

„Dieses kreative Chaos funktioniert gut, wir machen ein cooles Programm“

Das große **magaScene**-Interview mit Jürgen Grambeck (Geschäftsführer Béi Chéz Heinz e.V.)

Das Béi Chéz Heinz gehört seit Jahrzehnten zur Kulturlandschaft Hannover. Legendäre Konzerte und andere Veranstaltungen haben hier stattgefunden, fast jede Hannover-Band hat hier schon mal auf der Bühne gestanden, und auch internationale Kapellen und Künstlerinnen und Künstler haben den sympathischen Laden mittlerweile fest in ihren Tourplan integriert. Umso beunruhigender war der Umstand, dass die Zukunft der Location lange Jahre unsicher war. Denn mit dem großen Umbau des Fössebad wird auch das Heinz an dieser Stelle verschwinden. Nun wurde mit einem Umzug in das ehemalige Musiktheater BAD aber eine Lösung gefunden. Schorse Schröder sprach mit Jürgen Grambeck, dem Geschäftsführer des Béi Chéz Heinz e.V. Das ganze Interview steht in der Januar-Ausgabe der magaScene.

magaScene: Jürgen, warum heißt das Béi Chéz Heinz eigentlich so?

Grambeck: Der Béi Chéz Heinz e.V. ist aus der DGB-Jugend hervorgegangen. Der Treffpunkt in der Spichernstraße hieß damals DGB-Jugendtreff. Wenn man das ausschreibt, heißt es dann Deutscher Gewerkschaftsbund Jugendtreff. Das hört sich doch superspannend an, oder? Da will man auf jeden Fall hin, wenn dort ein Konzert ist. (lacht) Wir haben dann überlegt. Das ist natürlich schwierig, und wenn eine große Organisation dranhängt wie der DGB, umso mehr. Der damalige Jugendsekretär sagte mir dann



„Unser Programm hat sich immer gewandelt und geht mit der Zeit.“ FOTO: CLEMENS NIEHAUS

auch, dass der Name irgendeinen Bezug zum DGB haben sollte. Der damalige Vorsitzende des DGB Niedersachsen hieß Heinz Hermann Witte. Zuerst wollten wir den Laden „Bei Heinz“ nennen. Nach dem achten Bier oder so klang das aber auch nicht mehr so richtig gut. Also haben wir noch das Chéz drangehängt und dann hieß es auf einmal Béi Chéz Heinz.

magaScene: Wie viele Leute

beschäftigt Ihr hier im Heinz?

Grambeck: Das Béi Chéz Heinz hat inklusive unserer Auszubildenden elf feste Mitarbeiter. Das ist das feste Team. Da kommen aber noch Leute hinzu, die hier bei den Veranstaltungen arbeiten, Theke machen, aufräumen und vieles mehr. Das schwankt immer ein wenig zwischen 25 bis 30 Leuten. Dann gibt es noch die Freelancer, das sind unsere Techniker. Damit

der Laden hier läuft, sind das also immer so um die 50 Leute.

magaScene: Es gibt einen Punkt auf den Ihr zu Recht stolz seid. Ihr habt, im Gegensatz zu vielen anderen Kultureinrichtungen, nie regelmäßige Förderungen für den Betrieb des Béi Chéz Heinz erhalten.

Grambeck: Das stimmt. Von der Stadt bekommen wir kein regelmäßiges Geld. Während Corona

haben wir mal ein bisschen bekommen. Aber nicht nur von der Stadt, auch vom Bund und der Bundesagentur für Arbeit. Da wir aber auch ein Ausbildungsbetrieb sind, haben wir in dem Bereich eine Kooperation mit der Stadt. Die Veranstaltungskaufleute, die wir hier ausbilden, sind dort angestellt. Das ist aber die einzige Hilfe, die wir bekommen. Den laufenden Betrieb stemmen wir allein. Immer schon.

magaScene: Kommen wir zum Umzug ins Musiktheater BAD. Ihr dürft sicher bis Ende 2026 in den alten Räumen bleiben. Vielleicht sogar auch noch ein halbes Jahr länger. 2027 soll, wenn alles gut läuft, im BAD eröffnet werden. Wie sieht das ideale Béi Chéz Heinz in den Räumen des Musiktheaters BAD für Dich aus?

Grambeck: Ideal wäre, dass wir das komplette Gebäude durchsanieren und wir dort drei Indoor-Areas haben. Ähnlich wie hier oben. Eine für rund 400 Leute und zwei kleinere für um die 40 oder 50 Leute. Die genauen Kapazitäten müssen wir aber noch prüfen. Wenn ich sanieren sage, meine ich auch den Keller, das Erdgeschoss und auch, dass oben der Dachstuhl komplett ausgebaut ist. Den brauchen wir, um all unseren Mitarbeitenden gute Arbeitsbedingungen zu bieten. Dazu gehört auch,

dass das Haus komplett barrierefrei wird. Zumindest erstmal das Erdgeschoss und das Souterrain. Ein absolutes Highlight wäre, wenn wir auch draußen am Pool Open-Air-Konzerte machen dürften. Natürlich mit wesentlich weniger Besuchern, als wir das von früher kennen. Das lassen wir gerade schalltechnisch untersuchen. Wir möchten, dass Lautstärke möglichst auf das Grundstück begrenzt bleibt. Da gibt es heutzutage viel bessere Möglichkeiten.

magaScene: Passt Ihr Euer Programm auch an die Bedürfnisse der jüngeren Generation an?

