klassische Werke im jazzigen Gewand 19.30 PS Speicher Einbeck: Neujahrskonzert des Göttinger

Symphonie Orchesters, „Funkenfeuer“

19.30 Kleiner Ratskeller: Göttinger Bluegrass Jam 20.00 Exil: My’tallica (Tributekonzert), *ausverkauft* – evtl. *Resttickets an der Abendkasse* 20.15 Apex: Mario Becker, LoopenReim (Singer/Songwriter) 21.00 Nörgelbuff: Nachtkinder (Indie)  
**Theater/Comedy**  
20.00 Lokhalle: Ralf Schmitz, Schmitzfindigkeiten (Comedy) 20.00 JT: Stolz und Vorurteil\* (\*oder so) nach Jane Austen

#### Sonstiges/Ausflug

11.15 Stadtbibliothek Göttingen: Vorlesen für Erwachsene 16.00 Stadtbibliothek Geismar: Vorlesen 17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber

### Freitag, 16.01.

#### Kino

Lumière: 17.30 Ein einfacher Unfall (OmU) Méliès: 17.30 Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos, 20.00 Der Fremde  
**Live-Musik/Party**  
19.30 Kulturzentrum Bad Sooden: Göttinger Symphonie Orchester, „Funkenfeuer“ 20.00 Exil: The Stiff play the Spliff Radio Show 20.00 Musa: Power Dance 21.00 Nörgelbuff: Richie Miller House Band (Punkrock)  
**Theater/Impro/Kabarett**  
11.00 DT: Brunchtheater 19.45 DT: Wir Perser 20.00 Stadthalle Göttingen: Dr. Leon Windscheid, „Alles perfekt“ (Psychologie live) 20.00 Lokhalle: Dieter Nuhr, „Nuhr auf Tour“ (Kabarett) 20.00 Lumière: Comedy Company, Triäter 20.00 JT: Das Kind in mir will achtsam morden, Krimikomödie nach dem Roman von Karsten Dusse 20.00 DT: Die Wand 20.15 ThOP:Testosteron 20.15 Apex: Martin Sierp, Knackig! Zumindest die Gelenke (Kabarett)

#### Sonstiges/Ausflug

11.00 Stadtbibliothek Grone: Literaturkreis 14.00 und 16.00 Saline Luisenhall, Göttingen-Grone: Sole & Salz, öffentliche Führung 14.30 ab Gästeinfo Du-rderstadt: „Anstand und Anekdoten – scharfzüngiger Rundgang mit Frau Justizrat“ (Stadtführung) 16.00 Stadtbibliothek Göttingen: Silent Book Club 16.30 Forum Wissen: Chalk Talk– „Die Welt unter unseren Füßen: Ein komplexes System mit großer Bedeutung für die oberirdische Welt“ mit Prof. Dr. Stefan Scheu 17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber

### Samstag 17.01.

#### Kino

Lumière: 15.00 Mitmachkino – Aschenbrödel und der gestiefelte Kater, 17.15 Ein einfacher Unfall, 19.30 The Secret Agent Méliès: 15.00 Amrum, 17.30 Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos, 20.00 Der Fremde  
**Live-Musik/Party**  
16.00 Eichsfelder Kulturhaus, Heiligenstadt: Claudia Jung, Lied meines Lebens (Jubiläumstour) 17.00 St. Johannis Göttingen: Klangraum-Konzert mit Roger Tristao Adao (Gitarre) und Anna-Maria Klassen (geistliches Wort) 22.00 Exil: Best 80s Party  
**Theater/Comedy/Kabarett**  
18.00 Exil: Comedyflash – die Stand Up Comedy Show 19.45 DT: Fiat Cultura (22.00 Party) 20.00 JT: Lorient 100 20.00 Stadthalle Göttingen: Frieda Braun, „Erst mal durchatmen!“ (Comedy)

20.15 Apex: Lutz von Rosenberg Lipinsky, „Keine Bewegung! Ein satirisches Workout“ (Kabarett)

20.15 ThOP:Testosteron

#### Sonstiges/Ausflug

11.00 Forum Wissen: Rundgang im Rahmen der Sonderausstellung „Magisch!“ 11.30 Stadtbibliothek Göttingen: Vorlesen für Kinder 16.00 Stadthalle Northeim: Knallegra – Professor Bumbastic, Wissenschaftsshow für Kinder 17.00-22.00 Hann. Münden Innenstadt: Lichterzauber

