

NR. 387 - FEBRUAR 2020

33. JAHRGANG

®

# SUBWAY<sup>®</sup>.DE

Anzeige



**KOSATEC**  
COMPUTER

**Ausbildung & Studium**

**Komm ins Team!**

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





3.000 Euro  
Willkommens-  
prämie

Dein guter Vorsatz für 2020:  
Ein neuer Job. Komm ins HEH.

**HEH** STIFTUNG  
HERZOGIN ELISABETH  
HOSPITAL

Neue Kollegen gesucht: Bewirb Dich jetzt bei uns für vakante Stellen im Pflegedienst oder im Funktionsdienst OP, Anästhesie, ZSVA, ITS, Endoskopie oder Röntgen und erhalte 3.000 Euro Willkommensprämie\*.

Gültig im Aktionszeitraum 01.01.2020 bis 30.09.2020.

\* Nähere Informationen und Teilnahmebedingungen unter: [www.komm-stiften.de](http://www.komm-stiften.de) und [www.heh-bs.de](http://www.heh-bs.de)

War hier jemand schneller als Du?

Dann schau doch mal in den Karten-Displays der CityCards-Partner Deiner Stadt nach – oder sende Deine Bewerbung gleich an: [bewerbung@heh-bs.de](mailto:bewerbung@heh-bs.de)



# Editorial Inhalt

NR. 387 • FEBRUAR 2020



## Auf die Zukunft!

Das Morgen bestimmt unser Denken und Handeln, eigentlich geht es doch immer und überall um die Zukunft, so wie auch bei unseren Februar-Themen: Das Start-up PooPick sorgt sich um die Vermüllung der Umwelt (Seite 24), auch Forensiker Dr. Mark Benecke denkt viel darüber nach, wie der Konsum unsere Zukunft bestimmt (Seite 38), The Esprits wollen noch höher hinaus als bisher (Seite 14) und die Antilopen Gang macht sich Gedanken über die Entwicklung des Musikbusiness und ihren zukünftigen Platz darin (Seite 10).

Besonders stark bestimmen natürlich Ausbildung und Arbeit unser aller Zukunft, was kann und will ich erreichen? Was brauche ich, um meine Ziele zu erreichen? Wo bin ich richtig? In unserem herausnehmbaren Schwerpunkt-Sonderheft **SUCCESS** in der Mitte dieser Ausgabe widmen wir uns diesen Themen aus Arbeitgeber- und -nehmer-Blickwinkel.

Wir sind übrigens sehr gespannt, ob Braunschweig auch eine Zukunft mit E-Scooter-Sharing bevorsteht. Unser Karikaturist Sven Gebauer hat dazu bereits eine köstlich-treffende Typisierung vorgenommen (Seite 46). Kommt das totale Verkehrschaos?

Also Augen auf (nicht nur) im Straßenverkehr!  
Euer Benjamin



### Herausgeber und Verlag

oeding magazin GmbH  
Erzberg 45  
38126 Braunschweig  
Telefon (05 31) 4 80 15-0  
Telefax (05 31) 4 80 15-79  
www.oeding-magazin.de

### Chefredaktion

Benjamin Bahri  
redaktion@oeding.de

### Redaktion

Louisa Ferch, Sven Gebauer, Simon Henke,  
Dieter Oßwald, Chris Rank, Denise Rosenthal

### Produktionsleitung & Layout

Christina Carl

### Gestaltung

Lars Wilhelm, Ivonne Jeetze, Ben Oertel

### Titelfoto

Robert Kneschke - Fotolia.com  
Titelfoto SUCCESS:  
Maridav - stock.adobe.com

### Kundenberatung

Stefanie Himstedt (0531) 4 80 15-127  
Agentur HaTo (05 31) 4 80 15-130  
Es gilt die Anzeigenpreisliste 1/2019.

### Druck

oeding print GmbH  
Erzberg 45  
38126 Braunschweig

Redaktionsschluss ist jeweils der 10. des  
Vormonats. Keine Haftung für unverlangt  
eingesandte Fotos, Manuskripte,  
Zeichnungen etc.

Honorare für Veranstaltungs-Fotos sind  
vom jeweiligen Veranstalter zu tragen!

Alle Terminangaben ohne Gewähr!

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die  
Meinung des Autors wieder – nicht aber unbe-  
dingt die der Redaktion bzw. des Verlages.

Der Rechtsweg ist bei Verlosungen/Preisaus-  
schreiben grundsätzlich ausgeschlossen. Die  
Verlosungen sind auf subway.de ab 5. des Monats  
zu finden. E-Mail: redaktion@oeding.de

Keine Haftung für weiterführende Links  
und QR-Codes.

Nachdruck aller Beiträge (auch auszugsweise) nur  
mit Genehmigung der oeding magazin GmbH.  
Vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrecht-  
lich geschützt. Eine anderweitige Verwendung ist  
nur mit Genehmigung möglich.

### Vertrieb

new city media GmbH  
Hinterm Brüdern 23  
38100 Braunschweig  
Telefon (05 31) 39 00 702  
Telefax (05 31) 39 00 753  
www.newcitymedia.de

**SUBWAY** ist eine eingetragene Marke der  
oeding magazin GmbH.

Besuchen Sie uns im Internet, Mediadaten für alle  
Produkte unter [www.oeding-magazin.de](http://www.oeding-magazin.de)

Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingun-  
gen unter [www.oeding-magazin.de/agbs](http://www.oeding-magazin.de/agbs).

Weitere Publikationen sind

**Eintracht Echo**  
**Eintracht Magazin**  
**hin&weg**  
**Hildesheim&Garten**

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



## KLANGFARBEN

- 8 **Support Your Scene!**  
Regionale Bands on stage
- 10 **Klassenfahrt nach Wolfsburg**  
Antilopen Gang auf Tour mit neuer Platte
- 14 **Rock-Export**  
The Esprits weiter auf der Überholspur
- 16 **Never give up**  
Straßenrap aus Braunschweig: MDB39
- 18 **Es wird heiß!**  
Eule undercover: Die Sauna
- 20 **Neue Alben**

## LEBEN & RAUM

- 22 **Kreative Kostüme**  
DIY-Kostümiddeen für die fünfte Jahreszeit
- 24 **Clean green!**  
Start-up PooPick: Nachhaltig Gassigehen
- 26 **Kunst schaffen, Kunst erleben**  
winterkunstzeit in Braunschweig
- 28 **Unkomplizierte Klasse**  
Kulinarisch: Rudas Restaurant & Bar

## FILMWELT

- 32 **Pfiffe aus Bukarest**  
Regisseur Porumboiu über „La Gomera“
- 34 **Kinotipps**  
„Birds of Prey“  
„Intrige“  
„Night Life“  
„The Gentlemen“  
„Sonic the Hedgehog“
- 36 **Familiäres Glamour-Kino**  
Charakterkino: Kammerlichtspiele Königl.
- 37 **Aktuelle Streamings**

## POP & KULTUR

- 38 **Großes schwarzes Herz**  
Dr. Mark Benecke als DJ im Stereowerk
- 42 **Tatort: Braunschweig**  
Rolf Reineke schreibt Heft-Krimis
- 43 **Neue Bücher**

## CAMPUS

- 44 **Entspann dich mal!**  
Relaxt durch Stress- und Klausurenphasen

## DIGITAL & HIGHTECH

- 46 **Die große Elektro-Sause**  
Sven Gebauer typisiert E-Scooter-Fahrer
- 47 **Neue Games**

## TERMINE

- 48 **Regionale Events im Februar 2020**

## MISC

- 4 **Impressum**
- 6 **Kurz & Knapp**
- 58 **Die nackte Wahrheit:** The Duc Ngo



22



10



38



14

Fotos Kerstin Lautenbach-Hsu, Katja Runge, Rocksau Pictures, Nikolas Winkel



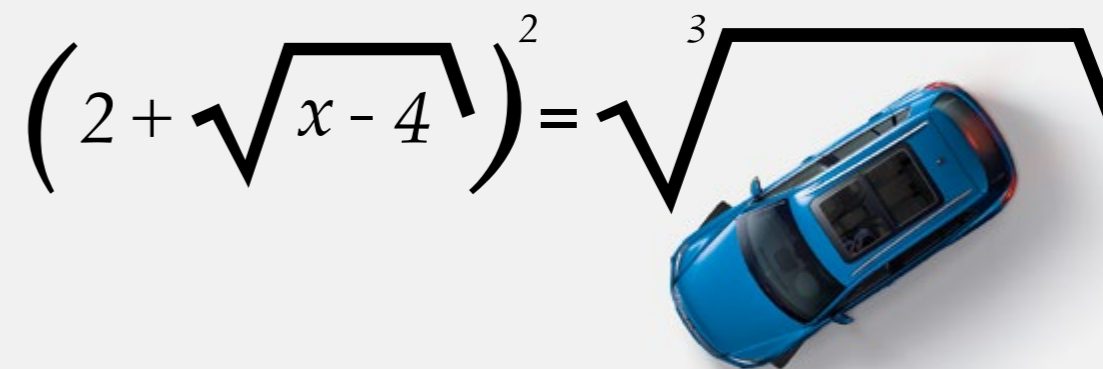
## Alleskönner-Kraut

Diskussionen um die Legalisierung von Cannabis sind in aller Munde – die vom 22. bis 24. Mai in Ilsede stattfindende Hanfmesse ist vielleicht ein wichtiger Schritt in diese Richtung, denn Cannabis ist nicht nur zum Rauchen da, sondern hat, neben seiner vielseitigen Einsatzmöglichkeiten als Rohstoff, auch erhebliche medizinische Nutzen. Auf der ersten Hanfmesse Niedersachsens werden unter anderem Cremes und Nahrungsmittel vorgestellt und informative Fachvorträge über den Wirkstoff Cannabidiol (CBD) gehalten, um über die Vorteile und Verwendungsmöglichkeiten der Hanfpflanze aufzuklären. Auch SUBWAY wird im Mai vor Ort sein. Peace!



## #PENTAGIVES!

Der Winter ist noch in vollem Gange und für jene ohne Zuhause ist diese Zeit besonders hart. Das Penta Hotel Braunschweig hat deshalb seine Gastfreundschaft ausgeweitet und eine Spendenkampagne mit dem liebevollen Namen „Souper Heroes“ gestartet: Für jede verkaufte Suppe spendet Penta noch bis Ende des Monats eine Suppe an Bedürftige. Zusätzlich können Gäste pro Rechnung einen Euro spenden, ein limitiertes Suppenglas erwerben und mehr. Der Erlös geht an den Verein Weihnachten für Alle.



Die Open-Air-Saison rückt näher und auch für junge Bands ergeben sich Freiluft-Konzertmöglichkeiten. Am 13. Juni findet zum Beispiel der Bandcontest des Evangelischen Landesjugentreffen Neuerkerode statt – ein kleines Jugendfestival mit circa 300 Teilnehmern, für das jetzt schon Bands gesucht werden. Zu gewinnen gibt's einen Tag im Tonstudio. Also schnapp dir deine Band und bring das Dorf mal richtig zum Beben! Bewerbungen per Mail an [niels.respondek@lk-bs.de](mailto:niels.respondek@lk-bs.de)

ROCK DIE HÜTTE



## be my valentine!

Am 14. Februar ist Valentinstag und laut einer Statistik des Marktforschungsunternehmens Statista gehören Parfüm, Schmuck und Schokolade zu dabei den beliebtesten Geschenken. Doch viel schönere Liebesbotschaften sind gemeinsame Erlebnisse. Der „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock“ bietet beispielsweise eine große Auswahl an 2:1-Gutscheinen von Restaurants über Wellness bis zu Freizeitangeboten. Good News: Wir verlosen drei Gutscheinbücher für eure Wunschregion. Schickt uns einfach bis zum 29. Februar einen Liebesbrief im Postkartenformat zu und erobert unser Herz.



Texte Denise Rosenthal, Louisa Ferch Fotos Pentahotels, creativefamily - stock.adobe.com, Gutscheinbuch.de



**Macht Einparken weniger komplex**  
Der neue Tiguan mit Park Assistent 3.0



# SUPP ORTU YOUR SCENED!



1. Februar! Lord Helmchen (BS)  
*Helge Holm*



8. Februar! spunk (BS)  
*The Giraffe Men*



1. Februar! KufA Haus (BS)  
*Abandoned In Destiny +*



*Frantic Tornado*



29. Februar! Hallenbad (WOB)  
*The Chaperals*



29. Februar! B58 (BS)  
*King Leoric*



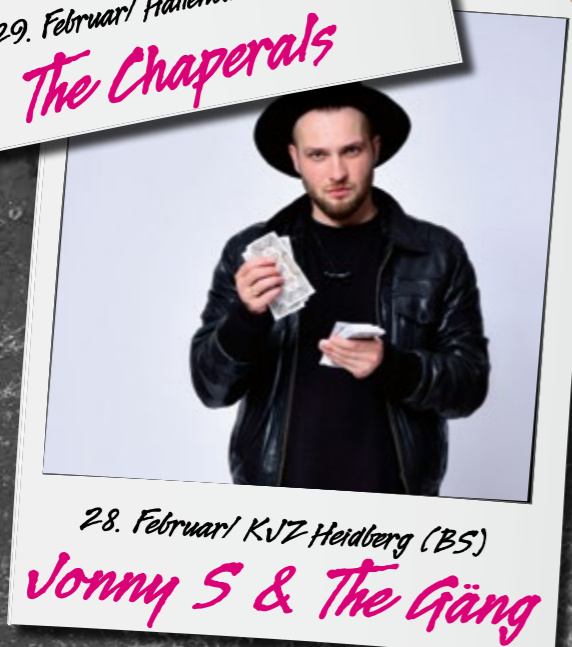
8. Februar! B58 (BS)  
*Commercial Suicide +*



*.NIRU*

## Save the Date!

Euer Gig soll hier angekündigt werden?  
Meldet euch einfach bei uns! Info mit  
(druckfähigem) Foto an: [redaktion@subway.de](mailto:redaktion@subway.de)



28. Februar! KJZ Heidelberg (BS)  
*Jonny S & The Gäng*



29. Februar! Harry's Bierhaus (BS)  
*Dynamo Ska*





Die Antilopen Gang geht auf große „Abbruch, Abbruch“-Tour und bringt unter anderem eine halbe Tonne Metall mit.

**P**arodie, Ironie und Sarkasmus sind für die Antilopen Gang, bestehend aus den Brüdern Panik Panzer und Danger Dan sowie Kumpel Koljah, keine Fremdwörter. Das rebellische Rap-Trio beherrscht die Kunst des cleveren Wortwitzes in Perfektion. So glauben sie unter anderem nämlich fest daran, dass Pizza die Menschheit retten kann und zogen 2011 ihre Lieblingsendung „Alarm für Cobra 11“ der Echoverleihung vor. Doch die facettenreiche Band kann auch anders: Mit Songs wie „Beate Zschäpe hört U2“ liefern sie ehrliche Gesellschaftskritik und musikalische Hymnen gegen Rechtsextremismus, weshalb sie von den Medien oft als politische Rap-Crew verstanden werden. Nach ihrem Nummer-1-Album „Anarchie und Alltag“ melden sich die Düsseldorfer Rapper mit ihrer neuen Platte „Abbruch, Abbruch“ zurück. Bevor sich das sympathische Trio am Ende eines langen Promotages in den wohlverdienten Feierabend verabschiedete, sprachen wir mit der Antilopen Gang über die Veränderungen im Musikbusiness, die kommende Festivalsaison, ihr aktuelles Album und das Gefühl, missverstanden zu werden.

**Mittelfinger. Außerdem bringt ihr auch keine Deluxe Box raus. Wie empfindet ihr die Veränderung in der Musikindustrie und die Tatsache, dass es nur noch um schnelles Geld geht?**

**Koljah** Ja, das nervt natürlich. Das ist einfach nicht unsere Herangehensweise an Musik. Wir unterwerfen uns solchen Mechanismen nicht und man kann es ja schon als Statement sehen, dass wir wieder keine Box gemacht haben, obwohl es vielleicht marketingstrategisch klug wäre, um eine möglichst hohe Chartposition abzugreifen. Die haben wir übrigens mit dem letzten Album ganz ohne Deluxe Box geschafft. Auch wenn das Label sagt, dass wir uns das nochmal überlegen sollen, war für uns schnell klar, nö, machen wir nicht. Das mit den Anderthalb-Minuten-Songs, die für Spotify-Playlists geeignet sind, scheitert schon allein daran, dass wir drei Rapper sind und alle sehr viel Mitteilungsbedürfnis haben. Das lässt sich also gar nicht in anderthalb Minuten herunterkriegen.

**Danger Dan** Ich finde es auch irgendwie sehr schade, wenn sich Kunst so Verwertungslogiken unterwirft, denn dann verliert sie für mich

Aber wir sind der Meinung, dass man es nicht allen Menschen Recht machen muss und es macht uns auch immer wieder Freude, Leuten den Tag zu versauen. Wenn jetzt irgendwelche Kiffer das Album hören, cholerische Anfälle kriegen, wie Kiffer es halt immer tun, dann finden wir das halt eher lustig und freuen uns sehr darüber. An dieser Stelle möchte ich mich im Vorfeld schon mal dafür entschuldigen, missverstanden zu werden, aber bin auch mal wieder gespannt, wer was wie falsch versteht.

**Wie überlebt man eigentlich so eine Tour und den anstehenden Festival-Sommer?**

**Panik Panzer** Wir haben da unterschiedliche Konzepte, die ich dir gerne vorstelle. Koljah zum Beispiel hat die Strategie, dass er sich möglichst nicht auspowert, um dann auf der Bühne alles geben zu können. Das heißt, er schläft viel, er liest zwischendurch, sucht sich seine Ruhe und daraus seine ganze Kraft. Danger Dan hat ein sehr gegenteiliges Konzept. Er versucht in dieser Tourzeit möglichst stark zu leben, um auch das volle Leben auf der Bühne zu präsentieren. Zum vollen Leben gehören

# KLASSENFAHRT NACH WOLFSBURG

**„2013“ ist die erste Singleauskopplung aus eurem neuen Album. In dem Song reflektiert ihr das vergangene Jahr und den Suizid von eurem vierten Bandmitglied Jakob alias NMZS. Wie war es für euch, den Song zu schreiben?**  
**Koljah** Das Schreiben ging uns relativ leicht von der Hand. Wir haben schon in den Jahren davor immer wieder Anläufe gemacht und versucht, irgendwie etwas zu der Thematik zu schreiben, allerdings ist das meistens gescheitert. Wir waren da noch zu nah dran oder haben nicht die richtige Form gefunden, dadurch wurde es oft nichts. Diesmal war der Zeitpunkt irgendwie richtig und als diese Idee da war, wie wir es machen könnten, ging es relativ schnell, weil jeder natürlich wusste, was genau in diesem Jahr passiert ist.

**Die Songs auf eurem Album sind ja meist drei bis fünf Minuten lang. Damit zeigt ihr der Modus-Mio-Playlist und Musikindustrie den**

jegliche Glaubwürdigkeit. Es ist schon interessant zu beobachten, wie sich Formen von Populärmusik immer dem anpassen und unterwerfen. Zum Beispiel, dass sobald das Radio aufkam, Lieder nicht mehr sechs Minuten lang sein durften, sondern nur noch dreieinhalb Minuten. Wenn die Lieder jetzt nur noch anderthalb Minuten lang sein sollten, damit man möglichst viel Geld verdient, dann läuft da etwas ganz Grundlegendes schief. Ich finde Leute, die viel Geld verdienen wollen, die können doch Immobilienmakler werden und müssen uns doch nicht mit so Autotune-Musik nerven.

**Eure Texte sind oftmals ironisch, sarkastisch und auch mal sehr direkt. Dadurch eckt ihr natürlich auch schon mal an. Wie geht ihr mit Kritik um? Oder wenn Leute zu blöd sind, euren Humor zu verstehen?**

**Danger Dan** Ganz unterschiedlich. Es kommt darauf an, wem man da den Tag versaut hat.

natürlich auch der exzessive Rausch, Eskapaden und alles mögliche, was man nicht wissen will. Ich hingegen versuche es ganz einfach mit Hausmitteln. Ich ziehe mir zum Beispiel täglich Ingwer durch die Nase und trinke zwei auf vierzig Grad angewärmte Weißbiere. (lacht) Es schmeckt nicht, aber es hilft, man bleibt gesund und fühlt sich fit, vital und stark.

**Ihr macht auf eurer Tour unter anderem Halt in Wolfsburg. Welche Story verbindet ihr mit der Stadt?**

**Panik Panzer** Uns verbindet tatsächlich etwas mit der Stadt und das ist jetzt kein Witz! Wir hatten den vermutlich schlechtesten und schlimmsten Auftritt unseres Lebens in Wolfsburg. Ich kann jetzt leider nicht mehr genau sagen, wie der Laden damals hieß, aber zu der Zeit kamen eh noch nicht so viele Menschen zu unseren Konzerten. Ich glaube, da waren zwei zahlende Gäste oder einer ...

Foto: Katja Runge



**Koljah** Ich glaube, es waren drei Leute und einer davon stand auf der Gästeliste.

**Panik Panzer** Wir haben uns sehr stark betrunken und wirklich eine Show abgeliefert, die unter aller Kanone war. Ich habe dann noch betrunken das Klo vollgesprüht, bin auf einem Stuhl eingeschlafen und morgens auch wieder auf diesem Stuhl aufgewacht. Da haben wir uns absolut nicht mit Ruhm bekleckert. Obwohl es so eine furchtbare Nacht war, ist es irgendwie in unsere Geschichte eingegangen und wurde auch teilweise dokumentiert. Es gibt auf unserem Antilopen-YouTube-Channel ein Video namens „Videoblog eins: Klassenfahrt nach Wolfsburg“. Ich weiß nicht, ob es einen vollen Einblick in das Dilemma dieser Nacht gibt, aber das werden wir nicht vergessen.

**Wie ist es mit seinem Bruder in einer Band?**

**Panik Panzer** Eigentlich ist fast interessanter, wie es für den armen Koljah ist, quasi das dritte Rad am Fahrrad und keiner der Brüder zu sein. **Koljah** Also die Sache ist, ich bin der Bonehead von der Antilopen Gang. Das ist einer von Oasis, der nicht zu den Gallagher Brüdern gehört. Der wurde, wie alle anderen, die nicht zu den Gallagher Brüdern gehörten, irgendwann aussortiert. (alle lachen) Das ist so das Damoklesschwert, welches die ganze Zeit über meinem Kopf schwebt und hin und her schwingt. Es ist ja auch bekannt, dass sämtliche Genialität und federführende, kreativer Anteil in Bands mit Brüderpaaren immer von den Brüdern kommt und alle anderen Bandmitglieder, in diesem Fall bin das nur ich, eigentlich nur schmücken-

de Beiwerke sind. Und ich bin mir dieser Tatsache voll bewusst, ab und zu darf ich auch mal einen Text schreiben, aber es ist wirklich scheiße, denn es ist eine Familiensippe, in die ich hineingeraten bin und es kann sein, dass es irgendwann nicht mehr gut geht. (lacht)

**Ihr versprecht, die beste Bühnenshow zu liefern. Was erwartet die Konzertbesucher?**

**Panik Panzer** Die Antilopen Gang wird vorrangig als sehr gut rappendes Trio aufwarten, aber zweitrangig auch als eine Band, die sich verschiedener Genres bedient.

**Koljah** Das bedeutet, dass bei unserer Show nicht nur feinsten Hip-Hop in Tradition der New Yorker Bronx dargeboten wird, mit zwei Turntables und einem Mic – übrigens diesmal mit DJ Jenny Sharp an den Decks –, sondern dass es auch noch eine Band gibt, die wir schon bei der letzten Tour dabei hatten, mit der wir stumpfen, stümperhaften Punkrock spielen und die gerade deshalb so gut ist, weil guter Punkrock immer stumpf und stümperhaft ist; und dass wir weiterhin mit dieser Band und DJ Jenny Sharp im Verbund einige Hip-Hop-Stücke spielen werden, die nicht in die Freundeskreis-Falle tappen, sondern die das Beste aus beiden Welten kombinieren; und es bedeutet schamlose Klaviereinlagen, in denen unser Musiker Danger Dan seine Künste mit seinen flinken Fingern am Piano spielt, während wir pathostriefende Gesangsstücke darbieten.

**Danger Dan** Wir begreifen uns zwar als Rap-Crew, aber beherrschen die interdisziplinären Anforderungen, die der Beruf Rapper mit sich

„ICH ZIEHE MIR INGWER DURCH DIE NASE UND TRINKE ZWEI AUF VIERZIG GRAD ANGEWÄRMTE WEISSBIERE“

bringt, bis in die Perfektion. Deswegen designen wir nicht nur unsere T-Shirts selbst oder bringen die beste Bühnenshow der Welt mit, nein, auch unser Bühnenbild, welches wir extra für diese Tour neu entwickelt haben, ist dermaßen perfektioniert, dass sich auch tatsächlich in Wolfsburg, wo man sich mit Mechatronik ganz gut auskennt, die Leute an den Kopf greifen werden und laut stöhnend in den Raum rufen werden: „Oh mein Gott! Das haben die jetzt nicht wirklich gemacht! Ich kann es nicht fassen! Wow, einfach nur wow!“ Wir bringen nämlich eine halbe Tonne Metall mit, die wir kunstvoll zu einem wahnsinnigen Bühnenbild zusammengebaut haben. Der Konstrukteur, mit dem wir zusammenarbeiten, warnte uns noch, dass man damit einen Mensch durchschneiden könnte und hat deshalb mehrere Notschalter an die Mechanik angebracht. Ich will nicht viel mehr verraten, aber wer sehen will, wie unser Gitarrist Fabi Feuer eventuell von mehreren Tonnen Metall zerstückelt wird, der darf sich diesen Auftritt in Wolfsburg natürlich nicht entgehen lassen.

Denise Rosenthal

Foto: Karja Runge

**TERMINE**

22. Februar/ Hallenbad (WOB)  
25. Februar/ Capitol (H)  
[antilopengang.de](http://antilopengang.de)



**Damensauna**



**Jeden Donnerstag\* bei uns!**

**Ladys aufgepasst! Jetzt noch länger saunieren!**

- o Sauna nur für Frauen, jeden Donnerstag von 09:00 bis 22:00 Uhr
- o Ausgenommen Feiertage und Ferien\*

Bischof-Janssen-Str. 30 • 31134 Hildesheim  
Tel.: 05121 / 1507-0 • Fax: 05121 / 1507-33  
[www.wasserparadies-hildesheim.de](http://www.wasserparadies-hildesheim.de)







# ROCK-EXPORT

**THE ESPRITS** machen 2020 so weiter, wie 2019 endete – mit einem Knalleffekt. Eine Support-Tour für Antiheld sowie Arbeiten am neuen Album stehen auf dem Plan. Stillstand? Nein, danke ... Vollgas!

**T**he Esprits, das steht für ehrlichen, handgemachten und modernen Rock'n'Roll, mit dem Anspruch jeden, aber auch wirklich jeden im Saal, vor der Open-Air Bühne oder der verranztesten Europaletten-Stage zum Tanzen zu bringen. Seit 2014 sind Roman, Till, Andre und Ole aus Braunschweig zusammen unterwegs und haben sich seither schon weit über die Stadtgrenzen hinaus einen Na-

men gemacht. 2016 erschien ihr erstes Album „Stay a Rebel“, 2018 legten sie nach, hüllten sich in schicke Gewänder, kämten sich den Scheitel zurecht und zeigten gentlemanlike auf ihrer Platte „Men's Business“, wie zielsicher man in stilvoller Attitüde mit energiegeladen Powerrock-Hymnen abreißen kann. Was als nächstes kommt? Die Jungs tolerieren auf jeden Fall kein Verharren im Status Quo: „Da

sitzen keine 38 Leute im Hintergrund, die uns ein neues Image aufdrücken. Wir gucken einfach, wer wir sind, was wir machen und wie wir das verpacken. Für uns würde sich das voll falsch anfühlen, da irgendwas vorzuspielen.“ Platte Nummer drei ist in der Mache und die vier Bandmember scharren mit den Hufen für die anstehende Tournee mit ihren Kollegen von Antiheld.

Foto Ruben „Hophiv“ Wiele

## Album nachlegen, bitte!

Der Kaffee kommt, ihm liegt ein Plätzchen bei. Till und Roman freuen sich: „Frühstück.“ „Wir haben bis gestern Nacht um vier geschrieben.“, erklärt Roman. „Wir fangen ja immer so ein bisschen an, wenn die restliche Welt schlafen geht.“ Von den vier Esprits sitzt mir das Sechssaiter-Tandem gegenüber: Sänger und Rhythmusgitarrist Roman und Leadgitarrist Till bequemen sich auf die Stühle im Café Riptide. Sie schreiben gerade an ihrem dritten Album und klamüsern dafür aktuell fleißig Songideen aus. „Gegen 23 Uhr etwa rufen dann immer die anderen an und sa-

gen, dass sie was in die Dropbox gepackt haben und dann meinen: ‚Zieht euch das mal rein und gebt Feedback!‘.“ So parallel zu arbeiten ist für die vier eine bewährte Methode, simultan für einen guten Output an Stoff für Songs zu sorgen. Gleichzeitig motiviert man sich gegenseitig durch den kleinen Wettbewerbscharakter: „Du willst die anderen wegbumsen. Wenn du gerade an einem Track schreibst und weißt, zeitgleich sitzen die anderen auch an was dran, dann willst du auch, dass die große Augen machen“, so Roman. Die Kalenderblätter sind bei Familie Esprit schon zu Anfang des Jahres gut gefüllt, denn das Vierergespann steht vor einer großen Tour durch Deutschland und Österreich mit ihren Buddys von Antiheld. Im Februar und März brennen sie dafür dann die Bühnen der ganzen Nation nieder. Vorher soll noch Material für die neue Scheibe her.

