







LISTER Leben

Hannoversche Allgemeine HAZ
Neue Presse NP





Starke Unternehmen - starker Stadtteil:

Wie die mittelständischen Betriebe unser Gemeinwesen stärken

Anzeigen-Spezial Magazin vom 10. Juli. 2020



*Das Angebot gilt nur für die beworbenen Produkte von Hoya und Zeiss. Die genannte Preisersparnis von bis zu 50 % bezieht sich jeweils auf die unverbindlich Preisempfehlung des Herstellers. Wenn Sie für das Angebot Ihre aktuelle Brillenfassung nutzen möchten und das Bestücken mit neuen Gläsern technisch möglich ist, fällt zusätzlich eine Bearbeitungsgebühr von 30 Euro an.

11x in Hannover:

- **Georgstraße 2**
- **Stolzestraße 56**
- **Ernst-August-Galerie**
- **Lister Meile 3**
- **Fiedelerstraße 1**
- **Jakobistraße 1/Lister Platz**
- **Limmerstraße 34**
- **Waldstraße 1**
- **Georgstraße 40**
- **Tiergartenstraße 118**
- **Herrenhäuserstr. 76a**

www.becker-floege.de

becker+flöge
Mein Optiker

becker + flöge GmbH · Lister Meile 3 · 30161 Hannover
Gechäftsführung: Dipl. Ing. M. Thöne-Flöge, K. Flöge · Amtsgericht Hannover HRB 0759, Ust-Id-Nr.: DE115693183

STARKE UNTERNEHMEN

FÜR EINEN STARKEN UND LEBENSFROHEN STADTTEIL

Was ist es, das für Sie persönlich den besonderen Charm der List ausmacht? Sind es die alten Villen, die dem Stadtteilkern ehrwürdigen Charme verleihen? Mögen Sie das ruhige Wohnen, das hier, mitten in der Stadt, möglich ist, wenn abends das rege Stadtleben einer angenehmen Ruhe weicht, in der man auf dem Balkon noch ein Glas Wein genießt?

Schätzen Sie die Nähe zum Kanal, an dem entlang man stadtauswärts radeln kann, bis die Stadt vom Land abgelöst wird?
Es gibt so vieles, das die List zu einem besonderen Ort innerhalb Hannovers macht. Wir haben uns in diesem Magazin auf die Suche nach dem Besonderen gemacht, haben Fakten und Bilder, Originelles und Historisches für Sie zusammengestellt.
Wir zeigen Ihnen gelungene Graffitis und alte Gemäuer, plätscherndes Wasser und moderne Architektur - eben alles, was die List zu Ihrem Heimatstadtteil formt.

Dazu gehören, ganz klar, die vielen schönen Läden, die inhabergeführten Unternehmen, mit deren Engagement der Stadtteil so besonders belebt erscheint. Wenn anderswo von Verödung der Ortskerne gesprochen wird oder Sorge herrscht, dass ganze Ladenzeilen leerstehen, dann kann die Lister Bevölkerung nur stolz abwinken. Hier ist es nicht so und gerade jetzt, nach der Zeit der coronabedingten Schließungen, sind die Menschen froh, dass die Ladentüren wieder offenstehen. Auf der Lister Meile und in ihren Nebenstraßen bis hin in die Oststadt - aber auch überall im „Kiez“ trifft man auf besondere Fachgeschäfte, exzellente Fachbetriebe für Gesundheit und Wellness und engagierte Dienstleister, deren Geschäfte das Stadtteilbild beleben.

Doch es gibt mehr, viel mehr gute Gründe, sich bei Einkauf und Auftragsvergabe für die heimischen Betriebe zu entscheiden. Es sind handfeste Gründe, die weit über das anheimelnde Lokalkolorit hinausgehen.
Lokale Unternehmen tragen mit fünf starken Säulen zu einer funktionierenden Stadt bei - und wenn es die kleinen und mittleren inhabergeführten Betriebe nicht gäbe, dann stünde die Stadtgemeinschaft auf tönernen Füßen.

Lokale Unternehmen stellen hochwertige Arbeitsplätze zur Verfügung. Im inhabergeführten Betrieb, in dem der Chef/die Chefin alle Mitarbeitenden persönlich kennt, ist die Arbeitswelt menschlich und das Zusammenwirken aller Arbeitskräfte sorgt dafür, dass man gern arbeiten geht. Es sind auch gerade kleine und mittlere Betriebe, die mit den zur Verfügung gestellten Ausbildungsplätzen im Handel, im Büro und im Handwerk dafür sorgen, dass junge Menschen eine fundierte und solide Basis für ihr Berufsleben erhalten.

Lokale Unternehmer und Unternehmerinnen leben fast immer in der Region und tragen durch ihre Einkommensteuer dazu bei, dass die Heimatstadt ihre Aufgaben erfüllen kann. Genauso stark gilt dies für die Gewerbesteuer, die eine wichtige Säule zur Finanzierung kommunaler Aufgaben ist. Während manche Global Player alle ihnen möglichen Steuerschlupflöcher nutzen, bleibt der lokale Mittelstand mit seinen Betrieben in der Heimat gemeldet und zahlt hier auch für eine funktionierende Stadtgemeinschaft Steuern.
Nicht zuletzt sind die einheimischen Betriebe auch eine starke Säule in der Finanzierung des lokalen Vereinslebens. Ohne das Sponsoring der Geschäftsleute sähe es für die Grundfinanzierung vieler sportlicher und sozialer Aktivitäten düster aus.



Mit diesen Argumenten im Hinterkopf ist es einfach, sich für einen lokalen Betrieb zu entscheiden - und es gibt eine so große Auswahl und Bandbreite, dass all Ihre Wünsche erfüllt werden können.

Begleiten Sie uns im neuen „Lister Leben“ also durch einen lebensfrohen und vielseitigen Stadtteil und lernen Sie neben vielen Besonderheiten auch die lokalen Unternehmen kennen, die sich freuen, nach einer Durststrecke wieder voll für Sie da zu sein.

Viel Spaß dabei wünscht
Bettina Reimann
Redaktion

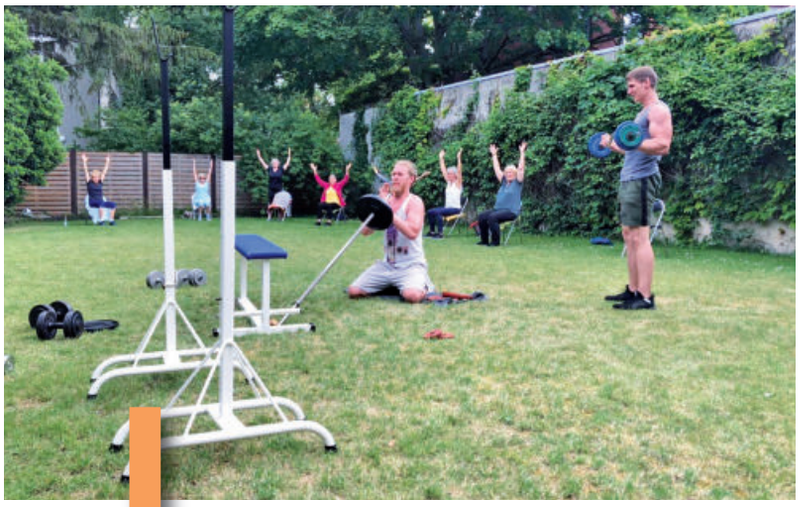
KANUTEN

AUF DEM MITTELLANDKANAL

Die Kanu-Gemeinschaft List e. V. gibt es bereits seit 1932 im Stadtteil. Kanuwandern, Kanupolo und Drachenbootsport kann man hier betreiben. Kurz vor der Kanalbrücke führt vom Lister Damm rechts eine schmale Straße auf das Vereinsgelände, das neben Bootshäusern und Räumen für gemeinschaftliche Aktivitäten auch über ein Außengelände verfügt, auf dem sich Vereinsmitglieder in Liegestühlen sonnen können. Rund 230 Mitglieder hat der Verein, in dem auch eine Kanu-Schule betrieben wird, in der Kinder und Erwachsene zu echten Kanuten werden können.



FREIZEIT





LIFE LINE FREIZEITHOF LIST

AKTIV DIE CORONAKRISE BEWÄLTIGT

Christine Jass und ihr Team sind ein leuchtendes Beispiel, wie man an eine Krise herangehen und sie bewältigen kann. Das Life Line hat die Wochen der erzwungenen Studio-Schließung genutzt, um geplante Renovierungsarbeiten sofort durchzuführen und um ein ganz neues Angebot von Online-Kursen auf die Beine zu stellen.

„Einen Tag lang hatten wir Schockstarre“, berichtet Christine Jass, die den 1974 eröffneten Freizeithof List in 2. Familiengeneration betreibt. Doch dann wurde das ganze Team aktiv: Alle Mitglieder wurden kontaktiert, jene ohne Mailadresse telefonisch. Übungsblätter für das Training zuhause wurden versandt, zusammen mit einem Gymnastik-Gummiband. So gab es für alle Mitglieder genaue Anleitungen, wie sie in der Zeit des Social Distancing trainieren konnten. Und es dauerte nur eine Woche nach dem Lockdown, dann fand der erste Online-Kurs statt.

Da der Freizeithof viele ältere Mitglieder hat, wurde beim Einrichten des Programms auch telefonische Technikhilfe geleistet. „Ich war begeistert, wieviele unserer Mitglieder technisch gut ausgerüstet sind“, sagt Christine Jass. „So haben auch über Achtzigjährige die ganze Zeit über an unseren Onlinekursen teilnehmen können.“ Teilweise fanden auch ohne Publikum vor Ort mehr als zehn Kurse am Tag statt. „Wir haben das beste Team Hannovers“, meint Christine Jass, deren Trainerstamm während der Krise weiter die Mitglieder trainieren konnte.

Seit 25. Mai hat das Life Line wieder geöffnet und bietet hygienisch einwandfreie Bedingungen. Je nach Wetter finden möglichst viele Angebote auf der eigenen Sportwiese statt. In den beiden Sälen wird Abstand gehalten und bei geöffneten Fenstern und Türen trainiert, wie auch im Kraftraum und im Trainingsraum für „14 Karat“, ein besonderes effektives Zirkeltraining mit 14 Stationen. An den Kursen, die aktuell noch nach einem veränderten Stundenplan stattfinden, nehmen Mitglieder nun gleichzeitig vor Ort oder online teil. „Das Online-Kursangebot wollen wir dauerhaft beibehalten“, sagt Christine Jass.
Insgesamt 1.000 Quadratmeter Trainingsfläche hat das Life Line, das von Elisabeth Jass, der Schwiegermutter der heutigen Inhaberin gegründet wurde. Der Freizeithof ist auch Ausbildungsbetrieb für Sport- und Fitnesskaufleute und beschäftigt aktuell neben dem langjährig aktiven Trainerteam einen Auszubildenden. Wer zur Corona-Risikogruppe gehört, aber auf gesundes Training nicht verzichten möchte, ist am Lister Damm genau richtig. Christine Jass und ihr Team freuen sich darauf, neue Mitglieder zu begrüßen und für sie optimale und sichere Trainingsmöglichkeiten zu finden.

Lister Damm 3
30163 Hannover
Tel.: 0511-669594
www.lifeline-hannover.de





UNSER SPORTANGEBOT:

- Aerobic & Steparobic
- Balance, Bodyforming, Fit über 50
- Wirbelsäulengymnastik, Rückenfit
- Indoor & Sensitive Cycling
- Yoga & Pilates, TriloChi
- Osteoporosegymnastik
- 14 Karat Zirkeltraining, Nordic Walking
- NEU: täglich Online-Kurse
- und 50 weitere bewegende Angebote

Wir für Sie:

- Analyse & Beratung
- Trainingsplan & -kontrolle
- Ernährungs- & Bewegungstipps
- Sauna (derzeit noch geschl.)& Wellness
- Zusammenarbeit mit Krankenkassen
- Probetraining
- Prävention





KLEINGÄRTEN FREIZEITPARADIESE



Gleich zwei große Kleingärtnervereine hat die List zu bieten. Im Kleingärtnerverein Staatswiesen e V. gibt es acht Kolonien, wovon eine jenseits des Kanals in Vahrenheide liegt. Der Verein und seine Gartenpächter bewirtschaften 158.591 Quadratmeter Land, aufgeteilt in 355 Gärten. Die Kolonien haben klangvolle Namen wie „Einigkeit“, „Abendruhe“ oder „Hahnenburg“. Auch in der Kolonie „Sperlingslust“ gärtnern Hannoveraner nach Feierabend und am Wochenende. Kleingärtnern ist wieder trendy. In den Staatswiesen ist darum gerade kein Garten frei.

Im Kleingärtnerverein Tannenberg-Allee sind sogar noch mehr Gärten vereinigt. 455 Parzellen verwaltet der Verein. Ab 1912 begannen hannoversche Familien, in den Kolonien „Ehlershausen“ und „Sorgenfrei“ ihre Gärten anzulegen.

Heute umfasst das Vereinsgelände mehr als 208.000 Quadratmeter Land, das sich ungefähr zur Hälfte in städtischem Besitz und in Privatbesitz befindet.

Außerdem gibt es noch zwei Kleingärtnervereine, die „List“ im Namen tragen, jedoch nicht in diesem Stadtteil liegen. Der „Kleingartenverein List e. V.“ ist am Lister Bad zuhause - und beides liegt nun einmal in Vahrenheide, genauso wie die Kleingartenanlage des KGV „Lister Damm“.

Der Bezirksverband Hannover der Kleingärtner e. V. hat sein Domizil hingegen in der List und verwaltet von hier aus seine Mitgliedervereine in allen Stadtteilen. Das große Glück im kleinen Garten - mit Obst und Gemüse, Blumen und lauschiger Laube: in der List ist es zuhause in über 800 Parzellen mit Gestaltungen so individuell wie ihre Pächter und Pächterinnen.



FAHRRADKONTOR

BEGEISTERUNG FÜR DEN RADSPORT





Vor der Werkstatt herrscht Andrang, als wir das Fahrradkontor in der Spichernstraße 7 besuchen. Der Service ist begehrt, das sieht man sofort. Sechs Fachkräfte, darunter ein Azubi, kümmern sich um Wartung und Reparatur der Räder. Auch im Ladengeschäft mit rund 340 Quadratmetern Ausstellungsfläche finden gerade Beratungsgespräche statt. Fahrradfahren boomt in diesem Sommer, keine Frage.

Das Fahrradkontor wurde vor 40 Jahren von mehreren jungen Männern mit Begeisterung für den Radsport gegründet - und die Begeisterung wird vom aktuellen Team des Unternehmens geteilt. Fahrräder für alle Generationen sind in der Verkaufsausstellung zu finden. Zubehör und funktionelle Bekleidung gibt es in großer Auswahl - Helme, Packtaschen, Sättel, GPS-Geräte, Tachos, Schlösser und Original-Ersatzteile namhafter Hersteller füllen die Regale an den Wänden des Ladengeschäftes. Ein besonderer Fokus liegt auf dem Straßenrennsport - hier ist das Unternehmen gut vernetzt und sponsert lokale Radsportvereine. Rennräder gibt es für alle Generationen - auch bereits für Kinder.

Mit Marken wie Contoura, Hannover Rad, Simplon, Stevens, Ridley, isy, VSF-Fahrradmanufaktur und Falter kann das Unternehmen aus fast allen Bereichen der Fahrradwelt robuste und hochwertige Modelle anbieten.

In einem Sommer, der für viele keine Urlaubsreise bietet, sind Fahrradausflüge die Alternative. „Gravelbikes“, ideale Wochenendausflugsräder, die im Gelände wie auf der Straße gute Leistung bieten, sind im Trend. Diese „Überallfahrräder“ sind ideale Begleiter für die „Mikroabenteuer“, die den Urlaub zuhause versüßen.

Dennis Saß führt uns im Geschäft zu Tourenrädern und Mountainbikes, zu Speedbikes, Crossbikes und Stadtfahrrädern. E-Bikes, Kinderanhänger und Tretroller gehören auch zum Sortiment des Betriebes, in dem das Leben mit dem Rad, im Alltag wie in der Freizeit, bei allen Beschäftigten im Mittelpunkt steht.

Dass eine Beratung Zeit braucht, um für den jeweiligen Bedarf das ideale Rad zu finden ist im Fahrradkontor eine Selbstverständlichkeit. Darum ist es ratsam, für einen wirklich überlegten und optimalen Fahrradkauf einen Termin unter termin@fahrradkontor.de zu vereinbaren, denn dann muss man keine Wartezeit einplanen und ein Teammitglied ist fest dafür gebucht.

Fahrradkontor, Spichernstr. 7, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/39 15 73, www.fahrradkontor.de

MARKUS PÖHLER IHR MIELE-SPEZIALIST MIT

30 JAHREN ERFAHRUNG UND PERFEKTEM SERVICE AUS MEISTERHAND

Sämtliche Haushaltsgeräte und Küchenhelfer der Marke Miele bieten Markus und Tanja Pöhler ihren Kundinnen und Kunden in ihrem Fachgeschäft an der Podbielskistraße, Höhe Vier Grenzen, an.

Das 1990 gegründete Unternehmen kann also auf eine dreißigjährige Tradition bauen und wird in zweiter Familiengeneration geführt. Auch die dritte Generation steht mit Hanna-Marie und Torjan Pöhler schon bereit, die Erfolgsgeschichte fortzusetzen, die Ausbildung erfolgt im eigenen Familienbetrieb.

Bei Familie Pöhler ist nicht nur der Verkauf der hochwertigen Miele-Geräte ein Erfolgsfaktor, der autorisierte Miele-Kundendienst des Elektromeisters Markus Pöhler gibt der Kundschaft des Unternehmens zusätzlich Sicherheit, in guten Händen zu sein, wenn einmal eine Reparatur oder Wartung erforderlich ist. Alle Reparatur- und Garantieleistungen für die Miele-Gerätewelt kann das Unternehmen aus der List anbieten. Pöhler ist der einzige auf Miele spezialisierte Fachhändler mit eigenem Miele Kundendienst. Wer von der hohen Qualität und Langlebigkeit der Miele-Geräte überzeugt ist, wird sich immer wieder für ein Gerät dieser Marke entscheiden - und kann im Hause Pöhler auf rund 150 Quadratmetern Ausstellungsfläche die aktuellen Gerätemodelle und viele Innovationen kennenlernen. Ob Geschirrspüler, Herd, Staubsauger oder Kaffeevollautomat: Die Geräte kann man in der Ausstellung nicht nur anschauen, sondern auch ausprobieren und sich von der intuitiven Bedienung überzeugen.

Wenn man sich für den Kauf beim Fachhändler entscheidet, sind der Weg des Gerätes in das Haus und der Geräteanschluss natürlich kein Problem: Dafür kann man sich auf den Fachbetrieb verlassen!



Markus Pöhler –
Ihr Miele-Spezialist

Podbielskistr. 83/
Vier Grenzen
30177 Hannover

Telefon:
0511/66 88 30
www.poehler-hannover.de
miele@poehler-hannover.de

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag
8:30-18:00 Uhr
Mittwoch 8:30-13:00 Uhr
Samstag 9:30-13:00 Uhr



BIBLIOTHEK PLUS: LEIHEN AUF ZEITGEMÄSSE ART

Die Jugendbibliothek und Stadtbibliothek im Podbi Park ist etwas Besonderes: Als „Bibliothek Plus“ hat sie seit 2017 erweiterte Öffnungszeiten in Selbstbedienung und ohne Personal. Mit der Lesekarte können sich die eingetragenen Leser und Leserinnen mit Pincode den Zugang an 32 zusätzlichen Stunden in der Woche ermöglichen. Mehr Zeit zum Lesen, Arbeiten, Ausleihen und Zurückgeben. Die moderne Bibliothek zeigt an vielen Stellen noch das alte Gemäuer der ehemaligen Keksfabrik, doch das Angebot ist moderner als das der meisten anderen Bibliotheken. So gibt es im Jugendbereich Hörsessel, auf denen Musik gestreamt werden kann, ohne das Umfeld mit zu beschallen. WLAN ist selbstverständlich, Internet-PCs sind es auch. Über 40.000 Medien warten darauf entdeckt zu werden, gemütliche Leseplätze sind ausreichend vorhanden und man kann sich aus einem Getränkeautomaten mit Heiss- und Kaltgetränken versorgen. Die Bibliothek von heute muss ein Aufenthaltsort sein, ein Platz, an dem man gerne Zeit verbringt. An manchen heissen Sommertagen, wenn die Hitze in der Altbauwohnung keine Gemütlichkeit zulässt, kann die Bibliothek mit ihrer Plus-Öffnungszeit bis 22 Uhr (Montag bis Sonnabend) ein Ausweg sein. Ausleihe und Rückgabe sind in der Lister Bibliothek übrigens vollständig automatisiert - auch zu den Öffnungszeiten, zu denen Personal vor Ort ist. So haben die Bibliothekare und Bibliothekarinnen Zeit für die Beratung und für das Gespräch mit ihrem Lesepublikum.





