

NR. 455 SEPTEMBER 2026

40. JAHRGANG

Anzeige

SUBWAY[®].DE

OKER INSEL FEST IVAL

11 & 12|09|26
MIT OLIVER KOLETZKI
U.V.A.



BLSK

Ein Unternehmen der NORDLB

**SPECIAL
SUCCESS**

Alles um Job und Karriere ab Seite 6

Herausgeber und Verlag
Oeding Magazin GmbH
Erzberg 45 | 38126 Braunschweig
Telefon (05 31) 480 15-0
Telefax (05 31) 480 15-79
www.oeding-magazin.de
www.subway.de

Redaktion
Ivonne Jeetze, Mari Klauk, Lisa Leguin, Dieter Oßwald,
Jaquelin Ohk, Eileen Schlätel, Juliane Schumann,
Lina Tauscher, Lars Wilhelm
redaktion@oeding.de

Gestaltung
Ivonne Jeetze, Lars Wilhelm

Titelbild
Oliver Koletzki

Kundenberatung
Oeding Magazin GmbH
Es gilt die Anzeigenpreisliste 02/2023
www.subway.de (Mediadaten)

Rosalie Schlichtmann | (05 31) 4 80 15-172
Stefanie Reese | (05 31) 4 80 15-171

Druck
Oeding Print GmbH
Erzberg 45 | 38126 Braunschweig
Redaktionsschluss ist jeweils der 10. des
Vormonats. Keine Haftung für unverlangt
eingesandte Fotos, Manuskripte, Zeichnungen etc.
Honorare für Veranstaltungs-Fotos sind
vom jeweiligen Veranstalter zu tragen!
Alle Terminangaben ohne Gewähr!

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Autors wieder – nicht aber unbedingt die der Redaktion bzw. des Verlages. Der Rechtsweg ist bei Verlosungen/Preisausschreiben grundsätzlich ausgeschlossen.

Die Verlosungen sind auf der Subway-Instagramseite ab
5. des Monats zu finden: subway_magazin

Keine Haftung für weiterführende Links
und QR-Codes.

Nachdruck aller Beiträge (auch auszugsweise) nur mit Genehmigung der Oeding Magazin GmbH.
 Vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Eine anderweitige Verwendung ist nur mit Genehmigung möglich.

Verteilung
newcitymedia
Hintern Brüdern 23 | 38100 Braunschweig
Telefon (05 31) 39 00 702
Telefax (05 31) 39 00 805
www.newcitymedia.de

SUBWAY ist eine eingetragene Marke der Oeding Magazin GmbH.

Besuchen Sie uns im Internet, Mediadaten für alle
Produkte unter
www.oeding-magazin.de
Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen
unter www.oeding-magazin.de/agbs.

Weitere Publikationen sind
Eintracht Magazin
hin&weg
Meine Immobilie

www.subway.de



Editorial Inhalt

NR. 455 SEPTEMBER 2026



Ihr Lieben,

der Sommer gibt noch mal alles. Und wir natürlich auch.

Denn der September hat noch einiges vor. Ihr habt es auf dem Titel schon gesehen: die Okerinsel wird zum Okerinsel Festival. Zwei Tage lang trifft hier Musik auf Food, Familienprogramm und entspannte Spätsommer-Vibes direkt am Wasser.

Musikalisch bleibt es auch darüber hinaus spannend: Wir haben mit Erobique gesprochen. Oder besser gesagt mit Carsten Meyer, dem Mann hinter dem kontrolliertem Chaos irgendwo zwischen Club und Konzert.

Und weil gute Musik bekanntlich noch besser wird, wenn sie geteilt wird, schauen wir uns auch die neue Veranstaltungsreihe „Stage Partners“ genauer an. Hier treffen regionale Bands auf überregionale Acts und schaffen gemeinsame Bühnenmomente, die zeigen, wie lebendig die Musikszene in der Region ist.

Wer im September nicht nur nach neuen Lieblingsbands, sondern auch nach neuen beruflichen Wegen sucht, wird ebenfalls fündig: Unser großes SUCCESS Jobs- und Karriere-Special ist wieder mit dabei.

Und sportlich wird's auch interessant: Wir stellen euch den ersten veganen Runners Club der Region vor und zeigen, dass gemeinsames Laufen auch ganz ohne tierische Produkte ziemlich viel bewegen kann.

Ihr seht schon: Der September wird nicht langweilig. Also nutzt die letzten warmen Tage, geht raus, hört neue Musik, entdeckt neue Orte und vielleicht ist ja auch die eine oder andere Idee für eure eigene Zukunft dabei.

Macht es euch schön!

Macht es euch schön!
Euer SUBWAY-Team



Fotos Anne Backhaus, Renata Zazulak, Jan Niklas Müller, Andreas Rudolph

KLANGFARBEN

- 14 Zwei Stunden tanzen bis die Kniekehlen weh tun**
Carsten „Erobique“ Meyer im Interview
- 16 Gemeinsam lauter**
„Stage Partners“ vom Rockbüro Wolfenbüttel
- 18 2.000 Stimmen, 1 Stadt**
8. Regionale Musikfest
- 19 Fly Cat Fly**
Indie-Rock aus Braunschweig
- 20 Herde Wildpferde**
Dude Ranch im Interview
- 22 Neue Alben**

LEBEN UND RAUM

- 24 Kurztrip auf die Insel**
Das Okerinsel Festival 2026
- 26 Außergewöhnliche Hobbys (Folge 6)**
Lesen, aber anders
- 28 Nützliche Kunst für Zuhause**
Anette Pörtlerts „Wi-La-No“-Kalender
- 30 Plant Paced**
Der erste vegane Runners Club
- 31 MitMachEck**
Ein neuer Treffpunkt für
das Östliche Ringgebiet
- 32 Maribelle on Point**
Aus dem Nest hüpfen
- 33 Neue Spiele (analog)**

FILMWELT

- 34 „Am besten nicht die Taschentücher vergessen“**
Interview mit Dieter Thomas Kuhn zu „Und es war Sommer“
- 36 Kinotipps**
Resident Evil
Eiserne Wildnis
Spa Weekend
The Uprising - Für die Freiheit
That's Why The Lady Is A Champ
- 38 Profil einer Erfolgsserie**
Criminal Minds mit 19. Staffel
- 39 Neue Streams**

POP & KULTUR

- 40 Anna Mészáros**
from here on out, from here on in
[Copy-Shop Ballade]
- 42 Puppkultur**
Über, unter und hinter den
Kulissen der Sesamstraße
- 44 Autorenduo nimmt Fahrt auf**
Mario Bekesches und Michaela Metzner
- 47 Neue Bücher**

MISC

- 3 Impressum**
4 Kurz & Knapp
48 Tagestipps
50 Die nackte Wahrheit:
Karina Olech



VERKAUFSOFFENER SONNTAG

Endlich mal wieder richtig Lust mit den Freundinnen, dem Partner oder der Familie in der braunschweiger City bummeln zu gehen und das ein oder andere zu shoppen? Na dann los! Nutze doch direkt den **27. September 2026 aus**, denn Braunschweig lädt zum verkaufsoffenen Sonntag ein. Von 13 bis 18 Uhr können Besucherinnen und Besucher entspannt durch die Innenstadt schlendern, nach Herzenslust shoppen und die zahlreichen Angebote der Geschäfte entdecken. Dabei kann ein leckeres Stück Kuchen oder ein Eis den Tag noch abrunden.



