

Hannover und der Punk

Die **magaScene** schickt Euch zur Talk-Lesung im Kunstladen am 9. Dezember

Hannover. „Hey Ho! Let's Go! 50 Jahre Punk in Hannover“ ist weit mehr als ein nostalgischer Rückblick. Das neue Buch von Hollow Skai, Klaus Abelmann, Detlef Max und Grafiker Sebastian Mook erzählt in beeindruckender Tiefe, wie sich in Hannover seit 1976 eine Szene formte, die sich nie vereinnahmen ließ – weder kommerziell noch ästhetisch. Das 192-seitige Werk dokumentiert fünf Jahrzehnte Subkultur anhand seltener Fotos, Gesprächen mit Zeitzeugen, Hintergrundberichten und persönlichen Erinnerungen, die die Vielfalt und Widersprüchlichkeit der Bewegung zeigen. Neben den bekannten Hotspots der frühen Jahre widmet sich das Buch auch kleineren Bands, unabhängigen Labels und jenen Protagonisten, deren Engagement die Szene bis heute prägt. Besonders hervor sticht die konsequente Darstellung der Rolle von Frauen, die in Hannover früh den Ton angaben, eigene Bands gründeten und gesellschaftliche Erwartungen selbstbewusst unterliefen. So entsteht ein Panorama, das zeigt, dass Punk in Hannover nie auf reines Rebellionen reduziert war, sondern stets ein Ort der Selbstbestimmung, der Reibung und des offenen Ausdrucks. Diese vielschichtige Geschichte wird nun auch live erlebbar: In einer Talk-Lesung im Kunstladen



Machen Punk zu einem Buch: Klaus Abelmann, Detlef Max, Sebastian Mook und Hollow Skai.

FOTO: MAGASCENE



(Lister Straße 3) präsentieren die Macher des Buches zentrale Aspekte des Projekts. Am

Dienstag, den 9. Dezember ab 19 Uhr öffnen sie den Raum für einen Abend, der Lesung, Gespräch und Musik zu einer dichten atmosphärischen Momentaufnahme verbindet. Die Autoren berichten über ihre Recherchen, über vergessene Orte, über Proberäume, legendäre Auftritte und darüber, warum Hannover eine Punkstadt

wurde, ohne je laut damit zu prahlen. Zwischen Anekdoten und Einordnungen dürfen sich die Gäste so fühlen, als säßen sie mitten in den Geschichten, die das Buch so eindringlich erzählt. Gerade diese Kombination aus sorgfältiger editorischer Arbeit und lebendiger Präsentation macht das Projekt besonders: Die Talk-Lesung ist nicht nur eine Buchvorstellung, sondern eine Einladung, die Energie dieser Kultur neu zu entdecken – roh, direkt und so kompromisslos wie der Punk selbst. (CB)

Stadtmagazin für Hannover
magaScene

Viele weitere, spannende Neuigkeiten aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an über 500 Ausgelegten in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.



Eichhörnchen-Klasse schmückt den Weihnachtsbaum

Gehrden. Der Weihnachtsbaum am Marktplatz in Gehrden ist geschmückt. 23 Kinder der Eichhörnchen-Klasse, einer vierten Klasse der Grundschule Am Castrum, haben mit Unterstützung von Christin Rautenberg vom Förderverein und der

Klassenlehrerin Miriam Reckling, goldene Weihnachtskugeln und selbstgemachte regenbogenfarbene Kugeln an „ihrem Friedensbaum“ aufgehängt. Eine Gehrden Bäckerei spendete den Kindern Kakao und Hörnchen.

Adventszauber bei der Barsinghäuser SPD

Barsinghausen. Der SPD-Ortsverein Barsinghausen lädt für den heutigen Nikolaustag, 6. Dezember, zum Adventszauber ein. Alle Interessierten sind in der Zeit von 10 bis 13 Uhr am Frak-

tionsbüro, Marktstraße 38, willkommen. Bei weihnachtlichem Gebäck und heißen Getränken tauschen sich die Anwesenden zu aktuellen Themen in Politik und Gesellschaft aus.

Ballett und Ärzteorchester führen den Nussknacker auf

Wennigsen/Barsinghausen. Am zweiten Adventswochenende, 6. und 7. Dezember, präsentieren die Mitglieder von Ballett am Deister aus Wennigsen und das Ärzteorchester Hannover besondere Vorstellungen. An beiden Tagen zeigen sie im Theater am Spalterhals in Barsinghausen, um 11 und 15.30 Uhr das Ballett „Es war einmal... ein Nussknacker“ zu der Musik von Peter Tschaikowski.



Aufführung in Barsinghausen: Balletttänzerinnen und -tänzer treten gemeinsam mit dem Ärzteorchester auf.

FOTO: PRIVAT

In den vier Vorstellungen stellen rund 200 Schülerinnen und Schüler ihr Können unter Beweis. Das fast 60-köpfige Orchester begleitet die Tänzerinnen und Tänzer. Eintrittskarten gibt es online unter www.localticketing.de.