MAAS NATUR: FAIR FASHION HOTSPOT

Für Maas Natur ist die Filiale in Hannover etwas ganz Besonderes. Sie wurde zum 30-jährigen Firmenjubiläum im Jahr 2015 gegründet. Die Filialleiterin Gabriele Weber ist eine echte Hannoveranerin, kennt die Lister Meile wie keine andere und hat die Filiale von Anfang an mit aufgebaut. So ist die wunderschöne Filiale zu dem geworden, was sie heute ist: Ein Fair Fashion Hotspot für eine langjährige, treue Kundschaft, aber auch für interessierte Menschen, die Naturmode neu für sich entdecken.



Das große und steigende Interesse der Hannoveraner aus allen Stadtteilen zeigt, dass sie damit auf dem richtigen Weg ist und die Menschen großen Wert auf nachhaltige, ökologische und fair produzierte Mode legen. Besonders beliebt ist der Ladenbestellservice, der das Stöbern im Onlineshop und das Einkaufserlebnis in der Filiale verbindet. Online bestellte Produkte können in die Lister Meile geschickt und dort zusammen mit dem Team von Gabriele Weber anprobiert werden. Die Beratung und der Austausch vor Ort sind besonders bei Naturmode ein wichtiger Teil der Kaufentscheidung. Die Herstellung, bestehende Zertifikate, der Umweltschutz und die Arbeitsbedingungen werden transparent kommuniziert.

So lässt sich bei Maas Natur mit gutem Gewissen einkaufen!

Überzeugt? Dann shoppen Sie ökologische Mode – fair produziert online unter www.maas-natur oder in einer der 12 Filialen, zum Beispiel in Hannover in der Lister Meile 29 A.

Die Philosophie von Maas Natur

Bei Maas Natur gibt es ökologische und fair produzierte Mode für die ganze Familie. Von Socken bis Wollpullover, von Schuhen bis Mützen – es ist für jeden etwas dabei. Der Großteil der Mode wird von eigenen Designerinnen entworfen innerhalb Europas produziert. Zusätzlich können aber auch Produkte beliebter Öko-Labels bei Maas Natur erworben werden. Bei der Auswahl der Produkte und Materialien wird auf deren Nachhaltigkeit, Qualität und Herstellung geachtet. Wichtige Indikatoren dafür sind Textilsiegel wie GOTS, IVN oder die Bio-Zertifizierung der Baumwolle und Tierhaltung.

Neben Kleidern, Schuhen, Schmuck und Jeans gibt es bei Maas Natur auch Wohnaccessoires, die Ihr Zuhause natürlich aufwerten. Oft haben die fair und ökologisch hergestellten Deko- oder Geschenkartikel eine richtige Geschichte und werden damit zu einem ganz besonderen Highlight.

BEITRAG ZUM GEMEINWOHL

Mit dem Kauf von Mode zum Gemeinwohl beitragen? Bei Maas Natur geht das! Zusammen mit Studenten der FH Bielefeld hat Maas Natur einen Gemeinwohlbericht erstellt, in dem sie offenlegen, was und wie sie als Unternehmen zum Gemeinwohl beitragen. Dabei wurde besonders auf den Beitrag zur Menschenwürde, Solidarität und Gerechtigkeit, ökologischen Nachhaltigkeit sowie Transparenz und Mitentscheidung geachtet. Lebt man nach diesem neuen, ethischen Wirtschaftsmodell bilden das Wohl von Mensch und Umwelt das oberste Ziel. Wirtschaftliche und finanzielle Chancen werden sozialen und ökologischen Risiken gegenübergestellt und nur dann verfolgt, wenn das Gemeinwohl nicht beeinträchtigt wird. Maas Natur hofft mit einer nachhaltigen Wirtschaftsweise andere Unternehmen zu inspirieren und die Bewegung der Gemeinwohlökonomie voran zu treiben.

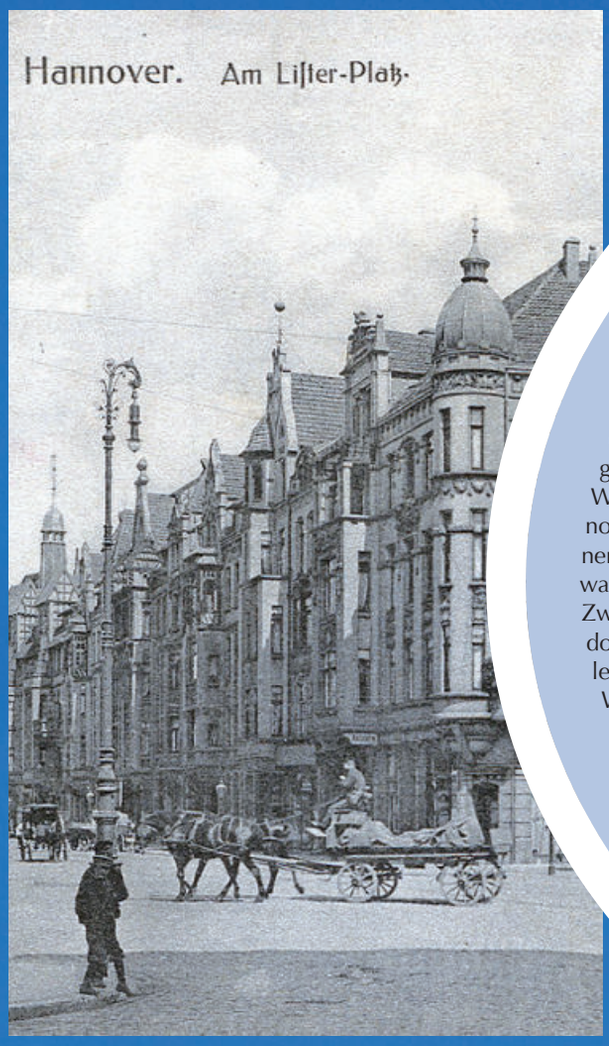
Schauen Sie gerne in der Maas Natur Filiale in Hannover (Lister Meile 29 A) vorbei, tauschen Sie sich dort mit dem Laden-Team aus und nehmen Sie sich den ausliegenden Gemeinwohlbericht mit.



Leinen – die Naturfaser des Sommers

Der Sommer ist da. Besonders bei diesen Temperaturen bietet Mode aus Naturmaterialien wie Leinen echte Vorteile. Das größte Problem im Sommer ist, dass wir schwitzen. Meistens liegt das an dem enthaltenen Plastik in unserer Kleidung. Kleidung aus Leinen ist plastikfrei und von Natur aus feuchtigkeitsregulierend und lässt uns dadurch weniger schwitzen. Der Stoff wirkt sogar kühlend auf der Haut.

Maas Natur
Lister Meile 29A
30161 Hannover
Tel.: 0511/ 89843087
www.maas-natur.de



ALS DIE LIST ZUM STADTTEIL HANNOVERS EINGEMEINDET WURDE…

Die List - ein Bauerndorf? Schwer vorstellbar, wenn man den heute verdichteten lebendigen Stadtteil mit seinen eng bebauten Straßenschluchten betrachtet. Doch lange schlummerte das Dorf List einen bäuerlichen Dornröschenschlaf mit Äckern und Wiesen, die sich bis an den heutigen Lister Platz und darüberhinaus zogen. Offiziell erwähnt wurde das Dorf bereits 1304 in einer Urkunde, in der es um eine Landschenkung ging. Vier Höfe hatte das kleine Dorf mit den schlechten Böden damals. Wohlstand konnten sie ihren Äckern kaum entringen. Hannover, damals noch unbedeutend, hatte um 1350 nur rund 4.000 Einwohner und Einwohnerinnen und lag fern, einen halben Tagesritt entfernt. 385 Jahre später, 1689, waren es 26 Höfe mit rund 180 Einwohnern, die das Dorf List bevölkerten. Zwischen Höfe- und Wöhlerstraße, Wald- und Liebigstraße war ein Haufendorf entstanden, dessen Name sich wohl von seiner Nähe zur Eilenriede herleitet - der Begriff „List“ kennzeichnete früher in Norddeutschland Orte am Waldrand. Nahe am Dorf List vorbei führte der alte Handelsweg nach Celle, wodurch die Lister sicher häufig mit Durchreisenden in Kontakt kamen. Doch das Dorf entwickelte sich nur langsam - auf 38 Höfe und 286 Bewohner im Jahr 1823. Es war schließlich auch nicht die Dorfentwicklung aus sich heraus, die einen Wendepunkt markierte. Die Stadt Hannover, deren Einwohnerzahl sich zwischen 1823 und 1867 von gut 17.000 auf knapp 74.000 Einwohner vervielfachte, wuchs auf die List zu und deren Ackerflächen schufen bald Begehrlichkeiten. 1891 hat die Stadt das Dorf längst erreicht, Villen für reiche Hannoveraner entstehen auf Lister Gebiet, die Industrie hat die leeren Flächen vor den Toren der großen Stadt entdeckt. Die List wird zu Hannover eingemeindet und der neue Stadtteil entwickelt sich rasant.

HANNOVER WUCHS AN DIE LIST HERAN

Von 574 Einwohnern im Jahr 1859 ist die Zahl 1891 auf über 3.200 angestiegen. Nach 1906, als die Markuskirche fertiggestellt ist, kann man von der Walderseestraße aus schon nichts dörfliches mehr entdecken, wie die alte Postkarte zeigt. Ackerflächen hat der Stadtteil schon lange nicht mehr. Mit weit über 40.000 Einwohnern und Einwohnerinnen hat die List für sich genommen schon die Bevölkerungsgröße eines Mittelzentrums. Doch es ist nicht das Dorf List, aus dem heraus sich der lebendige Stadtteil entwickelte, sondern die Stadt Hannover, die auf das Dorf zuwuchs und es in ihrem Expansionsdrang verschlang.





abc-Multilingua:

„WIR LEBEN ALLE SPRACHEN"

Hans Seelhorst ist Simultan-Dolmetscher für Englisch und Spanisch und führt bereits seit rund 30 Jahren seine Sprachschule „abc-multilingua", die am Wedekindplatz über Büro und Unterrichtsräume verfügt. Auf die Frage, welche Sprachen unterrichtet werden, kommt eine überraschende Antwort: „Alle!". Tatsächlich kann man mit jedem Sprachlernwunsch zu Seelhorst kommen: „Wir finden in der Regel für jede Sprache eine Lösung." Er selbst hat als Gaststudent der University of Pennsylvania einst viel darüber gelernt, wie man Sprachen unterrichtet, ein Jahr in Spanien gelebt und sich dort fortgebildet.

Derzeit sind es neben gängigen europäischen Sprachen wie Englisch oder Spanisch unter anderem Arabisch, Chinesisch, Russisch, Persisch und Swahili, die regelmäßig unterrichtet werden. Da hauptsächlich Einzelunterricht und Unterricht in kleinen Gruppen erteilt wird und die Unterrichtsräume im 1. Stock geräumig sind, stellen auch die Corona-Einschränkungen kein großes Problem mehr dar. Professionelle Dolmetscherleistungen sowie einwandfreie Übersetzungen, auch Urkundenübersetzungen, kann man bei Seelhorst und seinem großen multikulturellen Team ebenfalls buchen.
Hans Seelhorst ist „neugierig auf Menschen aus aller Welt" und interessiert an Kulturen. Groß ist die Vernetzung in seiner internationalen Community und er bekommt viele Bewerbungen von Menschen, die ihre Sprache gern im Unterricht weitergeben möchten. Wichtig bei seinen Lehrkräften ist „das Talent, Sprache zu vermitteln". Wer sich bei abc-multilingua für einen Sprachkurs einschreibt, bekommt Unterricht von Muttersprachlern. Doch was ist der Beweggrund von Menschen, seltene Sprachen zu lernen? Manchmal ist es der Wunsch die Sprache des Partners/der Partnerin zu beherrschen, andere gehen beruflich in ein Land, in dem zum Beispiel Swahili gesprochen wird, das die am weitesten verbreitete Verkehrssprache Ostafrikas ist.

Unterrichtet wird nach der „direkten Methode" - einsprachig: „Sie werden schnell lernen, in der neuen Sprache natürlich zu sprechen und diese Sprache zu verstehen", verspricht Hans Seelhorst.

abc-multilingua
Wedekindplatz 3
30161 Hannover
Tel.: 0511/ 62 30 01
www.multilingua.de

BLICK ÜBER DIE OSTSTADT HINEIN IN DIE LIST

Ein Blick über das Häusermeer von einem der höchsten Gebäude in der City. Der Welfenplatz, das grüne Areal vorne links, kann uns Orientierungsmarke sein, wohin der Fotograf die Kamera hält. Ganz hinten in Verlängerung der Straße, die auf den Welfenplatz zuläuft, sehen wir den Kirchturm der St. Josephs-Kirche. Rechts oben im Bild ist der Kirchturm der Matthäuskirche zu sehen. Wir blicken in der Bildmitte rechts außen auf den denkmalgeschützten historischen Schornstein des Clementinenhauses und sehen am Horizont weit in das Land hinein, dorthin, wo die Stadt endet. Gut erkennbar ist der Baustilmix, mit dem die List eng bebaut ist. Historische Gebäude wechseln sich ab mit klassischen Mietkasernen. Wohnen auch Sie irgendwo dort, unter dem rotbraunen Dächergewirr?



SCHÖNE ZÄHNE für alle

Ihre Kieferorthopädinnen in der Oststadt/ List

Kieferorthopädie macht gesund und selbstbewusst – Wir machen es möglich: Gerade, regelmäßige Zähne sind ein Geschenk fürs Leben.



Fehlstellungen bei Kindern

Häufig jedoch sieht die Realität anders aus: Über die Hälfte aller Kinder leiden unter Zahn- und Kieferfehlstellungen, die eine kieferorthopädische Behandlung erfordern. Die meisten Fehlstellungen sind angeboren und deshalb oft schon frühzeitig zu erkennen. Erworbene Fehlstellungen entstehen meist durch Gewohnheiten im Kleinkindalter wie z. B. Daumenlutschen und Lippensaugen.
Ziel der kieferorthopädischen Behandlung ist die Optimierung wichtiger Funktionen wie Kaufunktion, Mundschluss, Atmung, Aussprache und die natürliche Selbstreinigung.
Obwohl zahnmedizinische Aspekte im Vordergrund stehen, bedeutet die Zahnregulierung auch eine Verbesserung der Ästhetik.
Ebenmäßige Zähne und ein schönes Lächeln können das Selbstvertrauen schon in jungen Jahren fördern.
Bei Kindern beginnt die Behandlung in der Regel im Alter von 7-12 Jahren. Häufig ist eine Frühbehandlung schon im Milchgebiss erforderlich. Deshalb möchten wir die kleinen Patienten spätestens ein Jahr vor der Einschulung sehen, um den individuellen Behandlungsbeginn rechtzeitig festlegen zu können.
Die herausnehmbare Spange ist die klassische Behandlungsmethode im Mich- und Wechselgebiss. Dabei wird das Wachstum der Kiefer genutzt, um die Zähne und knöcherne Strukturen sanft in die physiologische Position zu führen. Wir behandeln unsere Patienten funktionskieferorthopädisch nach dem Konzept von Professor Balters mit einem Bionator.

Kieferorthopädie für Erwachsene - Zähne lassen sich ein Leben lang bewegen - Wir machen es möglich!

Ihre Zähne prägen Ihre Sprache und Ihre persönliche Ausstrahlung – vielleicht mehr als Ihnen bewusst ist. Sie beeinflussen die Harmonie Ihres Gesichts und die Gesundheit des gesamten Körpers.
Gerade, regelmäßige Zähne sind ein Geschenk fürs Leben, schiefstehende Zähne jedoch kein Schicksal.

Ist bei Ihnen eine Zahnkorrektur in der Jugend versäumt worden oder bewegen sich Ihre Zähne wieder? Träumen Sie von geraden Zähnen? Dieser Traum kann Realität werden. Ziel ist – neben dem ästhetischen Wert – die Erhaltung bzw. Wiederherstellung wichtiger allgemeingesundheitlicher Funktionen wie Kaufunktion, Mundschluss, Atmung, Aussprache und natürliche Selbstreinigung.
Eine kieferorthopädische Behandlung schützt vor Fehlbelastungen und vermeidet somit Zahnfleischerkrankungen und Kiefergelenkschmerzen. Sie sichert aber auch den Erfolg von Zahnersatz z. B. nach Aufrichtung der Pfeilerzähne bei Brücken oder Implantaten.
Die moderne Kieferorthopädie ist in der Lage, auch schwierigste Fehlstellungen zu korrigieren. In der Regel erfolgt die Zahnkorrektur bei Erwachsenen mit einer festsitzenden, von außen oder innen gesetzten Spange oder mit durchsichtigen Schienen nach Invisalign. Durch ständige Weiterentwicklung von Techniken und Materialien ist auch die Behandlung mit Multibracketapparaturen immer komfortabler und angenehmer geworden.
Wir sind froh, als eine der ersten Praxen in Deutschland das Damon Clear Bracketsystem zu verwenden.
Ein selbstlegierendes, durchsichtiges Bracket, mit dem wir extrem schonend, schnell und gleichzeitig schmerzreduzierend bei optimaler Mundhygiene behandeln. Die Ergebnisse sind hervorragend.



Unser kompetentes Team aus Fachzahnärztinnen für Kieferorthopädie, zahnmedizinischen Fachangestellten und Zahntechnikern, die speziell kieferorthopädisch geschult sind, freut sich, Sie in unserer neuen Praxis zu begrüßen.

Dr. Brigitte Pfleiderer und Sabine Steding,
Fachzahnärztinnen für Kieferorthopädie,
Bödekerstraße35,
30161 Hannover,
Tel.: 0511-3481666,
www.zaehne-an-der-leine.de



LISTER MEILE DANKT FÜR UNTERSTÜTZUNG DER ANWOHNERSCHAFT IN DER SCHWIERIGEN CORONAZEIT

Vom ersten Tag an sei viel Bewegung auf der Lister Meile gewesen, nachdem die coronabedingten Geschäftsschließungen aufgehoben wurden, berichtet sich Dirk Eberitzsch, Vorsitzender des Vereins „Aktion Lister Meile e. V.“, der es in diesem Fall als Vorteil bezeichnet, dass sich keine Läden über 800 Quadratmeter Größe an der Meile befinden. Die hätten erst später öffnen dürfen - doch an der Meile waren sofort alle Türen offen. Das nahm der NDR zum Anlass einen Bericht zur Wiedereröffnung der Geschäfte von hier zu senden: „Das hat der Meile gutgetan“.

Überhaupt schwärmt Eberitzsch davon, dass auch in der Zeit der geschlossenen Geschäfte die Möglichkeiten für Warenversand, Abholung oder Essen „to go“ der Geschäfte gut wahrgenommen wurden: „Die ganze Meile war dankbar, wie die Anwohner und Anwohnerinnen ihren Kiez unterstützt haben. Das war beeindruckend und toll.“

Zum ersten Mal seit vielen Jahren wird es auf der Lister Meile in diesem Jahr kein großes Fest geben. Ein komisches Gefühl für die Geschäftsleute, die dieses Jahreshighlight genauso sehr mögen wie die zahllosen Gäste. Einen verkaufsoffenen Sonntag soll es, wenn möglich, im September aber noch geben.

Und natürlich werden die Geschäftsleute in der dunklen Jahreszeit die Meile wieder zum Leuchten bringen. Die beleuchteten Bäume sind für die Gäste der Meile im Advent ein Highlight - finanziert von den Betrieben und vom Verein. Die Beleuchtung eines Baumes kostet allein rund 2.000 Euro an Equipment - damit die Meilen-Gäste Freude haben.



In diesen Tagen ist die Meile schon wieder stark belebt, doch man sieht, dass die Hannoveraner und Hannoveranerinnen Abstandsregeln und Maskenpflicht gut verinnerlicht haben. Sie machen die pandemiebedingten Einschränkungen entspannt mit und sorgen dafür, dass ein Besuch auf der Meile sowohl sicher als auch sommerlich-abwechslungsreich ist. Wer die Lister Meile mit dem Stadtteil List gleichsetzt täuscht sich übrigens: tatsächlich gehört nur ein kleiner Straßenteil, einmündend in die Bödekerstraße, zu diesem Stadtteil. In ihrer ganzen Länge führt sie durch drei Stadtteile - nach der List durch die Oststadt. An ihrem südlichen Ende befindet man sich bereits im Stadtteil Mitte.