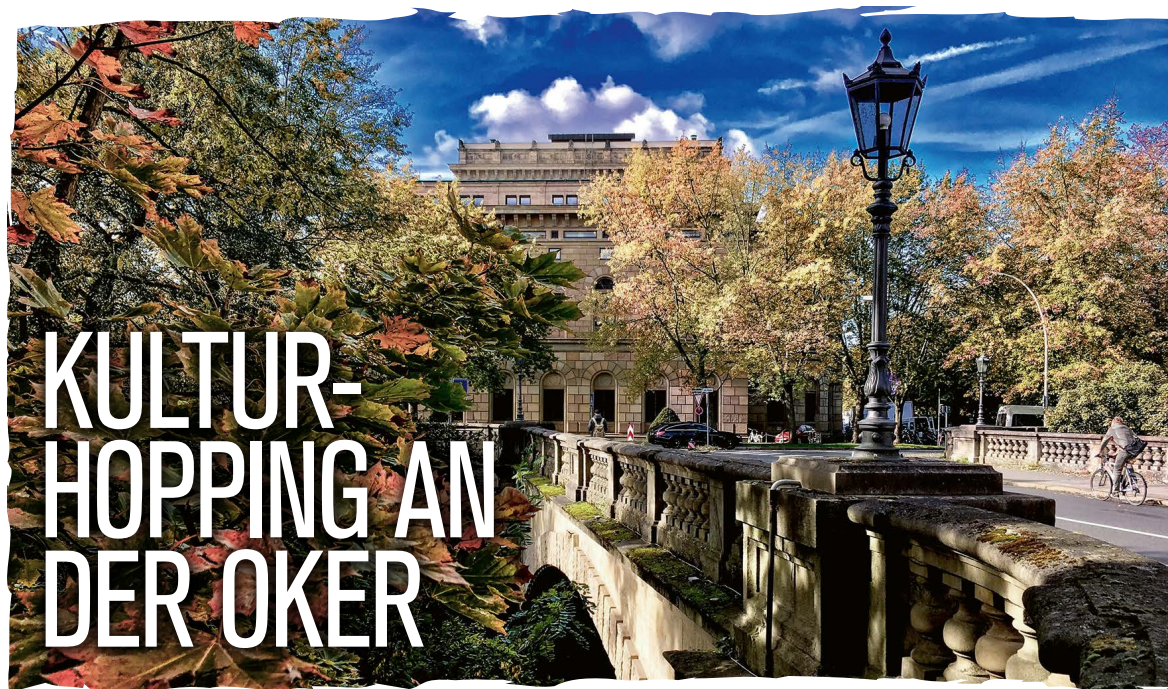
Fotos: Mediteraneo, ohayou!, Till - stock.adobe.com

GANZ ALTMODISCH



Der World Letter Writing Day wird jedes Jahr am **1. September** gefeiert. Er soll dazu ermutigen, wieder persönliche Briefe oder Karten zu schreiben und sich bewusst Zeit für andere Menschen zu nehmen. Im Mittelpunkt stehen die Freude am Schreiben, persönliche Verbindungen und das Bewahren einer schönen, etwas in Vergessenheit geratenen Tradition.

Und wer freut sich nicht über die lieben Worte eines Menschen, der sich nur für dich die Zeit genommen hat einen Brief zu schreiben oder du selbst die Freude desjenigen erfährst, der deinen Brief empfängt.



KULTUR-HOPPING AN DER OKER

Ein Sonntag, fünf Kulturhäuser und jede Menge zu entdecken: Am **13. September** lädt die **Braunschweiger Kulturmeile** bereits zum fünften Mal zum entspannten Kultur-Hopping entlang der Oker ein. Zwischen Theaterpark und Löwenwall öffnen das Städtische Museum, die Städtische Musikschule, das Staatstheater, das Herzog Anton Ulrich-Museum und das Museum für Photographie ihre Türen.

Über den Tag verteilt gibt es Kunst und Musik, spannende Einblicke hinter die Kulissen, Ausstellungen sowie verschiedene Mitmachangebote für Groß und Klein. Die Idee dahinter: Braunschweigs Kulturlandschaft bei einem Spaziergang einmal in ihrer ganzen Vielfalt erleben. Wer also schon länger mal wieder ins Museum, Theater oder Konzert wollte, kann an diesem Sonntag einfach alles miteinander verbinden.

2026 SUBWAY.DE

Konservativ, traditionell, alt. Komplimente, die wir öfters hören.

Erfahrung bringt **Sicherheit**:
Wer schon alles erlebt hat,
weiß, was für Ihr Vermögen
das **Beste** ist.

Gutes Gefühl seit 1765.



Mehr Infos

Weil's um mehr als Geld geht.



BLSK

Ein Unternehmen der NORD/LB

CREMIGE HOKKAIDO-KÜRBISUPPE

Zutaten

- 1 mittelgroßer Hokkaido-Kürbis (ca. 800 g), entkernt und in Stücke geschnitten
- 1 Zwiebel, grob gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 700 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Kokosmilch/Sahne
- 2 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 1 Prise Muskatnuss
- 2 EL Kürbiskerne, geröstet
- 4 EL Crème Fraîche zum Servieren
- Frische Petersilie zum Garnieren (optional)

Zubereitung

- erhitze das Olivenöl
- brate gehackte Zwiebel und Knoblauch glasig an
- Kürbisstücke kurz mitbraten
- füge Gemüsebrühe hinzu
- alles zum Kochen bringen
- mittlerer Hitze 15-20 Min. köcheln lassen
- Suppe fein pürieren
- rühre die Kokosmilch oder Sahne in die Suppe
- schmecke mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss ab
- lasse die Suppe noch einmal kurz aufkochen

AZUBI-WG STATT KINDERZIMMER?

Erste eigene Wohnung in der Ausbildung: Freiheit, WG-Leben und der große Kassensturz – was Azubis in Braunschweig wirklich erwartet



Endlich raus bei den Eltern, eigene vier Wände, niemand fragt, wann man nach Hause kommt. Mit dem Start in die Ausbildung wächst bei vielen auch der Wunsch nach der ersten eigenen Wohnung. Doch zwischen Ausbildungsgehalt, Miete, Lebensmitteln und Freizeit stellt sich schnell die Frage: Kann man sich das überhaupt leisten? Wir machen den Kassensturz.