## Auf Tour mit Antiheld

Kurz vor Weihnachten wurde eine Support-Tour für Antiheld eingestiegen. Die machen deutschsprachigen Rock und operieren von Stuttgart aus. Auf der Tour im letzten Jahr, wurde es nach einem ihrer Gigs in Hannover zwischen beiden Bands ziemlich bierseelig: „Wir sind einfach Buddys, haben die bei ihrer Show besucht und hinterher in einer Bierlaune rumgesponnen, dass es doch geil wäre, zusammen auf Tour zu gehen. Es gibt halt nicht mehr so viele Bands, die da so ein Feuer auf die Bühne bringen und alles live machen, das wäre doch ein geiles Paket“, erinnert sich Roman. Die Idee war geboren und die Umsetzung folgt jetzt prompt. Im Februar und März setzt sich der Tross in Bewegung. „Wir so: Scheiße, wie machen wir das jetzt mit unserer Platte?“, lachen Roman und Till, „ey, wir brauchen ja auch noch Untermieter für unsere Wohnungen. Wenn wir von der Tour wiederkommen, soll es ja auch direkt ins Studio gehen, wir sind de facto die nächsten vier Monate praktisch nicht zuhause.“ Letztlich ist die Vorfreude allerdings größer, als der Stress es je sein könnte und Roman verspricht: „Das wird dick auf die Zwölf geben, zwei Shows, die sich geil ergänzen und einen runden Abend versprechen.“

Für die Action fernab der Bühne geht es dann vorher noch ins Trainingslager: „Ich muss hier auf jeden Fall noch ein paar Mal saufen gehen, damit wir gut trainiert sind, denn die Jungs sind echt hart am Glas“, versichert Roman glaubhaft. „Die legen immer gut vor, haben uns mal den Spitznamen „Die Spritties“ gegeben, da müssen wir gucken, dass wir den auch verteidigen können. Nicht dass wir Braunschweig hinterher schlecht dargestellt haben.“

## Know your roots!

2019 waren The Esprits unter anderem Vorband für Revolverheld, einem ziemlich dicken Fisch der Musikbranche. Und auch wenn die Shows fetter, die Bühnen größer und alles professioneller wird, das Quartett verleugnet zu keiner Zeit ihre Herkunft. „Wir spielen irgendwo und sagen klipp und klar: Wir sind The Esprits aus Braunschweig. Dann fragen Leute: Gibt's denn in Braunschweig überhaupt irgendwas? Ja, hier gibt es eine Menge! Wir beobachten hier nach wie vor die Newcomer-Bewegung und gucken, wo wir uns einbringen können. Wenn irgendwer unsere Hilfe braucht, soll er uns schreiben.“ Viele große Acts schieben nach langwährender Karriere und Top-Slots auf großen Festivalbühnen gerne mal wieder eine Clubtour ein. Für Till ist das absolut nachvollziehbar: „Ich kann verstehen, dass einem diese direkte Nähe zum Publikum irgendwann fehlt. Dass du den Leuten im Pit einfach die Hand reichen kannst, macht es voll intim. Da entwickelt sich eine andere Energie.“ Neben all dem Glamour, den man sich über die Zeit erarbeitet hat, fühlen sich solche unmittelbaren, roughen Shows nach Zuhause an: „Klar, wenn du vor Revolverheld spielst, ist das alles fett und Hochglanz und auch richtig stark. Aber danach spielst du dann wieder in 'nem kleinen Punk-Laden, wo Green Day 1999 mal Vorband waren – alles ist siffig und alles ist geil. Diese engen Clubshows sind halt das, wo wir herkommen. Mir fehlt ein Stück vom Zahn, weil jemand bei einer Wall of Death im B58 auf mein Pedalboard gefallen ist und mir das Mikrofon in die Fresse gehauen hat“, lacht Roman, „solche Konzerte haben wir zuhauf gespielt.“

## Typen mit Ecken und Kanten

Das Konzept der Esprits geht auf. Große Bühnen zu spielen und gesetzte Mainstream-Größen supporten, beißt sich bei der authentischen Truppe nicht. Alle gehen nach Berlin? Juckt nicht: „Wir waren in Berlin, ja. Klar, da sind sie alle obercool und super fancy. Das wollen wir gar nicht sein“, trotz Till und Roman legt nach: „Wir sind eine Rock'n'Roll-Band und ja, wir sind aus Braunschweig. Okay, so what? Und ihr seid die hippen Berliner Boys? Bitteschön, ihr habt 45 Minuten Zeit, bringt mal was auf die Bühne und danach unterhalten wir uns darüber, was jetzt fanciger ist.“ Das Vertrauen in die eigene Musik, die eigene Idee kommt ohne viel Schnick Schnack aus und Trends hinterherzulaufen ist nicht Teil der Esprits. Auch 2020 ist mit diesen Typen also wieder zu rechnen. Explosive Liveshows und vielleicht bereits das ein oder andere Studioerzeugnis kommen auf euch zu.

Simon Henke



**W**o gibt es eigentlich noch realen, authentischen Hip-Hop, der von der Straße erzählt, ohne auf Gangsta zu machen? Wir sind in Braunschweig fündig geworden und haben uns das Rap-Duo MDB39 mal genauer angeschaut.

Im Sommer 2018 haben sich David Dlugosch aka Monotyp und Max Lange alias M39 gefunden: zwei motivierte Musiker mit der gleichen Begeisterung für Rap. Monotyp war schon länger als Audio Engineer in der Braunschweiger Rap-Szene unterwegs, bis er eines Tages M39 vor dem Mic hatte. „Ich war bei der ersten Probeaufnahme von Max, seinem Stil, seiner Stimme und Energie direkt sehr begeistert“, berichtet Monotyp rückblickend. Schnell war die erste gemeinsame Single „Good Life“ geschrieben, die von dem Weg raus aus dem Knast, weg von Problemen und in Richtung Erfolg erzählt. Dieser Song war die Geburtsstunde von MDB39 – einer

**Welche Bedeutung hat die Musik in eurem Leben und welche Ziele verfolgt ihr mit MDB39?**

**Monotyp** Ich würde mein Leben vor 2016 und vor der Musik als reine Katastrophe bezeichnen. Ich habe zwar eine Ausbildung zum Ergotherapeuten gemacht, stand aber nie wirklich dahinter. Das könnte gut an meiner Drogen- und Alkoholsucht in den letzten zwei Jahrzehnten liegen. Ich verarbeite diese Zeit hauptsächlich in meiner Musik, die mittlerweile meinen ganzen Lebensalltag bestimmt. Ich setze mich direkt nach dem Aufstehen an den Computer und produziere Beats oder mische aufgenommene Songs ab. Ich nehme mir oft Auszeiten von der Familie und gehe spazieren, wobei ich neue Texte schreibe oder schon produzierte Songs analysiere. Mittlerweile habe ich ein gewisses Alter erreicht und versuche jede Art von Drama in meinem Leben zu vermeiden.

**M39** Mit Musik habe ich im Alter von 14 Jahren

aber sobald es möglich ist, wird produziert, um MDB39 weiter wachsen zu lassen. Manche Projekte begleiten uns bis zur Fertigstellung über Monate hinweg.

**M39** Es wird ein Beat produziert und je nachdem was für ein Feeling wir haben, entstehen nach und nach Skizzen, Ideen und das Thema eines Songs. Meistens findet das Brainstorming bei uns auf der Arbeit statt. Wir arbeiten ja quasi nebeneinander und haben genug Zeit, neue Projekte entstehen zu lassen. Wir sind sehr kreativ und probieren viel aus. Außerdem arbeiten wir sehr gern mit unserem Videographen Malyalinclusive zusammen, der mit uns schon unzählige Projekte verwirklicht hat.

**Eure Songs reichen von ernstem Street-Hip-Hop bis zu Reggae-angehauchten Partyhymnen. Wie würdet ihr euren Stil beschreiben?**

**Monotyp** Ich habe mir nie wirklich Gedanken

**In euren Videos kommen teilweise typische Hip-Hop-Klischees vor – von Waffen über Drogen und steile Partys ist alles dabei. Seid ihr der Meinung, Hip-Hop steht immer noch nur dafür?**

**Monotyp** Wir haben am Anfang von MDB39 viel ausprobiert und uns von Mainstream-Musik inspirieren lassen. So nach dem Motto: „Womit andere Erfolg haben, muss bei uns ja auch klappen“. Dann haben wir aber schnell gemerkt, dass es viel wichtiger ist, sein eigenes Ding zu finden. Das ist alles ein Prozess, den wir mittlerweile schon 18 Monate durchleben und der auch ganz normal ist. Wir sind auf dem richtigen Weg, unsere eigene DNA zu finden. Das Quantum, was uns von den anderen unterscheidet. Hip-Hop sollte vor allem authentisch sein. Natürlich darf man auch mal übertreiben, doch auf lange Sicht wird sich das Echte durchsetzen.

lich verändern kann, aber die keine Altersbegrenzung hat. Monotyp geht ja auch steil auf die 40 zu. Nichts für ungut Mono! (lacht)

**Welche Rolle spielt Braunschweig für eure Musik? Seht ihr die Stadt als Problemstadt?**

**Monotyp** In Braunschweig hat alles angefangen. Das erste Mal gerappt habe ich damals im Jugendzentrum in der Kreuzstraße. Das müsste so um 1995 gewesen sein. In diesem Sinne einen schönen Gruß an den besten Sozialarbeiter in Braunschweig, der damals wie heute echt viel für die Förderung und Entwicklung der Jugendlichen unternimmt. Danke Jojo!

**M39** Es gibt in jeder Stadt Problemviertel – so auch in Braunschweig. Wichtig ist, dass etwas dagegen getan wird. Kinder und Jugendliche sollten mit Problemen nicht alleine gelassen werden.

# NEVER GIVE UP

Das Braunschweiger Rap-Duo MDB39 im Interview.



Symbiose aus dem rau-düsterem Rap aus Monotyps Feder und den weichen, melodischen Parts von M39. Seitdem kann mit Spannung ihr YouTube-Kanal „MDB39“ verfolgt werden, denn aktuell werden immer wieder neue Videos, die ihr Homie Malyalinclusive produziert, hochgeladen. Der letzte Videodreh fand auf Mallorca statt und zwischen Kofferpacken und Songschreiben haben sich die Jungs von MDB39 für uns Zeit genommen, um über Hip-Hop-Klischees und ihre neuesten Musikprojekte zu plaudern.

angefangen. Deutschrap und R'n'B haben mich schon damals geprägt. Inzwischen beinhaltet Musik für mich weit mehr, als das reine Musizieren. Wir kümmern uns um die gesamte Produktion, die Vermarktung sowie Videos oder das Erstellen einer eigenen Website. Unser Merch-Shop ist auch gerade in der Entstehungsphase und wird demnächst online gehen.

**Monotyp** Ich kann ganz klar sagen, dass ich meine gesamte Freizeit in die Musik stecke. An erster Stelle stehen immer noch Familie und Job,

darüber gemacht, was für einen Stil wir haben. Ich möchte vor allem alte Hip-Hop-Klänge mit neuem Sound verbinden. Was ich auf jeden Fall sagen kann, ist dass ich voll nach meinem Gefühl gehe und mich vom Beat tragen lasse.

**M39** Uns sind melodische Anteile in den Songs ganz wichtig. Sie sind zu einer Art Markenzeichen von unserer Musik geworden. Wir legen sehr viel Wert auf unsere Hooks beziehungsweise Refrains, die natürlich herausstechen und Spaß machen sollen.

**M39** Wir möchten Musik machen, mit der sich andere identifizieren können. Wir möchten Emotionen auslösen und inspirieren. Auch unsere Familien sind uns sehr wichtig. Sie sind in den gesamten Entstehungsprozess miteinbezogen, kommen in Videos vor und unterstützen uns natürlich.

**Ist man irgendwann zu alt für Hip-Hop?**

**M39** Nein, dafür ist man nie zu alt. Hip-Hop ist eine Lebenseinstellung, die sich natür-

Foto MDB39

**LESSING THEATER WOLFENBÜTTEL**

Fr, 7. Feb 2020  
**ACH, AMERIKA – VOM TRAUM ZUR WIRKLICHKEIT WORTREICH**

Sa, 8. Feb 2020  
**BAMBI – DAS ERSTE WALDICAL DER WELT! KINDERTHEATER**

Mi, 26. Feb 2020  
**PETER PAN – KINDERTHEATER**

So, 15. März 2020  
**PHILADANCO! – MODERN DANCE**

Sa, 28. März 2020  
**AMSTERDAM KLEZMER BAND KONZERT**

Sa, 29. März 2020  
**ZUCKERFEST FÜR DIABETIKER WORTREICH**

Das komplette Programm unter:  
[www.lessingtheater.de](http://www.lessingtheater.de)





# ES WIRD HEISS!

Das Münchner Sextett **Die Sauna** heizt am 5. März das Eulenglück ein.

**TERMIN**  
5. März/ Eulenglück (BS)  
diesauna.net

**T**reffen sich sechs knackige Miltzwanziger in Süddeutschland und fangen an, Rockmusik zu machen. Heraus kommt dabei ein feiner, deutschsprachiger Indiesound mit leicht alpinem Zungenschlag, wie man ihn bereits bei Wanda oder Bilderbuch kennen und lieben gelernt hat. Das Ganze nennt sich seit 2016 Die Sauna, die vor einem halben Jahr mit ihrem Debüt-Album „So schön wie jetzt war es noch nie“ an den Start gegangen sind. Die Scheibe klingt nach einem melancholisch-traumhaften Rausch, mit eingängigen Pop-Höhepunkten und ganz eigener rockiger Note. Bereits letztes Jahr spielten sich die Jungs durch die Republik und gerade packen sie die Koffer für die Fortsetzung ihrer Erfolgstour. Auf dem Weg nach oben macht Die Sauna auch Halt in der Braunschweiger Eule und Gitarrist Thomas hat mit uns über das bisherige Musikerleben der Band geplaudert.

**Um was geht es auf „So schön wie jetzt war es noch nie“?**

Das Album erzählt die Reise eines namenlosen Protagonisten raus aus der Abgeschiedenheit in ein glamouröseres Leben voller Verheißungen und Versuchungen. Eine Reise, die unweigerlich im Exzess und im Absturz endet. Vor dem eigentlichen Songwriting haben wir uns zusammengesetzt und diese Geschichte als Leitfaden für das Album ersponnen. Die Geschichte ergab sich gleichermaßen aus persönlichen Erfahrungen und Beobachtungen. Gleichzeitig kann der Albumtitel natürlich auch als sarkastischer Kommentar auf das derzeitige Weltgeschehen verstanden werden.

**Was ist für euch jetzt gerade so schön wie nie?**

Auch wenn man zurzeit oft das Gefühl hat, dass eh alles den Bach runtergeht, gibt es immer noch zahlreiche Momente, die einen hoffnungsvoll auf die Zukunft blicken lassen. Vor allem die jüngere Generation, zu der wir uns auch gerade noch so dazuzählen, beschäftigt sich gefühlt in den letzten Jahren wieder stärker mit gesellschaftlichen und politischen Themen. Dieses kollektive Unverständnis über das „Weiter so“ stimmt uns optimistisch, dass in Zukunft vielleicht doch nochmal alles gut wird.

**Habt ihr euch tatsächlich in der Sauna kennengelernt?**

Ehrlich gesagt war das gar nicht in der Sauna, sondern beim Angeln. Deswegen haben wir auch keine spezifischen Präferenzen beim Saunieren oder so. Beim Angeln fokussieren wir uns vor allem auf Kugelfische und Schwertwale. (lacht)

**Euer Sound erinnert an die großen Indiebands der 2000er. Sind die 00er-Jahre euer Jahrzehnt?**

Die 00er Jahre sind ja das erste Jahrzehnt, das wir aktiv miterleben durften, von daher wurden wir natürlich schon stark mit dieser Musik sozialisiert. Allerdings haben wir bei unserem aktuellen Album unsere Inspirationen mehr aus dem Post-Punk/New Wave der 80er Jahre gezogen. Wenn Indie-Rock aus den 00er Jahren, dann der New Yorker Sound, beispielsweise von The Strokes oder Interpol. Vom Feelgood-Indie-Disco-Sound, der sich später etabliert hat, haben wir uns nach einer kurzen Liaison wieder schnell entfremdet.

**Welche Modetrends und -sünden sind euch aus dieser Zeit in Erinnerung geblieben?**

Blondierte Haare, weite Baggy-Hosen, Hoodies mit überdimensionierten Logos – also eigentlich genau die Art von Mode, die heutzutage wieder bei Urban Outfitters und Co. ausliegt.

**Wie würdet ihr euren Sound selbst beschreiben?**

Mit einer konkreten Genre-Bezeichnung tun wir uns selber eher schwer. Generell versuchen wir, die eben genannten Einflüsse in ein modernes Gewand zu stecken und damit etwas Frisches im deutschsprachigen Musikraum zu schaffen. Beim letzten Album wollten wir

uns auch ganz bewusst nicht auf eine bestimmte musikalische Richtung festlegen, deswegen fallen die einzelnen Songs auch teilweise sehr unterschiedlich aus. Für Freunde der elektronischen Gitarrenmusik ist aber bestimmt der ein oder andere Song dabei.

**Mit welchen Musikern würdet ihr gerne mal zusammenarbeiten? Habt ihr musikalische Vorbilder?**

Wenn wir uns intern auf unsere gemeinsamen Lieblingskünstler festlegen müssten, würden dabei wahrscheinlich The Voidz und The Strokes rauskommen. Sollte also Julian Casablancas mal bei uns anknöpfen – eher unrealistisch –, würden wir sicher nicht nein sagen. Im deutschsprachigen Raum geht zurzeit eigentlich nichts an Max Rieger vorbei. Falls sich hier mal eine Kooperation auftun sollte, wären wir auch sehr happy!

**Ihr standet schon als Support mit Tocotronic auf der Bühne. Wie war das für euch?**

Wir hatten das große Glück, bei einem Auftritt von Tocotronic in Wien mit dabei sein zu dürfen. Da ging natürlich schon ein kleiner Traum für uns in Erfüllung. Im Zuge eines einzelnen Konzerts hat man dann aber gar nicht so viele Gelegenheiten, um über den üblichen Small Talk hinaus miteinander in Kontakt zu treten. Wir haben die vier Tocotronics aber als sehr freundliche, warmherzige Menschen in Erinnerung.

**Wie habt ihr das Musikerdasein und Touren bisher erlebt? Sex, Drugs & Rock'n'Roll?**

Für uns ist das Touren eigentlich wie Urlaub. Man fährt viel rum, lernt interessante Leute kennen und hat viel Spaß. Abends geht es dann auch mal gerne etwas turbulenter zu. Allerdings fehlt uns noch das finanzielle Polster für Sex und Drugs – deswegen überwiegt auf Tour vor allem der Rock'n'Roll. Wenn auf der nächsten Tour allerdings genügend Besucher auf unsere Konzerte kommen, kann sich das natürlich schnell ändern. (lacht)

**Welche Themen inspirieren euch für eure Songs?**

Die großen zwischenmenschlichen Themen. Liebe, Konflikte – alles schon hunderttausendmal besungen. Allerdings bieten sich doch immer wieder neue Facetten, neue Blickwinkel, die diese Themen einfach nie langweilig werden lassen. Ansonsten lohnt sich auch immer ein Blick auf ganz banale, alltägliche Situationen.

**Wie wichtig ist euch Social Media? Könnt ihr das Handy auch mal länger weglegen?**

Auch wenn wir alle noch weit von der individuellen Influencer-Karriere entfernt sind, lässt sich eine gewisse Social-Media-Abhängigkeit nicht leugnen. Als Band kommt man um das Thema ja leider eh nicht rum. Das Pflegen der einzelnen Accounts schwankt immer zwischen großem Spaß, beispielsweise auf Tour, und notwendigem Übel, wenn gerade eigentlich nichts los ist.

**Habt ihr gute Vorsätze fürs neue Jahr?**

Wir müssen jetzt mal wieder mehr Gas geben mit dem Songwriting für das zweite Album. Das blieb in letzter Zeit wegen Albumrelease, Tour und Urlaub ein bisschen auf der Strecke. Ansonsten würden wir nächstes Jahr gerne noch die 1 Milliarden-Streams-Marke knacken.

**Wart ihr schon mal in Braunschweig?**

In Braunschweig waren wir tatsächlich noch nie, ich musste auch erstmal googeln, wo das genau liegt. (lacht)

Interview Louisa Ferch Foto Susanne Steinmassl

**WEITERE EULEN-SHOWS**

- 1. Februar  
Lilly among clouds
- 21. März  
Audio88 & Yassin
- 28. März  
Beranger
- 30. April  
Jason Bartsch
- 29. Oktober  
Bruckner





Foto Universal Music/Danny Clinch



## Music To Be Murdered By EMINEM

Genre Rap Label Shady Records

»Es ist wieder passiert: Eminem hat ohne Vorankündigung über Nacht ein Album gedroppt. Aber dieses Mal hat es den lang vermissten roten Faden und die ideale Mischung aus mordlüsternen Slim Shady und nachdenklichem Marshall – der Traum eines jeden Stans. An den Turntables hat einzig und allein Dr. Dre operiert und nun klingt alles wieder so, wie es soll – weniger Samples und Pop, mehr Rap und fette Beats. Features von Royce Da 5'9“, Young M.A. und Juice WRLD (r.i.p.) bringen feinen Trap mit rein. Außerdem – bitte kurz festhalten – bricht Eminem mal wieder seinen Rap-God-Rekord. 20 Tracks, die Bock machen und jedes Fan-Herz höher schlagen lassen.

LF

Fazit: **GOAT!!!**



## Man Alive! KING KRULE

Genre Post-Punk, Indie Label XL Recordings

»Es ist super schwer, King Krule in eine musikalische Schublade zu stecken – ist das jetzt Hip-Hop, Indie, Post-Punk oder doch eher Jazz? Naja, seine Musik ist auf jeden Fall experimentell und fettenreich. So klingt auch das bereits vierte Album des 25-jährigen Londoner Ausnahmekünstlers. Beim 14-Track-starken Album gibt's viel zu entdecken: ungewöhnliche Soundkompositionen, unvorhersehbare Klangeffekte, sanftes Crossfading und persönliche Texte übers Vatersein und seine Depressionen. Einmal hören reicht wirklich nicht aus, um das Gesamtkunstwerk zu fassen.

DR

Fazit: **Genre-smashing**

## Never Not Together

NADA SURF

»Nada Surf sind zurück! Fünf Jahre ist das letzte fantastische Studioalbum bereits alt – nun endlich gibt's was Neues. Nada Surf sind einzigartig: Nie so richtig bekannt, keine Hits, keine Skandale. Nur wunderschöne Gitarrenpop-Kleinode mit fantastischen Melodien und stets unfassbar smarten Texten. Und das auf einem Level und mit einer Konstanz, dass es einem die Sprache verschlägt. Sänger Matthew Caws bezieht hier deutlich gesellschaftspolitisch Stellung und er singt über die Liebe, wie kaum ein anderer. Neu ist hier der dezente Einsatz von Tasteninstrumenten. Alle Nada Surf-Alben sind stets perfekte kleine Meisterwerke, in sich stimmig und geschlossen. Ich bin und bleibe Fanboy!

CR



Genre Indie-Rock Label City Slang

Fazit: **ein Grund zu Feiern**

Ein Musiktipp von Riptide-Geschäftsführer Chris Rank

riptide musik kunst café

# listen

## 20/20 Vision

ANTI-FLAG

Genre Punk Label Spinefarm Records UK

»Dass Trump zum Präsidenten gewählt wurde, hat doch was Gutes: Punk-Bands haben was zum Anschreien und da kommen Anti-Flag mit einem neuen Album um die Ecke. Eine Audiospur gewordene Tracht Prügel für alle, die gerade komplett frei drehen. Songs wie „A Nation Sleeps“ machen unmissverständlich klar: Hier sind Leute richtig angepisst. Klassisches Punk-Drum-Geballer à la ‚uffta-uffta‘ und, Powerchord-Gitarrenkrawall sind nicht neu, aber halt doch effektiv, wenn man in zweieinhalb Minuten kurz mal Dampf vom Kessel lassen will. Eine ordentliche, gesellschaftlich relevante Platte.

SH

Fazit: **grab him by the...**



## Narzissmus

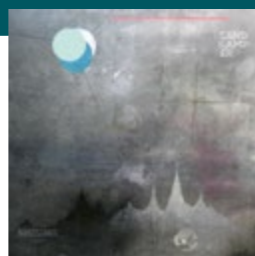
SANDKAMPER

Genre Rock Label Sandkamper Records

»Hinter Sandkamper versteckt sich der Wolfsburger Lehrer Maurizio Menendez, der sich im Alter von 42 Jahren endlich seinen Traum erfüllen konnte: Eine eigene Platte produzieren. „Narzissmus“ ist seine erste EP und die klingt wirklich souverän: Maurizios Stimme erinnert in ihrer dreckigen Kratzigkeit an Pearl Jam, dazu kommt ein stabiles Klangbrett aus vibrierendem Bass und starken Gitarrenriffs – richtig schöner Post-Grunge. An den Drums saß übrigens Daniel Eichholz (Zraumwohnung) und gemixt wurde alles von Alex Lewin, der auch bei Paul Kalkbrenner am Pult sitzt.

LF

Fazit: **Hut ab!**



## Golem

TAREK K.I.Z

Genre Rap Label Eklat Tonträger

»Tarek Ebéné hat es geschafft und sein erstes Solo-Album rausgebracht. Zwar ohne Maxim K.I.Z und Nico K.I.Z, dennoch bleibt Tarek seiner Crew treu und behält seinen Namen. Nur muss er eben seinem persönlichen Seelenleben auch alleine mal Luft machen und das tut er auf „Golem“ in voller Gänze. Weniger humorvoll, dafür ehrlich, verletzlich und tiefgründig bekämpft Tarek seine inneren Dämonen und beweist dabei größte Stärke. „Golem“ ist unaufdringlich und dennoch abwechslungsreich, mit reichlich Hit- und Ohrwurm-Potential. Und bei allem allgemeinen Hate gegen Autotune: Tarek darf das, denn keine Stimme funktioniert damit so herrlich wie die des großen nubischen Prinzen.

LF

Fazit: **nach wie vor der Boss**

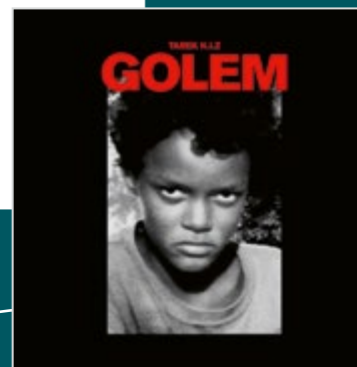
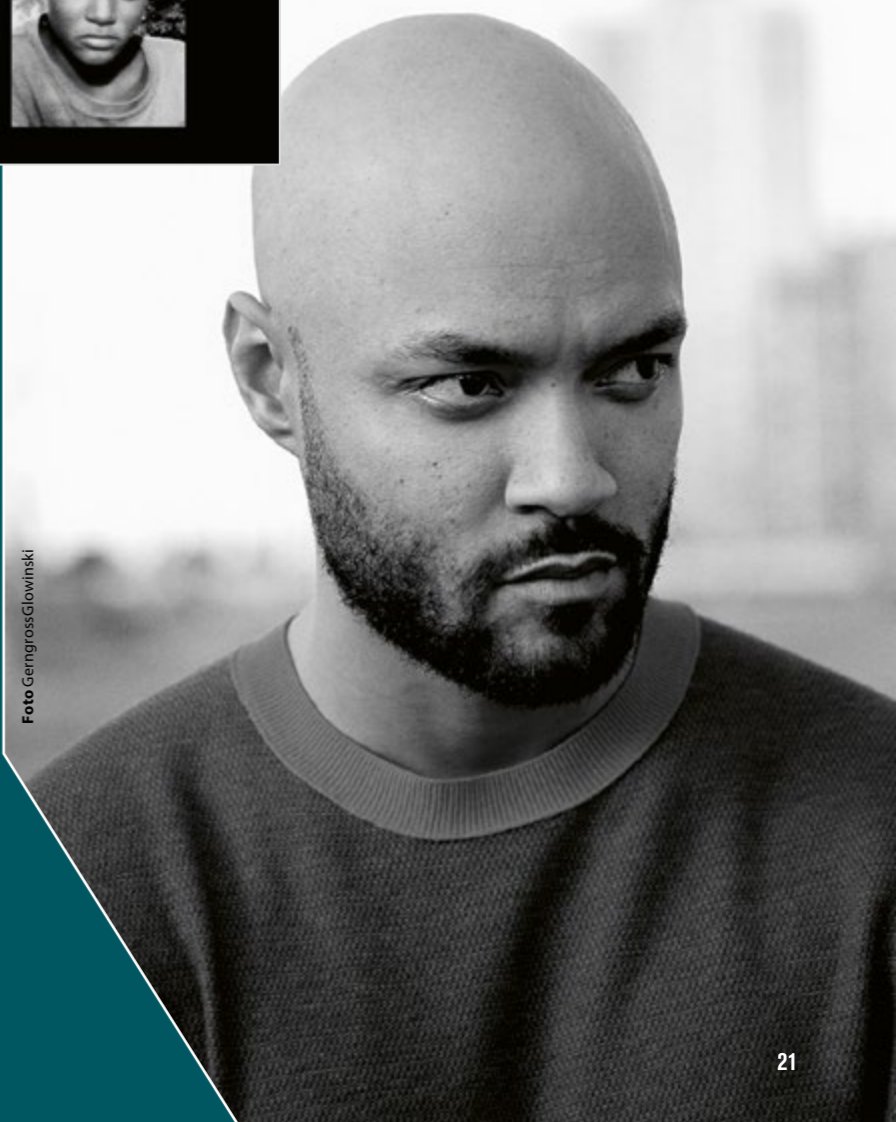


Foto GergrössGlowinski





# KREATIVE KOSTÜME

Braunschweig feiert am 23. Februar mit dem 42. Schoduveel die fünfte Jahreszeit.

Wieder einmal steht Karneval vor der Tür und das bedeutet in Braunschweig vor allem, auf den Schoduveel zu gehen. Norddeutschlands größter Karnevalsumzug startet am 23. Februar wie gewohnt um 12.40 Uhr am Europaplatz und zieht dann mit 140 detailverliebten Motivwagen und etwa 40 partywütigen Spielmannszügen von der Güldenstraße über die Lange

Straße, den Bohlweg und die Leonhardstraße. Dort endet der Zug bei der Stadthalle, wo von 17 bis 22 Uhr die feuchtfröhliche Sause mit DJ Galaxy steigt. Mehr als 200.000 Jecken werden erwartet und unter dem diesjährigen Motto „Weltoffen und international, so ist auch unser Karneval“ bitten wir doch sehr um bunte und kreative Kostüme. Denn die kitzeln sogar Verkleidungsmuffel hin und wieder aus ihrem

Loch und verleiten sie, sich in Schale zu werfen und dem Treiben vor der Haustür anzuschließen. Niemals sonst ist in der Löwenstadt so viel los und niemals sonst feiern so viele Leute unabhängig von Alter, Geschlecht, Religion oder Herkunft miteinander.

Abgesehen vom großen Braunschweiger Schoduveel kann in der ganzen Region die fünfte Jahreszeit zelebriert werden. Von tra-

ditionellen Karnevalsitzungen zu hippen Kostümpartys ist ab dem großen Büttensabend am 1. Februar überall was los, um auch wirklich alle bösen Geister zu vertreiben. Für die unvergessliche bunt-verrückte Narrenparty braucht es aber auch ein ausgefallenes Kostüm, das im Idealfall individuell und selbstgebastelt ist. Lasst euch von unseren DIY-Ideen inspirieren. Brunswiek Helau!

## Sims

Die Sims sind doch die virtuellen Helden unserer Kindheit. So haben wir doch tagelang an ihnen rumgebastelt, ihnen ein wunderschönes Haus gezaubert, Geld und eine Karriere ercheatet und vielleicht den einen oder anderen Sim im

Swimming-Pool ertränkt. Wieso also an Karneval nicht mal selbst zum Sim werden? Eigentlich muss man sich für dieses Kostüm nur einen sogenannten Simbobb basteln – das ist der grüne Kristall, der über den Köpfen der Spielfiguren schwebt. Dafür benötigst du grüne Pappe oder einen Karton, den du mit Acrylfarbe grün bepinselst; einen Haarreif, Draht und los geht's. Wenn du gerade im Bastelmodus bist, kannst du dir auch noch Pixel auf ein weißes T-Shirt oder einen Karton malen, um so zu suggerieren, dass du nackt bist. Uh là là!

## Tinder-Profil

Wenn wir mal ehrlich sind, geht's den meisten an Karneval ja auch vorrangig ums Trinken und Feiern und da gehört im Idealfall auch ein flotter Flirt dazu. Besonders leicht geht das, wenn du dir dein Tinderprofil gleich als Kostüm anziehst – die lästige Outfitfrage ist damit geklärt, du ziehst die Aufmerksamkeit auf dich und musst gar nicht lange um den heißen Brei herumreden. Für das Kostüm brauchst du lediglich ein weißes T-Shirt, auf das du ein Bild von dir, ein Like-Herz und ein Dislike-X klebst. Optional kannst du noch deinen Namen und dein Alter adden und Feuer frei!

## Candy-Girl/Boy

Wir alle mögen es doch süß und beim süßen Kostümbasteln gibt's eigentlich keine Grenzen – bunt, kitschig und detailreich lautet die Devise. Ob als Zuckerwatte, Jelly-Bean-Tüte, Eisbecher oder großer Lolli – in einer Gruppe könnt ihr als ganzer Süßwarenladen gehen. Was ihr dafür braucht? Viiiiiel Schminke, Glitzer, Luftballons, Watte und Fantasie. Ein Tutu oder eine pastellfarbene Perücke können helfen, müssen aber nicht. Aber auch aus alten Süßigkeitsverpackungen kann gebastelt werden. Ein genaues Rezept gibt es nicht, denn das soll ganz eurem Geschmack und eurer Zuckertoleranz überlassen sein. In dem Fall gilt: viel hilft viel.