Grambeck: Unser Programm hat sich immer gewandelt und geht mit der Zeit. Schon durch unsere jungen Azubis, die hier Veranstaltungskaufleute werden. Sie bringen frische, neue Ideen mit, die dann auch verwirklicht werden. Das ist auch gut so.

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 Auslegestellen in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.



Probleme beim Schlucken von Tabletten?

Diese Tricks helfen

Tablette auf die Zunge, Wasser in den Nacken: Gehen Sie auch so vor, wenn Sie eine Tablette schlucken?

Diese Technik ist aber nicht unbedingt die beste, wie Friederike Habighorst-Klemm vom Landesapothekerverband Baden-Württemberg sagt. Der Grund: Dabei kann sich die Speiseröhre verengen. «Besser ist es, den Kopf leicht nach vorne zu senken und das Kinn nach unten zu ziehen, anstatt den Kopf nach hinten zu neigen», so die Patientberaterin.

Auch der Flaschentrick kann helfen

Wer beim Schlucken von Tabletten stets kämpfen muss, kann es auch mit dem Flaschentrick probieren. Dass diese Technik funktionieren kann, hat ein Forschungsteam des Universitätsklinikums Heidelberg herausgefunden. So geht es:

- Eine elastische Kunststoffflasche (PET) mit Wasser füllen.
- Die Tablette auf die Zunge legen und die Flasche so an den Mund setzen, dass die Lippen die Öffnung fest umschließen.
- Nun saugend aus der Flasche trinken, sodass sie sich zusammenzieht. Wasser und Tablette sofort schlucken.

• Das Prinzip: Die Tablette folgt der Schwerkraft zum Zungengrund - also dem hintersten Teil der Zunge - und kann dann gar nicht anders, als beim Schlucken mitgespült zu werden.

Von Apfelmus bis Brausetablette: Weitere Strategien

Wer immer wieder Probleme hat, Tabletten runterzubekommen, kann es zudem mit diesen drei Strategien versuchen:

• Apfelmus und dickflüssige Getränke können Tabletten ebenfalls besser rutschen lassen, so der Landesapothekerverband Baden-Württemberg. Wichtig: vorab klären, ob das Medikament zusammen mit Mahlzeiten eingenommen werden darf.



Manche Menschen tun sich schwer beim Schlucken von Tabletten: Ein paar Tricks können helfen und das Einnehmen deutlich erleichtern. FOTO: CHRISTIAN KLOSE

• Auch sogenannte Schluckhilfen können eine Option sein. Das Prinzip: Die Tabletten werden mit einer Gelschicht überzo-

gen. Das lässt sie nicht nur besser rutschen, sondern überdeckt auch ihren oft bitteren Geschmack.

• So große Probleme mit dem Schlucken, dass Sie die Einnahme von Tabletten vermeiden? Dann gilt: Keine Scheu, sich in der Apotheke beraten zu lassen. Womöglich lässt sich der Wirkstoff auch in einer anderen Darreichungsform einnehmen - etwa als Saft oder Brausetablette.

Darf ich Tabletten zerkleinern?

Das klärt man am besten in der Apotheke oder liest sich die Packungsbeilage durch, denn nicht jede Tablette kann problemlos geteilt werden. «Das Zerkleinern oder Teilen kann die Wirksamkeit beeinträchtigen oder Nebenwirkungen verursachen», warnt Friederike Habighorst-Klemm.

Zum Beispiel, wenn es sich um Retardtabletten handelt, die nach und nach kleinere Mengen des Wirkstoffs abgeben. Zerstört man die Tabletten, wird die gesamte Wirkstoffmenge auf einmal freigesetzt, was zu gefährlichen Überdosierungen führen kann.

Selbst Tabletten mit einer Kerbe dürfen nicht immer geteilt werden. Es kann sich nämlich auch um eine Schmelzkerbe handeln, die dem Zweck dient, dass die Tablette besser von anderen zu unterscheiden ist.

Wir sind für Sie da - in Barsinghausen und Umgebung. Tel. 0 51 05 / 52 98 48

Bade Ambulanter Pflegedienst

Unsere Leistungen für Ihre Pflege

- Grundpflege
- Beratungseinsätze
- Behandlungspflege
- Wundversorgung
- Verhinderungspflege
- Pflegekurse

Für ein langes Leben zu Hause.

Hans-Böckler-Str. 30 · 30890 Barsinghausen · Tel. 0 51 05 / 52 98 48
info@ambulanter-pflegedienst-bade.de · www.ambulanter-pflegedienst-bade.de

Peter Klevesahl GmbH

Orthopädie-Technik Sanitätshaus

Marktstraße 16 · 30890 Barsinghausen
Telefon (05105) 51 51 22 · Telefax (05105) 51 51 11
www.klevesahl-orthopaedie.de

LEBENSNAH

05151 - 7 10 15 41

Haushaltsnahe Dienstleistungen - mit und ohne Pflegekasse

Der Alltag kann oft herausfordernd sein - ob durch Krankheit, Pflegebedürftigkeit oder einfach, weil die Zeit fehlt. Genau hier unterstützen wir Sie mit unseren haushaltsnahen Dienstleistungen.

Lebensnah · Robin Belic & Darlin Kessel · Am Klosterkamp 24 · 30974 Wennigsen

Ihre Pflege in guten Händen

Pflegeteam My helping hands Sarah Wöltje

Westerhagen 8
30890 Barsinghausen
Tel.: 05035 18899-40
www.my-helpinghands.de