Die Ausbildung beginnt, der erste richtige Arbeitsvertrag ist unterschrieben und plötzlich landet jeden Monat eigenes Geld auf dem Konto. Klingt nach Freiheit. Und die soll bitteschön nicht im alten Kinderzimmer zwischen Abipulli, Jugendbett und elterlichem Kühlschrank stattfinden.

Also: Wohnung suchen, Schlüssel bekommen, Möbel zusammenschrauben und zum ersten Mal die Tür hinter sich schließen. Willkommen im Erwachsenenleben.

Nur hat das einen kleinen Haken. Es kostet Geld. Ziemlich viel Geld sogar.

Denn das erste eigene Zuhause bedeutet nicht nur Freiheit von der Frage „Isst du heute mit?“. Es bedeutet Kautio

nis, dass Waschmittel erstaunlich teuer sein kann. Wer während der Ausbildung ausziehen möchte, muss deshalb rechnen – und zwar bevor der Mietvertrag unterschrieben ist.

Das erste eigene Geld

Wie viel auf dem Konto landet, hängt stark vom Ausbildungsberuf ab. Nach Angaben des Bundesinstituts für Berufsbildung erhielten Azubis in tarifgebundenen Betrieben 2025 über alle Ausbildungsjahre hinweg durchschnittlich 1.209 Euro brutto im Monat. Im öffentlichen Dienst waren es durchschnittlich 1.329 Euro, in Industrie und Handel 1.266 Euro, im Handwerk dagegen 1.093 Euro.

Wer 2026 eine duale Ausbildung beginnt, für den gilt immerhin eine gesetzliche Mindestausbildungsvergütung von 724 Euro brutto im ersten Jahr. Im zweiten Jahr steigt sie auf 854 Euro, im dritten auf 977 und im vierten auf 1.014 Euro.

Und ganz klar: Brutto ist nicht netto. Das Geld auf dem Ausbildungsvertrag ist also nicht das, was tatsächlich zum Leben bleibt. Und plötzlich bekommt die Fra

ge, ob man lieber allein oder in einer WG wohnt, eine ganz neue Dimension.

Allein sein muss man sich leisten können

Die eigene Wohnung ist für viele der Traum: eigene Küche, eigenes Bad, Ruhe, keine Diskussion darüber, wer seit vier Tagen den Müll runterbringen wollte. Finanziell ist sie allerdings die anspruchsvollste Variante.

Denn sämtliche Fixkosten trägt man allein. Neben der Warmmiete kommen Strom, Internet und Rundfunkbeitrag hinzu. Dazu möglicherweise Versicherungen, Handyvertrag und Mobilitätskosten. Und dann hat man noch keinen einzigen Einkauf gemacht.

Eine WG kann deshalb gerade während der Ausbildung deutlich entspannter sein. Küche, Bad, Internet und einige Haushaltskosten werden geteilt, die benötigte Wohnfläche pro Person fällt kleiner aus. Und wer zum ersten Mal auszieht, bekommt nebenbei einen Crashkurs in Diplomatie: Haare im Abfluss, unangekündigter Besuch und die Definition von „sauber“ können erstaun

lich unterschiedliche Weltbilder offenbaren.

Dafür wartet zu Hause meistens jemand, mit dem man nach Feierabend noch ein Bier trinken, Nudeln kochen oder über den Tag meckern kann. Auch das gehört zur ersten eigenen Bude.

Der große Kassensturz

Nehmen wir ein vereinfachtes Beispiel. Unser fiktiver Braunschweiger Azubi hat nach Abzügen rund 1.000 Euro netto zur Verfügung und zieht in eine WG.

Für Miete inklusive Nebenkosten kalkulieren wir beispielhaft 450 Euro. Dazu kommen etwa 30 Euro für Strom, 15 Euro anteilig für Internet und rund 6 Euro anteilig für den Rundfunkbeitrag in einer Dreier-WG. Für Lebensmittel und Drogerie setzen wir 220 Euro an. Handy: 15 Euro. Mobilität: 50 Euro. Für Kleidung, Freizeit, Streaming, Kneipe, Kino oder den Döner nach Feierabend bleiben noch einmal 120 Euro.

Macht zusammen: 906 Euro.

Übrig: 94 Euro.

Und genau hier beginnt das Problem. Denn in dieser Rechnung ist noch keine kaputte Waschmaschine vorgesehen. Kein

neues Paar Schuhe. Kein Geburtstag. Keine Zugfahrt übers Wochenende. Kein Festival. Kein Zahnarztproblem. Und Urlaub findet bislang ebenfalls nur auf Instagram statt.

Natürlich ist diese Rechnung nur ein Modell. Manche zahlen weniger Miete, andere deutlich mehr. Wer mit dem Fahrrad zur Arbeit fährt, spart bei der Mobilität. Wer jeden Mittag Essen bestellt, wird mit 220 Euro für Lebensmittel dagegen vermutlich nicht glücklich. Entscheidend ist weniger die exakte Zahl als die Erkenntnis: Ein Ausbildungsgehalt kann für ein eigenständiges Leben reichen – besonders üppig ist der Spielraum aber oft nicht.

Hallo, Realität

Dazu kommen Kosten, die beim Auszug gerne vergessen werden. Allen voran die Kautio

Dann fehlen plötzlich Dinge, über die man vorher nie nachgedacht hat: Pfanne, Topf, Besteck, Bettwäsche, Wäscheständer, Staubsauger, Mülleimer, Klobürste. Der erste IKEA-Besuch nach dem Auszug kann finanziell ähnlich eskalieren wie ein Samstagabend.

Deshalb lohnt sich Secondhand. Kleinanzeigen, Sozialkaufhäuser, Flohmärkte und der elterliche Keller sind für die erste Wohnung häufig die bessere Adresse als eine komplette Neueinrichtung. Der Charme einer ersten WG bestand schließlich noch nie darin, dass alle Teller zusammenpassen.

Unterstützung? Unbedingt prüfen!

Wer für die Ausbildung ausziehen muss und mit seinem Gehalt nicht über die Runden kommt, sollte sich über die Berufsausbildungsbeihilfe, kurz BAB, informieren. Sie kann Auszubildende bei Unterkunft und Lebensunterhalt unterstützen.

Grundsätzlich kommt BAB beispielsweise infrage, wenn eine betriebliche oder außerbetriebliche Ausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf absolviert wird und der Ausbildungsbetrieb vom Elternhaus aus

nicht in angemessener Zeit erreichbar ist. Auch Volljährige können unter bestimmten Voraussetzungen anspruchsberechtigt sein. Wie viel gezahlt wird, hängt unter anderem vom eigenen Einkommen, dem Einkommen der Eltern beziehungsweise Partner*innen und der Wohnsituation ab.