## Popkulturelles

Die 90er und 00er sind sowas von back und so dürfte jeder etwas im Kleiderschrank haben, um sich in Britney, Christina oder Justin zu verwandeln. Ein bisschen Schlag hier, ein bisschen bauchfrei da, Lipgloss und Haargel und fertig ist der perfekte Bravo-Look. Aber auch Film- oder Serienfiguren eignen sich bestens, um imitiert zu werden und es muss wirklich nicht immer Schneewittchen oder der Joker sein. Wie wärs beispielsweise mit Johnny Depp aus „Fear and Loathing in Las Vegas“, Uma Thurman aus „Pulp Fiction“ oder Walter White aus „Breaking Bad“? Auch Pop-Art-Figuren à la Andy Warhol machen viel Spaß – plündert einfach mal euren Kleiderschrank. *Louisa Ferch, Denise Rosenthal*





# CLEAN GREEN!

Christian Salzmann macht mit PooPick der Plastikverschwendung beim Hundekotaufräumen ein Ende.

Trotz all der Freude, die süße, wuschelige Vierbeiner einem bereiten, wenn sie schwanzwedelnd einem Stöckchen hinterherrennen und einen treu auf Schritt und Tritt begleiten – im Schnitt machen Hunde auch zwei ordentliche Haufen pro Tag, die es geruchs- und konsistenzmäßig ganz schön in sich haben. Dennoch ist es die Pflicht eines jeden Herrchens oder Frauchens, dieses tolle Ausscheidungsprodukt ordnungsgerecht zu entfernen und zu entsorgen – schöne Scheiße. Beim Spazierengehen kann man immer wieder beobachten, wie pflichtbewusste Gassigeher nach dem Geschäft ihres tierischen Begleiters eine Plastiktüte aus der Tasche kramen und den Hundehaufen einsammeln. Für alle hundelosen Menschen da draußen eine kurze Erklärung: Üblicherweise nimmt man den kleinen Beutel, greift damit das Häufchen und

lässt es mit einer mehr oder weniger einfachen Umkrempel-Bewegung in den Tiefen der Tüte verschwinden, knotet sie zu und trägt das Kotpäckchen – wenn man Pech hat – noch einen halben Kilometer mit sich rum, bis man einen Mülleimer gefunden hat. Christian Salzmann, ehemaliger Hunde-Daddy sowie Gründer des Braunschweiger Start-ups PooPick, saß eines Tages mit zwei Freunden zusammen, hat genau diesen Vorgang beobachtet und dachte sich: „Das muss auch ohne Anfassen und vor allem ohne Plastik gehen.“ Nach einem dreiviertel Jahr des Ideensammelns und -entwickelns kam Ende 2018 endlich PooPick raus – eine innovative Möglichkeit zum umweltfreundlichen und kontaktlosen Entfernen von Hundekot.

„In Deutschland gibt es mittlerweile etwa zehn Millionen Hunde. Da kommen schätzungsweise 15 Millionen Plastiktüten pro Tag

zum Einsatz – das ist eine unfassbar große Menge an Plastik“, meint Christian. Zwar ist es gut und wichtig, dass Gassigeher sich um die Entsorgung der Haufen kümmern, denn Hunde können von den Fäkalbakterien krank werden und niemand tritt gerne rein und hat den Mist an den Schuhen. Die Methode mit Plastikbeuteln, wie sie auch von Stadt und Land durch Hundestationen mit kostenlosen Tüten unterstützt wird, ist jedoch für die Umwelt richtig übel: „Eine Plastiktüte enthält im Schnitt 50 Milliliter Erdöl sowie die dazugehörige Packung Chemie. Nach Entsorgung wird der Beutel verbrannt. Mit einem Auto mit durchschnittlichem Verbrauch könnte man mit dieser Menge insgesamt 3850 Mal um die Erde fahren. Pro Jahr! Und nur in Deutschland! Das ist doch Wahnsinn, oder?“, erzählt Christian mit voller Überzeugung. Auch Kotbeutel aus

biologisch abbaubaren Materialien sind mehr Schein als Sein, denn auch die werden letztendlich verbrannt – der versprochene Nutzen durch eine Kompostierung tritt gar nicht erst ein. „PooPick besteht deshalb komplett aus Holz – Recycling-Papier und Holzreste. Das ist reine Biomasse und in der Verbrennung somit klimaneutral“, so Christian, der auch lange Zeit in der Tiermedizin arbeitete. Die Farbe des Aufdrucks ist zudem wasserlöslich und der Kleber der Picker besteht aus Kartoffelstärke. Die Papp-Picker werden ausschließlich in Deutschland hergestellt und in einer Behindertenwerkstatt von Hand gefaltet – „somit ist PooPick auch ein soziales Produkt“, erklärt Christian im SUBWAY-Interview. Mit einer gekonnten Handbewegung klappt er das kleine Papp-Päckchen auf und steckt es zu einer Art Mini-Bagger-schaufel zusammen. Mit nur einer Hand kön-

nen die beiden Teile ineinandergeschoben und Bellos Hinterlassenschaft aufgesammelt werden, ohne damit in Berührung zu kommen. Sind beide Teile zu einer kleinen Box zusammengebastelt, gibt es einen Verschluss zum Zumachen und selbst bei Hunden, die möglicherweise an einem Reizdarmsyndrom leiden, suppt nichts durch das feste Recycling-Papier hindurch.

Obwohl die Idee zu PooPick in Braunschweig gewachsen ist, kamen Hundestationen der sauberen und ressourcenschonenden Notdurft-Entfernung erstmals auf der Nordseeinsel Wangerooge zum Einsatz. Mittlerweile haben Berlin, Frankfurt am Main und Langenhagen nachgezogen. „Unser Ziel ist es, den Hundebesitzern das nachhaltige Gassigehen so einfach wie möglich zu machen. Deshalb bauen wir gerade die lokale Verfügbarkeit

aus“, meint Christian. Noch gibt's die umweltfreundliche Kot-Schaufel hauptsächlich online zu kaufen, zukünftig soll es in vielen weiteren Städten und Parks Spender geben.

Bisher wird PooPick sehr gut angenommen: „Viele möchten schlichtweg keine Plastiktüten mehr benutzen und freuen sich richtig über eine Alternative“, freut sich der PooPick-Gründer. Eigentlich auch klar, denn es ist an der Zeit, den Plastik-Vermeiden-Gedanken deutlich weiterzuspinnen, als im Supermarkt auf die Tüte zu verzichten. Zukunftsorientierte Hundebesitzer können in Sachen Nachhaltigkeit zusätzlich beim Futter ansetzen – Christian arbeitet auch diesbezüglich an neuen Ideen. Ernährt sich der fellige Vierbeiner etwa an einem Tag in der Woche fleischlos, werden wieder über zehn Millionen Dosen pro Tag eingespart. Die Summe macht's!

Louisa Ferch





# KUNST SCHAFFEN, KUNST ERLEBEN!

Die winterkunstzeit verwandelt die Braunschweiger Innenstadt vom 5. bis 9. Februar in einen Kreativ-Raum.

Was zieht uns eigentlich in die Innenstadt, ins Schloss, in die Fußgängerzone und auf die zahlreichen Märkte und Plätze? Ist es nur der einfache Konsumgedanke? Natürlich nicht, denn genauso gern wie wir shoppen, lassen wir uns auch treiben, bummeln freudig an den Schaufenstern entlang, treffen Freunde, staunen über die vielseitige Architektur, genießen in Restaurants und Cafés oder besuchen Events.

So lässt sich auch in Zeiten von Online-Shopping und E-Commerce kein markanter Rückgang der Innenstadtbesuche verzeichnen. Die City lebt. Sicherlich auch, weil die Stadt Braunschweig immer wieder attraktive Veranstaltungen wie die vielseitige Kulturnacht, die kulinarische Mummegenusmeile oder unseren heißgeliebten Karnevalsumzug möglich macht.

Ein weiteres besonderes Event, das Jahr für Jahr in Braunschweig Einzug hält, ist die winterkunstzeit, bei der die Innenstadt zu einer facettenreichen Kunstgalerie wird. An fünf Februar-Tagen machen mehr als 60 regionale Kunst- und Kreativschaffende ihre liebevoll gestalteten Werke für ein breites Publikum sicht- und erlebbar und illustrieren

dabei, wie groß die regionale Kreativszene doch eigentlich ist. Das findet auch Tobias Grosch, Projektleiter beim Braunschweiger Stadtmarketing: „Die winterkunstzeit bringt das große kreative Potenzial der Region in die Innenstadt und macht den Besuch zu einem inspirierenden Erlebnis.“

So kann man während der Shopping-Tour in den Schloss-Arkaden unter anderem faszinierende Ölgemälde des Braunschweiger Künstlers Dirk Wink-Hartmann betrachten, ganz genüsslich zwischen den Installationen und Acrylmalereien des alternativen Kunstvereins bskunst.de seinen Coffee-to-go schlürfen und sich mit der karnevalistischen Tanzsportgemeinschaft schon mal auf den großen Umzug am 23. Februar einstimmen – Brunswiek Helau!

Doch auch über die Schloss-Arkaden hinaus gibt es eine große Bandbreite kreativen Schaffens zu erleben, denn auch Schlossmuseum, Galeria Kaufhof, Galerie Jaeschke und die Buchhandlung Graff warten mit Ausstellungen, Handgemachtem, Workshops und Mitmachaktionen auf.

Herz der winterkunstzeit auf dem Kohlmarkt ist das »Wiederaufbau«-Atelier, des Hauptsponsors, der Baugenossenschaft

»Wiederaufbau« eG. Ob Kunstkenner oder -banause – auf den 250 Quadratmetern ist für jeden etwas dabei: Während sich hier beispielsweise ALBA Braunschweig dem aktuellen Nachhaltigkeitsgedanken annimmt und innovative Upcycling-Kunst und Möbel präsentiert, finden sich im »Wiederaufbau«-Wohnzimmer Aquarelle und Bleistiftzeichnungen des Künstlers Piotr Wreczycki zum 60-jährigen Jubiläum der Weststadt. Bei leckeren Speisen und wohlig-warmen Getränken können Gäste die vielfältige Kunst gemütlich auf sich wirken lassen, unterhaltenden Talkrunden lauschen oder miteinander ins Gespräch kommen.

„Kunst ist eine Form der Kommunikation. Menschen treten über sie in den Dialog oder Diskurs und dabei kann Kunst wunderbar Brücken schlagen, um Unterschiede zu überwinden. Wir als Genossenschaft leben Gemeinschaft und unterstützen gerne Projekte, die diese fördern“, erklärt Joachim Blät, Vorstand der »Wiederaufbau« eG, im SUBWAY-Interview. Kunst und Kultur der ganzen Gesellschaft zugänglich machen, das ist das Ziel der winterkunstzeit. Deshalb kann man sich nicht nur von der Filmkunst der HBK oder den farbenfrohen Strickereien der Kunstwerkstatt Villa Luise berieseln lassen, sondern auch sich selbst in zahlreichen Workshops kreativ ausprobieren. „Es ist schön, dass wir es ermöglichen, Kunst bei einem Stadtbummel genießen zu können“, freut sich Joachim Blät. Die winterkunstzeit zeigt, wie Kunst vereinen kann. *Denise Rosenthal*

## TERMIN

5. bis 9. Februar  
Innenstadt (BS)  
[braunschweig.de](http://braunschweig.de)

Foto Braunschweig Stadtmarketing GmbH / Philipp Ziebart

$$B (B \cdot v) \left[ \text{Image of a blue car} \right] - \frac{\partial p}{\partial t} + \nabla = 0$$



**Macht Einparken weniger komplex**  
Der neue Tiguan mit Park Assistent 3.0



# Unkomplizierte Klasse

*Kulinarischer Alleskönner: Das Rudas Restaurant und seine Bar im FourSide Hotel*

**B**evor es Online-Shopping gab, war der 1982 eröffnete Welfenhof mal eines der vielen großen Publikumszentren der Braunschweiger Innenstadt, ähnlich Burgpassage und City Point. Doch auch der Welfenhof ergraut: Alteingesessene Geschäfte gehen, keine neuen rücken nach. Aktuell wird viel über die Zukunft der Passage diskutiert.

Trotzig halten sich hier zwei gänzlich unterschiedliche Gastronomien. Wen pappiges Fastfood nicht befriedigt, der findet mit dem Restaurant Rudas im FourSide-Hotel und seiner Brasserie-Küche seit September 2015 einen wahren Allround-Geheimtipp. „Wir arbeiten mit dem FourSide Hand in Hand. Aber gerade am Wochenende haben wir aber auch einiges an Laufkundschaft“, erklärt uns der Geschäftsführer des Restaurantbetreibers VFFOOD GmbH Oliver Taenzer an diesem Januar-Abend, während wir die Blicke durch das weitläufige Restaurant schweifen lassen, in dem man viel liebevolle Ausstattung entdecken kann.

Überall sind Naturwerkstoffe verarbeitet, viel Holz und Leder, Teppich wechselt sich mit Parkett ab und dicke Tücher hängen als Raumtrenner von den Decken. Grau-, Beige- und Brauntöne treffen immer wieder auf das FourSide-Purpur in verschiedenen Abstufungen. Licht und Schatten wechseln, die Beleuchtung besteht größtenteils aus metallenen Käfig-Pendelleuchten, die für einen Industrial-Vintage-Charme sorgen. Alles wirkt sehr urban, klar und puristisch, strahlt dabei aber dennoch eine wohnzimmermäßig warme Gemütlichkeit aus.

Und auch wenn es viel Fläche gibt, finden sich überall ungestörtere, abgetrennte Nischen mit Sitzgruppen. Für jede Stimmung und jeden Anlass gibt es den richtigen Tisch.

## Schicki ohne -micki

Sehr höflich und aufmerksam werden wir zu Tisch geleitet. Das junge Servicepersonal ist ruhig und souverän, dabei aber keineswegs zugeknöpft, sondern viel mehr locker und sympathisch. Eben schick, aber nicht schickimicki, so wie alles hier. Die Gäste sind bunt gemischt, einen Dresscode gibt es nicht. Sein Team beschreibt Taenzer als eine der besonderen Qualitäten des Rudas: „Auch wenn es voll ist und mal lauter wird, schaffen es meine Mitarbeiter immer wieder, dass sich unsere Gäste rundherum wohlfühlen. Die Gäste schätzen unseren freundlichen und zuvorkommenden Service.“

Und vor allem sind Taenzers Leute zügig. Bald schon kommen die Vorspeisen. Eine sämig-cremige Schwarzwurzel-Orangensuppe mit geräucherter Entenbrust, dazu zartes Carpaccio von Lachs und Heilbutt mit einem saftig-frischen Wildkräuter-Salat und Basilikumöl.

Auch auf der Speisekarte trifft die allgegenwärtige schicke Eleganz mit bodenständiger Coolness zusammen. Die Gerichte sind rustikale Klassiker: Chickenburger, Entenkeule oder Wiener Schnitzel – alles aber mit einem gewissen, kreativen Etwas, wie etwa bei unserem perfekten Entrecôte, das mit herzhaftem Sel-

lerie-Kartoffel-Püree und Thymianjus serviert wird. Oder beim Veggie-Burger mit Grillaubergine und Guacamole und einem Patty aus Halloumi-Käse. Alles ist sehr aromatisch und rein im Geschmack. Einen so hohen Frische- und Qualitätsanspruch kennt man sonst eher aus gehobeneren Restaurants – in denen man dann gern auch ein paar Euro mehr bezahlt.

Vegane, Vegetarier und Allergiker kommen ebenfalls voll auf ihre Kosten. Und auch Nachhaltigkeit und Regionalität sind im Rudas ein großes Thema. „Unsere Frühstücks-Backwaren beziehen wir von Kretzschmar aus Braunschweig und unser Filterkaffee kommt von der Braunschweiger Kaffeerösterei Heimbs. In unserem Deli Circle stellen wir gerade sämtliche To-go-Behälter auf nachhaltige Produkte um.“

Nicht nur zum Dinner mit wechselnder Karte kann man sich schmackhaft verwöhnen lassen. Zu vielen weiteren Anlässen lohnt der Besuch im Rudas. „Zum Lunch etwa bieten wir bodenständige Gerichte zu bodenständigen Preisen an“, erzählt Taenzer. „Gerade zur Mittagszeit muss es schneller gehen. Speziell an Samstagen wird das Frühstücksbuffet genutzt, gern vor oder nach dem Einkaufen in der Stadt.“ Zudem ist die Bar bis spät am Abend geöffnet, wochenends bis 1 Uhr. Zu guter Letzt finden auch jede Menge neue, besondere Events statt, regelmäßig etwa Familienbrunchs mit Kinderspielecke. Diese Veranstaltungsvielfalt sei eines der Alleinstellungsmerkmale des Rudas, meint Taenzer, „hier gibt es immer etwas zu erleben. Neu etabliert haben wir zum Beispiel unser Krimi Dinner. Wer Gast sein möchte, sollte sich beeilen, die Termine sind schnell ausgebucht. Monatlich bieten wir außerdem interessante Themenbuffets und Tastings an. Die Braunschweiger können gespannt sein“, verspricht der Geschäftsführer, „im nächsten halben Jahr wird sich noch einiges mehr tun.“

## Welfenhof-Revival?

Auch wenn das Geschäftstreiben im Welfenhof äußerlich zu stagnieren scheint, das Rudas hält und entwickelt sich prächtig. Vielleicht ist der Besuch im Restaurant oder in der Bar auch eine Gelegenheit, die Passage mal neu zu entdecken und dabei die Hoffnung nicht zu verlieren, dass dieses Zentrum bald reanimiert wird. Pläne und Ideen gibt seitens Stadt und Passagen-Betreiber schon reichlich. *Benyamin Bahri*



### TERMINE

- 9. Februar Familienbrunch
- 14. Februar Happy Valentine
- 7. März Whiskey Tasting
- 8. März Familienbrunch
- 29. März Themenbuffet „Muscheln & Mehr“
- Rudas Restaurant & Bar (BS)
- [fourside-hotels.com](http://fourside-hotels.com)





## UNGLAUBLICH!

...die mitreißend magische Mix-Show



FELICITAS



ROXANNE



TOPAS

## DESIMO

Fr. 21. & Sa. 22.2.

Premiere!

19:30 in der

KOMÖDIE am Altstadtmarkt



Ludwig Fresenius Schulen

Ich werde was.

Mit Spaß und Perspektive!

Unsere Ausbildungen in Wolfsburg:

Ergotherapeut/in (auch verkürzt\*)  
Physiotherapeut/in

\*Förderung u. a. durch Jobcenter oder Arbeitsagentur möglich

Infoveranstaltung  
13.02. | 14:30 – 15:30 Uhr

Dorfstraße 18 · 38442 Wolfsburg  
Tel.: 0 53 62 / 6 20 73  
www.ludwig-fresenius.de

Logisch ... Zeitschriften clever mieten - statt kaufen!

• bequem  
• preiswert  
• zuverlässig

Tel.: 0531/38012-0  
Fax: 0531/38012-22

HETTLING'S **LeseZirkel**  
www.lesezirkel.com

## Radstation

am Braunschweiger Hauptbahnhof



Pannenservice  
Bewachtes Parken  
Leihräder

Radstation  
AWO

Öffnungszeiten: Mo bis Fr 5.30 bis 22.30 Uhr  
Sa 6.00 bis 21.00 Uhr  
So 8.00 bis 21.00 Uhr



Radstation  
am Hauptbahnhof  
Willy-Brandt-Platz 1 | Tel.: 05 31 / 707 60 25 | www.awo-bs.de

Def Style Rockers, Ready To Rock & Masterplan Crew präsentieren

# FLOOR WARS GERMANY

Breaking in der Neustadtmühle  
Die Besten Breaker aus Deutschland, internationale Gäste und Top-DJs  
15. Februar 2020 ab 18:00 Uhr  
floorwars-germany.de

Braunschweig Jugendförderung mühle PicPacker

Kinos • Filmtipps • Home Entertainment

# FILMWELT

Februar 2020

Im Interview  
**Corneliu Porumboiu**

Kinotipps

Serie: Charakterkinos

Neue Streamings

### Muskelmaschine Vin Diesel

beweist mal wieder seine endkrasse Übermenschlichkeit und wird in „Bloodshot“ von Militärwissenschaftlern als unverwundbarer Supersoldat, oder besser gesagt als willenlose Tötungsmaschine, wiedergeboren. Explosionen, Special-Effects und Geballer – was auch sonst, immerhin ist es ein Vin-Diesel-Film, auch noch von den „Fast & Furious“-Peoples produziert. Grundlage ist ein Comic aus dem Hause Valiant – immerhin mal kein Marvel...

VIN DIESEL  
**BLOODSHOT**



# PFIFFE AUS BUKAREST

Der rumänische Regisseur Corneliu Porumboiu über seinen stilsicheren Thriller „La Gomera“

**W**irtschaftlich gilt Rumänien als Armenhaus. Kulturell fällt die Bilanz des Balkanstaats ein-drucksvoll aus. Filmemacher wie Cristian Mungiu, Cristi Puiu oder Anca Damian räumen auf Festivals vielfach Goldene Bären, Palmen und Leoparden ab. Auch Corneliu Porumboiu, 44, gehört zur Riege der Regie-Talente. Mit seinem Debüt „12:08 East of Bucharest“ gewann er 2006 die Caméra d'Or in Cannes. Neun Jahre später folgte dort der nächste Preis für „The Treasure“. Und auch mit seinem stilsicheren Polit-Thriller „La Gomera“ ging der Rumäne in Cannes an den Start und für sein Land ins Oscar-Rennen. Auf der titelgebenden Insel beherrschen die Einheimischen die Kommunikation durch Pfeife – für Ganoven die ideale Geheimsprache für einen großen Coup. Mit dem Regisseur unterhielt sich SUBWAY-Kinoexperte Dieter Oßwald.

**Herr Porumboiu, könnten wir dieses Gespräch auch mit Pfeiffen statt mit Worten führen?**

Das könnten wir gerne machen. Sie müssen die Fragen jedoch auf Englisch pfeifen. (lacht) Tatsächlich beherrsche ich im Unterschied zu meinen Schauspielern die Pfeif-Sprache leider nicht sehr gut, ich kenne lediglich einige Grundformen davon.

**In dem türkischen Drama „Sibel“ vom Vorjahr spielt die Pfeif-Sprache gleichfalls eine wichtige Rolle. Die verblüffende Kommunikation scheint weiter verbreitet als vermutet?**

Ich habe von „Sibel“ gehört, den Film allerdings nicht gesehen. Meine Idee stammt von einer Dokumentation, die ich vor zehn Jahren im Fernsehen sah. Bei der näheren Beschäftigung mit dem Thema entdeckte ich, dass diese Pfeif-Sprache nicht nur in der Türkei, in Griechenland sowie in Frank-

reich existiert, sondern auf allen Kontinenten zu finden ist. Insgesamt gibt es rund 40 Regionen auf der Welt, in denen auf diese Weise kommuniziert wird. Bereits die Ureinwohner von Amerika haben sich mit Pfeiffen verständigt. Die Ursprünge dieser Sprache sind allerdings unklar.

**Sie zeigen ausführlich, wie Ihr Hauptdarsteller die Pfeif-Sprache erlernt. Beim Zusehen scheint das erstaunlich einfach. Wie lange hat es gedauert, bis er sich auf diese Art verständigen konnte?**

Die Pfeif-Sprache von „La Gomera“ wurde in das UN-Weltkulturerbe aufgenommen, deshalb gibt es auf der Insel eigens Sprachkurse dafür. Das wird in den Schulen unterrichtet und auch für Touristen angeboten. Wir haben die Leiterin dieser Kurse engagiert, um unsere Schauspieler zu unterrichten. Nach zwei Wochen Intensivkurs wurden die Lektionen per Skype fortgesetzt. Unser Hauptdarsteller hat das so schnell begriffen, dass wir lediglich in zwei Szenen ein Double eingesetzt haben, alles andere stammt von ihm selbst.

**Das Kino Ihres Landes sorgt international für viel Furore. Wie erklären Sie dieses rumänische Filmwunder?**

Das ist für mich eine schwierige Frage, weil ich aus meiner Position ja lediglich die Innenansicht kenne. Zu Zeiten des Kommunismus war das Kino in Rumänien handwerklich stark entwickelt, weil Film als Propagandamittel genutzt wurde. Es gab eine regelrechte Filmindustrie bei uns. Seit 15 Jahren gibt es nun eine neue Generation, die zunehmend ihre eigene Kino-Sprache entwickelt.

**Werden die neuen Filmemacher in Ihrer Heimat so wertgeschätzt wie auf internationalen Festivals?**



Für Arthaus-Kino gibt es lediglich eine kleine Gemeinde von Interessenten. In den 90er Jahren wurden viele Kinos geschlossen und immer weniger Filme produziert. Dadurch verlor meine Generation und die meiner Eltern den Appetit auf Kino. Ab 2005 entstanden die Multiplexe in den Einkaufszentren und die jungen Zuschauer wollten Hollywood-Filme sehen. Zwischen Kommerz und Kunst entstand eine Lücke, die bis heute schwer zu überbrücken ist.

**Wie überlebt man als Regisseur in einem Land, das keinerlei große Filmförderung bietet?**

Es gibt durchaus Förderung vom Nationalen Filmzentrum, dort stellt man Anträge für seine Projekte wie in Deutschland oder Frankreich. Aber natürlich stehen bei uns bei weitem nicht so viele Subventionen zur Verfügung. Man muss sich nach internationalen Co-Produzenten umsehen. Für „La Gomera“ fanden wir französische, schwedische und deutsche Finanzpartner.

**Auf der deutschen Seite fanden Sie die Unterstützung von Komplizen Film, die unter anderem schon „Toni Erdmann“ auf**

**die Beine stellten. Wie kam es zu der Zusammenarbeit?**

Ich bin gut befreundet mit Maren Ade, der Regisseurin von „Toni Erdmann“ und Gesellschafterin von Komplizen Film. Auch die andere „Komplizin“ Janine Jackowski kenne ich schon sehr lange. Beiden schickte ich mein Drehbuch und sie mochten es. Das ging ganz unkompliziert.

**Bekannte Songs sind selten zum Schnäppchenpreis für den Soundtrack zu haben. Hat „The Passenger“ von Iggy Pop nicht gleich Ihr Budget gesprengt?**

Nein, in diesem Fall war das nicht so. Für mich setzt dieser Song zu Beginn gleich die richtige Stimmung. Auch der Text passt bestens zu unserer Geschichte. Später entwickelt sich der Soundtrack fast zur eigenständigen Figur, sei es mit „Carmina Burana“ in der Motel-Szene, mit Brechts „Mackie Messer“ oder dem großen Finale zu „Livin' La Vida Loca“.

**Über das Genre von „La Gomera“ lässt sich streiten: Ist es Detektivfilm, Film noir, Western oder Komödie?**

Für mich ist es vor allem ein Film noir. Beim Schreiben des Drehbuchs dachte ich an Fi-

guren, die sich selbst ständig verstecken und auch ihre Absichten stets verbergen. Wie in all meinen Filmen versuchen die Helden, ihr Schicksal zu kontrollieren – was ihnen nicht gelingt. Und natürlich kommt dabei auch meine Art von Humor nie zu kurz. (lacht)

**Bisweilen erinnert Ihr Held an Kultschauspieler Buster Keaton...**

Ja, das ist seine Weise, die Kontrolle über die Situation zu bewahren. Dass er in allen denkbaren Situationen so ernst bleibt, lässt ihn komisch erscheinen. Mich amüsiert es, dieses Ungleichgewicht zwischen heroischem Anschein und der Realität herauszuarbeiten.

„ZWISCHEN KOMMERZ UND KUNST ENTSTAND EINE LÜCKE, DIE BIS HEUTE SCHWER ZU ÜBERBRÜCKEN IST“

Diese schrecklich ernste Seite unter allen Umständen verleiht meinen Filmen einen Hauch des Absurden.

**Wie konzipieren Sie die visuelle Wundertüte, ohne dass die Ästhetik zur Parfüm-Reklame mutiert?**

Meine Frau Arantxa ist Künstlerin und hat sich um den visuellen Stil gekümmert. Von ihr stammt auch die Idee mit den bunten Zwischentiteln, die die Kapitel unterteilen. An diesen Regenbogenfarben orientieren sich dann jeweils die Kostüme und die Ausstattung. Mein Kameramann Tudor Mircea und ich suchten nach einer visuellen Sprache, die sich auf Edward Hopper, Alfred Hitchcock und den klassischen Film noir bezieht.

**Die Geschichte gerät raffiniert. Wie weit kann man beim Puzzle gehen, ohne das Publikum zu überfordern?**

In der Mitte mögen die Dinge etwas kompliziert erscheinen, dafür wird man am Ende mit einer recht einfachen Auflösung belohnt und alles bekommt seinen Sinn. Mit „La Gomera“ sind wir allemal noch weit entfernt von kryptischen Filmen wie „Inception“ oder „Mulholland Drive“. (lacht)

Dieter Oßwald





## Birds of Prey

„The Emancipation of Harley Quinn“. Knapp vier Jahre nach „Suicide Squad“ wurden die Gebete der Fans nach einem Harley-Quinn-Spin-off erhört. Die labile Ex-Psychiaterin Harley hat sich von ihrem toxischen Lover getrennt und sorgt mit ihrer Heldinnen-Crew in Gotham für Recht und (Un-) Ordnung. Trotz der vernichtenden Kritik wurde inzwischen sogar ein zweiter „Suicide Squad“-Teil für Sommer 2021 angekündigt.

**Regie** Cathy Yan **Darsteller** Margot Robbie, Ewan McGregor u. a.

**PRO**

- Richtig viel Frauenpower
- Margot Robbie ist die perfekte Harley Quinn

**CON**

- Der Plot enttäuscht ein wenig
- Ewan McGregor als Schurke?!

START  
**6**  
Feb  
WATCH  
FACTOR  
**73**  
%



START  
**27**  
Feb  
WATCH  
FACTOR  
**94**  
%

## The Gentlemen

Der amerikanische Exilant Mickey Pearson hat sich in London ein ziemlich profitables Marihuana-Imperium aufgebaut. Nun möchte er sich aus dem Drogenbusiness zurückziehen und ein skrupelloser Wettkampf um die wertvollen Plantagen beginnt. Kultregisseur Guy Ritchie leidet übrigens unter schwerer Legasthenie und besuchte deshalb als Kind zehn Schulen und Internate.

**Regie** Guy Ritchie **Darsteller** Matthew McConaughey, Charlie Hunnam u. a.

**PRO**

- Hugh Grant mal als schmierig-cooler Dude
- Guy Ritchie hat's drauf!

**CON**

- nicht mit „Snatch“ zu vergleichen
- man kann schon mal den Faden verlieren



START  
**13**  
Feb  
WATCH  
FACTOR  
**61**  
%

## Nightlife

Barkeeper Milo trifft durch eine Reihe von Zufällen auf seine Traumfrau Sunny. Doch ihr erstes gemeinsames Date beginnt zu eskalieren, als Milos bester Freund Renzo dazukommt. Dieser hat es sich nämlich mit richtig bösen Berliner Jungs verscherzt. Vom Regisseur Simon Verhoeven stammt übrigens auch der Kinokassenschlager „Willkommen bei den Hartmanns“.

**Regie** Simon Verhoeven **Darsteller** Elyas M'Barek, Palina Rojinski u. a.

**PRO**

- perfekter Film für eine Date-Night am Valentinstag
- Frederick Lau's Reibeisenstimme

**CON**

- überspitzt und realitätsfern
- Wir wollen auch mal Newcomer auf der Leinwand sehen!