ANZEIGE

Warum wird mein Haar dünner und lichter?



Schütteres Haar kann viele Ursachen haben. Die gute Nachricht: Sie können etwas dagegen tun!

Nach dem Kämmen finden sich zahlreiche Haare in der Bürste oder dem Waschbecken? Gerade bei dünnerem Haar ist die Sorge groß, dass es noch mehr an Volumen einbüßen könnte. Wichtig zu wissen ist: Dass die Haare ausgehen, ist grundsätzlich normal und dem natürlichen Wachstumsprozess geschuldet. Sind es jedoch täglich mehr als 100 oder wachsen nur mehr dünne

Haare nach, sollte man gegensteuern. Dazu ist es wichtig, die möglichen Ursachen zu kennen.

WARUM DIE HAARE AUSFALLEN

Dass die Haare erst im Alter langsam dünner werden, ist ein weit verbreiteter Irrglaube. Tatsächlich gibt es zahlreiche andere Gründe für abnehmendes Haarvolumen, die Frauen in jedem Alter betreffen können:

• Äußere Einflüsse

Unter den äußeren Einflüssen,

die das gesunde Haarwachstum beeinträchtigen können, finden sich etwa Blitzdiäten, eine einseitige Ernährung oder auch die Einnahme bestimmter Medikamente.

• Hormonelle Umstellung

Sind die Hormone aus dem Gleichgewicht (etwa während der Wechseljahre), kann das den Wachstumszyklus der Haare verkürzen. Die mögliche Folge ist dünneres und kürzer nachwachsendes Haar. Auch in der Stillzeit werden die Haare lichter – Frauen verlieren dann bis zu 30 % ihrer Haare.

• Die falsche Pflege

Zu häufiges Haarewaschen trocknet das Haar aus und macht es brüchig. Vorsicht ist bei Shampoos mit Silikonen geboten, da diese eine regelrechte Schicht um das Haar bilden, wodurch es weiter austrocknet.

• Zu häufiges Föhnen

Für das Föhnen gilt: Weniger ist mehr. Die Haare am besten lufttrocknen lassen oder – jetzt in der kalten Jahreszeit – immer auf einen Abstand von mindestens 20 cm zwischen Föhn und Haaren achten.

KRAFTSCHUB VON INNEN

Was viele nicht wissen: Auch ein Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt kann zu dünnem, sprödem und brüchigem Haar führen. Umso wichtiger ist es, die Haarfollikel von innen heraus zu unterstützen. Gegensteuern kann man mit der richtigen Nährstoffkombination: Eine gezielte Versorgung mit Biotin leistet einen Beitrag zum Erhalt normaler Haare. Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann nicht ausreichend Keratin gebildet werden und es wird spröde und brüchig. Durch die Zugabe der wichtigen Spurenelemente Eisen, Zink und Selen werden die Haarwurzeln umfassend mit Aufbaustoffen versorgt.

WAS APOTHEKER EMPFEHLEN

Diese Kombination an Nährstoffen ist in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten enthalten. Ergänzt wird die einzigartige Formulierung durch hochreinen Schwefel (MSM) und Silizium, das in Kiesel-erde und Goldhirse enthalten ist. Bereits im Mittelalter war die Goldhirse als „Schönheitskorn“ bekannt. Seit einiger Zeit ist das Qualitätsprodukt aus Österreich auch in Deutschland erhältlich und überzeugt Anwender und Apotheker gleichermaßen. Nicht umsonst ist es bei unseren Nachbarn das bereits seit Jahren führende Produkt im Bereich Haut, Haare und Nägel.*

WICHTIG:

Haare wachsen im Durchschnitt nur 1,5 cm pro Monat. Für ein bestmögliches Ergebnis sollte das Produkt daher über einen längeren Zeitraum eingenommen werden.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 09/2025.



TIPP: Kopfmassage

Neben den Nährstoffen in Dr. Böhm® Haut Haare Nägel macht es auch Sinn, sich von Zeit zu Zeit eine Kopfmassage zu gönnen. Eine

solche ist nicht nur angenehm, sondern sorgt auch für eine bessere Durchblutung der Haarwurzeln in der Kopfhaut, wodurch die Nährstoffe noch besser vom Haar aufgenommen werden können. Verwenden können Sie dafür Ihre Hände (wie beim Einschäumen der Haare mit Shampoo) oder spezielle Bürsten oder „Kopfkrauler“.

APOTHEKEN-TIPP BEI SCHÜTTEREM HAAR



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Biotin, Zink und Selen für den Erhalt normaler Haare
- ✓ Hochdosierte Kiesel-erde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel in Ihrer Apotheke.

Monats-Packung - 60er, PZN 15390975, UVP 19,90 €
3-Monats-Kur mit Preisvorteil - 180er, PZN 19485477, UVP 49,90 €