Wichtig: früh kümmern. BAB wird frühestens ab dem Monat gezahlt, in dem der Antrag gestellt wurde. Die Bundesagentur für Arbeit bietet online außerdem einen BAB-Rechner an, mit dem sich vorab unverbindlich prüfen lässt, ob Unterstützung infrage kommen könnte.

Bei schulischen Ausbildungen gelten andere Regeln; hier kann stattdessen unter Umständen BAföG relevant sein.

Freiheit hat ihren Preis

Ist die Azubi-WG also eine gute Idee? Ja – wenn die Rechnung vorher gemacht wurde. Denn Ausziehen während der Ausbildung bedeutet eben auch, relativ früh zu lernen, was später sowieso niemand für einen übernimmt: Geld einteilen, Verträge verstehen, Rechnungen bezahlen, einkaufen, putzen, kochen und feststellen, dass der Kühlschrank sich nicht auf mysteriöse Weise selbst wieder auffüllt.

Gleichzeitig ist genau das der Reiz. Das erste eigene Zimmer ist selten besonders groß. Die Möbel sind zusammengewürfelt, im Kühlschrank stehen drei Soßen und eine traurige Paprika, und am 27. des Monats wird die Speisekarte möglicherweise etwas nudellastig. Aber es ist das eigene Leben.

Vielleicht muss es deshalb gar nicht sofort die schicke Zwei-Zimmer-Wohnung sein. Ein WG-Zimmer, ein realistischer Finanzplan und ein kleiner Notgroschen können für den Anfang die bessere Kombination sein.

Und falls es finanziell noch nicht funktioniert? Dann ist auch das Kinderzimmer kein persönliches Karriereversagen. Ein paar Monate länger zu Hause können helfen, Geld zurückzulegen und den Auszug vernünftig vorzubereiten.

Denn Freiheit beginnt nicht unbedingt mit dem eigenen Klingelschild.

Aber spätestens dann, wenn niemand mehr fragt, warum man um drei Uhr nachts noch in der Küche steht und Nudeln kocht.



Rückfragen im Bewerbungsgespräch: Wie du mit den richtigen Fragen Interesse zeigst, wichtige Infos bekommst und den gefürchteten Blackout am Ende elegant vermeidest.

Wo siehst du dich in fünf Jahren? Schon die Frage der Verwandtschaft beim Familieneisen kann schwierig genug sein. Gegen Ende der Schulzeit wird sie allerdings zunehmend ernst. Ausbildung, Studium, duales Studium, FSJ oder vielleicht doch erst einmal etwas ganz anderes? Ist die Entscheidung für einen Weg gefallen, wartet häufig schon die nächste Herausforderung: Bewerbungen schreiben.

Hat die Bewerbung überzeugt, folgt das Vorstellungsgespräch. Und dafür lässt sich einiges vorbereiten. Warum möchte ich diesen Beruf lernen? Warum gerade bei diesem Unternehmen? Was sind meine Stärken? Was weiß ich über den Betrieb? Selbst auf den Klassiker mit den eigenen Schwächen kann man sich eine vernünftige Antwort zurechtlegen.

Doch irgendwann dreht sich das Gespräch um. Die Person auf der anderen Seite des Tisches schaut einen erwartungsvoll an und fragt: Haben Sie noch Fragen an uns? Und plötzlich ist da: nichts.

Bitte nicht einfach „Nein“ sagen

Dabei ist dieser Teil des Gesprächs keine lästige Schlussrunde, sondern eine ziemlich gute Gelegenheit. Schließlich bewirbt sich nicht nur ein Unternehmen für dich – auf gewisse Weise bewirbt sich auch das Unternehmen bei dir.

Du wirst dort möglicherweise die nächsten drei Jahre deiner Ausbildung verbringen. Da darf man durchaus wissen wollen, wie der Arbeitsalltag aussieht, wer einen ausbildet und ob nach dem Abschluss eine Perspektive besteht.

Gute Rückfragen signalisieren außerdem Interesse und Vorbereitung. Niemand erwartet dabei ein Kreuzverhör mit 15 Punkten. Zwei oder drei sinnvolle Fragen reichen meistens vollkommen aus. Idealerweise passen sie zum Gespräch und lassen sich nicht mit zehn Sekunden Googeln beantworten.

Wie sieht mein Alltag wirklich aus?

Stellenausschreibungen klingen gerne großartig. „Abwechslungsreiche Aufgaben“, „dynamisches Team“ und „spannende Herausforderungen“ lesen sich gut – verraten aber wenig darüber, was man montagmorgens um acht tatsächlich macht.

Deshalb darf es konkret werden: „Wie sieht ein typischer Arbeitstag für Auszubildende bei Ihnen aus?“ Oder: „Welche Aufgaben übernehme ich im ersten Ausbildungsjahr?“

Auch die Frage „Welche Abteilungen werde ich während meiner Ausbildung kennenlernen?“ kann interessant sein. So bekommt man ein deutlich realistischeres Bild vom zukünftigen Alltag.

Text: Lars Wilhelm Foto: Tierney - Fotolia.com

Noch besser wird es, wenn man an etwas anknüpft, das zuvor im Gespräch erwähnt wurde: „Sie haben gerade erzählt, dass die Azubis früh eigene Projekte übernehmen. Können Sie mir ein Beispiel dafür nennen?“ Das zeigt, dass man tatsächlich zugehört hat – und nicht nur eine auswendig gelernte Frageliste abarbeitet.

Was erwarten Sie von mir?

Nicht nur der Betrieb wird im Vorstellungsgespräch geprüft. Auch Bewerber*innen möchten wissen, worauf sie sich einlassen. Deshalb lohnt es sich herauszufinden, was das Unternehmen unter einer erfolgreichen Ausbildung versteht.

Gute Fragen wären beispielsweise: „Was zeichnet für Sie gute Auszubildende aus?“, „Was erwarten Sie von mir in den ersten Monaten?“

Oder etwas mutiger:

„Was unterscheidet Auszubildende, die bei Ihnen besonders erfolgreich sind, von anderen?“

Die Antworten verraten häufig mehr als allgemeine Aussagen über „Motivation“ und „Teamfähigkeit“. Vielleicht sind Selbstständigkeit und Eigeninitiative besonders wichtig. Vielleicht legt der Betrieb großen Wert auf Zuverlässigkeit, Kundenkontakt oder technisches Interesse.

Das Schöne daran: Man erfährt nicht nur, was erwartet wird, sondern kann gleichzeitig überlegen, ob diese Erwartungen zu einem selbst passen.

Wer bringt mir eigentlich etwas bei?

Bei einer Ausbildung ist diese Frage besonders wichtig. Ein bekannter Unternehmensname oder ein modernes Büro sagen schließlich noch nichts über die Qualität der Ausbildung aus.