START  
**13**  
Feb  
WATCH  
FACTOR  
**68**  
%

## Sonic The Hedgehog

Sega-Videospielheld Sonic ist vor seinen außerirdischen Verfolgern auf die Erde geflohen, doch auch hier wird er vom wahninnigen Professor Dr. Robotnik gejagt, der die besonderen Fähigkeiten des blauen Igel nutzen möchte, um die Weltherrschaft an sich zu reißen. Aufgrund der harschen Kritik an Sonics Design verschob Paramount den Kinostart und überarbeitete den Igel nochmals.

**Regie** Jeff Fowler **Darsteller** Jim Carrey, James Marsden, Tika Sumpter u. a.

**PRO**

- Probs an Paramount für die Überarbeitung von Sonic
- witzig, spannend und unterhaltsam

**CON**

- YouTuber Julien Bam als Sonics deutsche Synchronstimme
- teilweise sehr flacher Humor



START  
**6**  
Feb  
WATCH  
FACTOR  
**87**  
%

## Intrigue

Der französisch-jüdische Artillerie-Hauptmann Alfred Dreyfus wird 1895 zu Unrecht wegen Landesverrat zu einer lebenslangen Haft auf der Teufelsinsel verurteilt. Um seine Unschuld zu beweisen, beginnt Oberstleutnant Georges Picquart auf eigene Faust zu ermitteln und bringt sich dadurch selbst in große Gefahr. 22 Millionen Euro war das Filmbudget – ein Schnapper sozusagen.

**Regie** Roman Polanski **Darsteller** Jean Dujardin, Louis Garrel u. a.

**PRO**

- Aufarbeitung eines spannenden Justizskandals
- Polanskis Detailverliebtheit

**CON**

- Polanski ist aufgrund von etlichen Vergewaltigungsskandalen ein streitbarer Regisseur

Texte Denise Rosenthal Fotos Universum Film, Warner Bros, Paramount Pictures, Weikino



# FAMILIÄRES GLAMOUR-KINO

Die **Kammerlichtspiele Königslutter** ziehen Filmfans aus der gesamten Region in ihren glanzvollen Kinosaal.

*Kammerlichtspiele*  
KÖNIGSLUTTER



**B**ereits seit 1921 besteht das kleine, gemütliche Kino in Königslutter und wird seit jeher von einer Generation zur nächsten mit viel Freude und Leidenschaft betrieben. Bis heute sind Teile des historischen Gebäudes mit fast hundertjähriger Geschichte erhalten – unter anderem die Holzvertäfelungen in Kinosaal und Vorraum erinnern an einst und prägen das edel-nostalgische Flair. Dezent gewählte Deko-Elemente wie warme Wandlampen und vereinzelte Filmplakate sorgen für Gemütlichkeit – nicht überladen, nicht kitschig, nicht aufdringlich. Die kleine Kassenkabine am Eingang lässt an vergangene, glanzvolle Theaterhäuser denken, wie man sie heute meist nur noch aus Filmen kennt. So werden die Kammerlichtspiele in Königslutter zur traumhaften Kulisse für einen besonderen Kinoabend. Im Foyer des Filmtheaters befindet sich ein Süßwarenstand mit Popcornmaschine – immer frisch und nur auf Nachfrage

zubereitet. Darüber hinaus gibt es verschiedene süße Leckereien, Eis und eine große Getränkeauswahl zum kleinen Preis; Tickets kosten sowohl für Parkett als auch für Loge gerade einmal sechs Euro – heutzutage und besonders im Vergleich zu den happigen Eintrittspreisen in großen Cine-Ketten ein echtes Schnäppchen. Der Kinosaal wird dominiert von einer roten Wandverkleidung und Vorhängen; die 132 bequemen Sessel glänzen in dunklem Blau. Tradition und Moderne treffen hier zusammen – das vergangenheitsverliebte Ambiente wird kombiniert mit moderner Bild- und Tontechnik. Trotz der bewussten Erhaltung des Retro-Flairs erfahren die Kammerlichtspiele immer wieder Erneuerungen und Renovierungen. „Wir haben viele Ideen – sei es programmatischer, technischer oder baulicher Natur. Demnächst steht die Lichttechnik im Saal und eine Ergänzung unseres Lautsprechersystems an“, berichtet Sascha, Sohn des Inhabers Joachim Pesenecker. Durch die gemeinsame Arbeit ist die familiäre Atmosphäre auch bei den Gästen spürbar. „Das veranlasst viele Kinobesucher zu weiteren Besuchen bei uns“, erklärt Sascha.

Das für ihn familiär vorherbestimmte Kino-Geschäft ist inzwischen sein Traumberuf. Saschas Begeisterung für Filme spiegelt sich auch in vertieften Gesprächen wieder, die er gerne nach der Filmvorführung mit Besuchern führt. „So entsteht etwas wie eine freundschaftliche Verbundenheit“, schwärmt er. Das Filmprogramm der Kammerlichtspiele ist vielseitig: Von Blockbustern über Kinderfilme und Dokumentationen bis zum Arthouse wechselt es wöchentlich. Auch regionalen Filmschaffenden bietet das Kino am Elm eine Bühne. So gibt es trotz eines einzigen Saals jede Menge Abwechslung und ein facettenreiches Angebot – präzise und bewusst ausgewählt. „Für die Zukunft des Kinos ist es wichtig, dass interessante Film am Markt sind, die dann auch das Publikum mitreißen können“, so Sascha. Jedoch zieht nicht nur der Film allein die Menschen ins Kino nach Königslutter, sondern auch das besondere Ausgeherlebnis. Nicht unverdient gehören die Kammerlichtspiele zu den Top 100 Kinos Deutschlands. „Unsere häufig wiederkehrenden Besucher sind für uns aber Auszeichnung genug“, meint Sascha augenzwinkernd. Louisa Ferch

Fotos: Sascha Pesenecker, Louisa Ferch **Foto-Stream** Katalin Vermes/Netflix, Netflix, 2018 Fox Broadcasting Co./Steve Dietl

# Streifen



Fazit **gelingen**

**Verfügbar auf** Netflix  
**Folgen & Dauer** 8 Episoden à ca. 57 Minuten  
**Genre** Horror, Fantasy, Drama  
**Mit** Henry Cavill, Anya Chalotra, Freya Allan, Joey Batey, MyAnna Buring u. a.

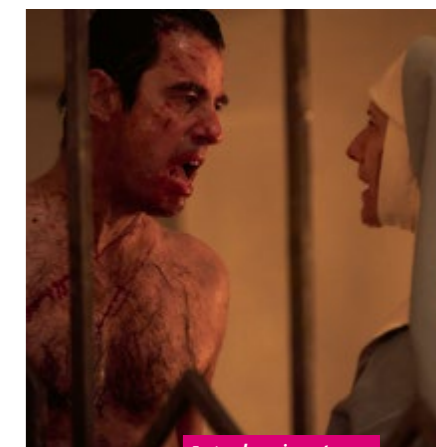
## » THE WITCHER

Was muss das für ein Gefühl sein, die Hauptrolle in seinem favourite Game zu spielen? Hauptdarsteller Henry Cavill lässt es uns spüren und das mit vollem Einsatz. Seine physische Präsenz ist beeindruckend und passt optimal zu der Rolle des emotionslosen Monsterschlägters, aber auch zum deutlich nachdenklichen und von Selbstzweifeln geplagten Mann. Fans der „The Witcher“-Reihe wissen natürlich längst, worum es geht: Eine mystische Welt, in der Zauberer, Monster und Hexer existieren, wird von katastrophalen Kriegen heimgesucht. Es geht um Macht, Gewalt, Intrigen und ganz viel finstere Magie, mit deren Hilfe die Protagonisten ihrem Schicksal folgen. Ähnlich wie „Harry Potter“ – bloß für Erwachsene. Die Serie ist eine eigene Adaption der Bücher des Schriftstellers Andrzej Sapkowski und erzählt die Vorgeschichte der Spiele, also die wahre Hexer-Story. Der Stil der düsteren Fantasywelt und der Sountrack sind ebenso gelungen, wie die überaus eindrucksvollen Schwertkämpfe. Alles ist stimmig, bis auf die Sache mit der Zeitlinie. Bin ich jetzt zurück in der Zukunft?! Ein kleines Manko, was dem Gesamtwerk aber keineswegs schadet. cc

## » DRACULA

Der Fürst der Finsternis ist zurück und zeigt den lächerlich-glitzernden Blutsaugern aus „Twilight“ und weirden Vampir-Clans aus „V Wars“, wo der Frosch die Locken hat. Ganz bosslike saugt der charmante Graf jeden menschlichen Zweibeiner aus, der seinen Weg kreuzt. Dabei schaffen es Serienschöpfer Mark Gatiss und Steven Moffat, die auch schon für die geniale BBC-Hitserie „Sherlock“ verantwortlich waren, Bram Stokers Romanklassiker „Dracula“ neu zu interpretieren ohne ihn komplett zu verfremden. Jede Folge hat dabei ihr eigenes Setting: Während wir uns beim Serienauftakt in Draculas Schloss in Transsylvanien befinden, schippern wir in Folge zwei auf einem Segelschiff nach England. Das Finale ist komplett abgedreht: Die überraschende Wendung ist zwar ziemlich smart, stinkt aber leider gegen den starken Start ab. Nichtsdestotrotz ist „Dracula“ durch das nostalgische Gruselerlebnis ein ziemlicher Genuss. DR

**Verfügbar auf** Netflix  
**Folgen & Dauer** 3 Episoden à 90 Minuten  
**Genre** Horror, Grusel  
**Mit** Claes Bang, Dolly Wells u. a.



Fazit **schaurig gut**

## » THE PASSAGE

„The Passage“ ist für den einen unterhaltsam, für den anderen nicht innovativ genug. So auch, als ein aggressiver Vogelgrippe-Virus um sich greift, für den Wissenschaftler eine Lösung finden müssen. Natürlich streng geheim, illegal und es kommt, wie es kommen musste: Der neue Virus ist viel gefährlicher als gedacht und lässt alle Infizierten zu blutsaugenden Virals mutieren. Fehlen darf dabei nicht Agent Wolgast, der schnell an den Motiven zweifelt und die Seiten wechselt. Ausschlaggebend ist Amy: Das EINE Kind, das die Menschheit vor dem Untergang bewahren und zur Heilung beitragen soll. Spannend ist die „versteckte“ Kommunikation unter den Virals und – wenn sie es zulassen – mit den Menschen. Dies sorgt für manipulative Handlungen auf psychischer Ebene und teilweise überraschende Wendungen. Letztendlich hat das alles aber nur für eine Staffel gereicht... 17

**Verfügbar auf** FOX (Free TV: Pro7)  
**Folgen & Dauer** 10 Episoden à 42 Minuten  
**Genre** Drama, Horror, Sci-Fi  
**Mit** Mark-Paul Gosselaar, Saniyya Sidney, Jamie McShane u. a.



Fazit **unterhaltend, mehr nicht ...**



# GROSSES SCHWARZES HERZ

Kriminalbiologe, Insekten-Kenner und Gothic-Ikone Dr. Mark Benecke kommt für den guten Zweck nach Braunschweig – als DJ Dr. Doom für zum „Creatures of the Night“-Charity-Event ins Stereowerk.

**D**urch etliche unterhaltsam-informative, wissenschaftlich fundierte Vorträge, Buchveröffentlichungen, Film-, Funk- und Fernsehauftritte hat es der sachverständige Kriminalbiologe und forensische Entomologe Dr. Mark Benecke zu großer Bekanntheit gebracht. Besonders die Gothic- und Grufti-Szene liebt den von oben bis unten zutätowierten, quirlig-kumpelhaften 49-jährigen Kölner für seine Profession als Experte für alles, was mit Tod und Verwesung zu tun hat – und er liebt sie ebenso. So engagiert er sich bei Szenetreffen wie dem berühmten Wave-Gotik-Treffen in Leipzig oder dem Amphi-Festival, arbeitete mit einschlägigen Bands zusammen und legt selbst auch als DJ auf, vornehmlich Stile, die düster und elektronisch sind. Auch mit der Braunschweiger Dark- und Gothic-Gemeinschaft verbindet ihn viel, allem voran die Bekanntschaft zum Szene-Revival- und Kultur-Kollektiv „BS Oldschool“, das am 28. Februar zu einer großen Feier ins Stereowerk lädt. Unter dem Titel „Creatures of the Night“ findet eine Charity-Party statt, bei der Benecke als Headliner-DJ „Dr. Doom“ neben den Lokalmatadoren DJ Matze, bekannt von der „Gegen den Strom“-Reihe und „N8Flug“-Resident DJ Worlock auflegen wird. Ein Teil des Erlöses aus Eintritt und einer Tombola wird der „Pfötchenhilfe“ des Tierschutzvereins Braunschweig zugute kommen, die sich für Katzen einsetzt. Das passt, denn seit vielen Jahren engagiert sich auch Mark für Tierschutz und Tierrechte und nicht zuletzt ist er großer Insektenfreund und -kenner – mit jeder Menge Schaben als Haustiere.

#### Bist du Katzen- oder Hunde-Typ?

Ich bin „Leben mit Freude und Würde“-Typ ... Das gilt für alle Tiere, auch Hunde und Katzen.

#### Was magst du an Katzen?

Dass sie versuchen, mit Menschen zu reden, wenn sie Lust haben, und eine klar erkennbare Körpersprache haben — wir können sie sehr gut verstehen, wenn wir ihre Sprache lernen.

#### Sind die dir nicht eigentlich viel zu niedlich?

„Zu niedlich“? Das gibt's nicht.

#### Was haben Katzen und Insekten gemeinsam?

Mehr Beine als Menschen.

#### Und können Insekten denn niedlich sein?

Sie sind jedenfalls fantastisch erbaut und ein tolles Wunder. Jeder findet etwas anderes niedlich. Ich schätze, respektiere und erfreue mich gewaltig an allen Lebewesen, auch den manchmal für Menschen etwas roboterartig wirkenden Insekten. Ich liebe Leben und Lebewesen.

#### Dennoch beschäftigst du dich intensiv mit dem Tod. Was denkst du über das Sterben?

Dass wir alle sterben werden.

#### Hast du Angst davor?

Freuen tue ich mich jetzt nicht mega. Aber „et is wie et is“ – rheinisches Grundgesetz!

#### Was zeichnet dich als Rheinländer noch aus?

Hier in Köln sagt man so schön: Jeder Jeck ist anders. Man kümmert sich um seinen eigenen Kram. Alle wissen: Die anderen sind genauso verrückt wie ich. Mit dieser Grundregel bin ich aufgewachsen – für mich hat es nie eine Rolle gespielt, was andere zum Beispiel von meinen Tattoos halten oder ob das beruflich hinderlich sein könnte. Mein erstes Tattoo ließ ich mir zum Studienbeginn stechen: eine Echse aus dem Biologiebestimmungsbuch, quer über die Schulter. Eine gute Stelle, da ist die Haut schön gespannt. Mittlerweile sind es so viele, dass ich sie gar nicht mehr zählen kann. Das letzte war eine Amsel am Bein und ein Knöchel-Delfin. Wer Angst vor dem Personalchef hat und keine Eier in der Hose, der braucht auch keine Tattoos. Das ist eine Frage der Gewichtung. Es wird sich eh ändern, wenn die auf die schlechte Art konservativen Menschen in den Firmen weg sind. Die Profanierung von Tattoos ist schon längst passiert.

#### Mit Braunschweig verbindet dich in erster Linie die Kooperation und Bekanntschaft mit dem „BS Oldschool“-Projekt. Was verbindest du sonst mit der Stadt?

Natürlich die großartige Braunschweiger Kinoproduktion „Sky Sharks“! Und der Braunschweiger Kollege Armin Rütters, der wie ich über Kannibalismus forscht.

„ALLE WOLLEN DAS KLIMA RETTEN UND LABERN RUM, ABER DIE MEISTEN ESSEN FLEISCH“

#### Du bist ein sehr nahbarer Star. Wie wichtig ist dir der Kontakt zu deinen Fans und warum legst du so viel Wert darauf?

Meine Frau Ines und ich wohnen in einer Einzimmerwohnung, kochen mit Wasser und fahren mit dem Zug oder der Straßenbahn zur Arbeit. Ich bin nur ein kleiner Fanboy, der durch eine Laune des Schicksals manchmal auflegen, moderieren oder bei Videos mitmachen darf. Die Autogramme von Welle:Erdball, Rammstein, Covenant, Bela B., Blutengel, Agonoize, Lord of the Lost und so weiter habe ich sogar auftätowiert: Ich bin ein Fan wie alle anderen und selbst „Publikum“.

#### Wie ernst nimmst du als DJ deine Selection? Gibt es bei dir auch mal „Final Countdown“ oder sowas?

Ich bin strenger Elektroboy: Aggrotech, Hellectro, Cyberpop, wilder Scheiß. Da Kim Wilde >>>

StageCat präsentiert:



**Osan Yaran**

„Ostmane“

**26.04.2020, 20 Uhr**

Brunsviga, Braunschweig



**Tobias Mann**

„Chaos“

**12.11.2020, 20 Uhr**

Brunsviga, Braunschweig



**Till Reiners**

„Bescheidenheit“

**22.11.2020, 19 Uhr**

Brunsviga, Braunschweig



**Sarah Bosetti**

„Ich hab nichts gegen Frauen, du Schlampe!“

**29.11.2020, 20 Uhr**

Brunsviga, Braunschweig



**Friedemann Weise**

„Bingo“

**12.12.2020, 19 Uhr**

Brunsviga, Braunschweig

**TICKETS  
an allen bekannten  
VVK-Stellen & bei  
reservix.de**





mit anderen im Nachbar-Aquarium „Händchen gehalten“... und das war messbar, nicht eingebildet. Als wir sie frei gelassen haben, haben meine Mitstudierenden geheult. Die Achtarmigen waren echte Freunde geworden, ohne Gefühlsduselei, sondern ganz ernst und gerade. Als Kind hatte ich auch öfter Tier-Transporte mit Schweinen auf Lastern gesehen, weil wir früher mit unseren Eltern oft von Köln nach Bayern gefahren sind. Das habe ich sogar mal in einer Klassenarbeit aufgeschrieben, wie ätzend ich diese Transporte fand. Die letzten veganen Schritte – Quark und Leder weglassen – kamen durch freundliche Stupser von den Leuten von PETA und Kochen ohne Knochen, mit denen ich Interviews und Aktionen durchgeführt habe.

mir netterweise backstage ihr Autogramm verpasst hat, vielleicht ein Stück von ihr und vielleicht, auch aus Verehrungs- und Freundschaftsgründen, Rammstein und Neubauten. Sonst kommen mir keine Gitarrenklänge ins Haus beziehungsweise auf die Tanzfläche. Es gibt ja einen Co-DJ.

**Woher kommt deine Leidenschaft für „Grufti-Musik“?**  
Wo alle Leidenschaften herkommen: aus dem – bei mir schwarzen – Herzen.

**Bei welchem Song ist bei dir die Grenze erreicht und mit welchem Song ist sie überschritten? Kannst du zwei Beispiele nennen?**  
Naja, Noise ist nicht tanzbar, das geht also auf Partys nicht.

**Du legst sonst als Teil des „Chaos-Teams“ auf. Spielst du als DJ lieber allein oder zusammen mit anderen?**  
Das gibt's nicht mehr: Fräulein Venus und die schwarze Witwe sind bürgerlich geworden. Das haben sie sich auch verdient, Respekt vor beiden.

**Warum schätzt und magst du die Dark-Gothic-Szene so sehr?**  
Gruftis raffen dramafrei, dass wir nur eine Runde auf dieser Erde haben. Nicht zwei und auch nicht drei. Anlass, ein sinnvolles, soziales und schönes Leben anzustreben – so gut es eben geht. Viele Menschen aus Sozialberufen sind Gruftis.

**Denkst du, die Menschheit wird die Klimakrise überleben?**  
Nein. Wir können das Ende aber verlangsamen und würdevoll, sozial und friedlich ge-

stalten. Und wir können die Erde nicht bis aufs Letzte zerschunden hinterlassen.

**Was bedeutet es heute angesichts der Klimakrise und des Artensterbens, nicht vegan zu leben?**

Es ist für Menschen meiner Generation ein längerer Prozess gewesen. Ich habe zum Beispiel lange an Leder festgehalten, da die ersten Outdoor-Klamotten nach Benutzung Sondermüll waren, was auch niemandem hilft. Ich habe dann aber zunehmend die Sicht der reinen Tierschützer und -befreier kennengelernt, außerdem kamen Daten zum Energie- und Landverbrauch raus. Und dann stellten die ersten Firmen auf umweltverträglichere Ersatz-Textilien um. Im Einklang mit der Erde leben, das war und ist ein längerer Weg. Auch als Veganer müssen wir austüfteln, was jenseits des dann zum Glück wegfallenden Tierleidens blöd und verbesserbar ist – etwa in viel Plastik verpackte, vegane Snacks.

**Du lebst selbst vegan und setzt dich auch öffentlich für eine vegane Lebensweise ein. Wie kam es dazu?**

Ich habe früher mit Tinten-„Fischen“, eigentlich ja Tintenschnecken, gearbeitet. Die waren schlau, sehr individuell, verspielt und vor allem haben sie uns vertraut: Wir durften sie – einfach so, nicht für Experimente – aus dem Becken heben. Die Tiere haben sich dabei weder aufgeregt und Tinte gespritzt noch gebissen – das können sie sehr gut – noch sich im Aquarium festgehalten – das können sie auch sehr gut. Stell' dir mal vor, dich würde ein Tintenfisch unter Wasser mitnehmen – würdest du ihm vertrauen? Die Tiere haben jeden im Labor erkannt und waren bei Besuchern zurückhaltend, sie haben

**Gibt es eigentlich auch irgendetwas, das du ekelig findest?**

Haare im Abfluss. Ich habe ja wie gesagt mit Tintenfischen gearbeitet, das war in Irland. Unser damaliger Kölner Prof, der eigentlich Düsseldorfer war, sagte einem irischen Fischer, der nie was anderes als fischen gemacht hatte und nur sein Boot und seine Hütte kennt, „du musst mal nach Düsseldorf kommen. Das ist die schönste Stadt der Welt.“ Schließlich hat er ihn tatsächlich nach Düsseldorf gebracht und ist mit ihm ins Carsch-Haus, wo es in der Fischabteilung halt Fische auf Eis gab. Der Fischer fand es dann super ekelhaft, weil es ja eigentlich Leichen sind. Lebende Fische riechen ja nicht nach Fisch. Der Fisch riecht nur, weil er alt ist. Alte Leichen. Bakterien lassen ihn riechen. Das ist beim Metzger ähnlich, nur riecht es da eher nach Blut. Und beim Fleisch ist es so: Alle wollen das Klima retten und labern rum. Aber die meisten verwenden dennoch Tiere, was der Hauptfaktor für den CO<sub>2</sub>-Ausstoß, Wasser- und Landverbrauch auf der Erde ist. Das ist unlogisch und riecht halt auch einfach nicht gut. Wenn ich eine Brandleiche vor mir habe, riecht das genauso wie ein gebratenes Stück Fleisch.

Benyamin Bahri

**TERMIN**

28. Februar  
22 Uhr | Stereowerk (BS)  
home.benecke.com

Foto: K.A.S. Sandra

**KUFA HAUS 2020  
VORSCHAU FEBR./MÄRZ  
WESTBAHNHOF 13 - BRAUNSCHWEIG**



01.02. SA. // **FRANTIC TORNADO & Freunde** // 19 Uhr  
Heavy Rock / CD-Release-Party // VVK: 10,00 € - AK: 12,00 €

15.02. SA. // **CIMMERIAN PACT 2020** // Einlass: 16:00 Uhr (!)  
CONAN FESTIVAL / HOTEL 666 / VVK: 19,62 €

21.02. FR. // **THE OFFENDERS (B)**  
Ska n Punk // VVK: 10,00 € - AK: 12,00 €

25.02. DI. // **UNEARTH + PRONG + DUST BOLT**  
Das Metalpaket // VVK: 23,00 € - AK: 26,00 €

28.02. FR. // **RESTORCHESTER**  
Chanson trifft Pop & Tango // VVK: 14,00 € - AK: 16,00 €

07.03. SA. // **IMPROTHEATER**  
Jetzt und Hier // Eintritt eine Hutspende

08.03. SO. // **LE FLY und DEINE COUSINE "Kieztour 2020"**  
UNDERCOVER / Anarcho Vibes meets Pop, Ska & Rock / VVK ab 28,90 € / AB 19 UHR

10.03. Di. // **CHE SUDAKA (E)**  
Ska-Latin-Punk- Reggae // VVK: 15,00 € - AK: 18,00 €

17.03. DI. // **LAYLA ZOE (Can)**  
Blues Rock // VVK: 17,00 € - AK: 19,00 €

27.03. FR. // **KATER UNSER INVITES**  
Techno & Vernissage "Rabea Pie" // AK: 2,- bis 5,00 €

28.03. SA. // **HARALD KNAUF & ULI GANTER**  
Literatur aus dem schrägen Norden // AK: 5,00 €

29.03. SO. // **LIEDFETT**  
UNDERCOVER // Akustik Punk // VVK ab 25,90 €

Öffnungszeiten, wenn nicht anders verkündet in der Woche // Einlass: 19 Uhr, Beginn zw. 19:30 Uhr + 20:00 Uhr // Am Wochenende und vor Feiertagen: Einlass: 20:00 Uhr Beginn zwischen 20:30 Uhr + 21:00 Uhr // Vorverkauf zzgl. Gebühren i.d. Regel über Eventim oder direkt im Kufa-Haus. Mehr Informationen unter: <https://kufa.haus/>

BOLSHOI BALLETT

**ON STAGE**

DIE NEUE SAISON 2019/20 IM KINO



- 27.10. RAYMONDA
- 17.11. LE CORSAIRE
- 15.12. DER NUSSKNACKER
- 26.01. GISELLE
- 23.02. SCHWANENSEE
- 29.03. ROMEO UND JULIA
- 19.04. JEWELS

Der Vorverkauf läuft!

cinestar.de

CineStar Wolfenbüttel  
Bahnhofstraße 9b | 38300 Wolfenbüttel



W

**TRANSFERFENSTER**

**JETZT GEÖFFNET!**

**HUNGRIG AUF EINEN JOB BEIM VFL?**

ARBEIT  
FUSSBALL  
LEIDENSCHAFT

JETZT BEWERBEN AUF [WWW.VFL-WOLFSBURG.DE](http://WWW.VFL-WOLFSBURG.DE)



# TATORT: BRAUNSCHWEIG

Rolf Reineke lässt Kommissar „Luigi Contino“ in seiner gleichnamigen Heftromanserie Kriminalfälle in der Löwenstadt lösen.



Angenommen, man möchte einen Kiosk eröffnen, wie sähe dann eigentlich das ideale Kiosk-Starterpack aus? Äußerst essentiell sind neben der bunt-bepflasterten Schrankwand mit Tabakwaren für jeden Geschmack natürlich die kariesfreundlichen Naschereien, überproportional viele Zeitschriften sowie trashig-anmutende Groschenromane. Besonders bei Letzteren beginnt man häufig zu schmunzeln, betrachtet man die meist äußerst kitschigen Titelbilder der schmalzigen Schmonzetten. So assoziiert man Groschenromane doch mit dem charmanten Ladykiller „Dr. Stefan Frank“ – dem Arzt, dem die Frauen vertrauen – oder Schwiegermamas Darling „Der Bergdoktor“, die es dank ihres wahnsinnigen Erfolgs sogar ins Fernsehen geschafft haben.

Doch der Kosmos der sogenannten Trivialliteratur ist noch viel größer und reicht von Western- über Fantasy- bis hin zu Horror-

Romanen à la „John Sinclair“, der neben „Perry Rhodan“ und „Jerry Cotton“ im deutschsprachigen Raum sogar Kultstatus genießt. In die Reihe der fiktiven Helden möchte sich nun auch „Luigi Contino“ einreihen, ein in Braunschweig lebender Oberkommissar, der gemeinsam mit seiner hinreißenden Assistentin Sarah Probst ungewöhnliche Fälle löst.

Das Genie hinter dieser ersten regionalen Heft-Krimiserie ist Autor Rolf Reineke, der neben seiner Schreibtätigkeit auch noch ein Internetportal für regionale Kunstschaffende betreibt. Vor fünf Jahren begann der gebürtige Braunschweiger unter anderem, Kinderbücher wie „Wuzzi Wühlmaus“ oder den amüsanten, 280-Seiten starken Roman „Herr Schramm, wach werden!“ zu schreiben. Die Idee eines regionalen Groschenromans kam dem talentierten Autodidakt im Urlaub: „Ich hatte für einen Kurzurlaub die Autobiografie

von Keith Richards im Gepäck. Als ich den dicken Wälzer durch hatte, war der Urlaub auch schon vorbei. Fürs kommende Jahr hatte ich mir dann geschworen, nur noch Bücher mit geringeren Seitenzahlen einzupacken. Deswegen habe ich mich mit Heftromanen beschäftigt und festgestellt, dass diese durchaus gewisse Vorteile besitzen.“

Durch das handliche A5-Format sowie den schmalen Umfang von rund 64 Seiten lässt sich der erschwingliche Groschenroman jederzeit leicht in Handtasche oder Jacke verstauen. So kann die spannende Lektüre im Café, Flugzeug, an der Haltestelle oder vielleicht sogar auf dem stillen Örtchen verschlungen werden und dient zeitgleich als gesunder Ersatz zum schädlichen blauen Bildschirmlicht des Smartphones, auf das wir sowieso schon übermäßig viel starren.

Zwar bildet die leichte Lektüre eher eine kleine, feine Nische im Buchmarkt, jedoch verfolgen wöchentlich Millionen von Lesern in Deutschland die Geschichten ihrer unsterblichen Helden. „Es ist wie mit der Bildzeitung – niemand liest sie, aber dennoch wird sie millionenfach verschertelt“, erklärt der sympathische Autor, „es ist nun mal Trivialliteratur, die aber trotz Vorurteilen eine gute Story haben kann. Ich lege jedenfalls Wert darauf.“ So überrascht sich Reineke auch häufig selbst beim Schreiben: „Ich lege mich zu Beginn nie auf einen Täter fest. Ich empfinde diese Vorgehensart für mich als Autor, aber vielleicht auch für die Leser, als viel spannender, wenn unvorhergesehene Wendungen den dramaturgischen Ablauf verändern. Natürlich darf dadurch die Logik nicht verloren gehen.“

Zwei Kriminalbände des Italo-Kommissars „Luigi Contino“ hat Reineke bereits veröffentlicht, Anfang Februar folgt dann die Fortsetzung „Erst du, dann ich“, die in allen stadtbekanntesten Buchhandlungen erhältlich sein wird. Für die Zukunft plant der gebürtige Braunschweiger alle zwei Monate einen neuen, spannenden Kriminalfall zu schreiben und ab Sommer soll es den lebendig geschriebenen Groschenroman auch an vielen regionalen Tankstellen, Kiosken und Discountern zu kaufen geben.