### Ausstellungen

- Bis zum 31. Mai ist im Archäologischen Institut im Nikolausberger Weg 15 „hautnah. Die farbigen Bronzestatuen der Griechen“ zu sehen. Geöffnet sonntags von 11 bis 16 Uhr.
- Bis 9. April wird im Städtischen Museum Göttingen die Sonderausstellung „Ab aufs Rad!“ zu sehen sein. Geöffnet Dienstag bis Freitag von 10 bis 17 Uhr, Samstag und Sonntag 11 bis 17 Uhr. An jedem ersten Donnerstag im Monat ist bis 19 Uhr geöffnet.
- Im Café der Kunstöpferei Klett in Fredelsloh sind bis 18. Januar Bilder zum Thema „Begegnungen“ von Hannah Over ausgestellt. Geöffnet täglich von 13 bis 18 Uhr.
- Im Museum im Ritterhaus Osterode ist bis 26. April die Fotoausstellung „HarzNatur 2025“ zu sehen: Dienstag bis Freitag von 10 bis 13 Uhr und von 14 bis 17 Uhr. Samstag, Sonntag und an Feiertagen von 14 bis 17 Uhr.



Foto: Robert Becker

## Tickets für Ralf Schmitz gewinnen

**GÖTTINGEN.** Am Donnerstag, 15. Januar, um 20 Uhr ist Ralf Schmitz zu Gast in der Lokhalle – präsentiert vom ExtraTiP. Bei den „Schmitzfindigkeiten“ sind nicht mehr viele Plätze frei. Wer dabei sein möchte, bekommt aber noch Tickets an allen bekannten Vorverkaufsstellen, auch bei [www.gt-tickets.de](http://www.gt-tickets.de). Unsere Leser können zudem auf dem Instagram-Kanal des ExtraTiP fünfmal zwei Freikarten für dieses Event gewinnen. Wer zwei gewinnen möchte, schaut schnell bei Instagram [@extratip\\_goettingen](https://www.instagram.com/extratip_goettingen) vorbei

(oder scannt den QR-Code). Achtung: Die Aktion endet breits am kommenden Montag!

**STAR**



EXTRATIP\_GOETTINGEN

21. Göttinger

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

# Fernweh-Festival



**Island**  
Stephan Schulz | Sa 14 Uhr



**Iran Couchsurfing**  
Stephan Orth | Sa 17 Uhr



**Die Welt der 8000er**  
Gerlinde Kaltenbrunner | Sa 20 Uhr



**Masuren**  
Dirk Bleyer | So 11 Uhr



**Schweden**  
Werner Rohlmann | So 14 Uhr



**Neuseeland**  
Stephan Schulz | So 17 Uhr



**Einfach mal los ...**  
Florian Keiper | So 20 Uhr

# 17.+ 18. Jan. 2026



Lutz von Rosenberg Lipinsky ist beweglich, körperlich und geistig, denn er entstammt einer Flüchtlingsfamilie. Seit 30 Jahren ist „der lustigste Seelsorger Deutschlands“ mittlerweile auf Tournee und beobachtet, kritisiert, parodiert und beschreibt den „Zu-Stand unseres Landes“. Am 17. Januar ist der mit „Keine Bewegung! Ein satirisches Workout“ zu Gast im Apex.

Foto: EWE

# Geld vom Land: Hoffnung für den Schwimmcontainer?

1,37 Millionen Euro vom Land Niedersachsen für Sanierung des Lehrschwimmbeckens in Adelebsen

**REGION.** Für die Sanierung des Lehrschwimmbeckens in Adelebsen erhält der Landkreis Göttingen eine Landesförderung in Höhe von 1.371.840 Euro. Das Geld fließt im Rahmen des Sportstätteninvestitionsprogramms 2025.

Bereits im Juni vergangenen Jahres hatte sich der Landkreis um eine Förderung aus dem Landes-Sportstätteninvestitionsprogramm beworben. Die nun zugesagte Zuwendung unterstützt die geplante Sanierung. Insgesamt rund 7,3 Millionen Euro soll die Sanierung kosten, der Baustart ist für Anfang Februar geplant.