Deshalb ruhig nachhaken: „Wer ist während der Ausbildung meine feste Ansprechperson?“, „Wie werden Auszubildende bei Ihnen betreut?“ oder „Gibt es regelmäßige Feedbackgespräche?“

Auch Fragen nach Prüfungsvorbereitung, internen Schulungen oder Unterstützung bei Schwierigkeiten sind völlig legitim. Wer drei Jahre in einem Betrieb lernen soll, darf wissen, ob Ausbildung dort tatsächlich als Ausbildung verstanden wird – oder ob Azubis hauptsächlich die Aufgaben übernehmen, auf die sonst niemand Lust hat.

Und was kommt danach?

Natürlich muss beim Vorstellungsgespräch niemand schon den Rentenbescheid planen. Trotzdem ist es sinnvoll zu wissen, welche Perspektiven der Betrieb bietet.

„Wie sind die Übernahmechancen nach der Ausbildung?“ ist deshalb eine vollkommen berechtigte Frage. Noch interessanter: „Welche Wege haben ehemalige Auszubildende in Ihrem Unternehmen genommen?“

Damit lässt sich herausfinden, ob frühere Azubis übernommen wurden, sich spezialisiert haben oder vielleicht inzwischen selbst Verantwortung tragen.

Auch Weiterbildungen können ein Thema sein: Unterstützt der Betrieb später einen Meister, Fachwirt oder Techniker? Gibt es interne Entwicklungsmöglichkeiten? Gerade wenn mehrere Ausbildungsangebote zur Auswahl stehen, können solche Perspektiven entscheidend sein.

Wie tickt das Team?

Ein Job kann auf dem Papier perfekt aussehen und trotzdem nicht passen, wenn man sich jeden Morgen mit Bauchschmerzen ins Team setzt. Unternehmenskultur klingt zunächst nach Karrierebrotschüre, betrifft im Alltag aber ganz einfache Dinge: Wie gehen die Menschen miteinander um? Wie wird Feedback gegeben? Wie werden Fehler behandelt?

Statt direkt zu fragen „Ist das Arbeitsklima gut?“ – worauf vermutlich niemand mit „Nein, katastrophal“ antwortet – helfen konkretere Fragen.

Zum Beispiel:

„Wie würden Sie die Zusammenarbeit im Team beschreiben?“

Oder: „Wie werden neue Auszubildende bei Ihnen eingearbeitet?“

Wenn die Gesprächspartner*innen selbst in dem Bereich arbeiten, kann auch eine persönlichere Frage interessant sein: „Was gefällt Ihnen selbst besonders an der Arbeit hier?“

Spannend ist dabei nicht nur *was* beantwortet wird, sondern auch *wie*. Kommen spontan konkrete Beispiele? Oder besteht die Antwort hauptsächlich aus Formulierungen, die auch auf der Unternehmenswebsite stehen könnten?

Die Fragen, die du dir sparen kannst

Nicht jede Rückfrage sammelt Pluspunkte. Alles, was bereits ausführlich in der Stellenausschreibung steht, sollte man

nicht noch einmal abfragen. Das demonstriert sonst eher mangelnde Vorbereitung.

Auch Fragen, deren einzige Botschaft „Wie wenig muss ich hier machen?“ lautet, sind beim ersten Kennenlernen nicht unbedingt ideal. Das bedeutet allerdings nicht, dass Urlaub, Arbeitszeiten oder Ausbildungsvergütung verbotene Themen sind. Im Gegenteil: Das sind wichtige Rahmenbedingungen.

Entscheidend sind Zeitpunkt und Kontext. Wenn diese Punkte weder in der Ausschreibung noch im Vertrag oder Gespräch genannt wurden, darf selbstverständlich nachgefragt werden. Nur sollte das gesamte eigene Interesse nicht ausschließlich aus Urlaubstagen und Feierabend bestehen.

Wie geht es jetzt weiter?

Zum Schluss darf es organisatorisch werden. Falls der weitere Ablauf noch nicht erklärt wurde, helfen Fragen wie:

„Wie geht es nach dem heutigen Gespräch weiter?“

„Gibt es noch eine weitere Runde im Auswahlverfahren?“

„Wann kann ich ungefähr mit einer Rückmeldung rechnen?“

Damit weißt du, woran du bist, und musst nicht drei Tage später nervös das E-Mail-Postfach im Minutentakt aktualisieren.

Drei Fragen reichen

Für das nächste Vorstellungsgespräch musst du dir also keinen Fragenkatalog auswendig lernen. Schreib dir vorab fünf oder sechs mögliche Fragen auf und entscheide während des Gesprächs, welche davon noch offen sind. Zwei oder drei gute Rückfragen sind stärker als zehn Fragen, deren Antworten längst gefallen sind.

Und wenn während des Gesprächs bereits wirklich alles beantwortet wurde? Dann muss man auch keine künstliche Frage aus dem Hut zaubern. Statt eines knappen „Nein“ kann man erklären, dass die eigenen Punkte im Gespräch bereits geklärt wurden – und vielleicht noch einen Aspekt nennen, den man besonders interessant fand.

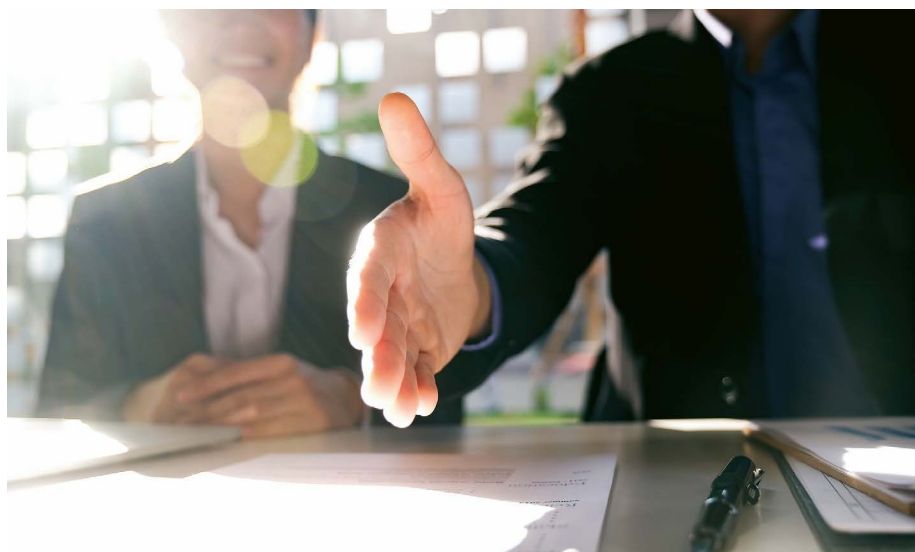
Denn genau darum geht es bei der berühmten Abschlussfrage: nicht darum, den cleversten Satz des Tages abzufeuern. Sondern zu zeigen, dass man zuhört, mitdenkt und wissen möchte, worauf man sich einlässt.