Auf ganzer Länge wird die beliebte Bummel-Meile gesäumt von schönen Geschäften, abwechslungsreicher Gastronomie und attraktiven alten Häusern mit baulichem Charme. Die beiden großen Brunnen sprudeln in diesen Tagen wieder für Abkühlung bei heißem Sommerwetter.

Wer mehr über die Aktivitäten des Vereins „Aktion ListerMeile e. V. erfahren möchte und rechtzeitig Bescheid wissen möchte, wann es wieder ein Event gibt, findet unter www.listermeile-hannover.de alle wichtigen Informationen.

LEUENHAGEN & PARIS DANKT DER KUNDSCHAFT UND SPENDET FÜR DIE MENTOR LERNHILFE

„Wir waren immer da“, beschreibt Dirk Eberitzsch die Coronazeit bei Leuenhagen & Paris. Die Buchhandlung, die seit 1952 eine echte Institution auf der Lister Meile ist, richtete eine Bücher-Abholstation vor dem Haus ein und belieferte die Kundschaft auch mit dem Fahrradkurier, während die Ladentüren geschlossen bleiben mussten. „Wir sind halbwegs glimpflich durch die Krise gekommen“, freut sich Eberitzsch, der das Unternehmen in 3. Familiengeneration führt. Dafür dankt er den Kundinnen und Kunden, die ihren Lesestoff, telefonisch, per Mail oder im Onlineshop, weiterhin von ihrem Buchhändler vor Ort bezogen haben.



2017 und 2018 mit dem Deutschen Buchhandelspreis ausgestattet, ist Leuenhagen & Paris nicht nur ein Mekka für Leser und Leserinnen, das auf drei Etagen und rund 1.000 Quadratmetern ein literarisches Vollsortiment anbietet. Das Unternehmen bildet auch aus. Weit über 100 junge Buchhändler und Buchhändlerinnen waren es bisher - und Ausbildung gehört auch weiterhin zum Engagement des Betriebes.
Buchbegeisterte finden hier stets auch beste Beratung, wenn sie in einem Genre neue Lese-Inspiration suchen.
In den letzten Wochen hat es Dirk Eberitzsch Kopfzerbrechen bereitet, dass er durch die Buchpreisbindung die zweiprozentige Senkung der Mehrwertsteuer nicht an die Kundschaft weitergeben kann. Doch dann ergab sich eine ideale Lösung. Eberitzsch erfuhr, dass der Verein „Mentor Lesehilfe“ durch die Coronazeit in finanzielle Schwierigkeiten geraten war. Nun wird die Differenz von zwei Prozent diesem wichtigen Verein gespendet - und damit tun die Kunden und Kundinnen bei jedem Buchkauf Gutes. Leuenhagen & Paris ist bekannt für seine umfangreichen Veranstaltungsprogramme mit schönen Lesungen. Derzeit plant das Team aktiv am Lesungsprogramm für den Herbst und alle Termine finden Sie ab sofort auf der Homepage.

Leuenhagen & Paris, Lister Meile 39, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/31 30 55, www.leuenhagen-paris.de

MR HERRENMODEN AUF DER LISTER MEILE: SEIT 55 JAHREN MODE VON TRADITIONELL BIS UNKONVENTIONELL

Seit 55 Jahren gibt es den Herrenausstatter der besonderen Art auf der Lister Meile. Von Manfred Reuker 1964 gegründet und seit Januar von seinem Geschäftspartner Ulrich Kerkloh mit Liebe und Herzblut weitergeführt, ist dieses Unternehmen ein Beispiel dafür, was den Unterschied eines inhabergeführten Geschäftes ausmacht: Persönlichkeit. „Schon als Handelsvertreter einer bekannten Hemdenmarke habe ich das Geschäft vor vielen Jahren kennengelernt und mich in diesen besonderen Charme verliebt“



Als er dann vor 10 Jahren aus privaten Gründen von Hamburg nach Hannover gezogen ist und Manfred Reuker Ende 2019 in den wohlverdienten Ruhestand wechselte, ging für Ulrich Kerkloh ein kleiner Traum in Erfüllung. Als tragende Säulen des Geschäftes übernahm er alle Mitarbeiter, denn: Wer kennt die Wünsche der langjährigen Kunden besser als sie? Viel Vertrautes zum Einen aber auch der Mut zu Veränderungen ist es, was neue Kundschaft anlockt. Die Dekoration der Schaufenster ist dabei ein wichtiger Teil der „Kommunikation“. Sie werden alle drei Wochen von professioneller Hand mit einem Thema neu gestaltet. „Dafür bekommen wir sehr viel Lob“, freut sich Kerkloh.
Die Einrichtung mit edlem dunklem Holz lässt die farbenfrohen Kollektionen erst so richtig zur Geltung kommen. Das Publikum ist mittlerweile bunt gemischt. Die jüngere Generation entdeckt modische Fil Noir Hemden und schmale Hosen von MMX, während sich die ältere Generation gerne an ein Leinensakko wagt. Für Kerkloh eine spannende Zeit. Ob nun sportlich, klassisch-elegant oder Fashion-Style - mit Marken wie Joker, Signum, Alberto, Doris Hartwich, Fil Noir oder Strick von Seldom und März München: mr herrenmoden ist in seiner Kombination aus Mode, Schuhen und Accessoires sehr gut aufgestellt und kann mit erfahrenen Beratern jedem Mann zu seinem ganz persönlichen Stil verhelfen. Egal zu welchem Anlass, wenn sie ein perfekt passendes Outfit suchen, sind sie bei „mr herrenmoden“ genau richtig.

MR Herrenmoden, Lister Meile 29, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/326144, www.mr-herrenmoden.de, info@mr-herrenmoden.de

DATEN, FAKTEN, KURIOSES

KEINE LISTER EILENRIEDE

Die Eilenriede ist der Hauswald der Lister Bevölkerung. Doch tatsächlich gehört kein Stück des großen hannoverschen Stadtwaldes zum Stadtteil List. Und damit ist auch der Lister Turm nicht zum Stadtteil gehörig. Er liegt im Stadtteil Zoo. Das wird die Bevölkerung schwerlich beeindrucken, denn es hängt ja nicht davon ab, ob man in der nahen Eilenriede spazierengehen kann.
Wer im Lister Bad schwimmen geht, tut dies tatsächlich in Vahrenheide, denn mit dem Mittellandkanal endet der Stadtteil List. „List" ist also eine beliebte Bezeichnung auch für Institutionen außerhalb des Stadtteils.

KEINE GRENZEN AN DEN VIER GRENZEN

Die „Podbi" hieß noch bis 1904 Celler Chaussee. Bis ungefähr 1900 befanden sich an dieser Straße nur einzelne Gehöfte. Am heutigen Platz „Vier Grenzen" trafen noch bis Ende des 19. Jahrhunderts die Dörfer List, Klein-Buchholz und Groß-Buchholz mit der Stadt Hannover zusammen. Heute gehören der Platz und seine Umgebung komplett zur List. Und was ist mit der Burg? Ein Gebäude namens „Grenzburg" erweckt den Eindruck, als habe es hier vielleicht wirklich mal eine Burg gegeben. Doch dem ist nicht so. Erst 1930 entstand das Gebäude mit Saal und Restauration. Geschaffen wurde es vom hannoverschen Architekten und erfolgeichen Bauunternehmer Max Küster, der schon 1910 rund 3.100 Mitarbeiter hatte.

TET ALS BAHLSEN-ZEICHEN BERUHT AUF ÄGYPTISCHER HIEROGLYPHE

Lange Zeit stand neben dem Schriftzug Bahlsen ein Logo mit einer Schlange und den drei Buchstaben „TET". Der Grafiker Heinrich Mittag entwarf das TET-Zeichen. Die Idee dafür brachte jedoch der hannoversche Museumsdirektor Friedrich Tewes von einer Ägyptenreise mit. Die Hieroglyphe mit der Bedeutung „ewige Dauer" war zwar nicht exakt als „TET" transkribierbar, wurde als Grafik jedoch für mehr als ein Jahrhundert Bestandteil des Bahlsen-Logos. Auch damit wollte Hermann Bahlsen auf die dauerhafte Haltbarkeit seines Leibniz-Kekses hinweisen.



LISTER LERNMEILE: JOKER FÜR DIE ZUKUNFT

Die „Lister Lernmeile“ ist eine private Nachhilfeschule und seit 19 Jahren am Standort Lister Platz ansässig. Heike und Reinhard Fensch haben das Unternehmen vor 10 Jahren übernommen und seither viele hundert Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen 1 bis 13 betreut und zum erfolgreichen Schulabschluss geführt. „Kompetente Nachhilfe für das Kind - faire Konditionen für die Eltern“ ist das Motto - und die Vorteile des inhabergeführten Betriebes liegen auf der Hand. Flexible Unterrichtszeiten, Zusatzunterricht vor Arbeiten, Einzelunterricht oder Kleingruppen mit qualifizierten Lehrkräften und seriöse Vertragsbedingungen ohne bindende Langzeitverträge bietet die Lernmeile. Im Vordergrund steht das Kind: „Wir sorgen dafür, dass Ihr Kind wieder Spaß am Lernen hat und wieder gern zur Schule geht“, sagt Heike Fensch. Die Sorgen und individuellen Bedürfnisse der Kinder werden ernst genommen - so kann gezielter an der Schließung fachlicher Lücken gearbeitet werden, um die Noten zu verbessern. „Lernen in den Ferien“ steht jetzt an. „Ihr Kind wird intensiv und individuell auf das neue Schuljahr vorbereitet, sodass es ohne Wissenslücken und selbstbewusst nach den Ferien in die Schule gehen kann“, verspricht Heike Fensch. Privatzahler und Bezieher von Bildungsgutscheinen sind in der „Lister Lernmeile“ gleich gern gesehen.



Lister Lernmeile, Lister Meile 88, 30161 Hannover, Tel.: 0511/ 9088771, www.lister-lernmeile.de

DIE PLATERIA: AUSSERGEWÖHNLICHE SCHMUCKSTÜCKE



Plateria, Lister Meile 59, 30161 Hannover, Tel.: 0511/3 36 03 69, www. plateria.de

Schon der erste Blick ins Schaufenster macht klar: Die Plateria bietet Schmuck, der sich deutlich abhebt von den Massenprodukten großer Marken. Einzigartige Schmuckstücke, inspiriert von Natur, Architektur und der Verbindung zwischen den Menschen, entfalten hier bei Gunda-Lie Temme in der edlen und zurückhaltenden Einrichtung des Ladens ihren Glanz. Das Auge kann die teils filigrane Schönheit der Stück ohne Ablenkung betrachten. Die Schmuckkollektionen der verschiedenen Werkstätten erheben Anspruch auf individuelles Design und handwerkliche Qualität.
Die Anfertigungen transportieren ein unkompliziertes Lebensgefühl - der Form nach klassisch, aber originell und abwechslungsreich gestaltet. So werden auch Trauringe nach Kundenwunsch und immer individuell, z.B. aus der Kollektion „wilde Eheringe“ von Marion Knorr zu einem einzigartigen Versprechen. Jedes Ringpaar erzählt eine eigene Philosophie und Geschichte. In der eigenen Werkstatt und in der Zusammenarbeit mit weiteren Goldschmieden werden auch Reparaturen, Umarbeitungen und Anfertigungen realisiert. Lieblingsschmuckstücke erhalten hier professionelle Pflege und strahlen danach im neuen Glanz. Wer bei Schmuckstücken Lust auf etwas Außergewöhnliches hat, wird in der Plateria garantiert fündig.

MOLTKEPLATZ: WIEDER ERÖFFNET

Drei Jahre wurde gebaut auf dem beliebten Platz, dann verhinderte Corona die Wiedereröffnung im März.
Doch seit Mai darf gespielt und gechillt werden auf dem 4.400 Quadratmeter großen Areal, dessen Gestaltung zwischenzeitlich für viel Ärger gesorgt hat, weil Bäume weichen mussten und zu viel Asphaltfläche angelegt wurde.

Doch der Spielplatz ist gelungen, die Sitzgelegenheiten sind chic. Genutzt wird der Platz jedenfalls schon rege - die Anwohner und Anwohnerinnen scheinen froh zu sein, ihn nach der langen Bauphase wiederzuhaben.



NATURAHAUS

GESUNDE PRODUKTE UND ÜBERZEUGENDE BERATUNG



Ute Schneider wurde die Begeisterung für gesunde Ernährung und Kosmetika und für Heilkräuter bereits in die Wiege gelegt. Schon ihre Großmutter besaß ein Reformhaus, ihre Eltern setzten die Tradition fort. Seit 1989 führt Ute Schneider nun bereits das eigene „naturahaus“ an der Lister Meile und versteht es als Fachgeschäft mit ganzheitlicher Beratungskompetenz.
Auf 120 Quadratmetern Verkaufsfläche findet man eine große Auswahl an naturbelassenen Lebensmitteln, Nahrungsergänzungsmitteln, Heiltees und Heilkräutern, Naturkosmetik und vielem mehr rund um die Gesundheit.

Die Mitarbeiterinnen strahlen Freude bei der Arbeit aus - und das ist Ute Schneider wichtig. Sie bildet regelmäßig Einzelhandelskaufleute aus und ermöglicht ihnen, sich ganz speziell für die Arbeit in einem Reformhaus weiterzubilden. Durch Kurse an der Reformhausfachakademie werden aus den Verkaufskräften Fachkräfte, die gern beratend zur Seite stehen, wenn man aus der Fülle der hochwertigen Produkte wählen muss. Ein kalorienarmer aber leckerer Brotaufstrich soll es sein, vegan bitte? Petra Gerns führt zu einem großen Regal, in dem Gläser mit Aufstrichen in leckeren und auch außergewöhnlichen Geschmacksrichtungen locken.
Allergiegetestete Kosmetika, produziert ohne Tierversuche? Jasmin Warnecke zeigt die Auswahl und weiß viel darüber zu erzählen. Sie und Melanie Nordmeyer haben bei Ute Schneider gelernt und sind, wie auch Petra Gerns, schon mehr als ein Jahrzehnt im Betrieb - die große Stammkundschaft weiß die Kontinuität zu schätzen und vertraut dem Team. Juliana Stecker ist die aktuelle Auszubildende und freut sich, in einem inhabergeführten Betrieb mit hohem Teamgeist eine Ausbildungsstelle gefunden zu haben.
Ute Schneider bietet ihrer Kundschaft mit der individuellen Produktpalette und dem hohen Beratungsstandard ein besonderes Reformhaus - und zweimal im Jahr kommt noch ein weiterer Service dazu. Dann gibt es kostenlose halbstündige Heilpraktikerberatungen. Am 25. und 26. November finden die nächsten Beratungstage statt, bereits jetzt kann man sich dafür anmelden, um einen der begehrten Termine zu bekommen.

naturahaus, Lister Meile 88, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/66 59 42, www.naturahaus-hannover.de



DIE PERÜCKE NATÜRLICH

WIRKENDES ZWEITHAAR - KOMPETENTE BERATUNG

Hand auf's Herz: Haare sind ein Zeichen von Individualität und Persönlichkeit. Schöne Haare lassen uns glücklich und selbstbewusst auftreten. Ein Haarproblem, sei es durch Veranlagung, Krankheit oder Alter, lassen ein Stück Sicherheit im Alltag schwinden. Die Lösung dafür hat ein Fachgeschäft in der Lister Meile parat. Die Perücke ist mit über 35 Jahren Erfahrung ein Spezialist in Sachen Zweithaar. Inhaberin Birgit Kröger und ihre Mitarbeiterin Gabriela Rodriguez bieten optische Verschönerungen für Männer und Frauen jeden Alters an. Nach einer umfassenden, ca. einstündigen Beratung, für die Sie sich vorzugsweise einen Termin geben lassen, finden Sie gemeinsam eine individuelle Lösung für ein natürliches Aussehen mit einem attraktiven Haarersatz. Natürlich bietet „Die Perücke“ alle Serviceleistungen wie das Pflegen, Ausbessern, Färben, oder Neufrisieren. Auch eine Mode-Perücke aus hochwertigem Kunst- oder Echthaar für eine schnelle Typveränderung ist jederzeit realisierbar.

Die Perücke, Lister Meile 28, 30161 Hannover, www.ihreperuecke.de, Tel.: 0511/3 48 08 09

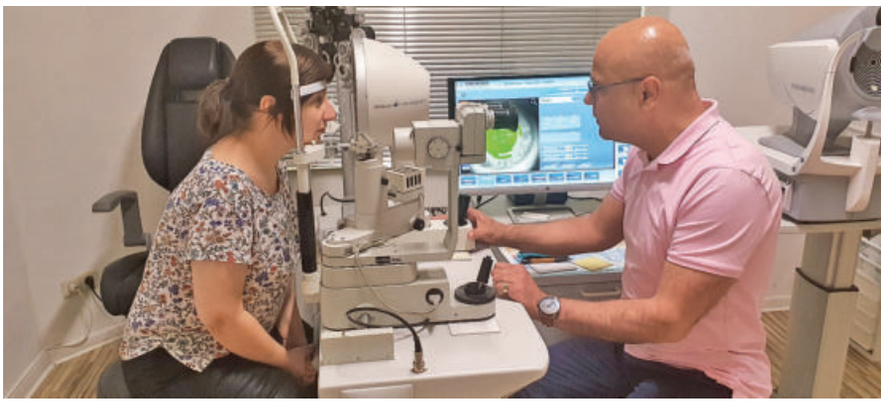
Einst stark befahrene Straße

Die Lister Meile in ihrer heutigen Struktur gibt es erst seit den 70er Jahren. Noch bis in die 50er Jahre führte der Fernverkehr der Bundesstraße 3 über den Lister Platz.

Um 1775 hieß der heutige Meilenverlauf „Alte Celler Poststraße“, später einfach Celler Straße und und ab 1880 verkehrte eine Pferdebahn, ab 1887 eine Straßenbahn auf der Trasse.

„Neuordnung hinter dem Bahnhof bis Lister Platz“ hieß die Baumaßnahme schlicht, die der spätere Stadtbaurat Hans Adrian für die Lister Meile entwarf, die 1975 fertiggestellt war und ihren Namen durch einen Wettbewerb in der HAZ erhielt.

KIDO-OPTIK PERFEKTE GLÄSER FÜR IHRE AUGEN



Eine neue Brille muss zum Gesicht des Fehlsichtigen passen, ganz klar. Deshalb nimmt auch das Aussuchen des neuen Gestells gerne etwas mehr Zeit in Anspruch. Aber was ist mit den Brillengläsern? Bei KIDO-OPTIK in der Lister Meile 27 steht das perfektes Sehen im Vordergrund. Dafür wird das Auge sehr umfänglich und mit modernster Technik vermessen. Mit der Visionix VX Messtechnik inkl. Subjektiver Augenglasbestimmung, die nur ca. 20 Minuten dauert und dabei völlig schmerzfrei ist, wird zum Beispiel der Wechsel von Tag- auf Nachtsicht geprüft, das Fokussieren zwischen Nah- und Fernsicht und sogar der Augeninnendruck oder die Linsentrübung, der auf Veränderungen der Augen hinweisen kann. Ein weiteres Gerät ermittelt dann den optischen Mittelpunkt Ihrer Brillengläser anhand der Pupillen. Am Ende der Messungen hat das Team um den Augenoptikermeister Izaddoustar eine vollständige „Karte" der Sehfähigkeiten und der Geometrie. Die angefertigten Gläser sind somit perfekt an Ihre Augen angepasst und ermöglichen ein komfortables und vor allem ermüdungsfreies Sehen. Natürlich gilt das auch für die hochqualitativen, teils sogar handgefertigten, individuellen Brillenfassungen, Sonnenbrillen in Ihrer Sehstärke z.B. von Face à Face, die es bei KIDO-OPTIK in großer Auswahl gibt. Schauen Sie einfach mal rein.

Lister Meile 27, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/235 58 00, www.kido-optik.de



RUMPELKAMMER

DIE LISTER KULTKNEIPE

Die Lister Kult-Kneipe „Rumpelkammer" genau an der Ecke Jakobistraße und dem Lister Platz braucht nicht viel: Ein frisches Bier vom Fass, eine urige Inneneinrichtung, ein sonnigen Außenbereich und eine gute Bedienung hinter dem Tresen, vielleicht noch ein paar hausgemachte Frikadellen. Den Rest besorgen die Gäste selbst. Genau darin liegt das Geheimnis einer echten Stadtteilkneipe. Es sind die Menschen, Typen, Originale, die in der Rumpelkammer für das „Feeling" sorgen. Täglich ab 11 Uhr sind die Türen geöffnet. Viele Lister holen sich hier mittags ihren Kaffee auf dem Weg in die Stadt und kommen abends zum Feierabendbier wieder rein. Seit fast 40 Jahren. Am Wochenende, zu Fußballspielen, wenn es Livemusik gibt, oder einfach, wenn auf der Meile was los ist, dann ist auch hier volles Haus und mächtig Stimmung. Enzo Fumiento ist der Mann hinter der Rumpelkammer. Ein Lister mit Leib und Seele. Eine Institution. Das Meilenfest, der Weihnachtsmarkt, das Schützenfest und viele andere Veranstaltungen der Stadt hat er mit geprägt, aber hier in der Rumpelkammer ist sein Zuhause, hier hat er angefangen. Und hier kann man mit ihm und vielen Stadtgrößen und Prominenten etwas erleben und einen Schnack über sein Viertel halten.