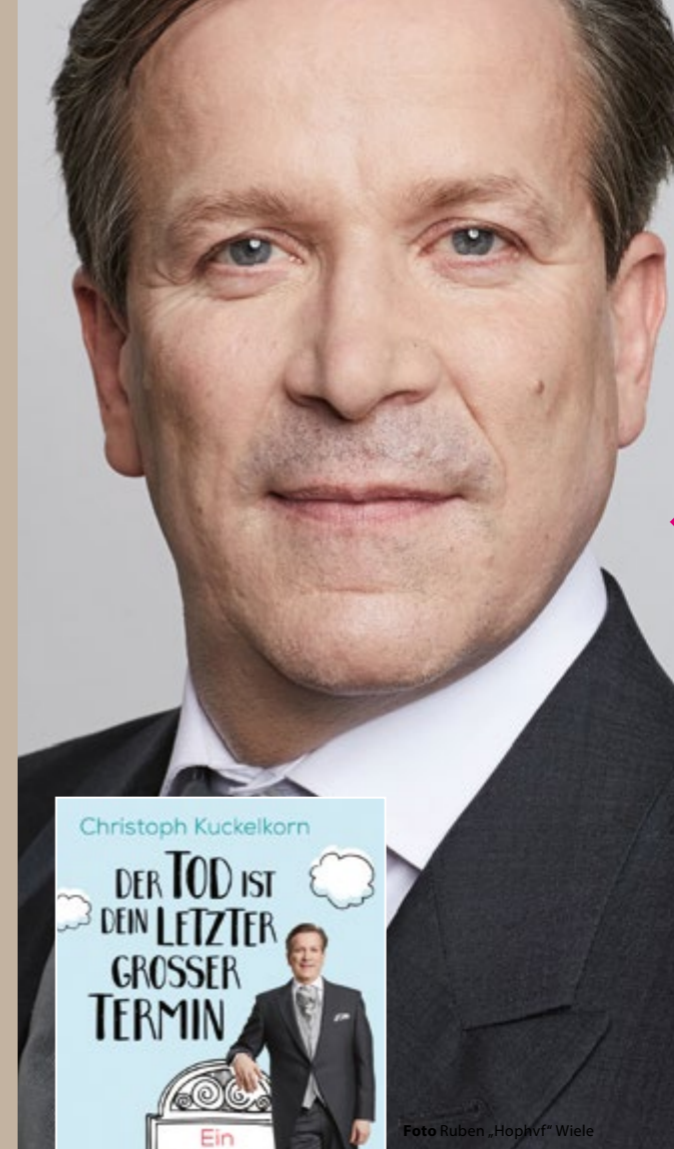
Und wer weiß, vielleicht wird Luigi auch bald in Salzgitter, Wolfsburg oder Wolfenbüttel ermitteln? Für Rolf Reineke ist das jedenfalls denkbar.

Denise Rosenthal



Fotos BildPix.de - Fotolia.com, Rolf Reineke

# SKRIM



## Der Tod ist... CHRISTOPH KUCKELKORN

Genre Erzählungen  
Verlag Fischer Scherz

»... dein letzter Termin«, so der zunächst ernüchternde Titel weiter. Als Bestattermeister steht Kuckelkorn Menschen in den schwersten Stunden bei, hat unter anderem Dirk Bach und Guido Westerwelle beerdigt. Doch auch die leichten Seiten des Lebens kennt er, ist er doch Präsident von Deutschlands stärkster Spaß-Maschine, des Kölner Karnevals. Zwischen Trauergesprächen und Prunksitzungen hat er inspirierende Einsichten über die Vergänglichkeit gesammelt, von denen er berührend, aber auch unterhaltsam und alles andere als morbide berichtet. Keine Grufti-Lektüre, viel mehr ein erfrischend abgeklärtes „Ja!“ zum Leben.

BB

Fazit inspirierend

## Juni 53 FRANK GOLDAMMER

»In den Tagen um den 17. Juni 1953 entwickelte sich aus einem Arbeiterprotest und Generalstreik in der DDR ein Volksaufstand, der von der Sowjetunion gewaltsam niedergeschlagen wurde. Genau in diesem historischen Rahmen trägt sich der fünfte Kriminalfall des Oberkommissars Max Heller zu. Trotz dieser hochexplosiven Situation muss Heller in einem ortsansässigen Betrieb einen grausamen Mord aufklären. Doch leider geht genau dieser Fall aufgrund der vielen historischen Facts ein bisschen im Roman unter. Dennoch ist Goldammer, der übrigens gelernter Maler- und Lackierermeister sowie alleinerziehender Vater von Zwillingen ist, ein talentierter Autor mit viel Liebe zum Detail.

DR



Genre Krimi  
Verlag dtv

Fazit historisch fundiert

## Trump gegen die Demokratie PHILIP RUCKER, CAROL LEONNIG

Genre Sachbuch Verlag S. Fischer

»Im November findet ja die US-Präsidentschaftswahl statt. In diesem augenöffnenden Buch rekapitulieren zwei Pulitzer-Preisträger die chaotische Regierungszeit Trumps. Wundervoll recherchiert, zerlegen die US-Journalisten jede Amtshandlung des Präsidenten, analysieren Interviews und sprechen mit Augenzeugen und Trump-Vertrauten. Sie zeigen, was auf dem Spiel steht, wenn der großenwahnsinnige Präsident erneut siegen sollte. Diese Wahl entscheidet nicht nur über das Schicksal der USA, sondern betrifft die ganze Welt.

Fazit eye-opener





# ENTSPANN DICH MAL!

Warum es wichtig ist, in Klausuren- und Stressphasen auch mal abzuschalten.



**D**ie Vorlesungszeit ist so gut wie rum und die stressreichste Phase des Semesters beginnt – die Prüfungsphase. In dieser Zeit ist man rund um die Uhr Geisel seines Schreibtisches. Immerhin müssen Klausuren, Seminararbeiten oder Vorbereitungen auf mündliche Prüfungen unter einen Hut gebracht werden, weshalb man sich frische Luft nur auf dem Weg in die Bib oder zum Supermarkt gönnt. Und wer weiß in dieser Phase schon, was ein Sozialleben ist? Der Fokus liegt einzig und allein auf dem Pauken; Freunde sowie Pausen können einfach mit dem Gewissen nicht vereinbart werden.

Fredericke, 22 Jahre und BWL-Studentin

im dritten Semester, graut es jedes Mal aufs Neue vor dem Klausurenstress. „Ich find es einfach fürchterlich. Im Durchschnitt schreibe ich pro Semester fünf Klausuren und eine Hausarbeit. Um das Pensum zu schaffen, lerne ich rund um die Uhr und gönne mir keine Freizeit, weil ich glaube, nur so erfolgreich zu sein. Allerdings fühle ich mich irgendwann einfach antriebslos, schlapp und bin alles andere als aufnahmefähig.“

Es ist Quatsch, wenn man denkt, pausenloses Durchpowern sei der einzige Weg zum Erfolg. Denn so wichtig das Lernen an sich auch sein mag, genauso relevant ist, sich ab und zu mal ein bisschen Entspannung zu

gönnen. Also chill, Digga! Hier bekommst du Tipps zum Abschalten.

## Pumpen statt Pauken

Gönnt man sich mal ne Pause vom ganzen Lernstress, heißt es häufig Füße hochlegen und nix tun. Doch ist das überhaupt die beste Strategie? Betrachten wir es einmal von der wissenschaftlichen Seite. Stress entsteht im präfrontalen Kortex, also der vordersten Hirnregion, die permanent Millionen von Informationen filtert und verarbeitet. Praseln aber beispielsweise durch das Lernen zu

viele Reize auf einmal ein, „verstopfen“ die Vorderlappen und wir können nicht mehr effizient arbeiten. Wir fühlen uns gestresst. Sport führt dazu, dass wir die elektrischen Aktivitäten des Frontalkortex auf den Motor-kortex, der unsere Bewegung steuert, verlagern können. Dadurch wird der präfrontale Kortex entlastet und wir trainieren uns den Kopf frei.

Nun bedeutet das allerdings nicht, einen Halbmarathon zu laufen, abenteuerliches Parcourtraining zu absolvieren oder sich an der 100-Kilo-Hantelbank zu verausgaben, denn durch das exzessive Training erzeugt du einfach noch mehr körperlichen Stress.

Finde deine perfekte Sportart zum Abschalten: Tanz-Workouts wie Zumba sorgen beispielsweise nicht nur für Bewegung, sondern machen gleichzeitig auch glücklich; Tennis hilft dir, Aggressionen abzubauen und Quality Time mit deinen Freunden zu verbringen, Schwimmen entschleunigt und entlastet den Körper. Oder mach einfach einen 20-minütigen Spaziergang an der frischen Luft, um den Kopf freizukriegen. Entspanne dich mit Slow Sport.

## It's all about Yoga

Hatha, Yin, Hormon, Kundalini, Vinyasa und Aerial – es gibt endlos viele Yogastile, die besonders in den letzten Jahren durch Hollywoods A-Prominenz wie Skandalnudel Miley Cyrus oder „Friends“-Liebling Jennifer Aniston richtig beliebt wurden. Da wird zu Hause oder im Sportstudio schon mal die Matte ausgerollt und Positionen wie der „herabschauende Hund“ oder die „Heldenstellung“ eingenommen. Inzwischen gehört Yoga in Deutschland sogar zu der beliebtesten Freizeitsportart neben Wandern, Joggen und Schwimmen. Allerdings sind 90 Prozent der Yoga-Praktizierenden weiblich. Also Obacht an alle Herren der Schöpfung: Yoga ist eine hervorragende Strategie, um neue Energie für den Klausurenmarathon und Berufsalltag zu generieren.

Die ruhigen, fließenden Bewegungen und die bewusste Atmung sorgen für innere Ordnung und eine intensiviertere Selbstwahrnehmung. Darüber hinaus stärkt Yoga die Koordinationsfähigkeit, Kraft, Ausdauer, Flexibilität, beugt Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems vor, stärkt die Rückenmuskulatur und hält den Stoffwechsel in Schwung. Überhaupt soll ein tieferes Bewusstsein für Körper und Geist entwickelt werden, um psychische Belastungen und Stress zu minimieren, geistige Blockaden zu lösen und mit mehr Gelassenheit, gesünderem Schlaf und klaren Gedanken durch die Welt zu spazieren. Worauf wartet ihr noch? Yoga ist der perfekte Ausgleich zur anstrengenden Klausurenphase und sollte vielleicht sogar in den Alltag jedes Erdbewohners integriert werden. Möglicherweise wird die Welt so ja zu einem besseren Ort. Namasté.

## Entspannungsübungen

Alle eineinhalb Stunden solltest du für mindestens 15 bis 20 Minuten eine Pause machen. Das klappt ja meist nicht so hervorragend. Um also einen besseren Überblick auf dein Lern-/Pausenverhältnis zu behalten, stell dir einfach einen Wecker oder nutze

Apps wie „Forest“, die dir helfen, dein Smartphone für eine vorher festgelegte Zeit ruhen zu lassen, um konzentrierter zu arbeiten und dich dann mit einer Pause zu belohnen. Du kannst natürlich auch Entspannungstechniken wie autogenes Training anwenden, um den Kopf möglichst schnell freizubekommen.

Hey du, wir probieren jetzt mal gemeinsam eine Miniübung aus, also schmeiß die smoothie Entspannungsplaylist von Spotify an und los geht's: Lege beide Hände auf den Tisch und schiebe die Daumen drunter. Spanne deine Finger an und versuche die Tischplatte zusammenzupressen. Halte die Spannung sieben Sekunden aufrecht, schließe beim Ausatmen die Augen, konzentriere dich auf deinem Körper, lockere die Handmuskulatur und lass das Gefühl der Entspannung auf dich wirken. Sag zu dir: „Ich bin ganz ruhig.“ Wiederhole die Übung ungefähr sieben Mal. Na, wie war's? Fühlst du dich jetzt schon voll Zen? Falls nicht, brauchst du vielleicht noch ein bisschen Übung. Also probiere es einfach nochmal oder besuche einen Kurs für autogenes Training.

## Lass mal treffen!

Pausen sind alles andere als Zeitverschwendung. Sie helfen dir nämlich, neue Energie zu tanken, leistungsstark zu bleiben und einfach mal mit der Welt klarzukommen. Am Ende des Tages bringt es dir nämlich überhaupt nichts, dich selbst auszubeuten. Womöglich kannst du sogar aufgrund der wochenlangen Überforderung in den Klausuren nicht mehr die gewünschte Leistung abrufen. Deshalb ist ein gutes Zeitmanagement das A und O. Fange frühzeitig an zu lernen, um dir auch noch kleine Auszeiten gönnen zu können.

„Ich habe inzwischen herausgefunden, dass es einfach gut tut, sich zwischenzeitlich mit Freunden zu treffen“, erzählt die 22-jährige BWL-Studentin Fredericke „Bei einer netten Tasse Tee einfach mal über etwas anderes sprechen und nachdenken als den Klausurenstress. Redet man dann vielleicht doch mal über die Klausur, ist es auch schön, seinen ganzen Frust abzulassen. Ich fühle mich danach meist freier und motivierter.“ Wenn es dein Zeitmanagement noch zulässt, sei doch einfach mal so frei und widme dir selbst einen ganzen Tag, anstatt 24/7 über mathematischen Formeln oder linguistischen Theorien zu hängen.

Generell gilt: Gönn dir deinen Feierabend, denn mehr als zehn Stunden Pauken bringt sowieso nichts. Dein Körper braucht Ruhe, Entspannung und Schlaf, um Gelerntes, Erfahrungen und Gedanken des Tages zu verarbeiten.

Denise Rosenthal



# DIE GROSSE ELEKTRO-SAUSE

Weite Teile des Landes wurden schon überrollt, nun steht auch Braunschweig vor der E-Scooter-Invasion.



## DER DIGITAL NATIVE

„Obacht! Safety First! Dies ist ein Radweg und kein Friedhof, alte Schachtel!“ Seine Kühlerfigur ist der erhobene Zeigefinger. Wenn Sie nicht gerade in eine Diskussion über die Vorzüge von E-Mobilität und Zehenschuhen verwickelt werden wollen, die Sie mangels klingonischer Sprachkenntnisse nicht gewinnen können – lassen Sie den technikaffinen Heißsporn gewähren. Andernfalls könnte eine mündliche Verwarnung drohen.

## DER AUDIFAHRER

Weniger diskussionsfreudig, dafür umso rücksichtsloser verhält sich dieser aggressiv auftretende Verkehrsteilnehmer. Er ist immer dann auf Radwegen anzutreffen, wenn er wegen Drängeln auf der Schnellstraße einen dreimonatigen Führerscheinentzug verbüßt oder die Innenraum-Elektronik seines A6 nach einem Red-Bull-Schaden laboriert. Hätten Sie einen Rückspiegel am Fahrrad, würden seine Suchscheinwerfer Ihnen das Augenlicht rauben. Unser Rat: Passieren lassen und tot stellen.

## DER E-RAISER

„Wir ridern easy über Bohl und Weg, stoppen kann uns nur ein defektes Ladegerät. Dengel, Dengel...“ Sie treten durch Rüpelhaftigkeit und Gossensprache in Erscheinung. E-Raiser sind Rudeltiere, ihre Zugehörigkeit lässt sich von aufgenähten Namensschildchen ablesen. Sie kämpfen für Ehre und Respekt und als Produktentwickler bei Lidl gegen Leere im Prospekt.

## DER WAGHALSIGE

Zeichnet sich seine Silhouette am Horizont ab, sollten Sie sich besser in Sicherheit bringen. Dieser Scooter-Typ hat nichts mehr zu verlieren. Hausschlüssel, Geldbörse und Handy sind nämlich schon abhanden gekommen. Nach dem Spiel der Erste an der Theke sein oder der spontane Kneipenwechsel aufgrund eines Lokalverbots – für diesen unerschütterlichen, dem Kontrollverlust trotzen Ritter sind selbst lange Strecken dank E-Scooter kein Hindernis mehr.

Aus Braunschweigs Partnerstadt Hannover sind die flotten Eco-Speeder schon jetzt kaum mehr wegzudenken, gelten sowohl verkehrstechnisch wie optisch als belebendes Element im Stadtbild. Wer das Laufen verlernt hat oder wem das Radfahren in den überfüllten Innenstädten zu risikoarm ist, dem bietet sich nun diese Alternative. Der E-Scooter als Fortbewegungsmittel schont Nerven, Klima und Muskulatur. Jung und alt, mit oder ohne Fahrerlaubnis: Der Cityroller bringt den User schnell und unkompliziert ans Ziel – oder in die Notaufnahme! Umweltfreundlichkeit, Coolnessfaktor... Die Vorteile der endgültigen Öko-Geschosse liegen auf der Hand, doch birgt das neue Mobilitätskonzept auch Risiken, auf die wir anhand einer Typisierung hinweisen möchten.

Text & Grafik: Sven Gebauer

# SEMITES

## Dr. Kawashimas Gehirn-Jogging

Genre Denkspiel  
Publisher Nintendo

»Gut 15 Jahren nach dem allerersten Release kann das Hirn nun auch mit der Switch trainiert werden. Das nostalgische Kultspiel kommt dabei mit Stylus-Stift für die Bedienung des Touchscreens daher und das ist leider auch die Krux an der ganzen Sache: Insbesondere bei den Rechen-Minispielchen erkennt das Programm meine Handschrift nicht. Ärgerlich – verliert man so doch wertvolle Zeit und Punkte. Das Ende vom Lied: Mein geistiges Alter ist 80. Okay, ciao! Die Übungen sind zwar spaßig, die Facts interessant und der Multiplayer-Modus ein cooles Gimmick, dennoch wirkt das Game leider wie ne stumpfe Eins-zu-eins-Adaption der Urversion. Schade.

DR



Fazit von gestern

## Railway Empire

Genre Logistik-Strategie  
Publisher Kalypso

»Ein Revival der Erfolgsära „Railroad Tycoon“, das Management-Nerds tiefste Befriedigung verschafft. Ins Planen steigert man sich richtig rein – Gleisnetz und Eisenbahnflotte wachsen und erfordern stetig Optimierung: Personal, Fracht, Routen, Technik – Schwachstellen gilt es überall zu beseitigen, die Spielstunden verfliegen. Der Einstieg ist simpel, die spätere Tiefe sehr komplex. Auch auf der Alleskönner-Switch kommt man nach einer Eingewöhnungsphase gut mit der Steuerung zurecht. Grafisch unterliegt die im nahen Zoom schon sehr pixelige Konsolenversion dem PC jedoch leider um Längen.

BB

Fazit Schaffe, schaffe!



## Zombie Army 4: Dead War

Genre Third-Person-Koop-Shooter  
Publisher Rebellion

»1946. Hitlers „Plan Z“ hat alle gefallenen Soldaten des Dritten Reichs als Zombies wiederauferstehen lassen, der Krieg geht weiter. Als Mitglied einer (Koop-)Spezialeinheit gilt es also, die Untoten hordenweise niederzumähen. Das Spin-off der „Sniper Elite“-Serie ist ebenso schön anzusehen, wie spielmechanisch stimmig und spannend. Die Maps sind weitläufig, offen und detailverliebt, der eigene Charakter lässt sich optisch und per Skill-Tree anpassen. Das absurde Szenario muss man natürlich mit (schwarzem) Humor nehmen, besonders, wenn hybride Zombie-Panzer auftauchen, untote Monster-Haie oder Hitler selbst als magischer Gespenster-Boss einem das Leben schwer machen. Eine komisch-gruselige, ziemlich martialische Kill-Orgie. Aber die Opfer sind ja eh alle schon tot – und außerdem Nazis!

BB

Fazit Zombies, Haie & Hitler



play

Foto: Marchseiter



# TERMINE FEBRUAR 2020

## EVENTHIGHLIGHT



21. Februar, Aquarium/Staatstheater (BS) | Bei „DJ Butch Cassidy im Garten. Ein Tanz“ legt der Riptide-Inhaber seine feinsten Platten auf.

### 1 SAMSTAG

- 10 Uhr – HBK (BS)  
**Open Studios**  
(auch am 2.2.) | Ausstellung
- 10 Uhr – Herzog Aug. Bibliothek (WF)  
**Die Welt der Buchstaben von Herman Zapf**  
Dauerausstellung
- 10 Uhr – Lessinghaus (WF)  
**Lessing in Wolfenbüttel (1700-1781)**  
Dauerausstellung
- 10 Uhr – Schloss Museum (WF)  
**Schloss Museum Wolfenbüttel**  
Dauerausstellung
- 10 Uhr – Bürger Museum (WF)  
**Made in Wolfenbüttel. Gilden – Manufakturen – Globalplayer**  
Sonderausstellung
- 10 Uhr – Stadtbibliothek (BS)  
**Theodor Fontane und seine Zeit**  
(bis 28.3. im 2. OG)  
Buchausstellung
- 11 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Vinokilo**  
Second-Hand-Shopping
- 14 Uhr – Eintracht-Stadion (BS)  
**Eintracht vs. FC Carl Zeiss Jena**  
Fußball

- 14 Uhr – Rote Wiese (BS)  
**Dance Cats Tryout**  
(bis 17 Uhr) | Tryout

- 15 Uhr – Graff (BS)  
**Graff Geschichten: Karussell für Kinder von 4-6 Jahren**  
Lesung, Basteln



- 18 Uhr – Hauptkirche (WF)  
**Martin M. Patzlaff**  
Orgelkonzert
- 18 Uhr – Badeland (WOB)  
**Karibische Nacht**  
Wellness, Spaß
- 19 Uhr – KufA Haus (BS)  
**Frantic Tornado & Friends**  
Konzert

- 19 Uhr – Lord Helmchen (BS)  
**Helge Holm**  
Konzert

- 19 Uhr – Steigenberger Parkhotel (BS)  
**A Tribute to Whitney & Elvis**  
Dinner Show

- 19 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Braunschweiger Karneval Gesellschaft**  
Unterhaltung

- 19 Uhr – Nexus (BS)  
**Hatehug | Bschszn**  
Konzert

- 19.30 Uhr – Großes Haus (BS)  
**Kleiner Mann, was nun?**  
(auch am 4.2., 8.2., 12.2., 16.2. & 28.2.)  
Theater

- 20 Uhr – Eulenglück (BS)  
**Lilly among clouds – „Green Flash“**  
Konzert

- 20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Katie Freudenschuss**  
Kabarett, Musik

- 20 Uhr – Stadttheater (PE)  
**The Spirit of Woodstock**  
Musical

- 20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Emmi & Willnowsky**  
Comedy

- 20 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**Frollein Smilla**  
Konzert

- 20 Uhr – Aquarium (BS)  
**Der Fiskus**  
(auch am 2.2., 13.2. & 28.2.)  
Theater

- 20 Uhr – B58 (BS)  
**Eden weint im Grab | LVX Aeterna | Wisborg**  
Konzert

- 20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Jochen Prang**  
Comedy

- 23 Uhr – Stereowerk (BS)  
**Ü30 Party**  
Party

- 21 Uhr – CongressPark (WOB)  
**Ü30 Party**  
Party

- 21 Uhr – Bischofsmühle (HI)  
**The Jim Dandies**  
Konzert

- 22 Uhr – Sauna-Klub (WOB)  
**Indie.Disko.Gehn + Maffai**  
Party, Konzert

### 2 SONNTAG

- 10 Uhr – Bürger Museum (WF)  
**Bürger Museum**  
Dauerausstellung

- 10 Uhr – Herzog Aug. Bibliothek (WF)  
**Welfen sammeln Dürer**  
Ausstellung

- 10 Uhr – Stadtarchiv (BS)  
**„Mut gehört dazu“ – Frauengeschichte im Stadtarchiv**  
(bis 14.2.)  
Ausstellung

- 11 Uhr – Schloss (WF)  
**Schlittschuhvergnügen**  
(bis zum 1.3.)  
Sport

- 14.30 Uhr – BS Energy (BS)  
**Blue moon trio – Live-Jazz**  
Konzert

- 15 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Revolutionär, gefeiert, vergessen: Claire von Glümer**  
Vortrag

- 17 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Federleicht – „Prosa und Ungereimtes“**  
Lesung

- 17 Uhr – Schloss Salder (SZ)  
**Duo Schepansky-Wehrmeyer**  
Konzert

- 17 Uhr – Herzog Aug. Bibliothek (WF)  
**Frühling beflügelt**  
Neujahrskonzert



- 18 Uhr – Rudas (BS)  
**Das Original Krimidinner**  
(mehr auf Seite 28) | Dinner

- 18.30 Uhr – Wasserburg Gebhardshagen (SZ)  
**Volker Diefes**  
Kabarett

- 19 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Sternstunden der Travestie**  
Unterhaltung

- 19.30 Uhr – Großes Haus (BS)  
**Eugen Onegin**  
(auch am 12.2.)  
Musiktheater

- 19.30 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Ein Amerikaner in Paris**  
Tanz-Musical

- 20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Parasite**  
(bis zum 5.2.)  
Kino

- 20 Uhr – St. Aegidien (BS)  
**Orgelkonzert Mendelssohn**  
Konzert

### 3 MONTAG

- 10 Uhr – Haus der Kulturen (BS)  
**Interkultureller Gesundheits-sport für Frauen**  
Fitness

- 10 Uhr – Haus der Kulturen (BS)  
**Shared Reading – gemeinsam Lesen**  
Gemeinschaft, Bildung

- 10 Uhr – Stadtbibliothek (BS)  
**„Ein bunter Mix“ – Illustrationen von Daniel Napp**  
(bis 15.4. im 3. OG)  
Ausstellung

- 19 Uhr – Lux (H)  
**Lejo – „Cleopatra“-Tour**  
Konzert

- 20 Uhr – Kunstmuseum (WOB)  
**Staatsorchester Braunschweig – „Intermezzo“**  
Konzert

### 4 DIENSTAG

- 9 Uhr – Autostadt (WOB)  
**„Rookie Konstrukteure“: Technisches Equipment**  
(bis 13 Uhr) | Eishockey, Kunst

- 11.30 Uhr – Prinzenpalais (WF)  
**Frenzy Höhne – Mehrwert**  
(bis zum 1.3.) | Ausstellung

- 15 Uhr – Vita-Villa (WF)  
**Identicons – Menschen als Gender-Icon**  
(Di, Mi & Fr 15-19 Uhr; bis zum 1.3.)  
Ausstellung

- 15 Uhr – Roter Saal (BS)  
**Kinderkino: „Kommissar Gordon & Buffy“**  
Kino

- 15.30 Uhr – Kulturpunkt West (BS)  
**Kinderkino: „Das tapfere Schneiderlein“**  
Kino

- 16 Uhr – Kunstmuseum (WOB)  
**Kunstdialog „Ryoji Ikeda“**  
Kunstdialog

- 19 Uhr – Schloss Museum (WF)  
**Die stadtbekannteste Schwester des weltberühmten Philosophen**  
Vortrag

- 19 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Manfred Zieger stellt vor: Peter Rühmkorf** | Lesung

- 19 Uhr – MusikZentrum (H)  
**Gloryhammer**  
Konzert

- 20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**TU Braunschweig Orchester**  
Konzert

- 20 Uhr – Stadthalle (GF)  
**Night of the Dance**  
Tanzshow

### 5 MITTWOCH

- 10 Uhr – Stadtbücherei (WF)  
**Offenes Treffen für junge Familien**  
Gesellschaft

DESIMO. **spezial Club**

Dienstag  
**25.2.**  
20 Uhr



live in der  
*Brunsviga*

Die  
**MIX-SHOW**  
mit Überraschungsgästen



[www.spezial-club.de](http://www.spezial-club.de)

- 12 Uhr – Innenstadt (BS)  
**winterkunstzeit**  
(mehr auf Seite 26; bis zum 9.1.) | Kunst, Workshop

- 13.15 Uhr – HBK (BS)  
**Rassismuskritische Bildungsarbeit. Wer wir sind und was wir machen** | Vortrag, Gespräch

- 19 Uhr – Stadtbibliothek (SZ)  
**Schiller Parodien**  
Lesung

- 19.30 Uhr – Roter Saal (BS)  
**Andreas Berger liest „Hauptsache ich lebe noch“**  
Lesung

- 19.30 Uhr – Kleines Haus (BS)  
**Der Kirschgarten**  
(auch 14.2.)  
Theater

- 19.30 Uhr – Großes Haus (BS)  
**Chicago**  
(auch am 14.2., 22.2. & 23.2.) | Musical

- 20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Volker Ranisch – „Bekenntnisse des Hochstaplers Felix Krull“**  
Theater

- 20 Uhr – Stadthalle (GF)  
**Peter Valance**  
(auch am 6.2.)  
Zauber, Illusion

- 20 Uhr – MusikZentrum (H)  
**Samsas Traum**  
Konzert

- 20 Uhr – Subkultur (H)  
**A Projection | Wires & Lights**  
Konzert



# TAGESTIPPS FEBRUAR

**ZAUBERSHOW**



## Unglaublich!

Die mitreißend magische Mix-Show

📅 21. und 22. Februar

📍 Komödie am Altstadtmarkt (BS)

🕒 19.30 Uhr

[spezial-club.de](http://spezial-club.de)

Der große Gastgeber DESIMO lädt wieder einmal zu einer besonderen Show ein: An zwei Februar-Abenden gastiert seine einzigartig gewitzte Zaubershow „Unglaublich!“ in der Komödie. Zu Gast sind der junge Illusionsweltmeister Topas, die mystisch-elegante Magierin Roxanne sowie Tanz- und Zauberkünstlerin Jaana Felicitas. Tickets gibt's unter [komoedie-am-altstadtmarkt.de](http://komoedie-am-altstadtmarkt.de).

**MUSICAL**



## That's Life – Das Sinatra-Musical

Eine Musical-Hommage an die Legende Frank Sinatra

📅 7. Februar

📍 Stadthalle (BS)

🕒 20 Uhr

[sinatra-musical.com](http://sinatra-musical.com)

**SHOW**



## Sixx PAXX – #followme Tour

Die sexy Strip-Show mit Popstar Marc Terenzi

📅 13. Februar

📍 Stadthalle (BS)

🕒 20 Uhr

[sixxpaxx.com](http://sixxpaxx.com)

**MARKT**



## 15. Celler „Handgemacht“-Markt

Kunsthandwerk, Design und allerlei schöne Dinge

📅 15. und 16. Februar

📍 CD-Kaserne (CE)

🕒 10 bis 18 Uhr und 11 bis 18 Uhr

[handgemacht-maerkte.com](http://handgemacht-maerkte.com)

**MUSICAL**



## Beat it! – Das Musical über den King of Pop

Mit den größten Hits von Superstar Michael Jackson

📅 18. Februar

📍 Stadthalle (BS)

🕒 20 Uhr

[beat-it-show.com](http://beat-it-show.com)

**6 DONNERSTAG**

9 Uhr – VHS-Fotogalerie (SZ)

**50 Jahre Atelier 70**

Ausstellung

15 Uhr – Lindenhalle (WF)

**Blutspendetermin**

Soziales

16 Uhr – AWO (BS)

**Ukraine inklusiv!**

Vortrag

19 Uhr – Rudas (BS)

**Gin Tasting**

(mehr auf Seite 28) | Kulinarisch

19.30 Uhr – Das Kult (BS)

**Erzählbühne**

Kultur, Lesung

20 Uhr – Aquarium (BS)

**Niemandland**

(auch am 7.2.)

Theater

20 Uhr – Roter Saal (BS)

**4gewinnt – „Alle vs. Moderator“**

Improtheater

20 Uhr – Brunsviga (BS)

**Udo Lindenberg Show –**

„Keine Panik“

Konzert

20 Uhr – Capitol (H)

**Ian Paice feat. Purpendicular**

Konzert

**7 FREITAG**

Ganztätig – HBK (BS)

**Winterparcours des Instituts**

**für Performative Künste und**

**Bildung**

(auch am 8.2.) | Bühne

15.30 Uhr – Stadtbücherei (WF)

**Guck mal, Madita, es schneit!**

Bilderbuchkino



18 Uhr – Eis Arena (WOB)

**Walking Comedy**

(auch am 8.2.)

Comedy

18 Uhr – Graff (BS)

**winterkunstzeit: Thorsten**

**Stelzner | Geza Gal | Graff**

(auch am 8.2. & 9.2.)

Lesung, Musik

18.30 Uhr – Awilon (WOB)

**Eat & Art – „Robin Rhode“**

(auch am 8.2.)

Führung, 3-Gänge-Menü

19.30 Uhr – Großes Haus (BS)

**Nathan der Weise**

(auch am 15.2. & 26.2.)