Schließlich entscheidet am Ende nicht nur das Unternehmen, ob es dich will. Du entscheidest genauso, ob du dort hinwillst.

DRESSCODE: WAS ZIEHE ICH DA EIGENTLICH AN?

Hoodie, Hemd oder gleich Anzug? Was beim Vorstellungsgespräch und am ersten

Arbeitstag wirklich zählt – und warum verkleiden meistens die schlechteste Idee ist.



Die Einladung zum Vorstellungsgespräch ist da, die Vorbereitungen laufen – und plötzlich steht man vor dem Kleiderschrank. Sind Sneaker okay? Muss es ein Hemd sein? Ist die Jeans zu lässig? Keine Panik: Beim Outfit geht es weniger um starre Regeln als darum, Anlass und Unternehmen richtig einzuschätzen.

Den einen Bewerbungs-Dresscode gibt es nicht. Wer sich bei einer Versicherung bewirbt, bewegt sich in einer anderen Arbeitswelt als jemand, der eine Ausbildung in einer Werkstatt, im Einzelhandel oder in einer Medienagentur beginnen möchte. Die wichtigste Regel lautet deshalb: Zieh dich passend zum Unternehmen und zur Stelle an – nicht zu irgendeinem Bewerbungsratgeber von 1997.

Erst gucken, dann anziehen

Vor dem Gespräch lohnt sich ein Stil-Check: Wie präsentiert sich das Unternehmen auf seiner Website oder in sozialen Medien? Gibt es Fotos von Mitarbeiter*innen? Tragen dort alle Hemd und Bluse

oder sitzen die Menschen in T-Shirt und Sneakern am Schreibtisch?

Wer unsicher ist, fährt mit „eine Stufe schicker als der normale Arbeitstag“ meistens gut. Für viele Ausbildungsberufe bedeutet das eine saubere Jeans oder Stoffhose, kombiniert mit Hemd, Bluse, Polo oder einem schlichten Oberteil. Dazu passen gepflegte Schuhe oder saubere Sneaker.

In klassischen Bürojobs, bei Banken, Versicherungen oder Kanzleien darf es formeller werden. Ein schlichtes Sakko, eine Bluse oder ein Hemd können hier passend sein. In Handwerk, Technik oder kreativen Berufen wäre der komplette Business-Look dagegen schnell overdressed. Ein ordentliches, bequemes Outfit wirkt dort oft glaubwürdiger.

Gepflegt schlägt teuer

Niemand muss für ein Vorstellungsgespräch das Konto plündern. Entscheidend ist nicht die Marke, sondern dass die Kleidung sauber, ordentlich und möglichst

knitterfrei ist. Auch günstige Schuhe sind völlig in Ordnung – sie sollten nur nicht aussehen, als hätten sie gerade drei Festivals überlebt.

Bei Schmuck, Parfüm und Make-up gilt: lieber bewusst und zurückhaltend als übertrieben. Tattoos, Piercings oder gefärbte Haare sind in vielen Branchen längst Alltag. Trotzdem kann es sinnvoll sein, vorher einzuschätzen, wie konservativ das Arbeitsumfeld ist.

Bitte nicht verkleiden

Das größte Outfit-Problem entsteht, wenn man etwas trägt, das überhaupt nicht zu einem passt. Wer sonst nie ein Sakko anzieht und beim Gespräch plötzlich darin sitzt wie bei der eigenen Konfirmation, fühlt sich vermutlich auch so.

Deshalb das Outfit vorher anprobieren: Sitzt die Hose? Drückt der Schuh? Rutscht das Oberteil? Kleidung soll Sicherheit geben und nicht ablenken. Ein Vorstellungsgespräch ist ein besonderer Anlass – ein bisschen Mühe darf man sehen.

Und am ersten Arbeitstag?

Wer im Gespräch bereits Kolleg*innen gesehen hat, hat einen guten Anhaltspunkt. Ansonsten kann man einfach nachfragen. Bei Berufen mit Arbeits- oder Schutzkleidung wird ohnehin vorher geklärt, was der Betrieb stellt.

Für den ersten Tag gilt: lieber etwas ordentlicher starten und danach beobachten, was im Team üblich ist. Wenn am zweiten Tag alle im Hoodie auftauchen, muss niemand drei Jahre lang am Hemd festhalten.

Das perfekte Bewerbungsoutfit ist am Ende das, über das nach fünf Minuten niemand mehr nachdenkt – du selbst eingeschlossen. Also: Unternehmen checken, Kleidung am Vorabend bereitlegen und im Zweifel etwas ordentlicher statt zu lässig.

Text: Lars Wilhelm Foto: ijabstock.adobe.com

wohnbau
1926 SALZGITTER 2026

Dein Raum für Kultur



Salzgitter-Bad



Salzgitter-Lebenstedt



Peine

Kundenzentrum Salzgitter-Bad, Windmühlenbergstr. 9–11, 38259 Salzgitter, Tel.: 05341 3006-0
Stadtbüro Salzgitter-Lebenstedt, Tel.: 05341 3006-70 · Stadtbüro Peine, Tel.: 05171 294791-60
www.wohnbau-salzgitter.de | www.100jahre.wohnbau-salzgitter.de

HANDWERK KANN KARRIERE

Meister statt Master: Warum eine **Ausbildung im Handwerk**

heute überraschend viele Karrierewege eröffnet



Meister statt Master: Wer nach der Schule Karriere machen will, muss nicht zwangsläufig in den Hörsaal. Das Handwerk sucht Nachwuchs – und bietet Wege, die vom Gesellenbrief über den Meistertitel bis zum eigenen Unternehmen führen. Höchste Zeit, mit ein paar alten Vorstellungen aufzuräumen.

Abitur, Studium, guter Job. So sah der vermeintliche Königsweg nach der Schule lange aus. Eine Ausbildung? Für viele eher Plan B. Dabei lohnt sich gerade jetzt ein genauerer Blick auf das Handwerk. Denn während sich an den Hochschulen die Erstsemester durch volle Einführungsvorlesungen schieben, suchen Betriebe vielerorts dringend nach Menschen, die nicht nur wissen, wie etwas theoretisch funktioniert, sondern es auch tatsächlich bauen, reparieren und installieren können.

Und die werden gebraucht. Vom Elektriker über Anlagenmechanikerinnen für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik bis zu Tischlern, Metallbauern oder Kfz-Mechatronikerinnen: Ohne Handwerk läuft ziemlich we-

nig. Energiewende, Photovoltaik, Wärmepumpen, Gebäudesanierung und Elektromobilität machen viele Berufe zusätzlich zu echten Zukunftsjobs.