Jakobistraße 2, 30163 Hannover, Tel.: 0511/62 81 28

NOA NOA GLÜCKSMOMENTE ERLEBEN

Wissen Sie, wo die kleine Oase des Glücks auf der Lister Meile zu finden ist? Versuchen Sie es mal in der Hausnummer 52 bei „NOA NOA " mit Inhaberin Victoria Gahse-D.Cipro werden Ihnen die Frauen antworten, die mindestens schon einmal dort waren. Auf den ersten Blick gesehen ist NOA NOA ein Modegeschäft, das hauptsächlich das dänische Label vertreibt. Aber eigentlich wird hier eher ein Lebensgefühl transportiert. Der bunte Mix an Schmuck, Accessoires, Geschenke mit Aussage, Dekoration oder auch was Süßes, der zwischen den Regalen und Ständern mit der außergewöhnlichen Mode zu entdecken ist, zaubert einem immer wieder ein Lächeln ins Gesicht. So positiv und farbenfroh sind auch die Textilien und Utensilien von NOA NOA. Traditionsbehaftete Unikate, manchmal mit eigenwilliger Schönheit, zeitlos, mit anderen Kleidungsstücken immer wieder neu kombinierbar und fast ausschließlich aus Naturstoffen produziert. Nachhaltigkeit und soziale Fairness sind uns ebenso wichtig, wie das persönliche Engagement für unsere Kunden. NOA NOA sagt viel mehr aus, als man mit Worten beschreiben kann, frau muss es selbst fühlen und erfahren. Nicht selten dauert ein Besuch bei Vicci und ihrem Team viel länger, weil es auf jeder Runde im Laden immer wieder etwas neues zu entdecken gibt, das einfach glücklich macht. Für alle, die NOA NOA kennenlernen möchten: Nenne im Store den Code "Glücksmomente" und erhalte 10% auf den Einkauf.



Lister Meile 52, 30161 Hannover, info@lillenoascandia.de
Tel.: 0511/56 87 422, www.noanoa-hannover-store.de

WOHNEN IN DER LIST: IN VIELSEITIGEN QUARTIEREN

Das Image der List wird von den vielen alten Bauten geprägt, die für das Wohnen in traditionsreichem Ambiente stehen. Ende des 19. Jahrhunderts bis in die 20er Jahre des letzten Jahrhunderts entstanden Villen und Mietwohngebäude mit stolzen Fassaden, Erkern und Türmen, die noch heute eine besondere Wohnatmosphäre bieten und darum begehrt sind. Die Wohnhäuser im Jugendstil, im neoklassischen Stil, im Gründerzeitstil und im Reformarchitektur-Stil weisen eine so große Vielfalt an Details auf, dass es sich lohnt, näher hinzuschauen. Repräsentative Bauten für finanziell Bessergestellte entstanden zuerst. Der gehobene Wohnstil der Städter zur Wende des 20. Jahrhunderts drückt sich in Häusern mit vielseitig gestalteten Türmchen aus, in prachtvollen Balkonen und in einer Vielzahl von Figuren, die wir heute bestaunen und uns fragen, warum der Erbauer sie wohl für die Fassadengestaltung gewählt hat. Ganze Straßenzüge im Lister Kern stehen unter Denkmalschutz, oft als „Ensembleschutz“ des ganzen Blocks. Für den Laien schwer von Jugendstilbauten zu unterscheiden sind die Gestaltungen im Stil der Gründerzeit, historisierend und ebenfalls mit üppigen Fassadengestaltungen versehen. Doch ist die Kategorisierung der ehrwürdigen Lister Wohngebäude für den Betrachter auch nicht entscheidend - spannend ist der aufmerksame Streifzug durch die Gegend um den Moltkeplatz den Lister Platz und durch die Walderseestraße allemal, wenn man sich von der Phantasie der Bauherren um 1900 faszinieren lassen möchte. Doch weiter außerhalb des Kerns sind im Lauf der Zeit Wohnquartiere entstanden, die ebenfalls besondere Wohnstile verkörpern. Folgen Sie uns auf den nächsten Seiten durch den „Backstein-Expressionismus“, sehen Sie bunt sanierte 50er-Jahre-Bauten, trendige Designerquartiere und eine neue Gracht. Wohnen in der List: Das kann natürlich die Wohnung im schmucklosen Wohnblock aus der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts sein, doch an vielen Stellen ist es auch das Leben in einem besonderen Quartier.



ALTBAU ODER DESIGN-QUARTIER?

REHA

GANZHEITLICHE GELENK- & WIRBELSÄULENTHERAPIE BEHANDLUNG, MOTIVATION UND COACHING

Ein interdisziplinäres Team aus Physiotherapeuten, Masseuren, Sporttherapeuten und Osteopathen setzt sich an den beiden Standorten REHA Lister Meile und REHA Peiner Str. für das Wohlbefinden und die Gesundheit der Patientinnen und Patienten ein.
Auf den orthopädischen und traumatologischen Bereich spezialisiert, sorgen die Mitarbeitenden mit ihrem Fachwissen für eine optimale Akutversorgung zum Beispiel nach Verletzungen oder vor und nach Operationen.



Mehr als die reine Behandlung: Physiocoaching für schnellere Gesundung

Die Leistung der REHA-Teams geht jedoch weit über die reine Behandlung hinaus, denn die Gesundung verläuft bei den Patienten und Patientinnen schneller und besser, wenn ein ganzheitlicher Ansatz integriert wird. So leisten die REHA-Teams fachlich-individuelle Beratung und motivieren bei der Umsetzung persönlicher Gesundheitsziele. Zum Leistungsangebot gehören darum auch Unterstützung beim persönlichen Stressmanagement, Kursangebote zur Bewegung und Entspannung, sowie individuelles Personal-Physio-Coaching und -Training.
Schon seit einem Vierteljahrhundert steht das REHA-Team-Hannover als größter regionaler Anbieter für Qualität und Innovation in der Physiotherapie und Rehabilitation.



Persönliche Gesundheitsziele erreichen mit dem Knowhow der REHA-Teams

In Zusammenarbeit mit dem Partnerzentrum Hannover Vital werden zudem Leistungen wie Osteopathie und Akupunktur sowie hocheffektive Trainingstherapien angeboten. Die Begleitung der Menschen bei der Umsetzung ihrer persönlichen Gesundheitsziele durch einen effektiven Mix aus Therapie, Prävention und medizinischer Fitness ist dabei Ziel und Inhalt der Arbeit.

Physiotherapie wird in Zeiten von Smartphone und PC-Arbeit immer wichtiger

„Der Physiotherapie mit den vielfältigen Methoden kommt eine tragende Rolle in der gesundheits- und gesellschaftspolitischen Entwicklung zu“, sagt Stefan Langhans, Geschäftsführer der REHA-Therapiezentren. Schon im Altertum war die heilsame Wirkung von Bädern und Massagen bekannt, aktive Bewegungstherapie wurde im Lauf der Zeit immer anerkannter und in einer Ära zunehmend monotoner Arbeitsabläufe am PC werden Beschwerden am Bewegungsapparat immer häufiger.

Mangelnde Bewegung und stundenlange Beschäftigung mit dem Smartphone führen oft schon bei jungen Menschen zu behandlungsbedürftigen Haltungsschäden. Umso wichtiger ist es, die Eigenverantwortung der Patienten und Patientinnen zu fördern und dadurch weitergehende Schäden zu vermeiden, aber auch Behandlungserfolge über die Akutphase hinaus zu stabilisieren. „Dafür stehen unsere bestens ausgebildeten Fachkräfte“, so Stefan Langhans.

Erfahren Sie mehr bei einem persönlichen Termin:

REHA Lister Meile:
Fridastraße 26, 30161 Hannover, Tel.: 0511/34 88 80

REHA Peiner Straße:
Peiner Straße 2, 30519 Hannover, Tel.: 0511/8 99 85 80

www.reha-team-hannover.de

LEBEN AN DER GRACHT

BRÜCKEN, ENTEN, STILLE STRASSEN MITTEN IN DER STADT



An einem Ende der „Gracht“ ist die Podbielskistraße, am anderen Ende findet man den Mittellandkanal. Links und rechts des künstlich angelegten Wasserstreifens sind innovative Wohnbauten entstanden, in denen man „nah am Wasser“ wohnt. Westlich der Gracht befinden sich Reihenhäuser, in deren kleinen Eingangsbereichen man sieht, dass die Bewohner ihrem Haus einen eigenen Stempel aufdrücken möchten. Hier eine blaue hölzerne Bank, dort ein paar hübsch bepflanzte Blumenkübel. Auf der östlichen Seite der Gracht findet man verschachtelte Bauten und dazwischengetupft Skulpturen. Wir befinden uns hier am östlichen Zipfel der List, die am Eulenkamp endet und wir befinden uns in einem Gebiet, das viele Menschen nicht unbedingt mit einer Bauweise „typisch List“ verbinden. Doch auch diese Neubauviertel, die fern davon sind, an die klassische Wohnklotzstruktur der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts zu erinnern, sind mittlerweile charakteristisch für den Stadtbezirk.

Im „Lister Blick“, wie das Viertel sich nennt, hat Gundlach sogar Häuser mit kleinen Gärten entstehen lassen - viel näher an der City kann man wohl kaum mit eigenem Garten wohnen.

WOHNEN

DR. LOTZKAT ZAHNARZTPRAXIS MIT FAST 40 JAHREN TRADITION UND TECHNISCHER INNOVATION

Dr. med. dent. Klaus Lotzkat sagt es mit Erleichterung in der Stimme: „Wir sind wieder in vollem Umfang für Sie da!“ Alle Behandlungen sind wieder möglich und nach der Coronakrise auch offiziell erlaubt.
Dr. Lotzkat wird in seiner Zahnarztpraxis in der Bödekerstraße 62 von über 30 Fachkräften und drei weiteren Zahnärztinnen unterstützt.

Dr. Ulrike Kulik ist neu im Team

Neu im Team ist Dr. med. dent. Ulrike Kulik. Die dreifache Mutter hat in Kassel bei Professor Terheyden ihre oralchirurgische Ausbildung absolviert und mit der Prüfung zur Fachzahnärztin für Oralchirurgie beendet. Im Laufe der letzten 10 Jahre hat sie aber auch auf allen anderen Gebieten der Zahnheilkunde viele Erfahrungen gesammelt.
Dr. Lotzkat freut sich, dass sein Team nun wieder komplett ist und eine so kompetente Kollegin hinzugekommen ist.

30 Jahre Erfahrung in Implantologie

Im Januar 2021 sind es schon 40 Jahre, seit Lotzkat seine Praxis gegründet hat - und Ende Juli 2020 sind es 30 Jahre, in denen er mit Implantaten arbeitet.
Im Zusammenhang mit seiner eigenen kontinuierlichen Weiterbildung - vor allem in den USA - wird gewährleistet, dass stets die neuesten Entwicklungen auf dem Gebiet der Implantologie in der Praxis zur Anwendung kommen.



Digitaler Zahnabdruck und 3-D-Röntgen

Innovation ist auch technisch stets ein Thema in der Praxis - damit die Patientinnen und Patienten so schonend behandelt werden können, wie der Stand der Technik es ermöglicht. So gibt es in der Praxis ein digitales 3-D-Röntgengerät, bei dem die Strahlenbelastung erheblich geringer ist und das die Diagnose und Vorhersehbarkeit der Therapien verbessert.

Seit Juli können Patienten aufatmen, die sich immer vor dem Abdruck gefürchtet haben. Ein neuer Intraoralscanner kommt jetzt zum Einsatz und ermöglicht einen digitalen Zahnabdruck - für einen höheren Patientenkomfort und verbesserte Genauigkeit.

In allen Fragen rund um die Zahngesundheit ist die Praxis Dr. Lotzkat für Sie da:

Bödekerstraße 62
30161 Hannover, Tel.: 0511/ 348 12 12, www.dr-lotzkat.de

REHA PODBI/4 GRENZEN

PHYSIOTHERAPIE UND TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Der Physiotherapeut und Heilpraktiker Matthias Lange-Röske ist schon seit 1993 mit seinem kompetenten Team an der Podbielskistraße tätig. Das sechsköpfige Team behandelt Patienten aus den medizinischen Fachbereichen Orthopädie, Chirurgie und Neurologie und setzt auf eine ganz individuelle Betreuung, auch durch den Besuch der Patienten in dessen heimischer Umgebung. Besonders für diese Patienten freut es Lange-Röske, dass nach einer coronabedingten Pause wieder Behandlungen möglich sind. Für viele dieser Menschen hat der Therapeutenbesuch einen sozialen Stellenwert.
Die Patienten mit orthopädischen Problemen kommen zum Beispiel mit einer Blockade des Iliosakralgelenkes (umgangssprachlich: Hexenschuss) in die Praxis oder haben Beschwerden mit künstlichen Gelenken. Patienten, die nach einer chirurgischen Behandlung in die Physiotherapie übernommen werden, benötigen Mobilisation nach Operationen jeglicher Art, auch nach Unfällen oder Herzoperationen. Patienten mit neurologischen Indikationen haben zum Beispiel einen Schlaganfall erlitten oder leiden unter einer Muskeldystrophie.

All diesen Menschen hilft das erfahrene Team durch physikalische Therapie, medizinische Trainingstherapie aber auch mit den Methoden der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Außerdem gehört die radiale Stoßwellen- und Lasertherapie zum Angebot der Praxis.
Matthias Lange-Röske hat in der „TCM“ eine fundierte Ausbildung. An der größten medizinischen Fakultät der Welt, in Shanghai, absolvierte er ein vierjähriges Studium und dürfte sich dort „Arzt für traditionelle chinesische Medizin“ nennen. Dieser Titel hat in Deutschland keine Gültigkeit, doch für die Patienten zählt Lange-Röskes Erfahrung mit der „TCM“, mit Akupunktmassage nach Penzel, Akupunktur und weiteren individuell einsetzbaren Therapien.
Einen Termin für den Beginn ihrer persönlichen Therapie bekommen Sie hier:

Podbielskistr. 96, 30177 Hannover,
Tel.: 0511/69 73 92, www.reha-podbi4grenzen.de



BACKSTEIN-EXPRESSIONISMUS IN ZWEI QUARTIEREN

Schön sind sie aus heutiger Sicht nicht, doch auch die Wohnbauten mit dem dunklem Backsteinklinker stehen weitgehend unter Denkmalschutz und ihre Bauweise hat tatsächlich einen klingenden Namen: „Backstein-Expressionismus“.

Die Wohnanlage am de Haen-Platz und die „Siedlung Im Kreuzkampe“ wurden in diesem Baustil gebaut. In den 20er Jahren schätzten viele Architekten diesen Stil, schufen Arkaden und Torbögen an den Straßeneinmündungen, sodass der Eindruck geschlossener Siedlungen entstand. Typisch für diesen Baustil sind Ornamente, die aus den Fassaden herausragen, teils gerade Linien, teils gezackte Bänder in vertikaler Führung. Am de Haen-Platz wurde auf Erker und Balkone verzichtet, um einen streng kubischen Charakter zu erzielen. Im Kreuzkampe sind es gerade die „herausragenden Merkmale“ die sich über mehrere Blocks ziehen und dadurch ebenfalls eine hohe Einheitlichkeit zeigen. Der Backstein-Expressionismus wird als Baustil der „Neuen Sachlichkeit“ zugerechnet.



DER WASCHBÄR HAUSGERÄTESPEZIALIST

Herd, Backofen, Waschmaschine, Trockner, Kühl- und Gefrierschrank, Staubsauger oder Kaffeemaschine: Versagt eines dieser Hausgeräte den Dienst, hat man ein mächtiges Problem. Jetzt ist schnelle und kompetente Hilfe gefragt. Mit dem Hausgerätespezialisten „Der Waschbär" ist die Hilfe ganz schnell gefunden. Denn hier wird Kundendienst seit 1984 sehr groß geschrieben. Mit dem zertifizierten Miele-Kundendienst hebt sich der Waschbär weiter hervor. Das Familienunternehmen kümmert sich mit Leidenschaft um seine Kunden.
Der Waschbär bietet ein riesiges Serviceangebot, das man im Netz und beim großen Elektrofachmarkt oft vergeblich sucht:
Reparatur von Geräten aller namhaften Marken, kostenlose Lieferungen, fachgerechter Einbau und kostenlose Altgerät-Entsorgung gehören dazu.

Zu erreichen ist das Waschbär-Team telefonisch unter 0511/ 66 22 68 oder per Mail e.r@ruiz-hausgeraete.de. Persönliche Fachberatung bekommen Sie in der Seydlitzstraße 12, Ecke Vahrenwalder Straße, sogar mit einer Spielecke für den Nachwuchs, damit sich nicht nur die Großen sondern auch die Kleinen wohlfühlen! Der Waschbär freut sich auf Ihren Besuch!



Seydlitzstr. 12 / Ecke Vahrenwalder Str., 30161 Hannover,
Tel.: 0511/66 22 68, Fax: 0511/84 86 695, www.ruiz-hausgeraete.de

BÄUME: JAN IRMER BEGUTACHTET, PFLEGT UND FÄLLT

Ein Lister Spezialist rund um Baumarbeiten und Baumbeurteilung ist Jan Irmer, Fachagrarwirt für Baumpflege & Baumsanierung. Seit 2003 ist er selbstständig. „Ein Baum kann nur so vital sein, wie es die Lebensbedingungen seiner Wurzeln erlauben. Optimierung des Bodenraums und Wurzelschutz sind Teil der Baumpflege. Wir unterstützen Sie bei der baumschonenden Umsetzung ihres Bauvorhabens und erstellen Sanierungskonzepte", sagt er und freut sich, dass es immer stärker in das Bewusstsein der Menschen rückt, Bäume zu erhalten. Baumpflege ist darum der zentrale Arbeitsbereich, aber auch Baumfällungen gehören dazu.



„Baumpflegemaßnahmen setzen wir überwiegend mit seilunterstützten Arbeitsverfahren um. Wird eine Fällung notwendig, nutzen wir sichere und flexible Techniken, die Arbeit der Situation entsprechend auszuführen. Wir begleiten sämtliche Arbeiten mit artenschutzfachlicher Sorgfalt und Sachkunde."
Ob ein Baum zu retten ist und ob Pflegemaßnahmen notwendig sind, ergibt eine Baumbegutachtung: „Aussagekräftige Diagnoseverfahren und deren Bewertung können uns einen umfassenden Eindruck von Vitalität und Verkehrssicherheit vermitteln. Die Inaugenscheinnahme erfolgt vom Boden aus oder nach Bedarf im Kronenraum." Jan Irmer hilft Ihnen mit seinem Fachwissen gerne bei allen Fragen rund um Ihre Bäume - ob auf dem Privatgrundstück oder vor und während einer größeren Baumaßnahme.
Jan Irmer, Hallerstraße 27, 30161 Hannover,
Tel.: 0 172 445 78 32, www.irmer-baumpflege.de

EHRMANN AUGENOPTIK AN DER APOSTELKIRCHE

Über 25 Jahre Berufserfahrung hat Augenoptikermeister René Ehrmann, dessen Augenoptikfachbetrieb An der Apostelkirche 4 zu finden ist. Es ist der persönliche Kontakt zu den Menschen und die Möglichkeit, auf ihre Bedürfnisse einzugehen, die seinen Beruf für René Ehrmann so reizvoll machen. Wie wichtig gutes Sehen ist, wie sehr es den Alltag bestimmt, weiß wohl jeder, der einmal eine Sehhilfe benötigt hat. Bei René Ehrmann und seinem Team, zu dem noch eine weitere Meisterin gehört, ist es selbstverständlich, sich Zeit für jeden Kunden und jede Kundin zu nehmen. Brillen für alle Generationen bietet der Fachbetrieb seit 2010 an.

Ehrmann Augenoptik,
An der Apostelkirche 4, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/31 80 740,
www.ehrmann-augenoptik.de







BUNT!

IM GARTENHEIM MIT VIEL FARBE LEBEN

Die farbenfrohe Gestaltung der Wohnungsbaugenossenschaft Gartenheim, mit der Altbauten aus den 50er Jahren im „Inselviertel“ saniert wurden, macht gute Laune und zeigt, dass Sanieren mit Ideenreichtum auch eine deutliche optische Aufwertung bedeuten kann. „Vertikale Schrebergärten“ nennt sich das Bauprojekt.