Theater

19.30 Uhr – Stadthalle (BS)

**Caveman**

Comedy, Theater

19.30 Uhr – Lessingtheater (WF)

**Ach, Amerika – vom Traum zur**

**Wirklichkeit**

Konzert

20 Uhr – Stadthalle (BS)

**„That's Life“ – Das Sinatra-**

**Musical**

Musical

20 Uhr – Brunsviga (BS)

**Magdeburger Zwickmühle**

Kabarett

20 Uhr – Das Kult (BS)

**Eat the Beat**

Musiktheater

20 Uhr – Harry's Bierhaus (BS)

**22. Ball im Bierhaus**

Party

20 Uhr – CongressPark (WOB)

**ABBA Gold – The Concert Show**

(auch am 8.2.)

Planokonzert

20 Uhr – Hallenbad (WOB)

**Horst Schroth**

Comedy

20 Uhr – KOMM (WF)

**Saratoga Seven**

Musik

20 Uhr – Villa Seeliger (WF)

**Justfour**

Konzert

20 Uhr – Theater am Aegi (H)

**The Pasadena Roof Orchestra**

Konzert

20 Uhr – Capitol (H)

**Jeanette Biedermann –**

**„DNA“-Tour**

Konzert

20 Uhr – MusikZentrum (H)

**Projekt Pitchfork**

Konzert

20 Uhr – Begegnungsstätte (SZ)

**New Branch**

Spendenkonzert

20 Uhr – Hotel Ratskeller (SZ)

**Elber Carnevals-Verein – bunter**

**Karnevalsball**

Tanzabend

21 Uhr – Bischofsmühle (HI)

**Brazzo Brazzone & The World**

**Brass Ensemble**

Konzert

22 Uhr – Kuba Halle (WF)

**Rave mit Dave Vol. 4 Techno**

Edition

Party

Fotos Harald Fuhr, Dominik Gruss, spezial Club, Handgemachte-Märkte, SIXX PAXX Concert

1. Niedersächsische

# CANNABIS-MESSE

22. – 24. Mai 2020

Gebläsehalle Ilsede | 11 – 19 Uhr

Cannabis als Medizin, Düngemittel, Pflanzenlampen, Grow-Schränke, Blunts, Bonges, Grinder, Cremes, Nahrungsmittel, Cannabidiol (CBD), Rauch- und Verdampferaccessoires  
(Änderungen vorbehalten)

[www.heiko-klein-messen.de](http://www.heiko-klein-messen.de) | Telefon (0 51 32) 9 234 680

Mit freundlicher Unterstützung von

designed by d-zine



8 SAMSTAG

- 14 Uhr – Kuba Tonmöbel e.V. (WF)  
**Kuba-Museum**  
Ausstellung
- 16 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Bambi**  
Theater
- 16 Uhr – Kunstmuseum (WOB)  
**Öffentliche Kombi-Führung „Rhode/Ikeda“** | Führung
- 17 Uhr – Schmidt Terminal (WF)  
**Jörn Schewski**  
Vernissage
- 18 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Ne Kappe Bunes**  
Karneval
- 18 Uhr – Nexus (BS)  
**Gala-Abend mit Soli-Versteigerung**  
Gala, Kultur
- 18 Uhr – Lindenhalle (WF)  
**Rock your Stage**  
Tanzaufführung
- 19.30 Uhr – Kleines Haus (BS)  
**Vom Sinn der Sinnlichkeit**  
(auch am 15.2. & 19.2.)  
Tanztheater
- 19.30 Uhr – Kulturscheune (SZ)  
**Gustav Peter Wöhler Band**  
Konzert
- 20 Uhr – Spunk (BS)  
**The Giraffe Men feat. The Marietta Sisters** | Konzert
- 20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**GTD Comedy Slam**  
Comedy
- 20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Katharina Hoffmann und Mai Horlemann – „Wenn Zwei sich Einen teilen“** | Kabarett, Comedy
- 20 Uhr – Harry's Bierhaus (BS)  
**Grey Bones**  
Konzert

- 20 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**Thomas Scheytt**  
Pianokonzert
- 20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Bluespower – „HomeRun“-Party**  
Konzert
- 20 Uhr – Theater am Aegi (H)  
**Die Andrew Lloyd Webber Musical Gala** | Musical



- 20 Uhr – Swiss Life Hall (H)  
**Shindy – „Untouchable“-Tour**  
Konzert
- 20 Uhr – MusikZentrum (H)  
**Zebrahead**  
Konzert
- 20 Uhr – LUX (H)  
**Lina Maly | Fine**  
Konzert
- 20 Uhr – Schabreu (BS)  
**Back2Water** | Konzert
- 21 Uhr – B58 (BS)  
**Commercial Suicide Elephanta | „Niru“** | Konzert
- 22 Uhr – Kuba Halle (WF)  
**90er Party mit DJ Steven** | Party
- 23 Uhr Stereowerk (BS)  
**Fluid Chamber** | Party

9 SONNTAG

- 11 Uhr – Filmpalast (WF)  
**Über den Dächern von Nizza**  
Frühstückskino
- 12 Uhr – CineStar (WF)  
**Disney Junior Mitmach-Kino**  
(auch um 15 Uhr)  
Kino
- 14.30 Uhr – Stadthalle (GF)  
**Hänsel und Gretel**  
(auch um 16.30 Uhr)  
Märchenmusical
- 15 Uhr – Das Kult (BS)  
**Tango-Café**  
Tanz, Essen
- 15 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Motive der Literatur – „Und erneut der Schelm“**  
Lesung
- 15 Uhr – Schloss Museum (WF)  
**Erlebnisführung mit dem Tanzmeister**  
Führung
- 15 Uhr – CongressPark (WOB)  
**Kinderfasching – Die Mega-Party für alle Kids**  
Party
- 15 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**Bunter Erzählnachmittag**  
Lesung
- 16 Uhr – Komödie am Altstadtmarkt (BS)  
**Düsseldorfer Kom(m)ödchen – „Quickies – schnelle Nummern zur Lage der Nation“**  
Sketch-Show
- 16.30 Uhr – Kulturpunkt West (BS)  
**Karin Bottke – „Keiner ist ohne Schuld“**  
Lesung
- 17 Uhr – St. Trinitatiskirche (WF)  
**Winterkonzert des Kammerorchesters**  
Konzert

- 18 Uhr – Kleines Haus (BS)  
**Franz Schuberts „Winterreise“**  
Konzert
- 18 Uhr – Capitol (H)  
**Equilibrium – „Renegade“-Tour**  
Konzert
- 19 Uhr – Volkswagen Halle (BS)  
**Mario Barth**  
Comedy
- 19 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Die große Heinz-Erhardt-Show**  
Musical
- 19 Uhr – Gymnasium (SZ-BAD)  
**ABBA – The Tribute Concert**  
Konzert
- 19.30 Uhr – St. Aegidien (BS)  
**Evensong mit dem Münsterchor**  
Konzert
- 20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Gregor Gysi – „Ein Leben ist zu wenig“**  
Lesung
- 20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Bernd Giesecking – „Ab dafür!“**  
Satire, Comedy
- 20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**My Zoe**  
(bis zum 11.2.)  
Kino
- 20 Uhr – Lux (H)  
**Dennis Dies Das**  
Konzert
- 11.45 Uhr – Rudas (BS)  
**Familienbrunch**  
(mehr auf Seite 28) | Frühstücksbuffet

10 MONTAG

- 11 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Good Morning, Boys and Girls**  
Theater

11 DIENSTAG

- 16 Uhr – BS Energy (BS)  
**Bücherwurm liest – „Gretas Einhorn macht Krawall“**  
Lesung
- 18 Uhr – Graff (BS)  
**Ursula Poznanski liest für Jugendliche – „Erebus 2“**  
Lesung
- 19 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Vielfacher Schriftsinn – Clarice Lispector: „Nahe dem wilden Herzen“**  
Lesung
- 19.30 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Axel Hacke liest und erzählt**  
Lesung
- 20 Uhr – Ratsgymnasium (WOB)  
**Karl-Markus Gauß – „Abenteuerliche Reise durch mein Zimmer“**  
Autorenlesung
- 20 Uhr – MusikZentrum (H)  
**Mert – „Boxerschnitt“-Tour**  
Konzert

12 MITTWOCH

- 18.30 Uhr – Roter Saal (BS)  
**Künstlerbriefe als Quelle: Einblicke und Erkenntnisse aus Kupferstichkabinetts**  
Vortrag
- 19 Uhr – Benno Goeritz (BS)  
**Tobias Schwartz – „Nordwestwärts“**  
Autorenlesung
- 20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**„Schwanensee“ – Das Russische Nationalballet**  
Ballett
- 20 Uhr – CongressPark (WOB)  
**Profilier Suzanne Grieger-Langer**  
Unterhaltung, Lesung
- 20 Uhr – Capitol (H)  
**Orishas – „Origen“-Tour**  
Konzert
- 20 Uhr – Theater am Aegi (H)  
**Harald Lesch & Quadro Nuevo – „Sonne, Mond und Sterne“**  
Literatur
- 20.15 Uhr – Graff (BS)  
**David Nicholls und Max Moor – „Sweet Sorrow“**  
Lesung

13 DONNERSTAG

- 9 Uhr – Autostadt (WOB)  
**Was uns morgen bewegt: Utopien**  
(ganztägig bis zum 7.5.)  
Talk, Film, Ausstellung
- 11 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**The Superhero Piece**  
Tanztheater
- 14.30 Uhr – Ludwig Fresenius Schulen (WOB)  
**Ich werde was. Mit Spaß und Perspektive**  
Infoveranstaltung
- 18.30 Uhr – Kunstmuseum (WOB)  
**Art After Work „Ryoji Ikeda“**  
Führung, Sekt
- 19 Uhr – Haus der Kulturen (BS)  
**Zweiter Architektur-Slam**  
Kultur
- 19 Uhr – Nexus (BS)  
**15 Jahre Nexus**  
(bis zum 15.2.)  
Musik, Kultur
- 20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Sixx Paxx – „#followme“**  
Stripshow
- 20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Tahnee – „Vulvarine“**  
Comedy
- 20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Mein Ende. Dein Anfang.**  
Kino
- 20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Impro-Jam**  
Improtheater
- 20 Uhr – Lux (H)  
**Shelter Boy**  
Konzert
- 20 Uhr – Swiss Life Hall (H)  
**RIN**  
Konzert

- 20 Uhr – Faust (H)  
**Knasterbart**  
Konzert
- 20.30 Uhr – Bischofsmühle (HI)  
**Joel Paterson & The Modern Sounds**  
Konzert

14 FREITAG

- 14 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Führung durch das Lessingtheater**  
Führung mit Anmeldung
- 14 Uhr – Eintracht-Stadion (BS)  
**Eintracht BS vs. 1. FC Kaiserslautern**  
Fußball
- 14.30 Uhr – Stadtbücherei (WF)  
**Spielenachmittag**  
Gesellschaft



- 16 Uhr – CongressPark (WOB)  
**Feuerwehrmann Sam – „Das große Campingabenteuer!“**  
Familienshow
- 16 Uhr – Kulturpunkt West (BS)  
**29. Plattdeutsche Teestunde**  
Gesellschaft
- 18 Uhr – KufA Haus (BS)  
**Cimmerian Pact**  
Konzert
- 18 Uhr – westand (BS)  
**The Busters**  
Konzert
- 18 Uhr – Rudas (BS)  
**Happy Valentine**  
4-Gänge-Menü
- 18 Uhr – Schmidt Terminal (WF)  
**Humorvolle Krimigeschichten gelesen von Marianne Orsini-Parakenings**  
Lesung
- 18 Uhr – Awilon (WOB)  
**Valentinstag-Dinner**  
Essen
- 18.30 Uhr – Awilon (WOB)  
**Eat & Art „Ryoji Ikeda“**  
(auch am 28.2.)  
Führung, 3-Gänge-Menü
- 19 Uhr – Schloss (WF)  
**Ein Abend mit Casanova**  
Dinner, Unterhaltung
- 19.30 Uhr – MusikZentrum (H)  
**Alte Bekannte – „Das Leben ist schön“-Tour**  
A-capella-Konzert

- 19.30 Uhr – Komödie am Altstadtmarkt (BS)  
**Best of Loriot**  
(auch am 15.2., 16.2., 18.2., 25.2. bis 29.2.)  
Comedy, Theater
- 19.30 Uhr – Eis Arena (WOB)  
**Grizzlys vs. Straubing Tigers**  
Eishockey
- 19.30 Uhr – Lux (H)  
**Kopfecho – „Etwas bleibt“-Tour**  
Konzert
- 19.30 Uhr – Capitol (H)  
**Alcest – „Spiritual Instinct“-Tour**  
Konzert
- 20 Uhr – Roter Saal (BS)  
**Eva Klesse Quartett**  
Konzert
- 20 Uhr – Volkswagen Halle (BS)  
**Deichkind – „Diamond Ticket“**  
Konzert
- 20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Meisterkonzerte: Nemanja Radulović** | Konzert
- 20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Johnny Cash Abend**  
Konzert
- 20 Uhr – Lindenhalle (WF)  
**Andreas Geffarth**  
Konzert
- 20 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**Sechszylinder**  
A-capella-Konzert
- 20 Uhr – Theater am Aegi (H)  
**Das Phantom der Oper**  
Musical
- 20.15 Uhr – Graff (BS)  
**Anja Baumheier – „Kastanienjahre“** | Lesung
- 23 Uhr Privileg (BS)  
**Love is in the Beat mit MDB39**  
(mehr auf Seite 16) | Party, Konzert

15 SAMSTAG

- 10 Uhr – AWO (BS)  
**Systemisch in Schwung**  
(mit Anmeldung) | Workshop
- 10 Uhr – CD-Kaserne (CE)  
**15. Celler „Handgemacht“-Kunsthandwerk-Markt**  
Markt
- 11 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Die kleine Hexe**  
(auch um 15 Uhr)  
Kindertheater
- 15 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**„Einfach G.E.L. – oder was Sie schon immer über Lessing wissen wollten ...“**  
Lesung
- 16 Uhr – Neustadtmühle (BS)  
**Floor Wars**  
Breakdance-Battle
- 19.30 Uhr – Volkswagen Halle (BS)  
**SDP – „Die Unendliche“-Tour**  
Konzert
- 20 Uhr – Roter Saal (BS)  
**Frank Fischer – „Meschugge“**  
Kabarett, Comedy
- 20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Tom Ehrlich**  
Kabarett



13. bis 15. Februar, Nexus (BS) | Das Kulturzentrum feiert sein 15-jähriges Jubiläum mit einem großen Festival.

Foto Nexus

**KuBA KULTUR HALLE**

**Sa. 15.2.'20 20 h**  
**Dark Electro Night**

**TOAL**

**SYNTH ATTACK**

**IGF IN GOOD FAITH**

**Sa. 22.2.'20 21 h**

**Sechszylinder**  
A-capella-Konzert

**Das Phantom der Oper**  
Musical

**Anja Baumheier – „Kastanienjahre“** | Lesung

**23 Uhr Privileg (BS)**  
**Love is in the Beat mit MDB39**  
(mehr auf Seite 16) | Party, Konzert

**Sa. 29.2.'20 21 h**

**ZZ TOP Tribute**

**Fr. 13.3.'20 20 h**

**die WESTERNHAGEN Tribute Show**

Tickets an allen EVENTIM - VVK-Stellen  
Infos unter: [www.kuba-halle.de](http://www.kuba-halle.de)  
Forum Kultur e.V./KuBa-Halle  
Lindener Str. 15, 38300 Wolfenbüttel



20 Uhr – Harry's Bierhaus (BS)  
**M.O.T. Blues Band**  
Konzert

20 Uhr – CongressPark (WOB)  
**Die Nacht der Musicals**  
Musical

20 Uhr – KuBa Halle (WF)  
**Dark Electro Night: Synth Attack | In Good Faith | Toal**  
Konzert, Party

20 Uhr – Innenstadt (PE)  
**Honky Tonk Festival**  
Musik, Kneipe

20 Uhr – Schloss (GF)  
**Knietief im Paradies**  
Kabarett, Musik

20 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**Jimmy Reiter** | Konzert

20 Uhr – Lux (H)  
**Coogans Bluff – „Metropolis“-Tour** | Konzert

20 Uhr – Musikzentrum (H)  
**Rock'n'Roll Wrestling Bash**  
Musical

21 Uhr – Stereowerk (BS)  
**80er Party + 90er** | Party

21 Uhr – Aquarium (BS)  
**„Musik bei Freunden“** | Missincat  
Konzert

16 SONNTAG

10 Uhr – CD-Kaserne (CE)  
**15. Celler „Handgemacht“-Markt**  
Markt

15 Uhr – Raabe-Haus (H)  
**Andreas Jäger liest „Per Anhalter durch die Galaxis“**  
Lesung

16 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Post für den Tiger**  
(auch am 17.2. um 10 Uhr)  
Figurentheater



17 Uhr – CineStar (WF)  
**Best of Anime: „Date A Live“**  
Kino

17 Uhr – Fürstensaal Schloss Salder (SZ)  
**Duo Hartwig-Lebed**  
Konzert

18 Uhr – Stadttheater (WOB)  
**Danceperados of Ireland**  
Stepptanz, Bühne

20 Uhr – westand (BS)  
**Manfred Mann's Earth Band**  
Konzert

17 Uhr – Das Kult (BS)  
**Sorella**  
A-capella-Konzert

18 Uhr – TUI Arena (H)  
**Ehrlich Brothers – „Dream & Fly“**  
Zauber, Musik

19.30 Uhr – Theater am Aegi (H)  
**Giselle**  
Ballett

19.30 Uhr – St. Aegidien (BS)  
**Evensong mit Taizé-Gesängen**  
Konzert

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Pferde stehlen**  
(bis zum 18.2.) | Kino

17 MONTAG

20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**6. Sinfoniekonzert Staatsorchester** | Konzert

20 Uhr – Kultbahnhof (GF)  
**Echofield**  
Konzert

20 Uhr – Capitol (H)  
**Kiefer Sutherland**  
Konzert

18 DIENSTAG

08.30 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**„Spaaass!“ – Für Keenies**  
(auch um 10.30 & 13 Uhr) | Theaterstück

18.30 Uhr – Roter Saal (BS)  
**Akademie-Vorlesung: „Schlafphysiologie – die Notwendigkeit der geistigen Abwesenheit“**  
Vortrag

19 Uhr – Schloss Museum (WF)  
**„Ich, die Geliebte des größten Mannes Deutschlands und der Erde...“ – Anmerkung zu Eva Braun**  
Vortrag

19 Uhr – Kolleg (BS)  
**Theodoros Iatridis: Klein ist die Seele** | Lesung

20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**„Beat it!“ – Die Show über den King of Pop**  
Musical

20 Uhr – LUX (H)  
**Alex Mayr – „Wann fangen wir an?“**  
Konzert

20 Uhr – Swiss Life Hall (H)  
**Dream Theater – „Distance Over Time“-Tour**  
Konzert

20.15 Uhr – Graff (BS)  
**Greta Silver – „Alt genug, um sich jung zu fühlen“**  
Lesung

19 MITTWOCH

15 Uhr – Wasserburg Gebhardshagen (SZ)  
**Teufelsgeschichten**  
Lesung

16 Uhr – Graff (BS)  
**Silke Lambeck liest für Kinder – „Mein Freund Otto, das wilde Leben und ich“**  
Lesung

19 Uhr – Haus der Kulturen (BS)  
**Les- und Rechtschreibschwäche**  
Vortrag

19 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Der Mensch im Netz – 5G – Elektronik** | Vortrag

20 Uhr – LUX (H)  
**Mädness – „OG“-Tour**  
Konzert

20 DONNERSTAG

9 Uhr – Autostadt (WOB)  
**„Rookie Reporter“: Marketing- und Image**  
(bis 15 Uhr für Schulklassen)  
Lehrveranstaltung

19.30 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**Sybille und die kleinen Wahnsinnigen – kabarettistische Plauderstunde**  
Kabarett

20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Daniel Helfrich – „Trennkost ein kein Abschiedessen“**  
Klavierkabarett

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Basta**  
Konzert

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Auerhaus**  
(auch am 21.2.)  
Kino

20 Uhr – Kuba Halle (WF)  
**Play it again Sam!**  
Foyerkonzert

20 Uhr – Faust (H)  
**Karate Andi**  
Konzert

21 FREITAG

16 Uhr – Lindenhalle (WF)  
**„Conni“ – Das Schul-Musical**  
Musical

17 Uhr – Schlossmuseum (BS)  
**„Die Geschichtsdetektive ermitteln...“ – Für Kinder**  
Sonderausstellung

19 Uhr – Schlosslounge (BS)  
**Das Kriminal Dinner**  
Theater, Essen

19 Uhr – Kleines Haus (BS)  
**Grazozonen**  
Theater

19.30 Uhr – Komödie am Altstadtmarkt (BS)  
**DESIMO – „Unglaublich!“**  
(auch am 22.2.)  
Magie, Show

19.30 Uhr – Pfarrscheune Ölper (BS)  
**Hans-W. Fechtel und Arndt Gutzeit – „Es lebe die Bohème!“**  
Aufführung, Lieder

19.30 Uhr – Eis Arena (WOB)  
**Grizzlys vs. Pinguine Krefeld**  
Eishockey

19.30 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Suzanne von Borsody liest Frida Kahlo**  
Lesung

20 Uhr – KufA Haus (BS)  
**The Offenders**  
Konzert

20 Uhr – westand (BS)  
**Oomph!**  
Konzert

20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Flenter & Knop – Tom Waits-Revue**  
Konzert

20 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Weiberfastnacht BKG**  
Karnevalsgesellschaft

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Poetry Slam**  
Kultur

20 Uhr – Musikzentrum (H)  
**Manuellsen feat. Twin und Kez**  
Konzert

20 Uhr – Begegnungsstätte Brücke (SZ)  
**Thomas Schreckensberger – K(n)abarett**  
Kabarett

20 Uhr – Gymnasium SZ-BAD (SZ)  
**„Die Niere“ – Komödie**  
Theater

21 Uhr – Bischofsmühle (HI)  
**The Toughest Tenors**  
Konzert

21 Uhr – Aquarium (BS)  
**Butch Cassidy im Garten. Ein Tanz** | Party

22 SAMSTAG

9 Uhr – Phaeno (WOB)  
**Bau am LEGO® Mosaik**  
(auch am 23.2. & 29.2.)  
Wissenschaft

10 Uhr – Phaeno (WOB)  
**GBC-Workshop – Bau einer Ballpumpe**  
(auch um 13.30 Uhr, sowie am 23.2. & 29.2.)  
Workshop

11.30 Uhr – Phaeno (WOB)  
**EV3-Workshop – LEGO Mindstorms®-Roboter programmieren**  
(auch um 15 Uhr, sowie am 23.2. & 29.2.)  
Workshop

18 Uhr – Volkswagen Halle (WOB)  
**1. Bundesliga Formationen Standard**  
Sport, Tanz

18.30 Uhr – Awilon (BS)  
**Eat & Art „Ryoji Ikeda. Data-Verse“**  
Führung, 3-Gänge-Menü

19 Uhr – CongressPark (WOB)  
**The Spirit of Freddie Mercury**  
Musik

19 Uhr – Steigenberger Parkhotel (BS)  
**A Tribute To Udo Jürgens**  
Dinnershow

19 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Große Karneval-Prunksitzung der KVR**  
Entertainment

19 Uhr – Nexus (BS)  
**Sun Worship | Turia | Iffernet**  
Konzert

19 Uhr – Aula Gymnasium SZ-BAD (SZ)  
**Lions-Club – 36. Konzert zur Förderung junger Künstler**  
Musik

19.30 Uhr – Kleines Haus (BS)  
**Iphigenie auf Tauris**  
Theater

19.30 Uhr – Kulturscheune (SZ)  
**Schlagerepress**  
Konzert

19.30 Uhr – Musikzentrum (H)  
**Vona**  
Konzert

20 Uhr – B58 (BS)  
**Miss Vincent | Tribe Friday | Chalk.**  
Konzert

20 Uhr – Spunk (BS)  
**Karl-Heinz**  
Konzert

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Antilopen Gang**  
(mehr auf Seite 10) | Konzert



25. Februar, KufA Haus (BS) | Unerth, Prong und Dust Bolt kommen als unbändiges Metalpaket ins Westliche.

**in die CD - Kaserne**  
über 60 Aussteller...  
DESIGN KUNSTHANDWERK  
LECKEREIEN SCHÖNE DINGE  
15./16. Februar  
Handgemacht  
auf nach Celle  
Sa.10-18, So.11-18 Uhr - Eintritt 2,50 € - www.handgemacht-maerkte.com

**Leseratte-Buchladen**  
Bücher und mehr ...  
Hopfengarten 40  
38102 Braunschweig  
Tel. 0531-795685  
www.Leseratte-Buchladen.de  
NESE RATTE  
BÜCHER UND MEHR  
Neue Öffnungszeiten ab 1.4.2019:  
Mo - Fr 13.00 - 19.00 Uhr, Sa 10.00 - 14.00 Uhr

**Kultur vom Amt**   
Februar 2020  
Kniestedter Kirche SZ-Bad  
Kulturscheune SZ-Lebenstedt

**Scheune Spezial**  
"Love Is The Drug" Sa. 08.02.2020  
Gustav Peter Wöhler

**Blues in der Kirche**  
"What You Need" Sa. 15.02.2020  
Jimmy Reiter

**Niki Spezial**  
"Dümmer geht ümmer" Sa. 22.02.2020  
HörBänd

**Blues in der Kirche**  
"Heartbeast Tour" Fr. 28.02.2020  
WellBad

Stadt Salzgitter - Fachdienst Kultur - VVK an allen Reservix VVK Stellen  
z.B. Amei's Buchecke, Neddermeyer, Ticketshop Galeria Kaufhof  
Info / Vorbestellung: 0171 86 22 976 oder antje.fischer@stadt.salzgitter.de



20 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**HörBand**  
Konzert

21 Uhr – B58 (BS)  
**Miss Vincent**  
Konzert

21 Uhr – KuBa Halle (WF)  
**Dire Strats**  
Konzert

22 Uhr – Stereowerk (BS)  
**INDIE Ü30 + Gegen den Strom**  
Party

23 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Belle Epoque pres. Dr. Motte**  
Konzert, Party

19 Uhr – CongressPark (WOB)  
**The Spirit of Freddie Mercury**  
Musik, Bühne

19.30 Uhr – Kleines Haus (BS)  
**Novecento**  
Schauspiel

19.30 Uhr – St. Aegidien (BS)  
**Evensong mit Gregorianischen Gesängen** | Konzert

19.30 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**So oder so – Hildegard Knef**  
Musik, Theater

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Bernadette**  
(bis zum 25.2.) | Kino

20 Uhr – LUX (H)  
**Tom Schilling & The Jazz Kids**  
Konzert

20 Uhr – Capitol (H)  
**Lotte – „Tour zum Glück“**  
Konzert

23 SONNTAG

11 Uhr – Louis-Spohr-Saal (BS)  
**Kammerkonzert**  
Konzert

11 Uhr – Kulturpunkt West-Weststand (BS)  
**Musikmatinee: Jazz2Jazz**  
Musik

11 Uhr – Stadthalle (GF)  
**Schneewittchen**  
(auch um 15 Uhr)  
Musical

15 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Zugparty 2020**  
(mehr auf Seite 22) | Karneval

15 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**Eliot und Isabella – Kein Sonntag wie der Andere**  
Lesung

15.30 Uhr – Volkswagen Halle (BS)  
**Musikparade – Europas größte Blasmusik-Tournee**  
Konzert

16 Uhr – CineStar (WF)  
**Bolshoi Ballett live: „Schwanensee“**  
Kino

17 Uhr – Roter Saal (BS)  
**Abschlusskonzert des Meisterkurses für Querflöte bei Prof. Wolfgang Siggemann**  
Konzert

18 Uhr – Kulturring (PE)  
**Marc Weide – „Kann man davon leben??“**  
Magie, Comedy

24 MONTAG

19 Uhr – Haus der Wissenschaft (BS)  
**Luftfahrt der Zukunft: „Perlan Projekt – Wellenreiter in der Stratosphäre“**  
Podiumsdiskussion

19.30 Uhr – Großes Haus (BS)  
**Rafik Schami – „Die geheime Mission des Kardinals“**  
Lesung

25 DIENSTAG

11 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Gottfried Keller – „Romeo und Julia auf dem Dorfe“**  
Literatur

14 Uhr – Gesundheitsamt (SZ)  
**Progressive Muskelentspannung** | Gesundheit

17 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Bibi & Tina**  
Konzert

17 Uhr – Hagenmarkt (BS)  
**Literarische Führung durch Braunschweigs Innenstadt mit Johannes Heinen**  
Führung



20 Uhr – KufA Haus (BS)  
**Unearth | Prong | Dust Bolt**  
Konzert

20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**DESiMOs Spezial Club**  
Bühne, Comedy

20 Uhr – Villa Seeliger (WF)  
**Zirkeltraining für die Ohren**  
Ringvorlesung

20 Uhr – CineStar (WF)  
**Best of Anime: „Saga of Tanya the Evil“**  
Kino

20 Uhr – Capitol (H)  
**Antilopen Gang – „Abbruch, Abbruch“**  
Konzert

20 Uhr – MusikZentrum (H)  
**Destruction & Guests**  
Konzert

26 MITTWOCH

10 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Peter Pan**  
(auch um 16 Uhr)  
Theater

10 Uhr – Städtisches Klinikum (WF)  
**Elterncafé**  
Gespräch

18 Uhr – CineStar (WF)  
**Best of Anime: „Kase-San and Morning Glories“**  
Kino

18.30 Uhr – TRAFU Hub (BS)  
**Digital Dienstag**  
Vortrag

19 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Kristin Höller – „Schöner als Überall“**  
Autorenlesung

19.30 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Rudelsingen**  
Konzert

27 DONNERSTAG

15 Uhr – Cadio Clubs e.V. (SZ)  
**Amateurfunklehgang**  
Lehrgang

19.30 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Norwegen**  
Vortrag

19.30 Uhr – Roter Saal (BS)  
**But Beautiful**  
Kino

19.30 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Stimmflut – Das A-Cappella-Event**  
(auch am 28.2.)  
Konzert

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Schönheit und Vergänglichkeit**  
Kino

20 Uhr – Das Kult (BS)  
**4. Salon der spontanen Künste**  
Improtheater

20 Uhr – LUX (H)  
**13 Crowes – „Solway Star“**  
Konzert

20 Uhr – MusikZentrum (H)  
**Make a Move & Marti Fischer**  
Konzert

20.15 Uhr – Graff (BS)  
**Heike Pffingsten-Kleefeld – „Kriegsenkelgefühle“**  
Lesung

28 FREITAG

11 Uhr – Kulturpunkt West (BS)  
**Frag doch mal... die Polizei**  
Vortrag

# DEINE EVENTS IN DER REGION

FOTOGALERIEN, INFOS UND NOCH MEHR EVENTTIPPS AUF SUBWAY.DE

17 Uhr – St. Trinitatiskirche (WF)  
**Führung durch die St.Trinitatiskirche**  
Führung

19.30 Uhr – Waldhaus Ölper (BS)  
**Mord au Chocolat**  
Krimidinner

19.30 Uhr – St. Trinitatis Kirche (WF)  
**Die himmlische Nacht der Tenöre**  
Klassik, Konzert

20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Christine Prayon**  
Bühne

20 Uhr – Das Kult (BS)  
**Fechtel & Gutzeit – „Es lebe die Boheme!“**  
Liederabend

20 Uhr – KJZ Heidberg (BS)  
**Jonny S & The Gang | From Another Mother | Luke Juke**  
Konzert

20 Uhr – Congress Park (WOB)  
**Kokobu – The Drums of Japan**  
Musik



20 Uhr – Lindenhalle (WF)  
**Sternstunden der Travestie**  
Bühne

20 Uhr – Stadthalle (GF)  
**Wann wird es endlich wieder so, wie es nie war?** | Theater

20 Uhr – Schloss (GF)  
**Streichquartett Ten Hagen**  
Konzert

20 Uhr – Hallenbad (WOB)  
**Stefan Danziger**  
Comedy

20 Uhr – Kniestedter Kirche (SZ)  
**WellBad** | Konzert

20 Uhr – Theater am Aegi (H)  
**Johann König – „Jubel, Trubel, Heiserkeit“**  
(auch am 29.2.) | Comedy

20.45 Uhr – KufA Haus (BS)  
**Restorchester**  
Konzert

29 SAMSTAG

9 Uhr – HYGIA X-Perience Park (WOB)  
**BSports Unternehmenscup**  
Sport

9 Uhr – Stadthalle (BS)  
**Handmade 2020**  
Ausstellung, Messe

9 Uhr – CongressPark (WOB)  
**Reptilien- und Vogelspinnenausstellung**  
Ausstellung

11 Uhr – Raabe-Haus (BS)  
**Writers Ink. Workshop – „Birthday Party“**  
Workshop

14 Uhr – Innenstadt (BS)  
**Straßenkrimi**  
Unterhaltung

14 Uhr – Eintracht-Stadion (BS)  
**Eintracht BS vs. KFC Uerdingen**  
Fußball

15.30 Uhr – B58 (BS)  
**H666 | Steel Held High Festival**  
Konzert

19 Uhr – Roter Saal (BS)  
**10 Jahre Braunschweiger Stadtmusikanten**  
Chorkonzert

19 Uhr DRK Kaufbar (BS)  
**Marie Feiler & RIA**  
Konzert

19.30 Uhr – Großes Haus (BS)  
**Angels in America**  
Musiktheater

19.30 Uhr – Kulturscheune (SZ)  
**The Cannons – „Scheune Spezial“**  
Konzert

19.30 Uhr – Lessingtheater (WF)  
**Der Vetter aus Dingsda**  
Operette

20 Uhr – Brunsviga (BS)  
**Die Distel – „Einmal Zukunft und zurück“**  
Kabarett

Dein Termin ist nicht dabei? Dann schick uns deine Events an [termine@subway.de](mailto:termine@subway.de). Alle Angaben sind ohne Gewähr.