Karriere ohne Hörsaal

Das Bild vom Handwerker, der 40 Jahre lang exakt denselben Job macht, hat mit der Realität wenig zu tun. Nach der Ausbildung und einigen Jahren Berufserfahrung stehen zahlreiche Möglichkeiten offen. Weiterbildungen, Spezialisierungen und Führungspositionen gehören ebenso dazu wie der Meisterbrief.

Und der ist weit mehr als ein Zertifikat für die Werkstattwand. Meisterinnen und Meister können Verantwortung im Betrieb übernehmen, Nachwuchs ausbilden oder sich selbstständig machen. Wer unternehmerisch denkt, kann einen bestehenden Betrieb übernehmen oder einen eigenen gründen. Angesichts zahlreicher anstehender Betriebsübergaben dürfte genau das in den kommenden Jahren besonders interessant werden.

Auch beim Thema Bildung ist mit dem Gesellenbrief nicht Schluss. Je nach Qualifikation und Bundesland kann später ein Studium folgen – selbst ohne klassisches Abitur. Ausbildung und Studium sind längst keine zwei Welten mehr, zwischen denen man sich mit 18 endgültig entscheiden muss.

Können ist wieder gefragt

Ein Vorteil des Handwerks zeigt sich bereits am ersten Ausbildungstag: Man arbeitet an konkreten Dingen. Am Abend sieht man im besten Fall, was man geschafft hat. Statt ausschließlich Theorie zu pauken, wird im Betrieb gelernt, ausprobiert, angepackt und ziemlich schnell Verantwortung übernommen.

Natürlich sollte man das Ganze nicht romantisieren. Handwerk kann körperlich anstrengend sein. Der Arbeitstag beginnt in manchen Gewerken früh, Baustellen sind im Februar weniger instagramtauglich als im Hochglanzprospekt und Kund*innen können mindestens so kompliziert sein wie jede Hausarbeit an der Uni.

Doch auch das Handwerk verändert sich. Tablets, digitale Planung, moderne Maschinen, computergesteuerte Fertigung und vernetzte Gebäudetechnik gehören in vielen Betrieben längst zum Alltag. Wer glaubt, Handwerk bestehe ausschließlich aus Hammer, Blaumann und dreckigen Händen, hängt einem ziemlich alten Bild hinterher.

Die Chancen stehen gut

Besonders interessant ist die aktuelle Situation für Berufseinsteiger*innen: Viele Betriebe suchen Nachwuchs und Fachkräfte. Damit steigen auch die Chancen, nach einer guten Ausbildung übernommen zu werden und sich im Unternehmen weiterzuentwickeln.

Für die Region Braunschweig gilt das besonders. Zwischen mittelständischen Betrieben, Industrie, Bau, Mobilität und Energietechnik gibt es eine breite handwerkliche Landschaft – und entsprechend viele Möglichkeiten, einen Beruf zunächst über ein Praktikum kennenzulernen.

Denn genau das ist vermutlich die beste Methode, um herauszufinden, ob Handwerk passt. Ein paar Tage im Betrieb sagen häufig mehr als hundert Berufsbeschreibungen.

Am Ende muss es also nicht Meister oder Master heißen. Beides kann Karriere bedeuten. Der Unterschied: Wer sich fürs Handwerk entscheidet, verdient schon während der Ausbildung eigenes Geld, sammelt früh Berufserfahrung und hält nach dem Abschluss etwas in der Hand, das auf dem Arbeitsmarkt dringend gebraucht wird.

Und vielleicht irgendwann auch den Schlüssel zum eigenen Betrieb.

Text: Lars Wilhelm Foto: Anselm-stock.adobe.com



2026

Ab zur Messe

Beruf und Ausbildung

Berufs informationstag Braunschweig 2026

Bezeichnung: Berufsinformationstag von Volkswagen – Ausbildung & duales Studium

Datum: 11. September 2026

Uhrzeit: 15:00 – 19:00 Uhr

Ort: Volkswagen Werk Braunschweig, Einlass über Tor Guntherstraße, 38112 Braunschweig

Webadresse: volkswagen-karriere.de

Themen: Ausbildung, duales Studium, Einstiegsqualifizierung, Ausbildungsberufe, Berufsorientierung, Einblicke in die Berufsausbildung

Die Veranstaltung richtet sich an Jugendliche, Eltern, Erziehungsberechtigte und Begleitpersonen. Eine Vorabmeldung ist laut Volkswagen nicht notwendig.

Tag der Ausbildung 2026 – PTB

Bezeichnung: Tag der offenen Tür für Ausbildung und duales Studium

Datum: 12. September 2026

Uhrzeit: 10:00 – 16:00 Uhr

Ort: Physikalisch-Technische Bundesanstalt (PTB), Bundesallee 100, 38116 Braunschweig

Webadresse: www.ptb.de

Themen: Ausbildungsberufe, duales Studium, Ausbildungswerkstätten, Lehrwerkstätten, Azubi-Projekte, Labore, Berufsorientierung, Bewerbung, Auswahlverfahren

Foto: Viks_jin-stock.adobe.com

Besonders interessant ist dieser Termin, wenn technische, naturwissenschaftliche oder IT-Berufe infrage kommen. Besucher können Ausbildungs- und Lehrwerkstätten besichtigen und direkt mit Auszubildenden, dual Studierenden und Ausbildern sprechen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

parentum Braunschweig 2026

Bezeichnung: Berufswahlmesse für Eltern und Jugendliche

Datum: 7. Oktober 2026

Uhrzeit: 15:00 – 19:00 Uhr

Ort: Volkswagen Halle Braunschweig, Europaplatz 1, 38100 Braunschweig

Webadresse: parentum.de

Themen: Ausbildung, duales Studium, Studium, Praktikum, Freiwilligendienst, Auslandsaufenthalt, Schulabschlüsse, Bewerbung, Berufsorientierung, Ausbildungsplatzbörse, Bewerbungsmappen-Check

Die Messe ist besonders auf die gemeinsame Berufsorientierung von Jugendlichen und Eltern ausgerichtet. 2026 sind 73 Aussteller angekündigt, darunter zahlreiche regionale Ausbildungsbetriebe, Behörden, Hochschulen und Beratungsstellen. Der Eintritt ist frei; eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Karriere Kick Braunschweig 2026

Bezeichnung: Spielerische Ausbildungsmesse und Berufsorientierung am Kickertisch

Datum: 6. November 2026

Uhrzeit: 09:00 – 13:30 Uhr

Ort: Millenium Event Center (MEC), Madamenweg 77, 38120 Braunschweig

Webadresse: karriere-kick.de

Themen: Ausbildung, Ausbildungsbetriebe, Berufsorientierung, Kennenlernen von Unternehmen, Bewerbung, Bewerbungsfotos, Ausbildungsplätze, persönlicher Austausch

Das Konzept ist etwas ungewöhnlicher: Jugendliche und Unternehmensvertreter lernen sich beim gemeinsamen Tischkicker-Spielen kennen. Dadurch soll der erste Kontakt mit Ausbildungsbetrieben bewusst weniger formell erfolgen. Die IHK Braunschweig bestätigt den Termin am 6. November 2026; als Veranstaltungsort wird das Millenium Event Center angegeben.