Die Wohnbauten, die in den 50er Jahren von der „Neuen Heimat“ gebaut wurden, hat Gartenheim im Bestand saniert - und ist an anderer Stelle noch dabei.

Die „FunGHi-Looks“, bunte große Pilzfiguren, werden von den Anwohnern besonders gemocht, denn sie zwinkern im Dunkeln durch Leuchtdioden. Die „vertikalen Schrebergärten“ zeigen eine mutige Farbgebung: dunkellilafarbene Fassadenteile, buntgewellte Eingangshäuschen und chice Fahrradständer lassen den Eindruck eines gehobenen, eher „teuren“ Wohnquartiers entstehen. Doch das ist es nach wie vor nicht. Die Mieter konnten bleiben - nur die Wohnqualität und das Erscheinungsbild haben sich verbessert.

WOHNEN

eve in paradise

FINEST NATURAL QUALITY

10 Jahre
mit 25%
Happy-Birthday Rabatt
und einem großen
OUTLET



10 Jahre eve in paradise

Feiern Sie mit uns im Sale und großem Outlet

Seit 10 Jahren finden Sie eve in paradise in der Gretchenstraße, Lister Meile. Mit femininer Casual-Mode aus feinsten Naturmaterialien bietet die hannoversche Marke eve in paradise den modernen selbstbewussten Fashionistas einzigartige Styles und ein unvergleichbares Hautgefühl. Für die 10 Jahre Treue bedanken wir uns mit unserem Jubiläums-Sale ganz herzlich.

Mit dem Slow-Fashion Konzept von eve in paradise zeigen wir unser starkes, unverwechselbares Bekenntnis zu einer grünen und sauberen Zukunft und beweisen, dass Fashion, Nachhaltigkeit und Fairness in Einklang gebracht werden können.

Kleiden Sie sich stylisch
und verantwortungsbewusst
mit eve in paradise.
Lassen Sie sich verwöhnen.

See it
Feel it
Love it

Wir freuen uns auf Sie.





Jubiläums Sale
mit großem Outlet
Bis 25. Juli 2020

Gretchenstraße 9a,
Ecke Lister Meile
30161 Hannover
Mo. – Fr. 10:00 – 19:00 Uhr
Sa. 10:00 – 16:00 Uhr

www.eve-in-paradise.de @eveinparadisefashion @eveinparadise_fashion

VIER!

IM PELIKAN-QUARTIER: STYLE URBANEN WOHNENS

Von der Straße unscheinbar, hat es dieses Wohnquartier in sich, wenn man genau hinschaut: Vier Architekten, die als Gewinner aus einem Architektenwettbewerb hervorgingen, haben vier Wohnstile entwickelt, die hochwertiges urbanes Wohnen ermöglichen. Ein Quartier, dessen herausragende Elemente auch in der Außenarchitektur ins Auge fallen. Und preisgekrönt ist das Areal mit dem großen ruhigen Innenhof ebenfalls. „Komfortabel“, „nachhaltig“, „entspannt“ und „extravagant“ sind die vier Wohnstile betitelt, selbst die Kinderspielflächen wirken trendig designt. Ein Wohnquartier, in dem das Wohnen nicht gerade günstig ist - aber begehrt.







WOHNEN

Wo die List endet...

Dieser schöne Stadtteil mit den alten Häusern... das ist die List für viele Besucher. Doch wo endet der Stadtteil - und ein anderer fängt an?

Im Norden begrenzt der Mittellandkanal die List, im Osten ist es der Eulenkamp, im Süden geht die List bis zur Wedekindstraße und Celler Straße und im Westen wird sie begrenzt von Raiffeisenstraße, Isernhagener Straße, Linsingenstraße und Gradestraße.

NICOLE LÜTZ HILFT IHREM BEWEGUNGSAPPARAT



Mit der Berufserfahrung aus 20 Jahren Naturheilpraxis am Standort in der List hat Nicole Lütz schon vielen Menschen geholfen, die mit Beschwerden rundum den Bewegungsapparat zu ihr kamen. Die Chiropraktikerin und Manualtherapeutin weiß, dass man sich mit dauerhaften Verspannungen oder immer wiederkehrenden Kopfschmerzen nicht abfinden muss. „Man kann etwas dagegen tun“, sagt sie und bietet zum Beispiel eine ganzheitliche Kopfschmerzsprechstunde an.
Mit Chiropraktik in Kombination mit Triggerpunkttherapie lassen sich Beschwerden lindern, wenn die Kopfschmerzen beispielsweise aus einem verspannten Nacken resultieren. Nach telefonischer Anmeldung kann man bei Nicole Lütz einen kostenlosen Wirbelsäulen-Checkup buchen, um herauszufinden, wo Verspannungspunkte oder Schwachstellen vorhanden sind - zum Beispiel auch bei wiederkehrenden Rückenschmerzen oder Schwindel. „Ich berate Sie so, dass Sie mich verstehen: Klartext statt fachchinesisch“, sagt Nicole Lütz.
Tipps zur Schmerzlinderung und Therapievorschläge aus ganzheitlicher Sicht gehören dazu. Nicole Lütz verfügt über eine fundierte Ausbildung, sie ist zertifizierte Heilpraktikerin und, nach einer Ausbildung am Ackermann-College in Stockholm, „Master of Chiropractic“. Finden Sie sich also nicht mehr ab mit Ihren Beschwerden - Hilfe ist vielleicht nur einen Termin weit entfernt.

Naturheilpraxis Nicole Lütz,
Ferdinand-Wallbrecht-Strasse 52,
30163 Hannover ,Tel.: 0511/27 91 810
www.chiropraktik-hannover.de



CLEMENTINENHAUS: WIEDER FÜR SIE DA!

Wir, das Team des DRK-Krankenhauses Clementinenhaus freuen uns sehr, wieder für alle Patientinnen und Patienten da sein zu dürfen. Wir haben uns den Herausforderungen der Corona-Krise gestellt und haben in dieser Zeit noch mehr geleistet als sonst – das war und ist in Teilen immer noch ein Kraftakt. Wir sind dankbar, dass wir die Krise so gut gestalten konnten. Das Hygienemanagement ist zu Höchstleistungen hochgefahren und hat die fast täglich geänderten gesetzlichen Vorgaben in kürzester Zeit umgesetzt. So konnte ein Corona-Ausbruch im Clementinenhaus vermieden werden.

Wir haben viel Nützliches hinzugelernt und freuen uns jetzt ganz besonders, Sie wieder „exzellent in Pflege, Medizin und Menschlichkeit“ im Clementinenhaus behandeln zu können.

DRK-Krankenhaus Clementinenhaus, Lützerodestr. 1, 30161 Hannover, Tel.: 0511 3394-0, www.clementinenhaus.de



HINTER DEM PORTAL IST KEINE WACHE MEHR

Im Fassadenbereich des alten Bahlsen-Hauptgebäudes an der Podbi befindet sie sich: die „Feuerwache List“ - doch es gibt sie hier nur noch als Portal, an dem uns die steinerne Sitzbank vor der hölzernen Tür als originelles Element erscheint. In den Räumen dahinter wacht niemand mehr darüber, ob vielleicht ein Feuer ausbricht. Vor gut 100 Jahren war das anders. Die Feuerwache entstand gemeinsam mit dem Gesamtgebäude 1911, gestaltet nach Plänen der Brüder Siebrecht. Ihre alte Fassade steht heute unter Denkmalschutz - ein ansehnliches Kuriosum, an dem man, hektisch die Podbi entlangeilend, nur zu leicht beachtungslos vorbeilaufen kann.

STEPS KINDERSCHUHE: GESUNDE FÜSSE BIS INS HOHE ALTER BEGINNEN MIT DEM RICHTIGEN SCHUHWERK FÜR KINDER

„Nur mit idealem Schuhwerk können sich Füße optimal entwickeln. Deshalb ist es für Kinderfüße besonders wichtig, mit einem guten Schuh versorgt zu werden“: Sabine und Stefan Kücken möchten mit ihrem Geschäft „Steps Kinderschuhe“ dazu beitragen, Kindern die gesunden Schritte in ein langes Leben zu ermöglichen. „Dazu nehmen wir uns viel Zeit für kompetente Beratung, die genau so individuell ist wie unsere kleinen Kunden selbst“, sagen die Fachleute, die in ihrem Betrieb auch ausbilden und denen eine angenehme Atmosphäre im Geschäft wichtig ist. „Wir achten auf die richtige Passform, Komfort und Qualität. Zudem legen wir Wert auf schöne und modische Kinderschuhe, greifen aktuelle Trends auf und sind mit unserer Kollektion aktuell am Puls der Zeit“, sagt Sabine Kücken und ergänzt, dass für den „Partnerlook“ von Mutter und Kind auch Schuhe in Frauengrößen am Lager sind. Der Weg zum optimalen Kinderschuh beginnt mit der Messung: „Unser WMS-Fußmessgerät misst Kinderfüße ohne Schuhe und im Stehen und ermittelt so eine kombinierte Größe aus Länge und Weite, bei der die Zugabe zum Wachsen und ein Abrollen der Füße berücksichtigt sind.“ Lernen Sie das sympathische Unternehmen mit Filialen in der List und in der Südstadt kennen:

Podbielskistr. 3 / Lister Platz, 30163 Hannover,
Tel.: 0511/640 780 70, www.steps-kinderschuhe.de



ABC WÄSCHEDIENST SAUBERKEIT & SERVICE FÜR PRIVAT & GEWERBE



Sich um die Wäsche daheim oder in der Firma zu kümmern ist zeitaufwendig und anstrengend. Warum machen Sie es sich nicht einfach, wenn ein Spezialist gleich um die Ecke erreichbar ist. Waschen, Bügeln, Mangeln, chemisch Reinigen und teilweise sogar ausbessern: Der ABC-Wäschedienst liefert perfekte Sauberkeit und Frische an Banken, Versicherungen, Hotel und Gastronomie, Ärzte und Apotheken sowie Polizei und Bundeswehr. Patricia Schönfeld und ihr Team sind seit über 25 Jahren die Wäsche-Profis. In der 500qm großen Halle steht ein moderner Maschinenpark, der in Kombination mit einen hochwertigem Waschmittelhersteller für beste Ergebnisse sorgt. Doch Technik ist nicht alles: Da, wo es darauf ankommt, setzt Patricia Schönfeld und ihr Team weiterhin auf Handwerk. „Beim Hemdenbügeln mit der Maschine springen oft mal Köpfe ab, daher werden beim ABC-Wäschedienst die Businesshemden noch per Hand gebügelt. Auch die hartnäckigsten Flecken haben keine Chance, wenn die „Fleckenfee“ Natascha mit all ihrer Erfahrung am Zaubertisch zu Werke geht. Und wer seine Nase mal bemüht, wird feststellen, dass Chlor so gut wie gar nicht verwendet wird. Wer die Qualität einer Gewerbewäscherei auch für daheim haben möchte, ist beim ABC- Wäschedienst in besten Händen.

ABC Wäschedienst GmbH, Am Listholze 87,
30177 Hannover, Tel.: 0511/717467, www.waescherei-in-hannover.de

PETER VÖLKEL HAUSTECHNIK: SEIT 60 JAHREN ERFOLGREICH



Völkel Haustechnik, Edenstraße 36, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/66 07 24, www.voelkel-haustechnik.de

Vor 60 Jahren gründete Kurt Völkel das Unternehmen Völkel Haustechnik - nun ist bereits die dritte Generation im erfolgreichen Familienbetrieb aktiv. Peter Völkel, Sohn des Firmengründers, ist seit 1975 Geschäftsführer des mittelständischen Unternehmens mit 21 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Alles rund um den Heizungsbau und die Wartung sowie Modernisierung von Heizungsanlagen gehört zum Metier des Unternehmens in der Edenstraße. Der Sanitärbereich ist ein weiteres wichtiges Arbeitsfeld, wobei die Rohrleitungsinstallation und Rohrsanierung genauso kompetent durchgeführt wird, wie Reparaturen in Küche und Bad. Badplanung und Badgestaltung, auch als Badumbau oder -sanierung, gehören zu den wichtigen Aufgaben des Betriebes, der auch Komplettbäder mit kompetenten Partnerfirmen ergänzender Gewerke anbietet.

Peter und Florian Völkel freuen sich, dass ihr inhabergeführter Betrieb, dessen Augenmerk stets auf hoher Servicequalität und bester Beratung liegt, auch nach 60 Jahren so beliebt bei Kundinnen und Kunden ist - ob Privatkunde, Bauträger oder Wohnungsverwaltung.

WELFENPLATZ

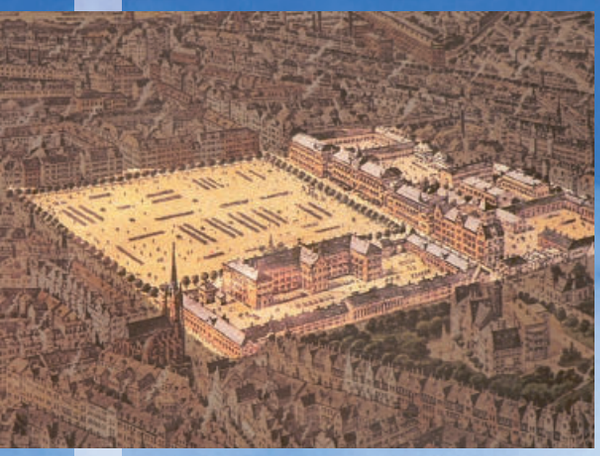
WO EINST DIE SOLDATEN EXERZIERTEN

220 mal 300 Meter groß war der Platz, der im 19. Jahrhundert noch im freien Feld vor den Toren Hannovers lag. Als Exerzierplatz wurde er eingerichtet. Es war nicht das einzige Gelände, das aus militärischen Gründen als großer freier Platz entstand - auch der Waterlooplatz und der Königsworther Platz sind hannoversche Zeugnisse des Militärs im Königreich Hannover.
Es war um 1850, als die große sandige Weidefläche auf unfruchtbarem Boden vom Kriegsministerium des Hannoverschen Königs erworben wurde. Die Lister Bauern werden sich gefreut haben, kamen sie doch in einer Zeit, als Hannovers Wohnbebauung noch nicht an ihr Dorf herangewachsen war, dadurch zu Geld.

1857 begann das Kriegsministerium mit dem Bau von drei Kasernen, die für damalige Verhältnisse riesige Gebäude waren. Das Königreich Hannover währte allerdings nicht mehr lange. Schon 1866 gehörte Hannover zum Staat Preußen, der das Militärgelände übernahm und weiter ausbaute. Zwei weitere Kasernen entstanden. Rund 2000 Soldaten, 500 Pferde und 50 Feldgeschütze waren in den Gebäuden untergebracht, die mit einer Gebäudelänge von 100 Metern Eindruck machten.
Viel Platz blieb dem einzelnen Soldaten trotzdem nicht. Bis zu 28 Mann waren in einem Raum eng zusammengepfercht, während die Pferde in den weitläufigen Stallungen geräumigere Plätze für sich hatten.

Die fünf riesigen Gebäuderiegel des Kasernengeländes haben die beiden Weltkriege ebenso nur zum Teil überdauert wie die anderen Gebäude auf der Karte. Drei der fünf Kasernen wurden 1945 durch Bombenangriffe so stark beschädigt, dass sie nur noch abgerissen werden konnten. Zwei alte Kasernen aber stehen noch und werden heute von der niedersächsischen Polizei genutzt. Das Gebäude auf dieser Seite ist die ehemalige Artilleriekaserne XI, in deren ehemaligen Stallungen die Reiter- und Diensthundestaffel der Polizei Hannover untergebracht ist. Imposant wirken sie noch heute, die beiden baulichen Erinnerungen an das Militär zu Kaisers Zeiten.

Doch wo einst die Soldaten exerzierten findet heute fröhliches Leben statt. Kinder spielen, Menschen führen ihre Hunde spazieren oder treffen sich an den Sitzplätzen. Jugendliche spielen Basketball und die Tauben vom Welfenplatz haben ein gutes Auskommen mit den Resten der mitgebrachten Butterbrote.



KEHNE & MEYBOHM

ALLIANZ-HAUPTVERTRETUNGEN MIT VIEL ENGAGEMENT

Seit mehr als 15 Jahren betreiben Christian Kehne und Florian Meybohm gemeinsam ihre Versicherungsagentur in der List. Beide sind stark an einem grünen Umfeld in der List interessiert und darum Paten zweier Bäume in der Jakobistraße. Versicherungsfachmann Christian Kehne kommt aus dem Bankwesen. Er lebt in der List, ist NABU-Mitglied und liebt die Bewegung an frischer Luft in der Eilenriede. Florian Meybohm, gelernter Versicherungskaufmann, wohnt in Engelbostel, wo er sich im Sportverein engagiert. Persönliches Engagement in Vereinen und für wohltätige Zwecke gehört für die beiden einfach dazu. Beruflich bilden sich beide stetig weiter, absolvieren IHK-Prüfungen und können von privaten Sachversicherungen über Pflege- und Krankenversicherungen bis hin zur Altersvorsorge alles bieten. Seit einigen Jahren haben sie sich auch auf die Gebiete der gewerblichen Versicherungen, sowie betrieblicher Altersvorsorge und Kapitalanlage spezialisiert. Zusammen mit ihren beiden Teammitgliedern im Innen- und Außendienst freuen sie sich auf Ihre Anfrage.



Allianz Hauptvertretungen Kehne & Meybohm
Jakobistraße 49, 30163 Hannover,
www.allianz-meybohm.de, Tel.: 0511/45 97 85 91
www.allianz-kehne.de, Tel.: 0511/45 97 85 95

JAN PAUL

DER NEUE ZAHNARZT AM MOLTKEPLATZ



Zahnarztpraxis Jan Paul, Moltkeplatz 4,
30163 Hannover, Tel.: 0511/66 54 27

In die bekannte Zahnarztpraxis am Moltkeplatz 4 ist ein neuer Inhaber eingezogen. Das Team ist geblieben. „Das einzige Gesicht, das neu ist, ist meines“, sagt Jan Paul, der die Räume ansprechend renoviert hat und sich freut, so engagierte Mitarbeiter übernehmen zu können.
Herr Paul hat in Hannover Zahnmedizin studiert und arbeitet bereits seit 2017 in der List - zunächst in Anstellung, jetzt in eigener Praxis. Alle Behandlungen der klassischen Zahnmedizin kann er in seinen Räumen anbieten. Er weiß, dass der Zahnarztbesuch bei vielen Menschen angstbehaftet ist und möchte Angstpatienten darum eine geborgene Atmosphäre bieten, in der er sich mehr Zeit für Termine nimmt. Auch eine Dämmerschlaf-Anästhesie während der Behandlung ist möglich. Dazu kommt ein Schwerpunkt in der Implantologie. Sein Ziel ist es Menschen zu festen und schönen Zähnen zu verhelfen. Er absolviert aktuell das Curriculum Implantologie und ist damit implantologisch auf dem neuesten Stand. Der Weg zu schönen gesunden Zähnen beginnt mit einem Termin – Das gesamte Praxisteam freut sich, von nun an die Patienten und Patientinnen an diesem Traditionsstandort betreuen und behandeln zu können.

PHYSIO KLANG YOGA

FÜR DAS INNERE GLEICHGEWICHT

Die Welt um uns herum wird immer schneller. Täglich werden wir gefordert, noch mehr Leistung zu bringen. Deshalb ist es wichtig, in den Ruhezeiten auch für genügend Entspannung zu sorgen. Dorota Krüger hilft in ihrer Praxis in der Flüggestraße 11 den Menschen, ihr inneres Gleichgewicht wieder herzustellen. Als gelernte Physiotherapeutin hat sie schnell selbst gemerkt, das die reine Muskelentspannung noch nicht alles ist.
In ihrem ganzheitlichen Behandlungskonzept kombiniert sie manuelle Therapieansätze mit energetischen Methoden. So wird zum Beispiel durch die Schwingungen einer Klangschalenmassage der Körper harmonisiert, regeneriert und vitalisiert. Kundaliniyoga sensibilisiert in verschiedenen Kursen die Selbstwahrnehmung und lehrt uns verantwortungsvoll mit unserem Körper umzugehen. Auch ihre Tochter wird ab Ende August weitere Ansätze für ein Leben mit mehr Leichtigkeit, sowie in Harmonie mit sich und der Umwelt anbieten. Ein "fabulous life"- Coaching und weitere Yogakurse runden dann das Angebot ab. Alle Kurse und Behandlungen finden in liebevoll gestalteten Räumen statt, die dabei helfen, den Alltag für einen Momente hinter sich lassen zu können. Das Angebot richtet sich an alle Altersgruppen die ein bisschen Entspannung und Verbesserung der Lebensqualität gut gebrauchen können. Am 25. Juli findet von 14 bis 15.30 Uhr ein „Entspannungsnachmittag mit Gong“ statt. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen. Um Anmeldung wird gebeten.