RHEIN KONZERTE

Beide Termine im Brunsviga Kulturzentrum.

**HELENE BOCKHORST**  
26.02.20

**JAN PHILIPP ZYMNY**  
22.04.20

Tickets an allen bekannten Vorverkaufsstellen oder unter [www.eventim.de](http://www.eventim.de)



Montag bis Donnerstag:

**7:00 – 9:00 Uhr Region aktuell am Morgen**  
Regionales Magazin, mit Informationen aus Politik, Wirtschaft, Sport u. Kultur

**11:00 – 14:00 Uhr Zwischen Harz & Heide**  
Regionales Magazin

**15:00 – 16:00 Uhr Dabei nach Drei**  
eine Sendung der Seniorenredaktion

**17:00 – 19:00 Uhr Region aktuell am Abend**  
Regionales Magazin, mit Informationen aus Politik, Wirtschaft, Sport u. Kultur

Freitag:

**7:00 – 9:00 Uhr Region aktuell am Morgen**  
Regionales Magazin, mit Informationen aus Politik, Wirtschaft, Sport u. Kultur

**9:00 – 10:00 Uhr Region aktuell die Woche**  
Der Wochenrückblick

**10:00 – 14:00 Uhr Zwischen Harz & Heide**  
Regionales Magazin

**15:00 – 17:00 Uhr Impact**  
eine Sendung der Jugendredaktion

**17:00 – 19:00 Uhr Region aktuell am Abend**  
Regionales Magazin, mit Informationen aus Politik, Wirtschaft, Sport u. Kultur

Samstag:

**10:00 – 12:00 Uhr Espresso**  
Das Magazin am Samstag

**12:00 – 13:00 Uhr Die Okerpiraten**  
Eine Sendung der Kinderredaktion

**13:00 – 15:00 Uhr Playback**  
Musik von gestern für Leute von heute

**15:00 – 17:00 Uhr Zwischentöne**  
Musik und Satire am Samstagnachmittag

**19:00 – 20:00 Uhr Halbzeit**  
Sport aus der Region

Sonntag:

**9:00 – 12:00 Uhr Frühstückswelle**  
Musikmagazin am Sonntag

**12:00 – 13:00 Uhr Pandora Spezial**  
Das Kulturmagazin am Sonntag

**15:00 – 16:00 Uhr World-Beat**  
Folk- und Weltmusik

**16:00 – 17:00 Uhr Blickpunkt Glaube**  
Eine Sendung der Fachredaktion Religion

**19:00 – 21:00 Uhr Endspurt**  
Sport aus der Region

Weitere Informationen zum Programm unter [www.okerwelle.de](http://www.okerwelle.de)

Foto: Andrey Kiselev - Fotolia.com



# KENNT IHR EIGENTLICH SCHON ...



## ... Sushi-Superkoch The Duc Ngo?

**E**r ist so etwas wie der Mark Zuckerberg der Gastronomie – ohne richtige Ausbildung ist der Vietnamese The Duc Ngo in der Küche durchgestartet wie kaum ein anderer. Sein Weg führte ihn vom McDonald's-Tresen bis zum „Gastronomischen Innovator des Jahres 2017“, eines seiner Berliner Restaurants zählte 2006 sogar zu den 50 besten Neueröffnungen weltweit. Aktuell führt er elf Restaurants in ganz Deutschland und beschäftigt über 100 Leute. Trotzdem ist er immer auf der Suche nach Neuem und der Herausforderung, duellierte sich im TV mehrfach mit Tim Mälzer und eröffnete im November im Braunschweiger Langerfeldt Haus gemeinsam mit seinen Freunden Hendrik Borgmann und Jörn Clausen („Die Apotheke“) die sytliche, japanische Restaurant-Bar „Mono“, für die auch sein Freund Sido schon fleißig Werbung gemacht hat. Regelmäßig steht The Duc hier auch selbst am Herd. Mit seiner lässigen und authentischen Art, einer tiefen Leidenschaft zum Kochen und jeder Menge kulinarischer Kreativität verwöhnt der 45-jährige Berliner seine Gäste auf besondere Art.

**The Duc, was darf dir beim Kochen nie fehlen?**  
Fischsoße und Sojasoße, meine Lieblingssoßen.

**Isst du denn auch mal Nudeln mit Pesto, wenn du keine Zeit für was richtiges hast?**

Das ist lange her. Ich esse dann eher eine Instant-Nudelsuppe – aber eine hochwertige!

**Was kriegst du beim besten Willen nicht runter?**  
Innereien von Lamm und Rind. Wenn die nicht gut sauber gemacht sind, kann das sehr penetrant riechen. Ganz schlimm.

**Was reizt dich an der japanischen Küche?**  
Sie ist eine der schönsten Küchen, weil sie so reich ist und das pure Lebensmittel im Vordergrund steht. Das ist die beste Grundlage zum Kochen.

**Was denkst du darüber, dass Sushi-Lieferdienste zur Zeit die Gastrolandschaft überschwemmen?**  
Die Qualität, die da rausgeht, ist natürlich meist ganz, ganz schlecht. Und so hat es sich in den Köpfen festgesetzt, dass Sushi etwas Billiges, Minderwertiges ist. Für mich persönlich ist das besonders schlimm, denn richtiges Sushi ist eine der schönsten Sachen der Welt.

**Wie wichtig ist dir Nachhaltigkeit beim Kochen?**  
Nachhaltig ist immer erst mal gut, um Verschwendung zu vermeiden. In den letzten zwanzig Jahren habe ich immer schon darauf geachtet und versucht, alles im Kreis zu verwenden und dabei so gut wie nichts wegzuschmeißen. Aus jedem Abschnitt, jedem Knochen, jeder Gräte immer noch was zu machen. Aber alles vom Bauern um die Ecke kaufen – das klappt mit meiner asiatischen Küche leider noch nicht.

**Du hast mal bei McDonald's gearbeitet. Was hat dir das für die Zukunft gebracht?**  
Bei McDonald's war ich mit 16 Jahren, da habe ich gelernt, wie man Prozesse beschleunigen kann, systematisch und sauber arbeitet – wir mussten immer sehr auf Hygiene achten.

**Küche bedeutet Stress und Hektik, was ist dein Rezept, um immer cool zu bleiben?**  
Gute Planung und gute Leute. Dann gibt's auch keinen Stress.

**Wann hast du zuletzt Fast Food gegessen?**  
Das ist lange her. Manchmal esse ich aber tatsächlich ganz gerne Chickenwings bei KFC.

**Woher kommen deine ganzen Ideen?**  
Durch das Reisen. Da sieht man Dinge, die einem gefallen und dann möchte man das natürlich auch in seiner Heimat haben. Deswegen habe ich angefangen, selbst Restaurants zu machen.

**Was macht für dich ein gutes Restaurant aus?**  
Extrem leckeres Essen, netter Service und ein passendes Ambiente. Das muss alles stimmig sein. In manchen Restaurants ist vom Betreten bis zum Verlassen des Ladens von A bis Z alles so, wie es sein soll.

**Welches deiner Restaurants ist dir am liebsten?**  
Das kann ich gar nicht beantworten. Das ist, als ob man fragt, welcher deiner Finger ist dir am liebsten. Man könnte auf keinen verzichten.

**Stehst du mit Tim Mälzer und dessen Überland hier in Braunschweig jetzt wieder im Wettstreit?**  
Das kann man mit einem Augenzwinkern so auslegen. Aber an sich will ich einfach ein erfolgreiches Restaurant machen. Dass er sich da wenige Monate vorher auch hinstellt, ist natürlich witzig. Eine Challenge ist das nicht. Aber wenn das Mono jetzt erfolgreicher wird, als das Überland, wäre das schon ein guter Running-Gag. (lacht)

**Wer kocht besser: Du oder deine Mutter?**  
Ich ... (lacht)

**Wer war bisher dein prominentester Gast...?**  
Brad Pitt und Angelina Jolie kamen am 38. Geburtstag von Angelina zum Essen ins Kuchi Mitte in Berlin. Ich habe Brad Pitt dort beigebracht, wie man richtig Sushi isst.

**Was für Gäste kannst du nicht ausstehen?**  
Leute, die gar nicht auf das Essen achten, sondern kommen zum Sehen und Gesehen werden. Meine Lieblingsgäste sind die, die Ahnung von Essen haben und mich vielleicht auch kritisieren könnten. Das fordert mich als Koch heraus.

**Wenn du dich entscheiden müsstest: Nie wieder Süßigkeiten oder nie wieder Fleisch und Fisch?**  
Ganz klar Süßigkeiten. Zucker ist eh der Teufel. Fisch und Fleisch kann man in Maßen essen und trotzdem gesund bleiben.

Weiter verhört wird im März!

Text Benyamin Bahri, Louisa Ferch Foto dado.fotos

# SEI NETT ZU DIR, TRINK WOLTERS BIER!







26.9.2019 – 30.8.2020

Hofer, Klee, Feininger, Heckel,  
Pechstein, Beckmann, Kirchner,  
Liebermann, Modersohn-Becker, Felixmüller,  
Gleichmann, Henninger, Jahns, Kaus, Kokoschka, Lühr, Maatsch,  
Mohr, Mueller, Münter, Nolde, von König, Wilke, u.a.

Gesellschaft der Freunde

junger

Kunst



SCHLOSSMUSEUM BRAUNSCHWEIG

Gefördert durch:

Die Braunschweigische  
Stiftung

RICHARD BOREK  
STIFTUNG

Stadt Braunschweig  
Fachbereich Kultur und Wissenschaft

SBK Stiftung  
Braunschweigischer  
Kulturbesitz

Stiftung  
Niedersachsen

© 2019 Schlossmuseum Braunschweig / Archiv (Archiv-Museum K. Cordes)



# SUCCESS

Jobs Wanted! Ausbildung und Karriere 2020



DEIN START  
IN DIE  
ZUKUNFT












**Ich mache meine Ausbildung bei BLÖTZ in Braunschweig!**

**Auch Schülerpraktikum möglich!**  
Sende uns Deine Bewerbung an:  
[bewerbung@bloetz.de](mailto:bewerbung@bloetz.de)

## Ausbildungsberufe

-  Kaufmann für Büromanagement (m/w/d)
-  KFZ- Mechatroniker Nutzfahrzeugtechnik (m/w/d)
-  Karosserie- und Fahrzeugbaumechaniker (m/w/d)
-  Kraftfahrzeugmechatroniker – System- und Hochvolttechnik (m/w/d)
-  Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)

**Weitere Informationen auf: [www.bloetz.de](http://www.bloetz.de)**

Artur Blötz GmbH & Co.KG • In den Waashainen 5, 38108 Braunschweig • 0531 / 23 58-0

## EDITORIAL

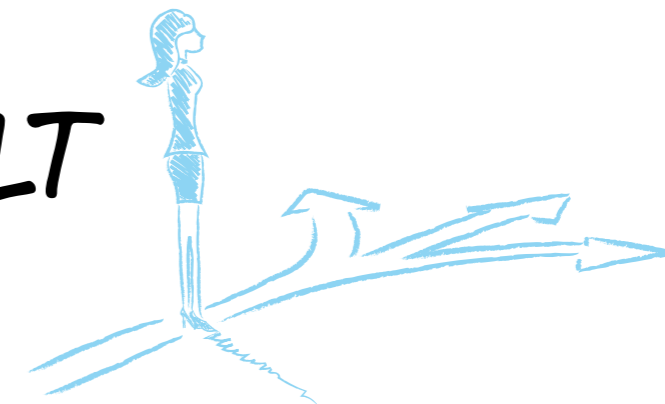
Tausende Schüler bereiten sich auf ihre Abschlussprüfungen vor und langsam, aber sicher, stellt sich die Frage: Was kommt eigentlich danach? Schon jetzt ist die richtige Zeit, sich über Bewerbung, Marktwert und Karrieremöglichkeiten Gedanken zu machen.

Allerdings herrscht weiterhin eine erhebliche Diskrepanz zwischen Jobangebot und -nachfrage: Arbeitgeber finden keine passenden Mitarbeiter. Zusätzlich belegen die Statistiken, dass immer mehr Abiturienten sich für ein Studium statt für eine Berufsausbildung entscheiden. Allerdings steht vielleicht eine Kehrtwende bevor. So berichtet die Bundesagentur für Arbeit, dass die Zahl der unbesetzten Ausbildungsstellen 2019 wieder abgenommen hat. Wird die praxisnahe, qualifizierte Lehre doch wieder attraktiver für Berufseinsteiger?

In der neuen Ausgabe unseres SUBWAY-Sonderhefts „Success“ wollen wir Bewerber und Arbeitgeber zueinander führen. Wir haben Unternehmen unter die Lupe genommen und informieren Einsteiger: Wie wichtig sind Sprachen für eine erfolgreiche Karriere? Was bedeutet die Pflegereform für eine Zukunft in der Branche? Wie kann ich mit Arbeitgebern in Kontakt treten?

Viel Spaß beim Stöbern und alles Gute für euren Einstieg in die Zukunft!  
Euer **SUBWAY**-Team

## INHALT



- 4 Pinnwand**  
News, Stats und Facts
- 6 Welt voller Möglichkeiten**  
**Azubis gesucht!** Ein Blick hinter die Kulissen bei Siemens Mobility Braunschweig
- 8 Pflegeausbildung neu gedacht**  
Die Pflegereform – was kann sie und was wird jetzt alles besser?
- 10 „Was zeichnet Sie als Arbeitgeber aus?“**  
Beim IHK-Neujahrsempfang 2020 haben wir Arbeitgebern auf den Zahn gefühlt
- 14 Voulez-vous learn a Sprache?**  
Mit Fremdsprachen den eigenen Horizont erweitern und die Bewerbung aufpolieren
- 16 Komplexe Technik**  
**Azubis gesucht!** Transporttechnik-Tradition bei der Artur Blötz GmbH
- 18 Messeterminale**  
Die wichtigsten Termine rund um Karriere und Beruf in der Region

Grafiken: jozeformic, veekickl - Fotolia.com

## IMPRESSUM

**HERAUSGEBER UND VERLAG**  
oeding magazin GmbH  
Erzberg 45 · 38126 Braunschweig  
Telefon (05 31) 4 80 15-0  
Telefax (05 31) 4 80 15-79  
[www.oeding-magazin.de](http://www.oeding-magazin.de)

**CHEFREDAKTION**  
Benyamin Bahri  
[redaktion@oeding.de](mailto:redaktion@oeding.de)

**REDAKTION**  
Viktoria Bethmann, Louisa Ferch,  
Denise Rosenthal

**GESTALTUNG**  
Christina Carl, Lars Wilhelm,  
Ivonne Jeetze

**KUNDENBERATUNG**  
Agentur HaTo (05 31) 4 80 15-130

**DRUCK**  
oeding print GmbH  
Erzberg 45 · 38126 Braunschweig

Redaktionsschluss ist jeweils der 10. des Vormonats. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Fotos, Manuskripte, Zeichnungen, weiterführende Links, QR-Codes und etc... Nachdruck aller Beiträge (auch auszugsweise) nur mit Genehmigung der oeding magazin GmbH.

**VERTRIEB**  
new city media GmbH  
Hintern Brüdern 23  
38100 Braunschweig  
Telefon (05 31) 39 00 702  
Telefax (05 31) 39 00 753  
[www.newcitymedia.de](http://www.newcitymedia.de)

Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen unter [www.oeding-magazin.de/agbs](http://www.oeding-magazin.de/agbs).  
[www.subway.de](http://www.subway.de)





# Abi, und jetzt?

Niedersachsens Berufstätige sind immer häufiger Hochschulabsolventen. Laut Landesamt für Statistik (LSN) haben mittlerweile schon mehr als 18 Prozent der Beschäftigten studiert. Das sind mehr als doppelt so viele, als noch vor zehn Jahren. Der Trend könnte sich bald ändern, denn zunehmend erkennen Abiturienten den Wert einer qualifizierten Ausbildung. So hat sich auch die Zahl der Abiturienten unter den Azubis seit 2010 mehr als verdoppelt. Insgesamt fehlt es jedoch an allen Ecken und Enden an Nachwuchs – nach wie vor. Ursache: An Schulen fehlt es an Berufsorientierung – leider besonders an den Gymnasien.

# PINNWAND

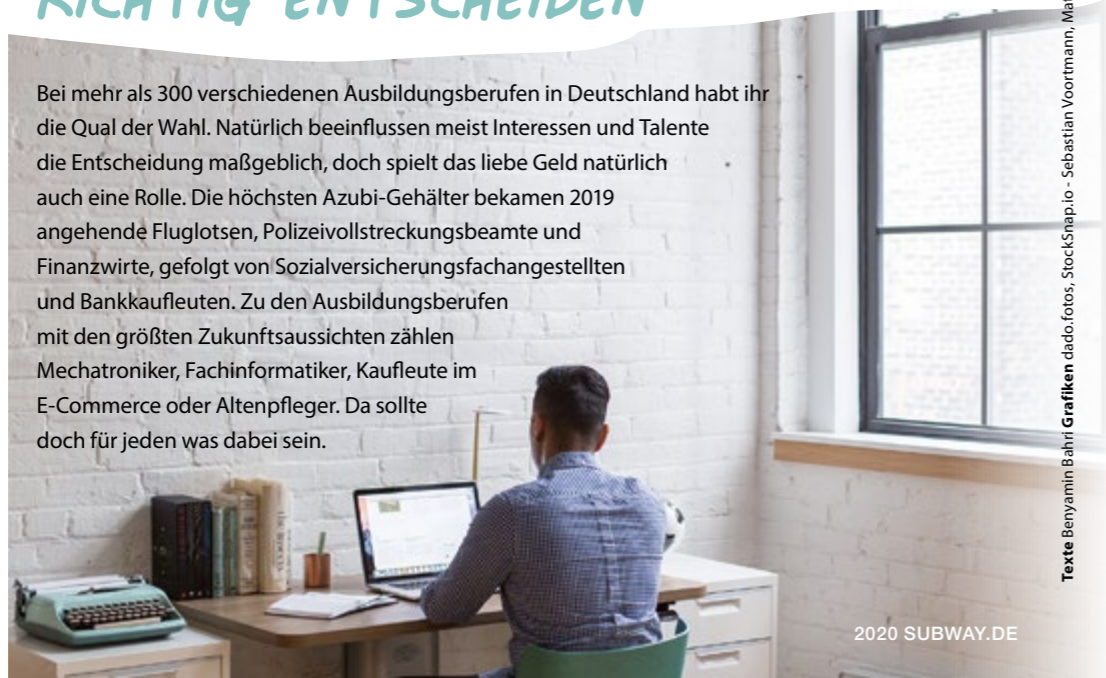
## NUR TALENT ALLEIN?!

Kann man auch ohne abgeschlossene Ausbildung etwas werden? Manchen gelingt das, zum Beispiel Starkoch The Duc Ngo, der sich erst kürzlich mit dem Szenearchitekt Mono in Braunschweig niedergelassen hat. „Meine elf Läden zeigen doch, dass ich alles gut und richtig gemacht habe und teilweise besser koche als viele Gelernte“, verriet er im SUBWAY-Interview. Dazu gehört jede Menge Ehrgeiz und Fleiß, (Natur-)Talent und natürlich Glück. Belasten kann aber trotzdem die fehlende Kompetenz auf dem Papier. So verrät The Duc: „Ein gelernter Koch kann mir immer vorwerfen, dass ich keine richtige Ausbildung habe. Das ist schon ein Manko. Bei sowas fühlt man sich immer ein bisschen blöd.“ Also ruhig auf Nummer sicher gehen und für den starken Start ins Leben eine klassische Lehre wählen ...



## RICHTIG ENTSCHIEDEN

Bei mehr als 300 verschiedenen Ausbildungsberufen in Deutschland habt ihr die Qual der Wahl. Natürlich beeinflussen meist Interessen und Talente die Entscheidung maßgeblich, doch spielt das liebe Geld natürlich auch eine Rolle. Die höchsten Azubi-Gehälter bekamen 2019 angehende Fluglotsen, Polizeivollstreckungsbeamte und Finanzwirte, gefolgt von Sozialversicherungsfachangestellten und Bankkauffleuten. Zu den Ausbildungsberufen mit den größten Zukunftsaussichten zählen Mechatroniker, Fachinformatiker, Kaufleute im E-Commerce oder Altenpfleger. Da sollte doch für jeden was dabei sein.

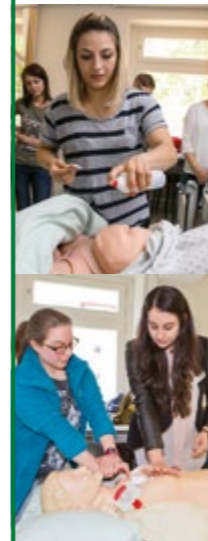


Texte Benyamin Bahi Grafiken dado.fotos, StockSnap.io - Sebastian Voortmann, Matthew Henry

## Eine Ausbildung für die Zukunft – Sie werden gebraucht



Als einer der größten Arbeitgeber in Braunschweig mit 4.780 Mitarbeitenden (inklusive Tochtergesellschaften) bieten wir zum 1. Oktober und 1. April jedes Jahr insgesamt 112 Ausbildungsplätze.



### Pflegefachfrau / Pflegefachmann

Das Städtische Klinikum Braunschweig ist eines der größten Krankenhäuser Niedersachsens. Die angehenden generalistisch qualifizierten Pflegefachfrauen/Pflegefachmänner werden in der Schule für Gesundheits- und Pflegeberufe in einer generalistischen Ausbildung nach neuesten pflegerisch-therapeutischen und medizinischen Erkenntnissen in vielen unterschiedlichen Fachbereichen auf ihren künftigen Beruf vorbereitet.

#### Haben wir Ihr Interesse geweckt

Für Fragen steht Ihnen als Ansprechpartner Herr Steppuhn unter [d.steppuhn@klinikum-braunschweig.de](mailto:d.steppuhn@klinikum-braunschweig.de) gern zur Verfügung. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite unter der Rubrik „Beruf/Karriere“. Bitte bewerben Sie sich online unter [www.klinikum-braunschweig.de/onlinebewerbungen](http://www.klinikum-braunschweig.de/onlinebewerbungen).

Städtisches Klinikum Braunschweig gGmbH • Freisestr. 9/10 • 38118 Braunschweig  
Telefax: 0531 595 -1322 • E-Mail: [info@klinikum-braunschweig.de](mailto:info@klinikum-braunschweig.de)

[www.klinikum-braunschweig.de](http://www.klinikum-braunschweig.de)

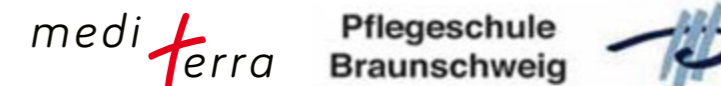
### Mehrwert für #Pflegehelden:

- tarifliche Bezahlung nach TV DN
- Altersvorsorge
- Teilzeitmöglichkeit
- Aus-, Fort- & Weiterbildung

FSJ & BuFDi

Wir suchen Dich als Pflegekraft.

Hermann-Müller-Straße 12  
38315 Schladen  
05335 / 808-242 oder  
05335 / 808-237  
[bewerbung@grotjahn-stiftung.de](mailto:bewerbung@grotjahn-stiftung.de)  
[www.grotjahn-stiftung.de](http://www.grotjahn-stiftung.de)



## Aus- und Weiterbildungsangebote

- Betreuungskräfte in der Altenpflege gem. § 53c/SGB XI
- Pflegehilfe (Ergänzungsschule) 1-jährig
- Pflegefachfrau/ -mann (generalistisch, 3-jährig)
- Fachkraft für Leitungsaufgaben in der Pflege
- Praxisanleiter/ -in
- Mitarbeiter/Fachkraft in der gerontopsychiatrischen Pflege

Maßnahmeort: Braunschweig  
Anmeldung und Auskünfte bei:

Wir suchen: Honorarlehrkräfte  
Bei Interesse freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

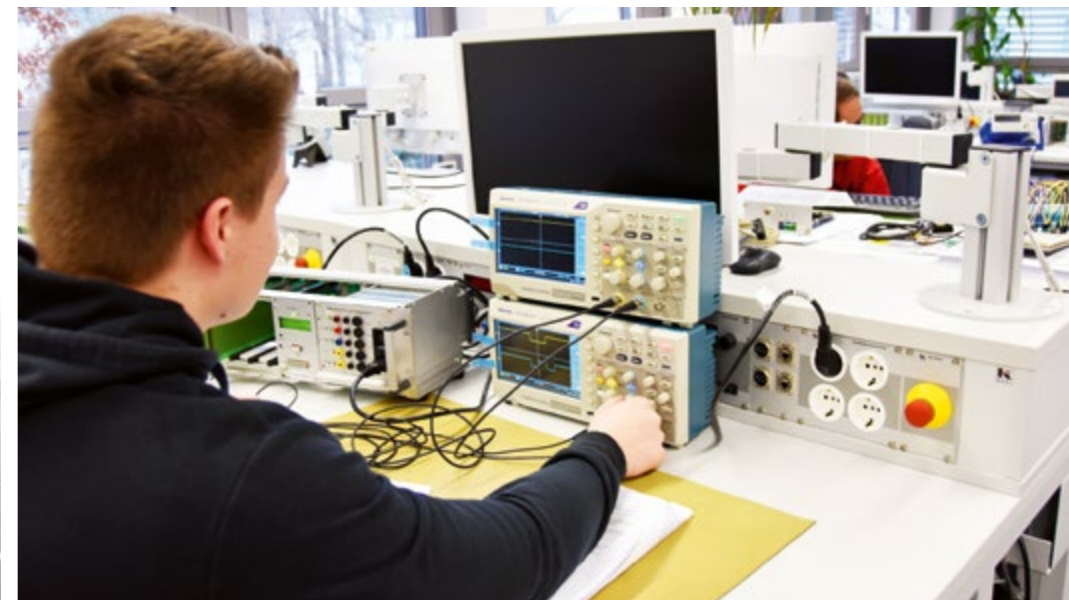
Pflegeschule Braunschweig  
Hochstraße 11, 38102 Braunschweig  
Telefon (0531) 7 00 97 8-0 • Fax (0531) 7 00 97 8-311  
E-Mail: [info@pflgeschule-braunschweig.de](mailto:info@pflgeschule-braunschweig.de)  
[www.pflgeschule-braunschweig.de](http://www.pflgeschule-braunschweig.de)





# WELT VOLLER MÖGLICHKEITEN

Karriere bei Siemens Mobility Braunschweig.  
Ein Blick hinter die Kulissen.



## Für jeden das Richtige

Louisa ist mittlerweile im dritten Lehrjahr und dass sie einen Beruf im Bereich Elektrotechnik machen möchte, war ihr schon früh klar. Ein technisches Praktikum hat sie zusätzlich in ihrem Vorhaben bestätigt. „Am Anfang mussten wir natürlich viele theoretische Grundlagen lernen. Mittlerweile sind wir oft im Betrieb und lernen viele Leute kennen, was sehr spannend ist. Nach und nach findet man raus, in welcher Richtung man sich spezialisieren will“, so die 18-Jährige zufrieden. Die Vormittage beginnen mit Theorieunterricht: „Entweder ich stehe selbst an der Tafel oder die Azubis gestalten den Unterricht durch Vorträge mit. Nachmittags finden praktische Projekte statt – es werden Schaltpläne entworfen, gelötet und anschließend Messaufgaben bearbeitet“, meint Aus-

sich über den Abwechslungsreichtum ihrer Ausbildung und schmiedet schon große Zukunftspläne: „Ich will auf jeden Fall bei Siemens bleiben. Hier kann ich auch noch mein Fachabi nachholen oder meinen Techniker machen. Das ist eine tolle Chance!“

## Entwicklung statt Stillstand

Thanu absolviert bereits seit April 2018 sein zweijähriges Trainee-Programm bei Siemens, welches in drei Stationen à acht Monate gegliedert ist. In der Zwischenzeit hat er sowohl am Standort in Braunschweig als auch in Berlin gearbeitet und sogar acht Monate in Bangkok verbracht. „Mit dem Trainee-Programm hat man die Möglichkeit, in drei verschiedenen Bereichen Erfahrungen zu sammeln, in unterschiedlichen Teams und mit vielen verschiedenen Persönlichkeiten in in-

sehr ansprechenden Arbeitsbedingungen, die Siemens bietet. Besonders junge Familien werden durch einen Betriebskindergarten, Home-Office-Möglichkeiten und ein Eltern-Kind-Büro im Fall einer ausgefallenen Kinderbetreuung unterstützt. Auch Ausbilderin Gina ist überzeugt: „Wir sind wie eine große Familie und unterstützen uns gegenseitig so gut wir können. Das ist sehr schön zu wissen.“

Jährlich gibt Siemens Mobility etwa 40 bis 50 Schulabgängern die Chance, ihre Ausbildung in ihrem Hause zu absolvieren. Fast alle davon werden anschließend übernommen. „Wir gucken besonders darauf, dass die Bewerber mit Herzblut dabei sind und wirklich Lust auf den Job haben“, meint Gina. Auf Berufsmessen, der „IdeenExpo“ oder bei Schulbesuchen tritt Siemens Mobility mit Schülern in Kontakt und berichtet von ihren vielen Berufsmöglichkeiten: Schülerpraktikum, Werk-

U nweit hinter dem Braunschweiger Hauptbahnhof ragen die Gebäude von Siemens Mobility hervor – ein beachtliches Gelände, auf welchem modernste Leit- und Sicherheitstechnik für Bahnen entwickelt wird. Zwischen zahlreichen Gebäuden, speziellen Fertigungshallen und eigenen Ausbildungswerkstätten befindet sich auf dem großen Platz im Freien eine beeindruckende Testschienenstrecke, auf der neueste Software ausprobiert, ausgebaut und verbessert werden kann. Siemens Mobility sorgt für einen sicheren und effizienten Ablauf im Schienenverkehr, der besonders in Zeiten des Klimawandels und

umweltfreundlicher Fortbewegungsmöglichkeiten stetig an besonderer Relevanz gewinnt. Um herauszufinden, was sich alles auf dem rund 13 Hektar großen Areal des Siemens-Standorts verbirgt, haben wir dem Unternehmen einen Besuch abgestattet.