Landrat Marcel Riethig freut sich über die Förderung des Landes und unterstreicht die Bedeutung des Projekts für die Region: „Schwimmen zu lernen ist überlebenswichtig. Schwimmstätten sind daher eine unverzichtbare Infrastruktur. Mit der Förderung können wir das Lehrschwimmbecken in Adelebsen sanieren und damit ein wichtiges Angebot für das Schwimmenlernen in der Region sichern.“

Auch die Erste Kreisrätin Doreen Fragel freut sich: „Die Sanierung ist ein großes Vorhaben für den Landkreis Göttingen. Dass das Land Niedersachsen uns dafür rund 1,37 Millionen Euro zur

Verfügung stellt, ist ein starkes Signal. Gleichzeitig bringen wir als Landkreis erhebliche Eigenmittel ein. So können wir diese wichtige Investition verantwortungsvoll umsetzen.“

**GROSSE FREUDE AUCH BEI DER DLRG**

Große Freude über den Geldsegen auch bei der DLRG-Ortsgruppe Adelebsen-Dransfeld, die mit ihren Übungsleitern das Bad betreibt. Sie ist auch eine treibende Kraft hinter dem Projekt Schiela – ein Schwimmcontainer, der im ganzen Landkreis bei geschlossenen oder fehlenden Bädern das Badeangebot

zum Teil aufrecht halten soll. Das Projekt droht aktuell an der Finanzierung zu scheitern. Der Erste Vorsitzende der DLRG-Ortsgruppe, Andreas Paetsch, erklärt: „Ich freue mich sehr über dieses starke Signal aus Hannover und beglückwünsche den Landkreis, dass sein Werben um die Fördermittel erfolgreich ist. In meiner Freude liegt natürlich auch ein wenig die Hoffnung, dass unter Umständen nun die Möglichkeit gegeben sein könnte, die bestehende Finanzierungslücke zum Betrieb von Schiela doch noch schließen zu können ...“ **STAR**

Foto: Land NRW / Mark Hermenau



# Lebensretter werden: Wie ein Lottogewinn – nur wertvoller

MFA David Kues kümmert sich um Patienten, denen Stammzellen transplantiert werden – und wurde nun selbst zum Spender

**GÖTTINGEN.** Mit dem Thema Stammzellspende hat David Kues täglich zu tun. In der Klinik für Hämatologie und Medizinische Onkologie der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) kümmert sich der Medizinische Fachangestellte (MFA) um an Blutkrebs erkrankte Patienten, denen gespendete Stammzellen transplantiert werden sollen. Dass er selbst einmal als Spender ausgewählt und zum Lebensretter wird, hielt Kues für ähnlich wahrscheinlich wie einen Lottogewinn – bis es passiert ist.

David Kues ist ein Organisations-talent. Als MFA in der Klinik für Hämatologie und Medizinische Onkologie der UMG bereitet er die Sprechstunden des Ärzteteams vor und sorgt dafür, dass seine Patientinnen und Patienten vor und nach einer Stammzelltransplantation alle notwendigen Behandlungen

erhalten. Dabei begleitet Kues die Erkrankten meist über mehrere Jahre und kümmert sich gemeinsam mit einem ganzen Team intensiv um ihr Wohlergehen.

„In der Regel kommen die Patientinnen und Patienten mit Leukämie oder einer anderen Blutkrebskrankung erst dann für eine Stammzelltransplantation zu uns, wenn der Krebs mit herkömmlichen Chemotherapien nicht mehr gut zu behandeln ist“, erklärt Kues. Auf diese Weise hat er meist mit schwer erkrankten Menschen zu tun, die eine Zweit- oder Dritt-Therapie durchlaufen. Ihr Leid ist dem 28-Jährigen täglich vor Augen. Aber ebenso kennt Kues die positiven Geschichten, in denen durch eine Stammzellspende das Leben einer Patientin oder eines Patienten gerettet wird.

**ALS SCHÜLER TYPISIERT**

Der Gedanke, selbst einmal als Stammzellspender gebraucht zu werden, war für Kues weit weg. Bereits mit 18 Jahren ließ er sich bei einer Aktion an der Gesamtschule Moringen typisieren. Umso überraschender für ihn, als Kues im Dezember 2024 erfuhr, dass er zum Spender für einen völlig unbekannten, aber genetisch ähnelnden Menschen werden könnte. Den entsprechenden Anruf erhielt er von einer ihm gut bekannten Arbeitskollegin aus der Transfusionsmedizin der UMG. Die Frage, ob er nach wie vor zur Stammzellspende bereit ist, hat der Familienvater schnell bejaht. „Er hätte zu diesem Zeitpunkt oder später aber auch noch problemlos absagen können“, erklärt Dr. Beatrix Pollok-Kopp, Oberärztin in der Zentralabteilung Transfusionsmedizin der

UMG. „Es ist uns ganz wichtig, dass sich niemand zur Spende gedrängt fühlt – unabhängig davon, ob sie oder er sich typisieren lassen.“ In Deutschland sind über zehn Millionen Menschen typisiert, allein in der Region Göttingen bei der KMSG rund 34.000. Wenn eine Patientin oder ein Patient eine Spende benötigt, wird weltweit nach einer Übereinstimmung in den Spenderdateien gesucht. „An der UMG zählen wir jährlich etwa 40 solcher sogenannten Matches. In den meisten Fällen kommt es dann auch zu einer Spende, sofern nicht medizinische Gründe dagegensprechen“, betont Pollok-Kopp.