Physio Klang Yoga, Flüggestraße 11, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/95030500, www.physio-krueger-hannover.de



GRAFFITI AUF DEM WELFENPLATZ

Wenn sie ohne künstlerische Ambition und illegal an Wände und Eisenbahnwaggons gesprüht werden, dann sind sie ein Ärgernis: Graffitis! Die bunten Sprayer-Arbeiten können jedoch auch echte Kunstwerke sein und legale Graffitiwände sind dann Freiluftkunstgalerien mit vergänglicher Kunst, an denen man auch schon mal Sprayer bei der Arbeit beobachten kann.

Am Welfenplatz gibt es legale Sprayermöglichkeiten, denn der alte Hochbunker ist zum Sprayen freigegeben.

Auch bei Tageslicht können die Graffitikünstler hier also aktiv werden, unter den Augen des Publikums, das von der Parkbank aus zuschaut, wenn ein neues Werk entsteht. Wieviele Schichten Graffiti sich bereits auf dem einst kargen Beton befinden? Unbekannt. Vor zwei Jahren haben wir Bilder von allen damals vorhandenen Graffitis gemacht - keines ist heute mehr vorhanden. Und das ist im Sinne der Street Artists, die oft mit erstaunlichem Talent große Motive leichthändig auf die Wand bringen. „Wenn man etwas Besseres auf die Fläche bringen kann, übersprayt man ein Bild“, hat uns ein junger Street Artist 2017 berichtet. Was er damals schuf, ist nun nicht mehr da.

Dafür finden wir Werke mit Aussage - und ein großes schwarz-weiß-Motiv, das nach sehr viel Arbeit aussieht und sich über mehr als die Hälfte der unteren Wandfläche zieht.

„Water is a human right“ finden wir neben ein comicartiges Motiv gesprayt. „Kein Platz für Sexismus“ steht ebenfalls an der Wand. Es werden im Lauf der Zeit mal mehr, mal wenige kunstvolle Motive den Bunker schmücken - doch es lohnt ich immer, mal nahe heranzugehen und die Details der Motive auf sich wirken zu lassen.







BETTEN HOHMANN SCHLAFKOMFORT

SEIT 1911: WEIL GESUNDE NACHTRUHE SO WICHTIG IST

Lister ♥ Liebling

Schlafstörungen haben sich schleichend zur Volkskrankheit entwickelt. Nicht selten ist es jedoch nur die Schlafumgebung, die dringend einer Verbesserung bedarf, um endlich entspannten, tiefen Schlaf zu genießen.

Betten Hohmann in der List sorgt seit über 100 Jahren erfolgreich dafür, dass Menschen die bestmögliche Nachtruhe finden. Sylvia und Jens Hohmann sind bereits die vierte Familiengeneration, die ihre Kundinnen und Kunden dabei tatkräftig unterstützt. Auf die individuelle Einstellung des Lattenrostes und die Eigenschaften der Matratze kommt es nämlich an: Im Hause Hohmann wird mit einer computergestützten Messung ermittelt, an welchen Stellen der Körper im Schlaf entweder Entlastung oder Unterstützung benötigt.

„Mit der persönlich richtigen Matratze stellen wir sicher, dass der Körper ohne Druckstellen ganz komfortabel ruhen kann", sagt Jens Hohmann. Die Schulter- und Beckenbreite, Oberkörperlänge, Position der Lendenwirbel und Krümmung der Wirbelsäule werden gemessen und spielen eine Rolle bei der Wahl der optimalen Kombination aus Matratze und Unterfederung. So kann z.B. ein Hohlkreuz ausgeglichen werden oder die Matratze erhält genau den Raum, den sie braucht, damit die Schultern so weit einsinken, dass die Halswirbelsäule entlastet wird. Natürlich ist auch die Wahl der idealen Bettdecke sehr wichtig. Mit einer umfassenden, unverbindlichen Schlafberatung macht man den ersten Schritt zu einem verbesserten Schlafkomfort. Und damit fühlt sich man sich meist deutlich ausgeruhter und natürlich auch tagsüber viel fitter.



Sylvia und Jens Hohmann

Betten Hohmann, Kollenrodtstraße, 7-8, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/66 58 64, www.betten-hohmann.de

ABERT COSMETIC

NACHHALTIG UND LANGFRISTIG DIE HAUT ZUM STRAHLEN BRINGEN





Es ist der Wunsch nach glatter, straffer und strahlender Haut, der die Kundinnen in das Abert Cosmetic Institut in der Voßstraße führt. Sylvia Abert hilft mit ihrem fundierten Fachwissen und langjähriger Erfahrung dabei, sich diesem Traum bestmöglich anzunähern. Mit sanften, nicht-invasiven aber sehr effektiven Methoden behandelt sie anspruchsvolle Kundinnen seit vielen Jahren und setzt dabei auf ein ganzheitliches Gesundheitskonzept, das auch die Ernährung einbezieht.

„Eine gesunde Haut braucht eine optimale Versorgung mit Nährstoffen", weiß die Fachfrau, die auch eine alternativ-medizinische Ausbildung besitzt und auf der Basis neuesten Wissens arbeitet. Jedes Anti-Aging-Programm wird nach einer eingehenden Hautanalyse optimal auf die individuellen Bedürfnisse eingestellt. Eine große Palette effizienter schonender Behandlungsmethoden (siehe Extra-Kasten) steht zur Verfügung, um ein optimales Ergebnis zu erzielen. Sylvia Abert verwendet nur hochwertige Produkte, denn ihre Kundinnen sollen eine wirkliche Pflegeeffizienz genießen, bei der eine langfristige Regenerierung der Haut bewirkt wird. „Das macht einen großen Unterschied zur oberflächlichen Kosmetik", weiß sie und freut sich über die vielen Behandlungserfolge, die sie im Lauf vieler Jahre verzeichnen konnte.

Zusammen mit individuell abgestimmten Mikronährstoffen bieten ihre verwendeten Produkte und Methoden eine Verbesserung der Hautstruktur von Innen und von Außen.

Alles beginnt mit einem ausführlichen Beratungsgespräch - dazu können Sie sich jederzeit bei Sylvia Abert anmelden, wenn auch Sie Ihrer Haut eine neue Chance auf gesundes Strahlen geben möchten.

Ästhetik- und Cosmetic-Institut Sylvia Abert,
Voßstraße 63, 30163 Hannover,
Tel.: 0511/66 07 26, Mail: s.abert@t-online.de
www.abert-kosmetik.de

Behandlungsmethoden:

- meso Therapie
- Pora Pur Exploring Lifting
- Radiofrequenztherapie
- Mikroderm-Abrasion
- Ultraschallbehandlung
- Sauerstoffbehandlung
- Saugwellenbehandlung
- Tiefenkräuter-Schälkur nach Dr. Schrammek

und diverse weitere Körperprogramme

STILISTA: BOUTIQUE MIT GARTEN UND BESONDERER AUSWAHL

Modedesignerin Ursula Lottes legt Wert darauf, zu wissen, wo die Waren produziert werden, die sie in ihrem Modegeschäft anbietet. Stilista zeigt farbenfrohe Mode in den Größen 36-56 aus Dänemark, den Niederlanden und Frankreich, aber auch Schönes aus Deutschland von Heidekönigin, Vetono und Simclan. Zumeist werden die Waren in Europa produziert. Neu hinzugekommen sind die Kollektionen Orientique aus Australien und Dolcezza aus Kanada. Accessoires wie Taschen, Schirmmützen und Tücher ergänzen das Sortiment.
Die Vorfreude ist groß auf die Strickkollektionen von Ivko und Glückspilz für den Herbst in reiner Wolle. Wer in den Eingangsbereich des Geschäftes in der Jakobistraße 3 einbiegt, staunt zunächst, denn hier verbirgt sich ein kleiner Garten, in dem man sogleich in die Modewelt eintaucht. Bequeme Schnitte, herrliche Prints, viele angesagte florale Muster - und derzeit natürlich passender Mund-/Nasenschutz zu den Trends dieses Sommers: Das und noch viel mehr gibt es bei stilista - vor Ort oder im Onlineshop.



stilista Ursula Lottes, Jakobistr. 3, 30163 Hannover, Tel.: 0511/700 377 88, www.stilista.de

Lister Liebling

PAPIER-KONTOR FÜR MENSCHEN MIT SINN FÜR SCHÖNES SCHREIBEN

Schreiben mit Stil: Das Papier-Kontor ist seit 37 Jahren das Fachgeschäft für Menschen, die Sinn für schönes Schreiben und Nachhaltigkeit haben. Christine Kalberlah führt gern durch ihr Geschäft, in dem moderne als auch klassische Schreibgeräte einen der Schwerpunkte darstellen. Füllfederhalter zum Beispiel, wieder befüllbar mit Tinte oder Patronen - sie sind nicht nur umweltschonend sondern geben dem eigenen Schreiben eine ganz andere Wertigkeit. Der „Wegwerfkuli“ ist im Papier-Kontor hingegen nicht zuhause - wohl aber sind es Kugelschreiberminen, um auch Kulis nachhaltig zu verwenden. Fotoalben sind ein Segment, in dem die besondere Auswahl begeistert: bezogen mit handgeschöpftem Papier, Leinen und Seide. Themenalben, zum Beispiel für die Hochzeit oder Kinderbilder machen Lust darauf, Fotografien wieder sorgsam einzukleben, statt sie nur digital im Rechner anzuschauen. Blanko-Bücher, exzellent geeignet als Tagebuch, Kalender, außergewöhnliche Karten und ausgesuchte Geschenkpapiere - im Einzelbogen erhältlich - zeigen Sinn für Individualität und Ästhetik. Das Papier-Kontor mit seinem Angebot an schönen Schreibmappen, attraktiven Ordnern und vielem mehr ist eines der charmanten Geschäfte, die wunderbar in den Stadtteil passen und daraus nicht mehr wegzudenken sind.



Papier-Kontor Hannover, Friesenstraße 59, 30161 Hannover, Tel.: 0511/31 83 13, www.papier-kontor-hannover.de

DAS NEST ZUHAUSE SCHÖNER DINGE MIT CHARAKTER

Für Stefanie Hoffmann ging mit der Eröffnung ihres Ladens „Das Nest“ Anfang Mai ein lang gehegter Wunsch in Erfüllung. Gemeinsam mit ihrer Mutter hat sie in der Flüggestraße ausgesuchte, edle und antike Lieblingsstücke zusammengetragen, die ein neues Zuhause suchen. Die gelernte Dekorateurin war schon auf vielen Gartenfestivals und Antikmärkten mit ihrem eigenen Stand vertreten und hat dabei immer wieder ein geschicktes Händchen bewiesen, welche Dinge doch viel zu schade sind, um ungesehen auf einem Speicher zu enden. Hier im „Nest“ werden sie zu neuem Leben erweckt. Deshalb lohnt es sich immer wieder mal reinzuschauen und etwas besonders Hübsches gleich mitzunehmen, getreu dem Motto: „Buy now or cry later“ (weil's ein anderer geschnappt hat). Stefanie Hoffmann hilft auch gerne, wenn sie einen ganz bestimmten Artikel suchen. Sie ist viel auf Trödelmärkten unterwegs, sogar im Ausland, z. B. in Brüssel - und vielleicht findet sie Ihr gewünschtes Stück? „Das Nest“ ist ein feiner kleiner Laden, der wunderbar für Ihre eigene Dekoration inspiriert!



Das Nest, Flüggestraße 23 / Ecke Seumestraße, 30161 Hannover, Tel.: 0172/7343619, www.dasnest.eu

PARAPHERNALIA

AUSGESUCHT SCHÖNE KLEIDER UND PASSENDE ACCESSOIRES

Paraphernalia, die liebevoll eingerichtete Boutique in der Flüggestraße 14 steht seit 1976 auch speziell für eine wunderbare Auswahl an Kleidern. „Wir führen Kleider für das Fahrrad und für die Hochzeitskutsche“, sagt Helga Bretschneider. Marken wie Foxs, Ellen Eisemann, Icke Berlin oder Swing, in den Größen 36 bis 46, sind im Programm. Das Geschäft hat eine besondere Geschichte: „1976 waren wir sechs Studenten und beschlossen einen Laden zu eröffnen. Im Zeichen der Zeit reisten wir per Auto nach Afghanistan und Indien, um dort Kleidung und andere Dinge für den Verkauf zu erstehen.“
Auch wenn sich die Wege der Gründer schon 1982 trennten, behielt das Geschäft eine besondere Ausstrahlung - und das gilt bis heute. Hosen, Blazer, Röcke, Shirts und Schals, herrliche Vintagetaschen und schöner Silberschmuck laden zum Entdecken ein. „Unsere Ware stammt von Unternehmen, die ausschließlich in Europa produzieren“, sagt Helga Bretschneider, die unter www.paraphernalia-hannover.de auch einen Onlineshop anbietet. Neu im Angebot sind stylische Masken und deren Erlös wird von der Geschäftsinhaberin für einen guten Zweck gespendet: „Ich möchte mich daran nicht bereichern“. So konnte die Lister Ponyschule bereits 900 Euro als Spende in Empfang nehmen und der Verkauf der Masken geht natürlich noch weiter. Ein weiterer Grund, die Boutique für sich zu entdecken - online oder beim Stöbern vor Ort.



Paraphernalia, Flüggestr. 14, 30161 Hannover, Tel.: 0511/66 48 66, www.paraphernalia-hannover.de, Facebook: ParaphernaliaHannover

LISTER LIEBLINGE

Die beiden Unternehmen auf dieser Seite gehören - wie viele andere in dieser Ausgabe - zu den „Lister Lieblingen“. Unter diesem Namen haben sich schöne Läden in der List und der Oststadt zusammengeschlossen. Die Seiten mit den Mitgliedsunternehmen sind mit dem blauen „Lieblings-Logo“ gekennzeichnet. Es sind inhabergeführte Geschäfte, oft mit außergewöhnlichem Angebot, immer jedoch mit Liebe zum Detail, werden Sie fachlich exzellent beraten. Auf der Website www.listerliebling.de findet man eine Übersicht, welche Unternehmen dazugehören.

WEDEVINI ÜBER 700 WEINE

AM LAGER - FEINKOST UND SPIRITUOSEN

Ein Haus für Genießer: Bei „Wedevini“ am Wedekindplatz 2 überrascht zunächst die Größe des Geschäftes. Inhaberin Heike Hofmann führt durch die Räume mit über 700 Sorten Wein und Sekt aus Frankreich, Italien, Spanien, Portugal, Deutschland, Österreich und Übersee. Es sind zumeist Eigenimporte und die Winzer kennt Heike Hofmann fast alle persönlich. Spezielle Projektweine sind Produkte des Hauses, die in Zusammenarbeit mit Winzern entstanden sind und die es nur im Wedevini gibt.

Ein Mekka für Weinkenner und für jeden, der eine Feier ausrichten möchte. Neben den Spitzenweinen gibt es auch ein Basissortiment von Schankweinen in Literflaschen, auch der Kauf auf Kommission ist möglich. Die Belieferung von Veranstaltungen ist auch mit Komplettzubehör, von der Zapfanlage über Leihgläser bis zum Tresen möglich. Individuell zusammengestellte Weinpräsente sind ein Service des Hauses, genauso wie die Lieferung frei Haus ab sechs Flaschen im Stadtgebiet oder der bundesweite Postversand. Einen sehr guten Ruf haben die Weinseminare, die auch für private Gruppen gebucht werden können. Heike Hofmann zeigt auch die Feinkostspezialitäten und man bekommt sofort Appetit auf die Trüffel und Kekse, die handgeschöpften Schokoladen, die Aufstriche, Nudeln, Salze, Öle und Essigspezialitäten.
Und dann reizt auch noch die Spirituosenabteilung: Neben einem umfangreichen Sortiment namhafter Destillate locken auch 31 Ballons mit Obstbränden, Likören, Grappa, Gin und Whisky. Wedevini - dieses Geschäft muss man gesehen haben. Da mag man fast nicht erwähnen, dass man viele gute Tropfen jetzt auch ganz ohne Besuch online bestellen kann.



Wedevini, Wedekindplatz 2, Hannover, Tel.: 0511/33 60 610, www.wedevini.de

COMENIUSSCHULE

JUNGES LEBEN IN ALTEN GEMÄUERN

Die koedukative Grundschule in der Kollenrodtstraße entstand in der Folge der rasanten Industrialisierung und wurde zunächst als Mädchenschule geführt. Sie war das Pendant zur Edenschule, die as Jungenschule gegründet worden war. 1899, bei ihrer Eröffnung, war die Comeniusschule modern - zum Beispiel, weil sie innenliegende Toiletten besaß. Als „Bürgerschule 61/62“ eröffnet, war sie Volksschule mit 15 Klassenräumen, einem Zeichen- und einem Singsaal. Höchst innovativ: Im Gebäude gab es ein Brausebad!

Wenn wir heute beklagen, dass manche Grundschulklasse zu viele Schülerinnen und Schüler hat und damit vielleicht die Zahl 30 meinen, dann sei gesagt: Vor einem Jahrhundert waren die Klassen im Vergleich zu heute riesig. Durchschnittlich gingen im Schuljahr 1907/1908 53 Mädchen in eine Klasse.

Auch in der Nachkriegszeit war die Unterteilung in Jungenschule und Mädchenschule noch gegeben - die Comeniusschule war weiterhin für die Schülerinnen zuständig, an der Edenschule tummelten sich die Knaben. Ihren Namen erhielt die Schule erst Ende der 60er Jahre, damals wurde auch die Unterteilung nach Jungen und Mädchen aufgehoben. Der Namensgeber Johann Amos Comenius wurde 1592 im heutigen Tschechien geboren und gilt als Vater des europäischen Schulwesens, der ein umfassendes System der Pädagogik entwarf. Auf der Website der Schule wird er zitiert: „Schulen sind Produktionsstätten der Menschlichkeit, sofern sie bewirken, dass aus Menschen wirklich Menschen werden.“

Das Leitbild der Schule ist heute so überschrieben: „Wir stärken die Persönlichkeit von Kindern, indem wir sie bei der Entwicklung von Selbstbewusstsein, Eigenverantwortung und Selbständigkeit unterstützen.“



POTTERIE ALLES ZUM KOCHEN, BACKEN UND SERVIEREN

Dass „klein“ auch ganz groß sein kann, beweist die Potterie in der Drostestraße. Seit 1976 tragen Manfred Meier und sein Team zum Gelingen in der Küche bei. Praktische Koch- und Backutensilien, Bestecke, Messer, edles Geschirr und flexible Vorratsbehälter haben hier ihr Zuhause. Die Ladengröße entspricht einer durchschnittlichen Küche, das Angebot aber dem eines Fachhandels - mit Marken wie Mepal, Riess Email, Eva Solo, Güde, Gefu, Pillivuygt oder Herda Windmühle und Le Jaquard Francsaise. Ergänzend dazu gibt es natürlich auch ausgesuchte Geschirre, vor allem der Firma Dibbern, die sich seit Anbeginn der Marke im Sortiment befindet. Wie in einer guten Küche hat alles seinen Platz, und wenn etwas nicht gleich zu sehen ist, fragen Sie einfach nach. Wenn es nicht vorrätig ist, kann es kurzfristig bestellt werden. Jeder Kauf wird am Ende belohnt mit dem wunderbaren Klang einer antiken Registrierkasse im Jugendstil. Ein Prunkstück, das auch vom ersten Moment wie Manfred Meier zur Potterie gehört. Das allein ist schon einen Besuch in der Drostestraße 11 wert.

Potterie, Drostestraße 11, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/31 74 49 www.potterie-hannover.de



FRIDOLIN’S SPEZIALISTEN FÜR SPIEL UND SPASS

Lister ♥ Liebling



Spielen will gelernt sein. Denn wer sich im Spiel mit anderen ausprobiert, übt, wiederholt, auch mal scheitert und sich dadurch weiterentwickelt, der wird sich auch spielerisch im Leben zurechtfinden. Ein gutes Spiel ist also eine gute Grundlage. Fridolin's Spielwaren und sein Inhaber Rudolf Schwenger konnten im Mai den 40. Geburtstag des Unternehmens feiern. Stets legte man bei Fridolin’s Wert auf Spielzeug, das Kindern und Erwachsenen die Möglichkeit bietet, miteinander zu spielen. Gerade in diesen Zeiten erleben viele Spiele wieder ein Comeback. Boule, Slackline, Wikingerschach und Crocket werden wieder gemeinsam in den Gärten gespielt. Aktuelle Renner sind auch Kartenspiele wie „Skyjo“ und „Dobble“ oder die „Exit“-Spiele, die ein Escaperoom-Abenteuer für daheim inszenieren. Jetzt, wo es auch draußen viel zu entdecken gibt, haben „Forscher-Spielzeuge“ wie Insektenlupe, Mikroskop oder Kompass ihre Fans. Alles, was im Fridolin's Spielwaren zu finden ist, haben Rudolf Schwenger und seine beiden Töchter und die Enkelkinder ausprobiert. Nutzen Sie die gewonnene Zeit für gemeinsames Spielen, egal ob Kind oder Erwachsener.