Freundlich werde ich empfangen und herumgeführt von Josephin, die sich als Werkstudentin bei Siemens Mobility unter anderem um Online-Kommunikation und die Organisation von Veranstaltungen kümmert. Vom Skycafé mit gigantischem Blick auf das gesamte Gelände gehen wir durch Büros und Ausbildungsräume und enden in einem von vier „FREIRÄUMEN“

– stylische Aufenthaltsorte für kreatives, freies Arbeiten in modernster Atmosphäre, um dem Büroalltag zu entfliehen und in einem gemütlichen Sessel die Ideen sprudeln zu lassen. Eine Candy-Bar und Pflanzen runden den innovativen Arbeitsplatz ab. „Jeder kann alleine oder mit Kollegen jederzeit herkommen und arbeiten“, erklärt mir Josephin. Wir machen es uns in einem „Cube“, quasi eine freistehende Sitzkabine, gemütlich und ich komme mit einer Auszubildenden im Bereich Elektronik für Betriebstechnik, einem Trainee im Special Resource Program und einer Ausbilderin ins Gespräch.

bilderin Gina. Für ausreichend Bewegung sorgt in den ersten beiden Jahren Sportunterricht im firmeneigenen Fitness-Studio und auch fachbezogenes Englisch wird gelehrt. Darüber hinaus legt Siemens sehr viel Wert auf praktische Projekte, um komplexe Inhalte zu vermitteln, zu eigenen Ideen zu inspirieren und sich selbst zu verwirklichen. So werden in den Ausbildungswerkstätten kreative Projekte beispielsweise für „Jugend forscht“ oder die „IdeenExpo“ verwirklicht: Eine sprechende Kaffeemaschine, ein Cocktailautomat oder eine verkehrssichere Fahrradjacke mit Bremslicht und Blinker spiegeln die Ambitionen der Azubis wider. Auch Louisa freut

internationalen Projekten zusammenzuarbeiten. Man stellt sich immer wieder neuen Herausforderungen und kann viel Verantwortung übernehmen“, schwärmt der 29-jährige Masterabsolvent. Thanu studierte in Berlin Ingenieurwissenschaften. „Bahntechnik ist für eine nachhaltige Zukunft auch super interessant“, erzählt er. Während seiner Zeit bei Siemens konnte Thanu schon an zahlreichen Schulungen und Weiterbildungen teilnehmen. „Die persönliche Weiterentwicklung wird von unseren Führungskräften stark gefördert, was ich sehr gut finde“, so der Trainee. Nicht zuletzt genießt Thanu das entspannte Arbeitsklima mit den anderen Trainees und die

studentenjobs, Ausbildungen, Duales Studium oder Trainee-Programm. Auch innerhalb des Betriebs sind Quereinstiege üblich. Thanu ist sich sicher: „Wir entwickeln uns ständig weiter – nur so kommt man voran.“

Jetzt bewerben!

[siemens.de/ausbildung](https://www.siemens.de/ausbildung)

Für Fragen und Infos:  
[behrens.dirk@siemens.com](mailto:behrens.dirk@siemens.com)

Text: Louisa Ferich, Fotos: Louisa Ferich, Ulrich Wirrwa



# PFLEGEAUSBILDUNG NEU GEDACHT

Die neue Reform der Pflegeausbildung ist seit Januar am Start –  
was kann sie und wird jetzt alles besser?



**F**rühchen in Brutkästen, Erwachsene mit Knochenbrüchen oder Senioren in Altersresidenzen – irgendwie, irgendwo und irgendwann sind Menschen auf Hilfe angewiesen. Mit großer Sicherheit auch du und ich: Wer kümmert sich um uns, wenn wir beispielsweise mal alt sind? Wer betreut den geliebten Nachwuchs direkt nach der Geburt? Pflege geht uns alle was an.

„Für mich ist Helfen eine Berufung“, erklärt der 24-jährige Altenpfleger Jan, „ich blicke jeden Tag in die dankbaren Gesichter der Heimbewohner und merke dadurch, wie wertvoll meine Arbeit bist.“ Dabei gelang der großzügige Braunschweiger erst über einige Umwege in die Pflegebranche.

„Eigentlich hatte ich mit 16 eine Ausbildung zum Elektroniker begonnen. Ich war nach der Realschule noch ziemlich orientierungslos und nahm einfach die erstbeste Stelle an. Nach dem zweiten Lehrjahr merkte ich aber, dass ich mich mit dem Beruf nicht identifizieren kann und brach die Lehre ab. Zur Überbrückung bin ich dann irgendwie in die Pflegegeschichte gerutscht.“ Drei Jahre assistierte der 24-Jährige bei der Pflege von Senioren, bevor er sich letztendlich für eine Ausbildung zum Altenpfleger entschied. „Eigentlich war mir schon früher klar, dass ich Altenpfleger werden möchte, aber wenn man seine eigene Wohnung hat und einen gewissen Lebensstandard führt, ist ein Azubigehalt natürlich auch eine gewisse finanzielle Frage.“

Und so startete Jan im Herbst 2016 gemeinsam mit rund 63000 Jugendlichen bundesweit in eine pflegerische Ausbildung. Doch obwohl die Zahl der Pflegekräfte in den vergangenen Jahren erfreulicherweise wieder gestiegen ist, herrscht in Deutschland immer noch ein enormer Fachkräftemangel. Das liegt unter anderem an dem demografischen Wandel, denn der medizinische Fortschritt sowie die sehr guten Lebensverhältnisse führen dazu, dass die deutsche Bevölkerung im Schnitt sieben Jahre Lebenszeit dazugewonnen hat. Mit zunehmendem Alter steigt jedoch auch das Risiko der Pflegebedürftigkeit oder Erkrankung, sodass zurzeit ungefähr 3,3 Millionen Menschen in Deutschland auf professionelle Hilfe angewiesen sind.

## Das Ding hat Zukunft

Modern, durchlässig und zukunftsorientiert – so soll die neue Pflegereform aussehen, die sich Gesundheitsminister Jens Spahn auferlegt hat, um den Pflegeberuf wieder attraktiver und zugänglicher zu machen. Dreh- und Angelpunkt des im Juli 2017 verkündeten Pflegeberufegesetzes ist die Einführung einer generalistischen Pflegeausbildung zur „Pflegefachfrau“ beziehungsweise zum „Pflegefachmann“.

Das bedeutet, dass die ursprünglichen Ausbildungsberufe der Alten-, Kranken- sowie Kinderkrankenpflege ineinander verschmelzen und die Azubis zur Pflege von Menschen aller Altersgruppen in jeglichen Versorgungsbereichen befähigt werden. Während an Pflegeschulen also die theoretischen Grundlagen vermittelt werden, durchlaufen die emsigen Berufseinsteiger im praktischen Teil unterschiedliche Arbeitsgebiete. Die Pflegeausbildung ist nun auch kostenlos, denn mit der Reform wurde glücklicherweise das Schulgeld abgeschafft. Und am Ende der Lehrjahre steht natürlich noch eine staatliche Abschlussprüfung an, bevor die gutausgebildeten Azubis auf die spannende Berufswelt losgelassen werden.

## Wie sehen meine Einstellungs-chancen aus?

Sehr gut, denn aufgrund der breitgefächerten Kompetenzen, die die Azubis während der generalistischen Pflegeausbildung entwickeln, besitzen sie auf dem Arbeitsmarkt bessere Einsatz- und Entwicklungsmöglichkeiten. Des Weiteren wird der neue Abschluss auch in der gesamten Europäischen Union automatisch anerkannt, sodass dem neuen Job beispielsweise im sonnigen Spanien nichts mehr im Wege steht. Merkt man während der Ausbildung doch, dass man Bock auf eine Spezialisierung hat, so kann man vier bis sechs Monate vor Beginn des letzten Ausbildungsdrittels noch einen Schwerpunkt entweder in der Gesundheit- und Kinderkrankenpflege oder in der Altenpflege setzen.

„Durch die Reform ist man als Pflegekraft vielseitig einsetzbar. Dennoch verstehe ich, dass man innerhalb einer dreijährigen Ausbildung auch nicht in allen Bereichen gleich gut



und umfangreich ausgebildet werden kann. Jedoch bildet die Ausbildung ja nur einen Grundstein, der Rest kommt doch sowieso erst durch die Berufserfahrung“, meint Altenpfleger Jan zur neuen Pflegereform.

Es gibt aber auch noch die Möglichkeit eines Pflegestudiums. Während die Studenten an der Hochschule alle theoretischen und praktischen Grundlagen erlernen, leisten sie zeitgleich 2100 Stunden in Einrichtungen der stationären und ambulanten Akut- und Langzeitpflege ab. Durch eine bereits abgeschlossene berufliche Pflegeausbildung kann das dreijährige Pflegestudium sogar um die Hälfte verkürzt werden.

## Bin ich geeignet?

In der Pflege wird vor allem körpernahe Arbeit verrichtet. Das bedeutet, du solltest keine Scheu haben, Patienten aller Altersklassen zu waschen, zu wickeln und zu füttern. Das mag am Anfang vielleicht etwas komisch und ungewohnt sein, aber mauert sich in kürzester Zeit zu einer normalen Routine. Teil des Berufsbildes ist es allerdings nicht nur die Patienten zu umsorgen, sondern sich auch mal die Zeit zu nehmen, um mit ihnen ins Gespräch zu kommen oder eine Runde Halma zu spielen. „Ich genieße diese Begegnungen sehr. Es lässt mich oft sehr demütig und dankbar für das werden, was ich habe“, gibt Jan zu. Eine gewisse Empathie und Freude am Umgang mit Menschen sind somit wichtige Aspekte, die du mitbringen solltest.

Generell gilt: Mach doch erst mal ein Praktikum oder ein Freiwilliges Soziales Jahr, um zu schauen, ob eine generalistische Pflegeausbildung etwas für dich ist. Vielleicht ergeht es dir dann ja so wie Jan: „Ich bin durch meine Pflege Tätigkeit zu dem Menschen geworden, der ich jetzt bin und da bin ich auch ein kleines bisschen stolz drauf.“



# „WAS ZEICHNET SIE ALS ARBEITGEBER AUS?“



Beim diesjährigen Neujahrsempfang der Industrie- und Handelskammer (IHK) kamen Entscheider und Arbeitgeber aus allen Bereichen der regionalen Wirtschaft mit Politikern, Presseleuten und Ehrengästen am 14. Januar in der Gebläsehalle Ilsede zusammen. Immer auch ein Thema in den Gesprächen: Die Personalsuche! Wir haben den Gästen Gelegenheit gegeben, ihr Unternehmen als Arbeitgeber vorzustellen.



## Georg Wilhelm Schmidt

Reisebüro DER SCHMIDT, Wolfenbüttel

Geschäftsführer, Managing Director

„Uns zeichnet eine hohe Innovationskraft aus: Wir versuchen stetig, unsere Arbeitsabläufe zu verbessern und das Tagesgeschäft so effizient und angenehm wie möglich zu gestalten. Wir versuchen alle, Spaß bei der Arbeit zu haben. Außerdem haben wir sehr kurze Wege: Die Türen der Geschäftsleitung stehen immer offen. Ganz egal um welchen Mitarbeiter es geht: Wir versuchen jedes Anliegen schnell und unkompliziert zu lösen. Wir sehen uns auch unseren Mitarbeitern gegenüber als Dienstleister.“

## Dr. Ralf Utermöhlen

AGIMUS Umweltgutachterorganisation und Beratungsgesellschaft, Braunschweig

Umweltgutachter und Geschäftsführer

„Wir bieten die Mitwirkung an gesellschaftlich wichtigen Themen wie Umweltschutz, Nachhaltigkeit, Arbeitsschutz und Energieeffizienz, vielfältige Aufgaben, eine weitgehend freie Einteilung der Arbeitszeit, kollegiales Miteinander, gutes Betriebsklima sowie eine Beteiligung am Jahresergebnis und auch einen sicheren Arbeitsplatz in einem bald 30 Jahre alten Unternehmen. AGIMUS gehörte zur ersten Gruppe von Braunschweiger Unternehmen mit der Auszeichnung ‚Zukunftsggeber‘.“



## Gabriela Schimmel-Radmacher

Öffentliche Versicherung Braunschweig

Abteilungsleiterin Unternehmenskommunikation

„Die Öffentliche ist seit über 265 Jahren ein Unternehmen aus der Region und für die Region: Unser Fokus liegt auf der Absicherung und Unterstützung der Menschen und Unternehmen vor Ort. Das macht die Arbeit bei der Öffentlichen jeden Tag so vielseitig, spannend und bedeutsam.“



Fotos Benjamin Bahri, IHK Braunschweig/ André Pause, jirsak - stock.adobe.com





## Stefan Piske

Autohaus Piske, Wolfenbüttel

Geschäftsführer

„Wir geben unseren Auszubildenden Perspektiven! Fast alle unsere Auszubildenden werden übernommen, weil es sehr schwer geworden ist, vom freien Markt die richtigen Leute zu kriegen. Daher bieten wir unseren Auszubildenden Sicherheit und die Möglichkeit, sich auch nach der Ausbildung weiterzuentwickeln, sei es zum Techniker, zum Meister oder in einem anderen Bereich. Fast alle unsere Mitarbeiter sind ehemalige Auszubildende.“

## Prof. Anke Kaysser-Pyzalla

Technische Universität Braunschweig

Präsidentin

„An der TU Braunschweig arbeitet man ganz nah an hochaktuellen Forschungsprojekten und an der Ausbildung junger Menschen mit. Das gilt für alle unserer 3700 Arbeitsplätze. Wir sind weltoffen und arbeiten vernetzt in regionalen, überregionalen und internationalen Teams und Projekten zusammen. Weil wir uns selbst zielgerichtet entwickeln, legen wir Wert auf die Personalentwicklung und bieten umfassende Weiterbildungsmöglichkeiten. Und bei uns ist immer was los: So vielfältig wie die Menschen und Kulturen an der TU Braunschweig sind auch unsere Angebote über die Arbeit hinaus. Auf dem Campus gibt es zum Beispiel Konzerte, Theaterstücke, Diskussionsformate und jede Menge Sport.“



## Joachim Casper

DenkRaum Braunschweig

Geschäftsführer

„Der DenkRaum ist Braunschweigs innovativer Kreativort. In unserer Firmen-DNA sind das Querdenken und Möglichkeiten-Schaffen tief verankert – das Leben wir als Team und geben es an andere Organisationen weiter.“

## Sabine Sternberg

Jenko Sternberg Design, Apelstedt

Geschäftsführerin

„Wir ‚Dorfdesigner‘ stehen für ein Miteinander, bei dem sich die Kollegen nicht nur beim Brunch, bei der Massage und in den Projekten inspiriert fühlen. Dankbarkeit, Kreativität und Achtsamkeit verbindet uns und führt zu einem hohen Gut: ‚Das Dorfdesigner-Landliebe-Gefühl‘. Es geht nur gemeinsam und das spüren wir in allen Bereichen, ob in den klassischen Medien, Social Media, im Online-, Foto- oder Filmteam: Hier kannst du Heimat finden.“

## Robert Welke

Autohaus Holzberg, Braunschweig

Verkaufsleiter

„In unserem Autohaus an der Hamburger Straße treffen Tradition und Innovation aufeinander. Wir sind seit 52 Jahren ihr Markthändler für Volkswagen und jetzt neu: Auch für SEAT und Cupra. Erleben Sie bei uns die faszinierende Welt des Automobils. Holzberg ist ihr Autohaus mit Herz!“

Fotos: Benjamin Bahri, IHK Braunschweig/ André Pause



# TEUTLOFF

## Technische Akademie

Blieben Sie auf der Überholspur!



- Infotag in BS -

Sonntag 9. Februar 2020  
von 10:00 – 13:00 Uhr

Geprüfter Wirtschaftsfachwirt IHK  
berufsbegleitend, Beginn: 25.02.2020

Geprüfter Technischer Betriebswirt IHK  
berufsbegleitend, Beginn: 29.02.2020

Weitere Informationen unter:  
Frankfurter Straße 254, 38122 Braunschweig  
Tel.: 0531/ 80905 – 0, [www.teutloff.de](http://www.teutloff.de)

### HEH

 STIFTUNG  
HERZOGIN ELISABETH  
HOSPITAL

## Wir suchen Dich ...

... für eine Ausbildung zur/zum

**Pflegefachfrau**

**Pflegefachmann (m/w/d)**

Beginn ist der 1. August 2020.

Willst Du wissen, was Dich außer einer qualifizierten und praxisnahen Berufsausbildung und einer individuellen Betreuung erwartet?

Dann klick Dich zu uns:

WEB: [www.pflegeschule-bs.de](http://www.pflegeschule-bs.de)

E-MAIL: [info@pflegeschule-bs.de](mailto:info@pflegeschule-bs.de)

FACEBOOK: [www.facebook.com/pflegeschule.bs](https://www.facebook.com/pflegeschule.bs)

YOUTUBE: Gesundheits- und Pflegeschule HEH

[www.heh-bs.de](http://www.heh-bs.de)

Du bist genau richtig für uns, wenn Du

- leidenschaftlicher Teamplayer bist.
- engagiert in einer sozialen Einrichtung durchstarten willst.
- mit Freude einen zukunftsorientierten Beruf erlernen möchtest.
- einen guten mittleren Bildungsabschluss hast.
- offen bist für Neues.

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung.

Kerstin Jentsch

Personalleitung

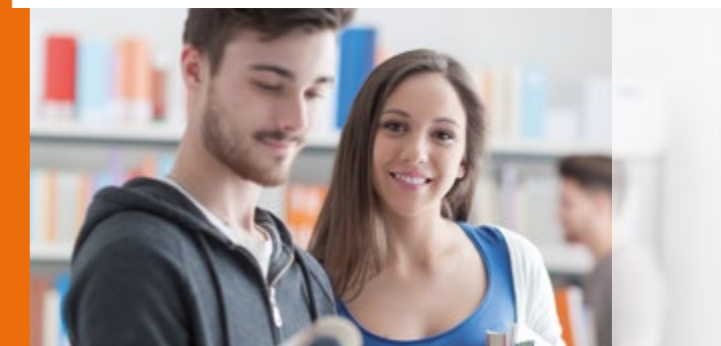
Fon: 0531.699-4201

E-Mail: [bewerbung@heh-bs.de](mailto:bewerbung@heh-bs.de)

STIFTUNG HERZOGIN ELISABETH HOSPITAL

LEIPZIGER STR. 24

38124 BRAUNSCHWEIG





# VOULEZ-VOUS LEARN A SPRACHE?

Mit Fremdsprachen den  
eigenen Horizont erweitern und  
die Bewerbung aufpolieren

**W**er kennt es nicht: Fünf Jahre Französisch in der Schule gehabt und mehr als „Je suis une Baguette“ ist nicht hängengeblieben. Dann kommt ein Wochenendtrip nach Paris und man kann im Restaurant gerade so die Getränkekarte lesen. Eigentlich richtig schade, oder? Zumal ja auch Reisen, Auslandssemester oder -praktika, Work and Travel und sonstige kulturelle Erfahrungen im Ausland mittlerweile schon fast obligatorisch in jedem Lebenslauf stehen und zunehmend höheres Ansehen genießen. Dann ist es schon cooler, wenn man sich nicht auf seinem Denglisch ausruht, sondern sich vorher rechtzeitig mit der Sprache des jeweiligen Landes, wo man sich aufhält, auseinandersetzt. „Wenn man die Fremdsprachenkenntnisse dringend braucht, ist es häufig zu spät, um sie zu erwerben“, weiß Bernd Stolte, Geschäftsführer der Sprachschule Inlingua in Braunschweig. Eine Fremdsprache lernt sich nicht über Nacht – je nach Intensität benötigt man schon ein paar Monate, um eine Sprache richtig zu lernen. Deshalb lohnt es sich, auch wenn es keinen speziellen Anlass gibt, seine Fremdsprachenkenntnisse aufrechtzuerhalten oder im besten Fall auszubauen.

Immer mehr Unternehmen fordern in ihren Stellenausschreibungen Fremdsprachenkenntnisse – Englisch wird dabei als

selbstverständlich betrachtet und erst eine zweite Fremdsprache macht eine Bewerbung richtig interessant. „Das gilt gerade in unserer Region, die sehr stark im exportorientierten Maschinenbau engagiert ist und auch sonst viel international tätig ist“, meint Bernd Stolte.

Aber nicht nur für den Beruf und eine aussagekräftige Bewerbung sind Fremdsprachen ein schickes Extra, sondern auch für den persönlichen Horizont und um einen positiven Eindruck zu hinterlassen – sowohl im Urlaub als auch bei der Telefonkonferenz auf der Arbeit. „Neben dem Erlernen der Wörter begibt man sich beim Lernen einer Sprache immer ein Stück weit in ein anderes Land. Das zeigt auch den Respekt vor einer fremden Kultur“, so die Erfahrung von Bernd Stolte. In unserer multimedial und global vernetzten Welt wird die Kommunikation über Ländergrenzen hinweg in jeglichen Berufszweigen immer wichtiger. Wer allerdings beim Sprachenlernen an die Schlaftablette von Lateinlehrern in der 7. Klasse denkt, sollte sich davon nicht abschrecken lassen. Ob über E-Learningformate wie virtuelle Sprachkurse oder spielerisch aufgebaute Programme mit Multiple-Choice-Aufgaben, im realen Präsenzunterricht in einer Sprachschule oder mit einem Tandem-Partner – die Möglichkeiten, seinen Wortschatz aufzupolieren, sind vielseitig und flexibel. Im Sprachkurs kann man außerdem neue Leute kennenlernen, die ähnliche Interessen haben. Wichtig ist beim Sprachenlernen vor allem das aktive Sprechen. Ideal dafür ist beispielsweise ein Tandem-Partner, mit dem man über alles Mögliche quatschen kann und gleichzeitig Insider-Infos für das nächste Reiseziel austauscht. Wer sich für Online-Varianten entscheidet, sollte darauf achten, auch Sprechübungen zu machen. „Nur über aktives Sprechen übt man die Sprache und behält die Vokabeln“, rät auch Bernd Stolte.

Auch Sprachmuffel oder die, die Italienisch nach zwei Jahren abgewählt haben, sollten nicht vor dem Lernen neuer Sprachen zurückschrecken – erst mal kleine Ziele stecken, Hauptsache am Ball bleiben und sich auch trauen, zu sprechen. Wer es lieber etwas außergewöhnlich mag, kann sich auch mal in Gebärdensprache probieren – damit punktet man im Bewerbungsgespräch mit Sicherheit. ■

Text: Louisa Ferch Fotos: StockSnap.io - Clem Onojeghwo



#Weltenbummler  
#English



## Wir bieten

- Business English
- Deutsch als Fremdsprache
- Bewerbungscoaching
- Konversationskurse
- Einzelunterricht und Gruppenkurse
- Firmenunterricht
- Geförderte Kurse
- Telc-Sprachprüfungen
- TOEIC-Sprachprüfungen

## IBS Sprachschule GmbH

Münchenstraße 12  
38118 Braunschweig

Telefon (05 31) 70 22 17 50

E-Mail [sprachen@inlingua-braunschweig.de](mailto:sprachen@inlingua-braunschweig.de)



# KOMPLEXE TECHNIK

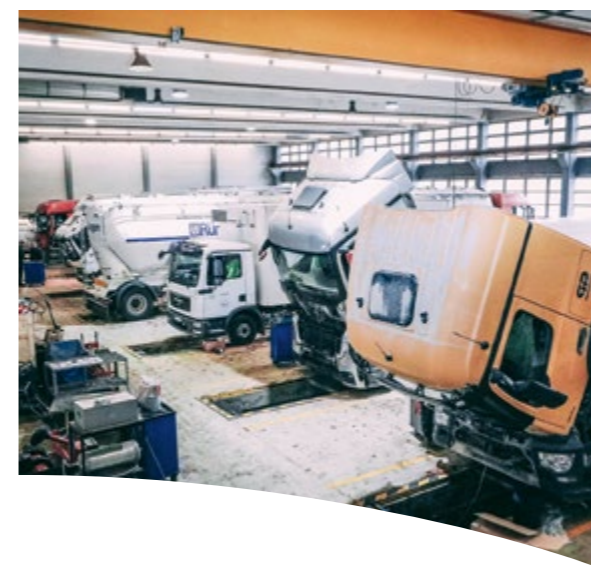
Das Braunschweiger Traditionsunternehmen Blötz ist regionaler Kfz-Ausbilder und Ansprechpartner bei technischen Fragen rund um Lastkraftwagen und Transporter.



Das Traditionsunternehmen Blötz wurde 1895 von Albert Blötz als Schmiedebetrieb gegründet und später von seinem Sohn Artur Blötz übernommen. Heute besteht die Werkstatt aus nunmehr vier Standorten – Braunschweig, Königsborn, Schönebeck und Haldensleben. Das Unternehmen zählt zu den modernsten und größten Werkstätten in Niedersachsen und Sachsen-Anhalt, wenn es um Transporter, LKW-, Auflieger- oder Fahrzeugbau geht. Stammhaus in Braunschweig der perfekte Mercedes-Benz und DAF Partner in unserer Region. Mit seiner zentralen Lage direkt an der A2, ist die Werkstatt in Braunschweig nicht nur leicht zu erreichen, sondern

besteht durch sein vielfältiges Angebot: Sei es die Instandsetzungen von Nutzfahrzeugen oder der individuelle Service, mitsamt des umfangreichen Know-hows des kompetenten Personals und der verschiedenen Leistungen für professionelle Lösungen.

Um ein Teil dieses Teams zu werden, bietet die Firma Blötz verschiedene Ausbildungsberufe an, die den Lehrlingen umfangreiche Kompetenzen vermitteln: Als KFZ-Mechatroniker im Bereich Nutzfahrzeuge, um die vielschichtigen Systeme der Transporter und LKW zu verstehen, oder als Karosserie- und Fahrzeugbaumechaniker, die sich einer fachgerechten Reparatur von Karosserien und Fahrgestellen annehmen. Außer-



Text Viktoria Bethmann Fotos Blötz GmbH & Co. KG/ AISHA LUEER, dji camera

dem gibt es noch die Ausbildung zum Kraftfahrzeugmechatroniker – System- und Hochvolttechnik, bei der es um die Spezialisierung auf fahrzeugtechnische Systeme geht – die Möglichkeiten sind hier ebenso vielfältig, wie das technische Angebot der Werkstatt selbst. Mit bis zu zwei Lehrlingen pro Berufsfeld, werden auch im nächsten Jahr wieder etwa sechs Stellen für die kommende Generation der handwerklichen Lehrlinge geschaffen.

Wer die einzelnen Berufe erst einmal kennenlernen möchte, kann in dem Unternehmen auch ein Schülerpraktikum absolvieren, denn bei Artur Blötz sind nicht nur Transporter in den besten Händen „sondern auch die zukünftigen Auszubildenden der nächsten Jahrgänge.“



## AUSBILDUNG UND DUALES STUDIUM ZUM 01.08.2020

### Finanzwirt (m/w/d)

Zweijährige Ausbildung  
1.209 Euro Ausbildungsvergütung  
Voraussetzung: Realschulabschluss

### Diplom-Finanzwirt (m/w/d)

(Steuerakademie)  
Dreijähriges duales Studium  
1.269 Euro Ausbildungsvergütung  
Voraussetzung: Abitur/Fachhochschulreife

### Wir freuen uns auf Ihre (Online-) Bewerbung!

### WIR SIND DABEI!

Treffen Sie uns auf der Vocatium am 01. bis 02.07.2020 in der Stadthalle Braunschweig!

### Finanzämter der Region Braunschweig

Braunschweig-Wilhelmstraße,  
Braunschweig-Altewiekring, Gifhorn,  
Goslar, Helmstedt, Peine, Wolfenbüttel

Die Bewerbung ist beim gewünschten Finanzamt einzureichen.

Infos und Bewerbungen unter: [www.mit-sicherheit-karriere-in.niedersachsen.de](http://www.mit-sicherheit-karriere-in.niedersachsen.de)

Deine Stadt

Deine Ausbildung

Deine Zukunft

## Ausbildung bei der Stadt Wolfsburg in mehr als 25 Berufen

- Büro und Verwaltung
- IT und Technik
- verschiedene Handwerke
- weitere Berufsfelder



Bewerbungsstart: Juni 2020  
[www.wolfsburg.de/ausbildung](http://www.wolfsburg.de/ausbildung)



# MESSE 2020 TERMINE



28. UND 29. FEBRUAR  
**beruf & bildung Hannover**  
Congress Centrum (H)  
[barlagmessen.de](http://barlagmessen.de)

21. MÄRZ  
**parentum Hannover**  
Berufsbildende Schule 11 (H)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

25. MÄRZ  
**parentum Wolfsburg**  
Neue Schule (WOB)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

16. APRIL  
**vocatium Harz**  
Harzlandhalle (HZ)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

18. BIS 20. MAI  
**bonding Firmenkontaktmesse**  
TU Nordcampus (BS)  
[braunschweig.firmenkontaktmesse.de](http://braunschweig.firmenkontaktmesse.de)

27. UND 28. MAI  
**Career Dates**  
Leibniz Universität (H)  
[uniturm.de](http://uniturm.de)

9. UND 10. JUNI  
**vocatium Hannover**  
Congress Centrum (H)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

20. UND 21. JUNI  
**jobmesse Hannover**  
TUI Arena (H)  
[jobmessen.de](http://jobmessen.de)

23. JUNI  
**vocatium Hildesheim**  
Halle 39 (HI)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

1. UND 2. JULI  
**vocatium Braunschweig-Wolfsburg**  
Stadhalle (BS)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

5. SEPTEMBER  
**Stuzubi Hannover**  
Congress Centrum (H)  
[stuzubi.de](http://stuzubi.de)

5. UND 6. SEPTEMBER  
**jobmesse Braunschweig**  
Volkswagen Halle (BS)  
[jobmessen.de](http://jobmessen.de)

23. SEPTEMBER  
**parentum Braunschweig**  
Eintracht-Station (BS)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

25. SEPTEMBER  
**Nacht der Bewerber**  
Halle 39 (HI)  
[nacht-der-bewerber-hildesheim.de](http://nacht-der-bewerber-hildesheim.de)

30. SEPTEMBER  
**pluspunkt.ausland**  
Volkswagen Halle (BS)  
[erfolg-im-beruf.de](http://erfolg-im-beruf.de)

20. UND 21. NOVEMBER  
**jobmedi Niedersachsen**  
Congress Centrum (H)  
[jobmedi.de](http://jobmedi.de)

# UMZUGS- VERGÜNSTIGTER.

Jetzt für Studenten bis zu  
**20% Rabatt**

**LKW ab**  
**6,90 / Std.**  
25 km frei



Jetzt neue LKWs  
bei STARGAR günstig mieten:

**0180 / 55 44 555\***

(\*0,14 €/Min. aus dem Festnetz; max. 0,42 €/Min. aus den Mobilfunknetzen)

# STARGAR

**Autovermietung**



Wohnen fängt mit ›W‹ an.

www.wiederaufbau.de

Wohnraum  
der zu mir passt.



Baugenossenschaft ›Wiederaufbau‹ eG  
Güldenstraße 25, 38100 Braunschweig, Telefon 05 31 . 59 03-100

**›Wiederaufbau‹**  
DIE BAUGENOSSENSCHAFT.