## RUNDUM VERSORGT

Bis zur Stammzellspende von David Kues vergingen noch rund zwei Monate. Vor allem musste der erkrankte Patient auf die Transplantation der Stammzellen vorbereitet werden. „Für mich als Spender war die Sache unkompliziert“, berichtet der MFA. Seine Merkmale wurden zunächst erneut überprüft. Außerdem setzte er sich in den letzten fünf Tagen bis zur Spende morgens und abends jeweils selbst eine Spritze, um die Ausschüttung der Stammzellen aus dem Knochenmark in die Blutbahn anzuregen. Im Februar 2025 erfolgte schließlich die eigentliche Spende, die als Apherese bezeichnet wird. Dabei werden die Stammzellen mithilfe einer Zentrifuge aus dem Blut der Spender herausgefiltert. Das Blut fließt anschließend über einen zweiten Venenzugang zurück in den Körper. „Die Apherese hat bei mir knapp fünf Stunden gedauert. In dieser Zeit musste ich liegenbleiben, wurde aber auch rundum versorgt. Etwa die Hälfte der Zeit habe ich einfach geschlafen“, blickt der UMG-Mitarbeiter zurück.



„An der UMG zählen wir jährlich etwa 40 solcher sogenannten Matches“, erklärt Oberärztin Beatrix Pollok-Kopp. Foto: Niklas Richter

Die Rundumversorgung beginnt allerdings nicht erst im Aphereseraum der Transfusionsmedizin. Übernommen werden zum Beispiel auch Hotelübernachtungen, Verdienstausschuss und Fahrtkosten für den Spender und eine Begleitperson. „Außerdem habe ich als Dankeschön einen Einkaufsgutschein erhalten. Aber das war nicht wirklich wichtig. Gezählt hat der Gedanke, dass da ein Mensch auf meine Stammzellen wartet“, so Kues.

## SPENDE GUT ANGENOMMEN

Von ebendiesem Menschen weiß Kues mittlerweile, dass sie oder er die gespendeten Stammzellen gut angenommen hat und auf dem Weg der Genesung gute Fortschritte macht. Name, Nationalität oder Alter kennt Kues nicht. Ein persönliches Kennenlernen darf aus rechtlichen Gründen frühestens in zwei Jahren erfolgen, sofern beide Seiten zustimmen. „Ein Kennenlernen wäre schön, ist aber nicht entscheidend. Es ist einfach ein gutes Gefühl, dass ich helfen und wahrscheinlich

ein Leben retten konnte. In meiner Familie ist man schon ein wenig stolz auf mich. Und hier unter den Arbeitskolleginnen und -kollegen ist es einfach eine wunderbar schöne Geschichte“, so das zufriedene Fazit von David Kues.

Wer sich selbst für eine potenzielle Stammzellspende registrieren lassen möchte, erhält online unter transfusionsmedizin.umg.eu oder telefonisch unter 0551 / 39 623 91 alle Informationen dazu.

## WIE FUNKTIONIERT DIE TYPISIERUNG?

In der Knochenmark- und Stammzellspenderdatei Göttingen (KMSG) der Universitätsmedizin Göttingen können sich Menschen zwischen 17 und 50 Jahren registrieren lassen. Die Gewebemerkmale können dabei in wenigen Augenblicken mit einem Wattestäbchen und der Entnahme von etwas Wangenschleimhaut aus dem Mund erfasst werden. An Schulen, Hochschulen und bei öffentlichen Veranstaltungen finden zu diesem Zweck immer wieder

Typisierungsaktionen statt. Einzelpersonen können sich aber auch direkt bei der Blutspende im Klinikum sowie bei der Blutspende am Campus typisieren lassen oder sich ein Registrierungsset kostenfrei nach Hause senden lassen.