Fridolin’s Spielwaren, Lister Meile 21 / Weißekreuzplatz, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/31 23 56, www.fridolins-spielzeug.de

WAS DAS KAFFEE KANN ICH ALLES KANN

Dass Steven Blaess mit dem beliebten Heißgetränk umgehen kann, verrät ja schon der Name. Aber was wäre ein guter Kaffee ohne einen leckeren Kuchen, ohne ein reichhaltiges Frühstück? Wie gut, dass er auch das kann, und zwar so gut, dass sich seine Gäste aus allen hannoverschen Stadtteilen auf den Weg in die Voßstraße machen, um in dem schicken kleinen Café den Kuchen nach Rezepten seiner Mutter zu genießen. Den gibt es auch außer Haus. Sein Credo ist einfach: Nur frische Zutaten, am liebsten direkt vom Markt oder regionalen Erzeugern. Frühstück und sogar Mittagessen kann Steven übrigens auch. Klein aber fein ist die Frühstückskarte und das, was man bekommt, erfreut Magen und Augen gleichermaßen. In der Woche bietet er mittags zwei Gerichte an. Eins mit Fleisch, eins Veggie. Die Büros in seinem Viertel wissen: Mittags geht’s hier schnell. Meist in weniger als 10 Minuten steht ein leckerer Mittagsteller auf dem Tisch. Trotzdem ist es alles andere als Fastfood. Steven nennt es neue deutsche Küche. Und mit diesem einfachen aber leckeren Konzept macht er seit 8 Jahren Menschen statt und glücklich. Weiter so.

Kaffee kann ich, Voßstraße 41, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/394 933 88, www.kaffee-kann-ich.de



POGGI LITTLE LOOKS BEZAUBERN



Mit einem Lächeln begrüßt Klaudia Poggemann, die aber fast immer nur „Poggi“ genannt wird, ihre kleinen und großen Kunden in dem stilvoll eingerichteten Laden in der Jakobistraße 56. Wer „Poggi little looks“ betritt, tauchte ein in eine kleine Traumwelt voller hübscher Kinderbekleidung, kuscheligen Spielsachen, wertige Kindermöbelstücke und liebevoller Dekoration. Die Kinder stürzen sich entweder auf das kleine braune Pony namens Bruno oder auf eins der Kuscheltiere in den Regalen, während die Erwachsenen die ausgewählte, sehr hochwertige Kinderkleidung von kleineren Labeln aus Frankreich, Dänemark oder Italien von Marken entdecken. Hier bekommen Kinder bis ca. 8 Jahren das unverwechselbar „Poggi“ Outfit, das Elternherzen dahinschmelzen lässt. Auch wenn sie selbst noch keine Kinder hat, spürt man, wie sehr sie den Kontakt mit ihren kleinen Kunden genießt. Kaum zu glauben, das dies alles aus einer Studienarbeit entstand, einen Business-Plan für ein Geschäft zu entwerfen. Mit Mut und viel Unterstützung ist dieses Konzept vor knapp zwei Jahren aufgegangen und Poggi ist sehr glücklich damit und freut sich auf viele neue Begegnungen in ihrem Laden.



Poggi little looks, Jakobistraße 56, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/53 07 27 50, www.little-looks.de

SIEBENUNDSIEBZIG VINTAGE, INTERIEUR UND KUNSTHANDWERK

Hereinspaziert steht auf der Scheibe an der Bödekerstraße 77. Siebenundsiebzig ist auch der Name von Uta Kühnes Laden. Kein Zufall. Steigt man die paar Stufen herunter, eröffnet sich dem Besucher die Welt von „Vintage, Interieur und Kunsthandwerk“, eine kleine Ausstellung mit schönen Objekten, denen man das Alter gar nicht ansieht. Lampen, Kerzenhalter, Schalen, Figuren und sehr viele gläserne Objekte, die alle eine Geschichte erzählen. Uta Kühne ist seit Jahrzehnten von Objekten begeistert, die sie auf den Reisen durch Dänemark, Belgien, den Niederlanden und auch Deutschland entdeckt hat. Dinge des täglichen Gebrauchs,



Dinge des Lebens, wie sie selbst ihre handverlesenen Stücke bezeichnet, werden hier zu neuem Leben erweckt. Nachhaltigkeit spielt dabei eine große Rolle. Seit September 2019 in einem Laden, davor schon sehr erfolgreich über ihren Onlineshop mit weltweitem Versand Aber auch die Kunst selbst hat bei ihr einen festen Bestandteil. Wechselnden Künstlern aus der Region gibt sie die Möglichkeit, sich in der „Siebenundsiebzig“ zu präsentieren. Uta Kühne hat unter anderem eine Kartenkollektion mit Texten in ihrer Handschrift gestaltet, die sehr gut ankommen. Vieles gibt es hier zu entdecken. Aber eins sollten Sie auf keinen Fall tun: Zögern. Wenn weg dann weg.

Siebenundsiebzig, Bödekerstraße 77, 30161 Hannover,
Tel. 0511/23 54 60 30, www.siebenundsiebzig.net

Lister ♥ Liebling

WIESING REGIONALE BLUMEN UND BESTE AUSBILDUNG

Schon seit 80 Jahren gibt es Blumen Wiesing, genauso lange bildet das Unternehmen aus. Monika Wiesing ist zu recht stolz auf die Ausbildungsqualität in ihrem Betrieb, denn die bundesweit beste Auszubildende 2019 im Floristenberuf hat in ihrem Unternehmen gelernt. Monika Wiesing ist bereits die dritte Familiengeneration, die ihre Kundinnen und Kunden durch alle Lebenssituationen mit Blumenschmuck begleitet, „von der Geburt über alle Feste des Lebens bis zum tröstenden Abschiednehmen“.
Die Arbeit mit den Menschen, für die wunderbare Blumenarrangements gestaltet werden, mag Monika Wiesing besonders an ihrem Beruf. Blumen Wiesing hat eine eigene Sommergärtnerei, in der Schnittstauden und Beiwerk gezogen werden Weitere Waren bezieht sie von Gärtnereien aus der Region - Schnittblumen zum Beispiel aus Nordstemmen. Die regionale Frische der Blumen zahlt sich aus - doch leider hält keine Blume ewig. Monika Wiesings Mutter Helga Wiesing prägte dazu einen Satz: „Es ist ein Wesenszug des Schönen, dass es nicht von Dauer ist.“ Florale Dekoration erhält man in bester Qualität bei:

Blumen Wiesing, Fundstraße 2, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/31 58 90, www.blumen-wiesing.de
und auch im Onlineshop unter: www.blumen-wiesing-shop.de



TRITTFEST UND MASSGEFERTIGT



„Schuster, bleib bei Deinen Leisten“: Das Sprichwort ist bekannt, doch was sind eigentlich diese Leisten? Holger Hofmann steht auf dem Bild rechts vor einer großen Anzahl Leisten - gemeint sind die aus Buchenholz gefertigten hölzernen Modelle der Füße seiner Kundinnen und Kunden. Der Orthopädieschuhmachermeister ist seit einem Jahr Inhaber bei „Trittfest“ in der Großen Pfahlstraße und führt uns durch die erstaunlich großen Räumlichkeiten, in denen die Schuhe nach Maß und handwerklich gefertigt werden. Eine technische Neuerung hat vor kurzer Zeit Einzug in sein Unternehmen gehalten: Die Vorlagen für die Anfertigung der Leisten werden nun ohne Gipsabdruck mit der 3-D-Kamera eines iPads angefertigt. Das ist deutlich angenehmer für die Kundschaft, die mit den unterschiedlichsten Problemen zu kämpfen hat, die orthopädisches Schuhwerk nötig machen. Circa vier Mal besuchen die Kunden die Geschäftsräume, bis der Schuh fertig ist und ein vorhandenes Handicap oder eine Fehlstellung ausgleicht. Nach den Leisten wird ein durchsichtiges Plastik-Schuhmodell gefertigt, das anprobiert wird, um eventuelle Änderungen vorzunehmen. Aus rund 100 Ledersorten, glatt, rauh, geprägt, sogar mit Leoprint und in vielen Farben, können die Kunden wählen und ihre Gestaltungswünsche vortragen: „Wir sind bekannt für chice Schuhe“, sagt Hofmann stolz und zeigt auch eine große Auswahl an Zierschnallen und Druckknöpfen. Neun Fachkräfte arbeiten in seiner Werkstatt und alle haben Kundenkontakt, um sich auf die Bedürfnisse der Kunden einzustellen. Eine Bürokraft, eine/n Meister/in oder gute/n Gesellen/Gesellin würde Hofmann aktuell noch einstellen. 70 Prozent der Kundschaft kommt mit einem Rezept und erhält die Maßschuhe - abzüglich eines kleinen Eigenanteils - von der Krankenkasse. Doch rund 30 Prozent der Kunden wünschen sich einfach exzellente Maßschuhe - und bekommen sie bei: **Trittfest, Große Pfahlstr. 5, 30161 Hannover, Tel.: 0511/31 85 92, www.trittfest.biz**



BIOCOSMETICA FÜR IHRE HAUT

„Für mich sind die strengen Hygieneauflagen selbstverständlich“, sagt Tanja Maerz-Hooshangi, die in der Voßstraße 45 ihr Fachstudio für natürliche Haut „biocosmetica“, führt. „Wir sind bestens vorbereitet und freuen uns, Sie wieder bei uns empfangen zu dürfen.“
Wer sich wortwörtlich nicht wohl in seiner eigenen Haut fühlt, findet bei ihr die richtige Ansprechpartnerin. Es ist ihr ein persönliches Anliegen, dass die Kund*innen eine verbesserte Hautstruktur und ein größeres Wohlbefinden mit ihrer Gesichtshaut erfahren. „Mein Schwerpunkt liegt bei Ausreinigungen, Intensivbehandlungen des jeweiligen Hautzustandes, Schälungen und MICRONEEDLING“, erläutert die staatlich geprüfte und onkologische Kosmetikerin, die über zwanzig Jahre Berufserfahrung verfügt, davon schon acht Jahre in der List.
Eine kompetente Hautdiagnose ist ihr sehr wichtig, um für jeden die individuell optimale Behandlung zu finden.
Tanja Maerz-Hooshangi erlebt immer wieder, wie sehr eine erfolgreiche Behandlung der Haut nicht nur das Äußere verbessert, sondern auch zu einem gesteigerten Selbstwertgefühl führt.
Da ihr Tierwohl und Nachhaltigkeit am Herzen liegen, arbeitet sie ausschließlich mit zertifizierter Biokosmetik und Dr. Eckstein Biokosmetik. Alle Produkte sind tierversuchsfrei.
Derzeit gelten noch nicht wieder die regulären Öffnungszeiten, sondern es wird nur nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung gearbeitet. Melden Sie sich gleich an, Ihre Haut wird es Ihnen danken:
biocosmetica, Voßstraße 45, 30161 Hannover, Tel.: 0511/39 49 25 65, www.biocosmetica-maerz.de

DER RAHMEN HAT EINEN NAMEN: HEINZ & HEINZ

Wenn es darum geht, einem Bild oder auch einem Foto den richtigen Rahmen zu geben, dann ist Heinz & Heinz in der Gretchenstraße, Ecke Lister Meile, die richtige Adresse. Hier kann man aus mehreren tausend Rahmenmusterwinkeln den Richtigen für Ihr Gemälde auswählen. Ach, Sie haben gar kein Bild zum Rahmen. Kein Problem! Auch hier können Sabine Thomas und ihr Team von Heinz & Heinz weiterhelfen. Wählen Sie aus ca. 10.000 verschiedenen Motiven aller Stilrichtungen aus. Von alten Meistern, klassischer Kunst, Künstlern der Gegenwart bis hin zu Schwarz/Weiß- und Farbfotografien ist eine umfangreiche Auswahl im Geschäft vorrätig oder kann kurzfristig bestellt werden. Diese und natürlich auch eigene, mitgebrachte Fotos und Bilder kann man per Digitaldruck gleich hier im Geschäft in verschiedenen Größen auf Leinwand oder hochwertigem Fotopapier ausdrucken lassen. Sie mögen es deutlich kleiner? Dann sind Sie hier ebenfalls richtig, bei Hannovers größter Auswahl an Gruß-, Post- und Kunstkarten. Wenn Sie jetzt nur noch Bilder im Kopf haben, stöbern Sie zur Abwechselung ein wenig bei den außergewöhnlichen Geschenk- und Dekoartikeln und lassen sich inspirieren oder es gleich ansprechend einpacken. Kurz gesagt: Nix finden geht hier einfach nicht.
Heinz & Heinz, Gretchenstraße 8, Ecke Lister Meile, 30161 Hannover, Tel.: 0511/ 31 34 11, www.heinz-heinz.de



SMILE

KUNST AM MAST

Erst waren es „Monkeystones“, jetzt sind bunt bemalte, ausrangierte Verkehrsschilder mit lächelnden Smileys dazugekommen.
„Zike“, wie sich der Künstler nennt, dessen Gesicht man nicht kennt und der anonym bleiben möchte, sorgt in der List und in der Oststadt für ein fröhliches Lächeln im Straßenraum.

Was von Weitem aussieht, als habe der Smiley eine Blume im Mundwinkel, entpuppt sich bei näherem Hinsehen als Affe - der Wiedererkennungswert von „Zikes“ Werken. Als einige Monkeystones gestohlen wurden konterte er im Frühjahr mit den ersten Schilder-Smileys.

Wer wissen möchte, was „Zike“ auf den Straßen der List für eine - zugegeben subversive - Stadtverschönerung tut, kann ihm bei Facebook folgen. Die FB-Seite /monkeystones hat immer wieder neue Einträge - und es macht doch Spaß, zu entdecken, wo wieder ein Stein abgelegt oder ein Schild aufgehängt wurde!



Impressum:

„Lister Leben“ liegt der Abo-Auflage der HAZ/NP und dem Hannoverschen Wochenblatt im Stadtteil List bei und ist zusätzlich an Auslagestellen und in Geschäftsstellen von HAZ und NP erhältlich.

Anzeigen:
Thomas Mohrhoff, 0511/5182119
t.mohrhoff@madsack.de

Verantwortlich für den Anzeigenteil: Günter Evert

Verlag:
Verlagsgesellschaft Madsack GmbH & Co. KG, August-Madsack-Str. 1, 30559 Hannover (zugleich auch ladungsfähige Anschrift aller im Impressum genannter Personen).

Druck:
Druckhaus Pinkvoss,
Landwehrstr. 85, 30519 Hannover

Produktion & Gestaltung:
Bettina Reimann
be!media Verlag und Agentur,
Wasserwerkstraße 20,
30900 Wedemark, 05130/79692,
typisch@be-media.info

Redaktionelle Mitarbeit: Andreas Henning
Fotos: be!media, Reimann, Henning, Archiv und die beteiligten Unternehmen.

Weitere Ausgaben der Magazin-Reihe:
www.typisch-region-hannover.de

BERGSPORTZENTRALE: FÜR AKTIVE FREIZEIT & KLETTERN

Auf 150 Quadratmetern Ladenfläche bieten Sebastian Hensler und sein Team funktionelle Bekleidung und Ausrüstung für alle, die es lieben, sich in der Freizeit aktiv zu bewegen - ob Bergsport, Wandern oder Reisen.



Bekannte Marken wie Patagonia, Fjäll Räven, Sherpa und Edelrid sind im Programm des Geschäftes, das 1982 gegründet wurde. Spezialisiert ist das Unternehmen auf Kletterausrüstung - das wahrscheinlich größte Sortiment für Bouldern und Sportklettern in Hannover verbirgt sich auf weiteren 170 Quadratmetern und ist zu sehen auf www.chalkr.de.

Das vielseitige Sortiment bietet aber auch reichlich Dinge für den Alltag, wie z.B. die beliebten Trinkflaschen von Klean Kanteen. Die Zeit des Lockdowns der Geschäfte hat Sebastian Hensler übrigens gut genutzt: Den neuen Fußboden hat er selbst verlegt.

Bergsportzentrale, Jakobistraße 8, 30163 Hannover,
Tel.: 0511/31 31 30, www.bsz-hannover.de

Lister ♥ Liebling

LISTER WUNDERTÜTE

MODE UND MEHR IN DER VOSSSTRASSE

Marion Stermann führt seit 32 Jahren ihr Geschäft am gleichen Standort in der Voßstraße 59 - und die „Lister Wundertüte" hält, was der Name verspricht. Wunderschöne Damenmode in den Größen 36 bis 46, Schmuck, Taschen, Accessoires und auch Schuhe findet man auf zwei Etagen - ausgesucht von der Geschäftsinhaberin und den Wünschen des langjährigen Stammpublikums perfekt angepasst. Viel italienische Mode ist zu finden - und immer wieder gibt es Neues im Sortiment, denn Marion Stermann mag es besonders, auf Messen zu gehen und Modezentren zu besuchen, um Schönes für die Lister Kundinnen zu entdecken. So kann sie auch Kundinnenwünsche erfüllen und freut sich, wenn sie einmal mehr genau den Geschmack getroffen hat. „Es gibt so viele tolle Kundinnen in der List, die uns seit vielen Jahren begleiten", schwärmt Marion Stermann, die das gleiche Lob auch ihrem Team ausspricht.
Beim Erkunden der „Wundertüte" fallen auch außergewöhnliche Stücke auf - so sind zum Beispiel die bunten Taschen auf dem Foto unten von Minenopfern aus Kambodscha gefertigt.

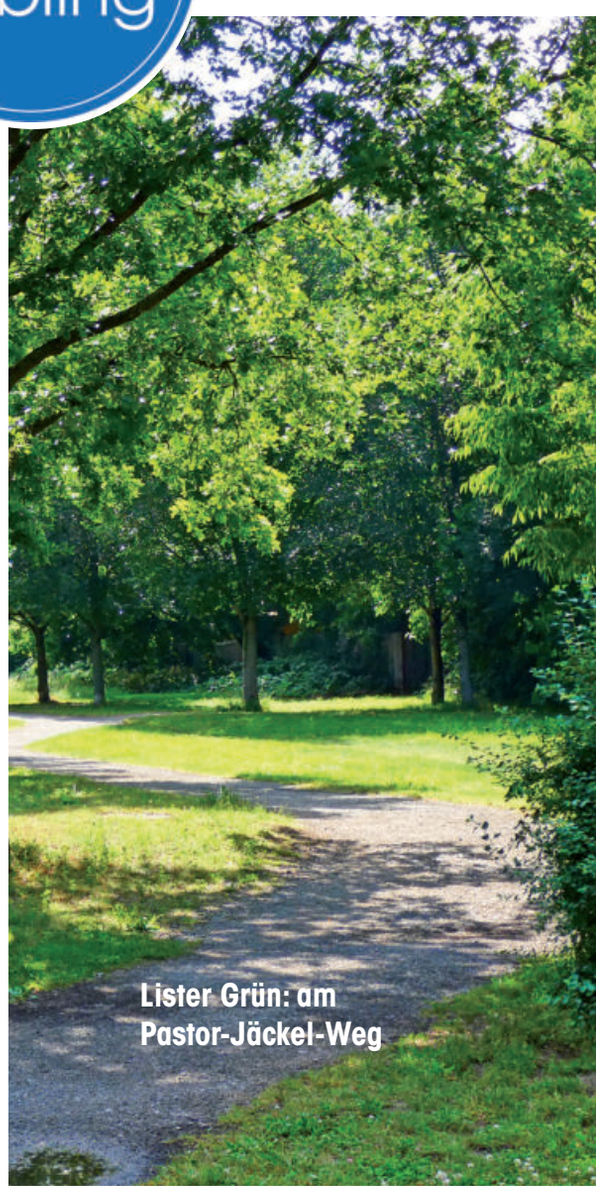
Außergewöhnliche und schöne Stücke in hoher Qualität - aber zu leistbaren Preisen: Das ist Marion Stermanns Geschäftsphilosophie.

Lister Wundertüte,
Voßstraße 59, 30163 Hannover,
Tel.: 0511/39 24 65,









Lister Grün: am Pastor-Jäckel-Weg







WERBUNG AUS VERGANGENER ZEIT

Als die List noch Produktionsstandort war, in dem die Schlote der Industriebetriebe rauchten, wurden Waren hergestellt, die heute noch bekannt sind - aber auch Waren, die es längst nicht mehr gibt. Die Unternehmen Bahlsen und Pelikan haben wirs schon an anderer Stelle erwähnt - die „Cigarettenfabrik Constantin“ bisher nicht. Die alten Werbeschilder und Grafiken aus den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts zeigen, dass Unternehmen auch damals schon auf sich aufmerksam machen mussten, um ihre Ware an den Mann zu bringen. Von allein kam guter Umsatz nicht zustande.