## STAMMZELLSPENDE AN DER UMG

Wenn intensive Therapieverfahren wie Stammzelltransplantation und zelluläre Therapien notwendig werden, erfolgen diese an der UMG in der Klinik für Hämatologie und Medizinische Onkologie, die dabei eng mit der Zentralabteilung Transfusionsmedizin sowie der Klinik für Strahlentherapie und Radioonkologie der UMG zusammenarbeitet. Die Klinik ist Teil des Comprehensive Cancer Centers Niedersachsen (CCC-N) und eingebunden in ein nationales und internationales Netzwerk. Sie ist eine von nur drei Kliniken in Niedersachsen, die allogene Knochenmark- und Stammzelltransplantationen sowie Zelluläre Therapieverfahren für rund 200 Patienten pro Jahr durchführt. **UMG / STAR**



Im Aphereseraum der UMG hat David Kues die lebenswichtigen Stammzellen für eine ihm unbekannte Person gespendet. Foto: umg / Martin Wilmsmeier

# Kraft ist Lebensqualität

Tage der offenen Tür bei **OPTIMED GÖTTINGEN** am 18. und 19. Januar

Besuchen Sie Optimed Training an den Tagen der offenen Tür und informieren Sie sich vor Ort ausführlich über die individuellen Trainingsprogramme, Beweglichkeits- und Kleingruppenkurse. Wenn Sie am Sonntag, 18. Januar, oder Montag, 19. Januar, eine Mitgliedschaft abschließen, profitieren Sie von einem Exklusivrabatt in Höhe von 100 Euro! Da gibt es keine Ausreden mehr – starten Sie jetzt in ein aktiveres und gesünderes Leben.

**OPTIMED TRAINING – EFFIZIENT & HOCHINTENSIV**

Maximaler Kraftgewinn bei minimalem Zeitaufwand: Um sich gesund, belastbar und leistungsfähig zu fühlen, ist kein tägliches stundenlanges Training erforderlich. Optimed Training

steht für ein hochintensives und daher sehr effektives Krafttraining auf wissenschaftlicher Basis. Dank des gezielten Muskelaufbaus sind bereits zwei kurze Trainingseinheiten pro Woche ausreichend, um Ihren gesamten Körper nachhaltig zu stärken. Die signifikante Erhöhung Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit wirkt sich insgesamt positiv auf die Lebensqualität aus – der entscheidende Faktor beim Thema Longevity.

**PERSÖNLICHE BETREUUNG, ÄRZTLICHE BERATUNG**

Die ersten Trainingstermine erfolgen in Begleitung der geschulten Instruktorinnen und das Training orientiert sich stets an Ihren persönlichen Zielen und dem aktuellen Fitnesszustand. Die sorgfältige Analyse der rele-

vanten Gesundheitsparameter ermöglicht eine exakte Anpassung des individuellen Trainingsplans. Wer zudem die größtmögliche Sicherheit für seinen Trainingserfolg haben möchte, kann eine ärztliche Trainingsberatung in Anspruch nehmen, um spezielle, das Training betreffende gesundheitliche Fragen mit unserem Arzt zu klären. Das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und langjähriger Erfahrung basierende Konzept von Optimed Training setzt auf hochwertige Trainingsgeräte und gute Betreuung. Auf eine Bar, Sauna oder Solarium wird dabei bewusst verzichtet – Optimed konzentriert sich auf das Wesentliche. Vereinbaren Sie jetzt Ihr Einführungstraining und spüren Sie, wie Sie Stück für Stück stärker werden.

**Das erreichen Sie mit regelmäßigem Optimed Training:**

- Rücken-, Nacken- und Gelenkschmerzen beseitigen
- Beschwerden und Verletzungen aktiv vorbeugen
- Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit aufbauen und erhalten
- Immunsystem stärken
- Stoffwechselerkrankungen, Osteoporose, Demenz und Inkontinenz vorbeugen
- Fettverbrennung fördern und Figur straffen
- Körperhaltung, Gleichgewicht und Körperwahrnehmung verbessern
- Ausgeglicher sein, besser schlafen, Ängsten und Depressionen vorbeugen
- Gut aussehen und sich wohler fühlen

**Das bietet Optimed Training:**

- Effektives Training an hochwertigen MedX-Maschinen

• Individuelle Trainingsprogramme und persönliche Begleitung

- Medizinische Trainingsberatung
- Rücken- und Beweglichkeitskurse in Kleingruppen
- Beckenbodentraining am Gerät
- InBody-Messung der Körperzusammensetzung

**KONTAKT**

**Optimed Training**  
Maschmühlenweg 93  
37081 Göttingen  
Tel.: 0551 / 79 76 60

**E-Mail:**  
goettingen@optimed-training.de

**Geöffnet**  
Mo. bis Fr. 7.30 bis 20.30 Uhr  
Sa. 10 bis 16 Uhr  
So. 9 bis 18 Uhr



– Anzeige –