Vor allem Plakate waren um 1900 wichtige Werbeträger - Zeitungswerbung gab es selbstverständlich auch schon, im „Hannoverschen Anzeiger“. Doch war diese Werbung natürlich in schwarz-weiß. Die Litfaß-Säulen im Straßenraum, emaillierte Schilder und Wandbemalungen waren der Werbestandard in den Städten. Die gezeigten Produkte, „made in der List“, zeigen uns herrlich nostalgische Motive, künstlerisch gemalt oder gezeichnet. Und zumindest ein Produkt, das beworben wird, hat die Zeit überdauert.







DRK-WOHNGEMEINSCHAFT

IN DEN LISTHOLZER UFERBLICKEN AM KANAL

Wie möchten wir im Alter leben? Die Frage treibt gleichermaßen Stadtentwickler wie Anbieter von altersgerechtem Wohnraum um. Der demografische Wandel ist dabei ein relevanter Aspekt. Die Bedürfnisse nach gesellschaftlicher Teilhabe und einem generationsübergreifenden Miteinander sind die zweite treibende Kraft, das Wohnen neu zu denken. Innovative Wohnkonzepte, die ein selbstbestimmtes Leben im Alter ermöglichen und Raum für Entfaltung bieten, sind gefragt und damit: Wohnen mitten im Leben.

Die DRK-Pflegedienste in der Region Hannover gGmbH haben als einer der größten Anbieter von ambulanter, teilstationärer und stationärer Pflege in der Region bestehende Versorgungskonzepte für ältere Menschen konsequent weitergedacht und die Idee der Senioren-Wohngemeinschaft (WG) aufgegriffen. In Hannovers charmantem wie beliebten Stadtteil List hat das DRK im Neubaugebiet „Listholzer Uferblicke“ eine hochwertige, urban gelegene Seniorenresidenz eröffnet, die den Bedürfnissen der künftigen Bewohnerinnen und Bewohner entsprechend ausgestattet ist und mit Blick aufs Wasser ein maritimes Flair versprüht.

JUNG UND ALT UNTER EINEM DACH

Das innovative Neubaugebiet am Mittellandkanal setzt dem gesellschaftlichen Wandel mitten im Grünen und nur 10 Minuten von der City entfernt etwas Lebenswertes entgegen: Jung und Alt unter einem Dach vereint, wo Nachbarschaft gelebt wird, man sich gegenseitig unterstützt, voneinander profitiert und Hausgemeinschaften fehlende Familienbande ersetzen.

Das DRK hat den Gebäuderiegel fünf bezogen und belegt hier drei Stockwerke. Im Erdgeschoss sind eine Sozialstation und eine multifunktional eingerichtete, lichtdurchflutete Begegnungsstätte untergebracht, wo Mietertreffen und kulturelle Veranstaltungen stattfinden. Im ersten und zweiten Obergeschoss gibt es je eine ambulant betreute Wohngemeinschaft mit jeweils elf Appartements und sieben DRK-Service-Wohnungen (Betreutes Wohnen) (57 qm).

DIE SENIOREN-WOHNGEMEINSCHAFTEN

Das Besondere an den Senioren-WGs ist: Jede/r Mieter*in verfügt über ein eigenes zwischen gut 21 und 27 qm großes, barrierefreies Appartement mit Bad als Rückzugsrefugium. Die modernen lichtdurchfluteten Appartements verfügen teilweise über einen Balkon mit Blick auf den Kanal und vorüberfahrende Schiffe. Küche, Wohnzimmer und Speisezimmer sind hochwertig eingerichtet, großzügig geschnitten und werden gemeinschaftlich genutzt, um das Miteinander zu fördern und die Mieter*innen aktiv in den Alltag einzubinden. Eine exklusive Wellness- und Ruhefläche bietet Entspannung.

DIE BETREUUNG

In jeder WG gibt es eine 24-Stunden-Betreuung durch eine DRK-Präsenzkraft, die rund um die Uhr Unterstützung im Alltag bietet. Sie gestaltet das Zusammenleben in der Gruppe mit, moderiert gruppendynamische Prozesse, animiert jede/n einzelne/n Mieter*innen entsprechend ihrer/seiner Möglichkeit zur Teilhabe und organisiert Ausflüge. Die beiden ambulant betreuten Senioren-WGs verfügen jeweils über elf Appartements. Wer hier einziehen möchte, sollte den Pflegegrad eins haben. Die ambulante Pflege übernimmt das Team der Sozialstation. Sicherheit auf Knopfdruck bietet das DRK-Hausnotrufsystem, das allen Mieter*innen kostenlos zur Verfügung steht und ein Service-Angebot für ein besseres Alltagsgefühl ist.
Die DRK-Pflegedienste in der Region Hannover gGmbH betreiben in der Region 33 Einrichtungen, davon 19 ambulante, 10 teilstationäre Einrichtungen, 2 stationäre Pflegeheime sowie 2 weitere exklusive Wohngemeinschaften in Ingeln-Oesselse auf dem historischen Stümpelhof mit insgesamt 800 Mitarbeitern.

PROBEWOHNEN

Nichts ist überzeugender als die eigene Erfahrung: Darum bietet das DRK Interessierten ein kostenloses einwöchiges Probewohnen in eingerichteten Musterappartements. Genießen Sie das urbane Flair in entspannter Atmosphäre, schnuppern Sie „Seeluft“ am Kanal und erleben Sie die Qualität des DRK. Bei Interesse wenden Sie sich gerne an Standortleiterin Anita Ebernickel.







DRK Region Hannover e. V.
Anita Ebernickel
Lilli-Friedemann-Ring 3-5
30177 Hannover
Tel.: 0511/220 79 63
ebernickel@drk-hannover.de

INNOVATION & REKORDE IN DER LIST

DAS 1. FLIESSBAND IN EUROPA 1905

Ob es wohl die erst zweite Leuchtreklame in ganz Deutschland war, die für den rasanten Erfolg der „Leibniz Cakes“ sorgte? Hermann Bahlsen ließ sie mitten in Berlin platzieren. Und weil seine „Cakes“ so beliebt waren, musste die Massenfertigung in der List bald automatisiert werden, um noch höhere Stückzahlen zu ermöglichen. So kam es, dass 1905 das erste Fließband Europas in Bahlsens Produktionsräumen stand.
Und nicht genug der Superlative aus dem Hause Bahlsen: Sogar die staub- und feuchtigkeitsdichte Verpackung der „TeT-Kekse“ wurde bei der Weltausstellung in St. Louis 1904 ausgezeichnet.

DER GRÖSSTE EISENBETONBAU DEUTSCHLANDS 1906

Die neugebaute Produktionsanlage von Pelikan war für ihre Zeit geradezu revolutionär: Komplett in Stahlbetonweise erstellt, galt sie 1906 als der größte Eisenbetonbau in Deutschland.
Diese Bauart sollte sich besonders im 2. Weltkrieg als segensreich erweisen, denn da auf Holz, auch im Dachstuhl, weitgehend verzichtet wurde, blieben die Bombenschäden gering - die Fabrikgebäude brannten nicht nieder.

So zeigen sie sich heute noch in ihrem ursprünglichen Erscheinungsbild, mit weißen Flächen und rotem Backstein, den neobarocken und im Jugendstil gestalteten Gebäuden der Umgebung angepasst. Es sind, aus unserer heutigen Sicht, schöne Gebäude, in denen sich gern Unternehmen ansiedeln, die eine besondere Atmosphäre schätzen.

1. DROGERIEMARKT IN SELBSTBEDIENUNG 1972

Der 1. Selbstbedienungs-Drogeriemarkt Deutschlands befand sich ab 1972 in der List. Dirk Rossmann war erst 25 Jahre alt, als er in der Jakobistraße dieses neue Verkaufskonzept wagte. Das Geschäft gibt es seit 2010 nicht mehr, da die Verkaufsfläche nicht mehr ausreichte. Doch ein Schild erinnert daran, welche Pioniertat des Handels hier einst stattfand.







KIEFERORTHOPÄDIE AUF HÖCHSTEM NIVEAU UND MIT MODERNSTEN TECHNIKEN

In der Fachpraxis Dr. Xenia Bauß in der Bödekerstraße legen alle Mitarbeitenden Wert auf eine Atmosphäre, in der sich Patienten und Patientinnen gut aufgehoben fühlen und ganz individuelle Behandlung auf höchstem Qualitätsniveau erfahren.

Dr. Xenia Bauß und Dr. Katarina Stephan verfügen über eine langjährige Erfahrung in der erfolgreichen Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, um Fehlstellungen auszugleichen und ein Leben mit schönen geraden Zähnen und gesunden Kiefergelenken zu ermöglichen. Dr. Xenia Bauß und ihre Kollegin nehmen sich Zeit für die Patienten und Patientinnen: „In einem ersten Gespräch schildern Sie uns Ihr kieferorthopädisches Anliegen und Ihre persönlichen Vorstellungen. Auf der Basis eines genauen Befunds stellen wir die Indikation für eine kieferorthopädische Therapie, die auf die individuellen Bedürfnisse des Patienten abgestimmt ist. Moderne Technologien wie digitales Röntgen und computerbasierte Datenanalyse helfen uns, das medizinisch beste Behandlungskonzept zu entwickeln. Die anschließende Besprechung des Therapieplans und Ihre Akzeptanz bilden die Grundlage für ein erfolgreiches Ergebnis."
Das digitale Röntgengerät in der Praxis setzt die Patienten einer wesentlich geringeren Strahlenbelastung aus und arbeitet zudem schneller und genauer im Detail.

Optisch unsichtbare ästhetische Zahnspangen

Obwohl die klassische festsitzende Zahnspange nach wie vor am häufigsten eingesetzt wird, steigt der Wunsch nach optisch unsichtbaren ästhetischen Zahnspangen. Mit neuen Techniken trägt die Facharztpraxis Bauß dieser Tatsache Rechnung. INVISALIGN® ist eine Alternative, die mit herausnehmbaren transparenten Kunststoffschienen bei schiefen oder gedrehten Zähnen und kleinen Zahnlücken hilft. Im Vergleich zu festsitzenden Zahnspangen gibt es weniger Reizungen der Mundschleimhaut oder Probleme beim Sprechen.
Bei der Lingualtechnik „Incognito" werden Metallbrackets auf der Innenseite der Zähne befestigt - diese Methode kann bei jeder Art von Zahnfehlstellung eingesetzt werden. Schließlich gibt es auch noch moderne Brackets aus Keramik, die transparent oder zahnfarben sind und daher sehr viel weniger auffallen.

Schnarchschienen & Sportmundschutz

Auch leichte bis mittelgradige Schlafapnoe und das damit verbundene ruhestörende Schnarchen kann mit Hilfsmitteln aus der Kieferorthopädie behandelt werden. „Schnarchschienen" halten Unterkiefer, Zunge und Gaumensegel während des Schlafens vorn, der Rachenraum wird stabilisiert und die Lunge mit ausreichend Luft versorgt.
Schließlich gehören auch sportlich aktive Menschen zum Patientenkreis der Facharztpraxis, denn ein individueller Sportmundschutz senkt das Risiko einer Verletzung bei vielen Sportarten erheblich. Der individuell angefertigte Mundschutz ist Prävention und ein Mehr an Sicherheit.

Was immer der Grund für einen Besuch in der Facharztpraxis sein mag, Patientin oder Patient stehen im Mittelpunkt: „Individuell gehen wir gerne auf die unterschiedlichen Bedürfnisse und Wünsche von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ein. Schließlich möchten wir, dass sich kleine und große Patienten jederzeit bei uns wohlfühlen", bekräftigt Dr. Xenia Bauß.

Fachzahnarztpraxis Dr. Xenia Bauß,
Kieferorthopädie in der List,

Bödekerstraße 84, 30161 Hannover,
Tel.: 0511/62 60 11, www.hannover-kieferorthopaedie.de



STOLPERSTEINE IN DER LIST

Stolpersteine erinnern überall in Deutschland an Menschen, die vom nationalsozialistischen Deutschland umgebracht oder vertrieben wurden. Sie sind klein und oft geht man darüber, ohne sie zu beachten. Bisher wurden in Hannover, Stand Ende 2019, 423 Stolpersteine verlegt - an 150 verschiedenen Standorten. Im Stadtbezirk Vahrenwald-List sind es mit 90 besonders viele.

Allein elf Steine erinnern an der Ferdinand-Walbrecht-Straße an Ermordete, zumeist jüdischen Glaubens. Doch auch in den kleineren Straßen der List findet man Steine vor den Häusern, wo die Menschen gelebt haben. Fünfzehn Stolpersteine gibt es allein in der Harnischstraße. Zur jüdischen Bevölkerung gehörten die Männer und Frauen, deren Namen wir auf dem Stolperstein oben sehen, der in der Harnischstraße 6 zu finden ist. Hannover hatte in der Weimarer Republik 5.521 jüdische Einwohner und Einwohnerinnen, was einem Bevölkerungsanteil von 1,3 Prozent entsprach. Im Juli 1944 lebten nur noch 285 Menschen jüdischen Glaubens in der Stadt, als am 10. April 1945 amerikanische Truppen Hannover besetzen, hielten sich lediglich rund 100 Juden in der Stadt auf. Doch erfreulicherweise hat sich der Anteil in den Nachkriegsjahrzehnten wieder deutlich erhöht, sodass im Jahr 2000 schon wieder 3.712 Juden und Jüdinnen ihren Wohnsitz in Hannover hatten. Wer sich für jüdisches Leben in Hannover interessiert, findet unter www.juedische-gemeinden.de eine ausführliche Darstellung.



Doch auch politische Widerständler haben im Stadtbezirk Stolpersteine bekommen. So wurde Karl-Wilhelm Meyer-Albrand, dessen Stolperstein in der Bödekerstraße 88 liegt, wegen „Wehrkraftzersetzung“ verhaftet. Sinti und Roma, Zeugen Jehovas, Homosexuelle sowie Kranke und Hilfsbedürftige: Das Naziregime tötete viele von ihnen. Und manchmal reichte schon wenig, um in die Fänge der Gestapo zu geraten: Heinrich Jokl, dessen Stein in der Harnischstraße 4 liegt, wurde wegen „Zigarettenbesitz“ verhaftet und starb im Gestapo-KZ Larde.

Eine Liste aller Stolpersteine im Stadtbezirk findet man bei wikipedia-org. Vielleicht sind auch Sie schon, in Alltagsgedanken vertieft, über Stolpersteine ganz in der Nähe des Wohnortes gegangen? Finden Sie es heraus.

1 KIRCHE

3 BAUPHASEN & -STILE

Die Matthäuskirche in der Wöhlerstraße zeigt drei Phasen der Kirchenentwicklung. 1906 wurde die Kirche eingeweiht - in einer Zeit, in der die Bevölkerung im Stadtteil rasch zunahm. Im neugotischen Stil aus Kalkbruch- und Sandstein wurde sie im Grundriss eines gleichschenkligen Kreuzes gebaut.
Im 2. Weltkrieg brennt sie nach einem Luftangriff nieder, nur der Turm bleibt - mit Löchern - stehen. Erst 1972 wird die Kirche nach dem Neuaufbau wieder eingeweiht.
2006 fusionierte die Matthäusgemeinde mit der Johannisgemeinde und zum Erhalt eines vielfältigen Gemeindelebens wurden Gemeinderäume zwischen den alten Turm und den Nachkriegsbetonbau gesetzt. So gibt es alte Außenmauern, die nun Innenmauer eines neuen Gemeinderaumes sind.
Und im Treppenhaus treffen alle Bauphasen aufeinander, zeigen die Zeiten von Kirchenbau, Kirchenzerstörung, Wiederaufbau und Gemeindekonsolidierung.



ABSCHIED LEBEN

Wiese ist das älteste im Familienbesitz befindliche Bestattungsunternehmen Hannovers. Seit 175 Jahren versteht sich das Haus Wiese als Dienstleister aus Überzeugung. „Dabei gilt unser Dienst zugleich dem Verstorbenen wie den Hinterbliebenen, und wir versehen ihn mit hoher fachlicher Kompetenz und viel Ehrfurcht vor dem Leben und dem Tod", sagt Geschäftsführer Stefan Burmeister-Wiese.
Als eines der führenden Bestattungsunternehmen in Hannover ist Wiese von neutralen Experten des TÜV NORD nach DIN EN ISO 9001:2015 zertifiziert – das steht für beste Betreuungs- und Beratungsqualität im Trauerfall und bei der Bestattungsvorsorge und garantiert maximale Preis- und Kostentransparenz. In der List und der Oststadt ist das Haus Wiese mit Standorten an der Lister Meile 49 und Vier Grenzen/Podbielskistraße 105 präsent.

Den letzten Weg nach eigenen Vorstellungen regeln

Den letzten Weg zu Lebzeiten nach eigenen Vorstellungen geregelt zu wissen: Das ist für viele Menschen ein wichtiges Anliegen. Nicht nur wegen der Ausgestaltung der Trauerfeier und der Art der Beisetzung, sondern ebenso in finanzieller Hinsicht. Denn für die Kosten der Bestattung müssen die bestattungspflichtigen Angehörigen aufkommen.



Adriana Hesse, Geschäftsstelle Lister Meile

Auch aus Verantwortung und Fürsorge gegenüber den Angehörigen ist es daher äußerst sinnvoll, sich rechtzeitig um die eigene Bestattungsvorsorge zu kümmern.
„Die persönliche Bestattungsvorsorge sollte immer zwei Aspekte berücksichtigen; den organisatorischen Teil, also zum Beispiel die Bestattungsverfügung und den Vorsorgevertrag mit dem Bestattungsunternehmen des Vertrauens", erläutert Adriana Hesse, Wiese-Geschäftsstelle Lister Meile. Ebenso wichtig sei aber auch der finanzielle Teil. Als sinnvolle Formen der finanziellen Vorsorge empfiehlt sie das Treuhandkonto oder auch die Sterbegeldversicherung. Mit beiden Möglichkeiten könne man die Angehörigen finanziell entlasten. Ein weiterer Vorteil liege darin, dass das für die eigene Bestattung vorgesehene Geld als sogenanntes Schonvermögen vor dem Zugriff des Sozialamtes gesichert sei.
Welche Alternative die bessere sei, komme immer auf die jeweiligen persönlichen Umstände an, so Stefan Burmeister-Wiese. Das Haus Wiese bietet daher eine ausführliche individuelle Beratung an.

Wiese Bestattungen
Telefon 0511 957857 (24 Stunden)
wiese-bestattungen.de
info@wiese-bestattungen.de
Lister Meile 49 · 30161 Hannover
Podbielskistraße 105 · 30177 Hannover
Hauptgeschäftssitz: Baumschulenallee 32
30625 Hannover





NATUR AM KANAL:
DURCHATMEN AN DER WASSERSTRASSE

Vorbei an Zweckbauten von Unternehmen, dem Hafen und weiter östlich den großen Kleingartenanlagen: die Lister Partie am Kanal zeigt uferseitig die ganze Bandbreite von Wohnbebauung, Freizeit und Gewerbe. Doch der Blick auf die Wasserstraße erfrischt an heissen Sommertagen und man hat hier schnell das Gefühl, besser durchatmen zu können als in den engen Häuserschluchten der Stadt.

Wer sich aufs Rad schwingt oder den Hund an die Leine nimmt, um frische Luft zu tanken, geht hier an der längsten künstlichen Wasserstraße Deutschlands entlang. Insgesamt hatt sie eine Länge von 325,3 Kilometern. 1916 wurde der Abschnitt bis zum Misburger Hafen eröffnet und man kann sich nicht mehr vorstellen, dass Hannover einmal nicht von diesem Wasserweg durchschnitten wurde. Die Rentabilitätsberechnungen für den Kanal wurde Mitte der 1850er Jahre von Wasserbauingenieur Leo Sympher erstellt - und das erklärt auch, warum eine Passage an der „Gracht“ diesen Namen trägt.



Es ist immer wieder faszinierend, den „langen Pötten“ auf dem Kanal zuzuschauen, die in gemächlicher Geschwindigkeit ihren Weg nehmen.

ELEKTRO-FUNDGRUBE

Hausgeräte I. und II. Wahl

Scan mich und schau hinter meine Maske!



Königstr. 32
Badenstedter Str. 60
☎ 05 11 - 31 99 12
☎ 05 11 - 41 48 37
elektro-fundgrube-hannover.de

BEKO Miele GRUNDIG BOSCH smeg AEG LIEBHERR


Hallo Taxi!
0511 3811
...WAS SONST!
WWW.TAXI-HANNOVER.DE