Volkswagen – Berufserlebnistag für Jugendliche & Eltern

Bezeichnung: Berufserlebnistag (Volkswagen)

Datum: 07. Oktober 2026

Uhrzeit: 15:00 – 19:00 Uhr

Ort: Volkswagen Halle Braunschweig, Europaplatz 1, 38100 Braunschweig

Webadresse: volkswagen-karriere.de/de/events.html

Themen: Praxisnahes Kennenlernen von Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten, Austausch mit Ausbildern – auch für Quereinsteiger geeignet.

*Alle Angaben ohne Gewähr.

ZWEI STUNDEN TANZEN BIS DIE KNIEKEHLEN WEHTUN

Carsten „Erobique“ Meyer über Improvisation, das perfekte Konzert und warum Hamburg die freundlichste Musikszene der Welt hat.



Foto Anne Backhaus

Der selbst ernannte letzte Discopunk Deutschlands kommt am 24. September ins Hallenbad nach Wolfsburg. Bekannt durch Songs wie „Urlaub in Italien“ oder „Easy Mobeasy“ und den Soundtrack zur Kultserie „Der Tatortreiniger“, macht Carsten Meyer seit über vielen Jahren Musik die das Herz springen lässt. Wir haben ihn vorab im Interview gesprochen.

Du machst schon seit über 20 Jahren Musik. Wie kamst du dazu?

Meine Eltern hatten damals ein Klavier in der Wohnung stehen und mich hat es als Kind da schon hingezogen. Irgendwann hat mir mal jemand den rosaroten Panther gezeigt und das wollte ich auch können. Deswegen ist die Leidenschaft Musik zu machen wirklich schon so mit 7 oder 8 Jahren eingepflanzt worden.

Wie würdest du selber deinen Musikstil beschreiben?

Ich glaube, was mich so interessiert an Musik und was ich versuche immer ein bisschen mitzubringen, das nennt man im Englischen Uplifting. Also Musik, die Freude macht, die ein bisschen das Herz springen lässt und animiert dazu zu lachen und sich zu bewegen. Was ich mache, soll immer sehr positiv, freundlich und fröhlich sein.

Du lebst in Hamburg. Wie würdest du die Musikszene vor Ort beschreiben?

Ich bin seit 25 Jahren hier und ich finde, das war immer schon so und das ist auch immer noch so, dass die Musikszene sehr freundlich und sehr offen ist. Man geht miteinander gut um, man kennt sich und man hilft sich. Mittlerweile gibt es sehr viele tolle junge Musikerinnen, die machen von Techno bis Punkrock alles Mögliche. Aber die sind immer noch alle vernetzt und sprechen miteinander, helfen sich aus und kollaborieren. Das gefällt mir sehr gut.

Wie sieht ein Entstehungsprozess bei dir aus, wenn du neue Musik planst?

Ich habe ein Studio auf St. Pauli und das ist sehr offen. Ich freue mich, wenn ich da Besuch kriege. Mir ist das Wichtigste, dass der Prozess Spaß macht, weil sonst könnte man ja auch eine KI einfach prompten lassen. Aber wer das schon gemacht hat, der weiß, dass das wesentlich mehr Spaß macht sich mit Leuten zu treffen und Ideen auszutauschen und das wachsen zu sehen. Meinetwegen auch mit ein bisschen Streit und Tränen.

Gibt es Unterschiede zwischen eigenen Projekten oder Auftragsarbeit?

Wenn man Auftragsmusik macht für Film oder für Fernsehen und man hat eine gute Partnerin oder guten Partner, dann wird man aus seiner Komfortzone herausgeholt. Man baut sich der Vision einer anderen Person unter und das bringt eigentlich immer einen ganz tollen Lernprozess mit sich. Gerade mit dem Arne Feldhusen, der den Tatortreiniger gemacht hat, wir ha-

ben so eine richtige tolle Symbiose. Er kann kein Ton Musik spielen, aber er hat eine gute Vorstellung davon, was die Musik machen soll, um das Bild praktisch zu erweitern. Ich habe schon die tollsten Sachen gelernt in der Zusammenarbeit.

Deine Tour heißt „Simply the Best“. Was können denn die Besuchenden erwarten?

(Lacht) Das ist eine tolle Behauptung. Ich werde auf jeden Fall den Schlagzeuger Lukas Kochbeck mitbringen und wir spielen zwei Stunden lang Musik bis den Leuten die Kniekehlen vom tanzen und hüpfen weh tun und bis sie heiser sind vom Mitsingen. Eine große Tanzparty mit viel Spaß und genug Improvisation. Eigentlich stellt man sich immer auf die Menschen vor Ort ein. Zusammen mit dem Publikum macht man dann eine tolle Party.

„Was ich mache,
soll immer sehr
positiv, freundlich
und fröhlich sein.“

Hast du eine besondere Erinnerung an Wolfsburg oder die Region?

Ich habe in Braunschweig öfters gespielt und habe da sehr gute Erinnerung dran. Aber ich habe mal Ende der 90er in Wolfsburg gespielt, mit einer anderen Band für die Volkswagen Sound Foundation. Da wurde dann nach dem Konzert in ganz großer Geste die Gitarre von Eric Clapton versteigert (lacht). Das war auf jeden Fall der bizarrste Auftritt. Ich kann mich noch sehr gut an die Currywurst aus der VW-Kantine erinnern, die war auf jeden Fall ein Erfolg.

Ist ein Auftritt bei dir geplant oder ist viel improvisiert?

Es gibt ja diese Hits, die viele Leute gerne hören, die ich auch gerne spiele, wie „Urlaub in Italien“ oder „Easy Mobeasy“ und die sollen auch stattfinden. Aber weil das keine richtigen Songs sind, die so ein Anfang und Ende haben, werden die eigentlich auch jeden Abend ein bisschen anders gespielt. Ich freu mich, wenn da die Sachen kommen, die Leute kennen und wo sie gerne mitsingen und dazwischen wird aber auch vielleicht einfach mal improvisiert. Es geht schon darum, das Publikum abzuholen mitzunehmen und denen jetzt nicht irgendeine Avantgardevase vorzusetzen. Obwohl... könnte man eigentlich auch mal machen (lacht).

Was macht für dich den perfekten Konzertabend aus?

Ich finde wirklich, dass das Publikum und die

Kommunikation mit dem Publikum das Wichtigste ist für so einen Abend - zumindest so wie ich das mache. Ich bin richtig abhängig vom Publikum, ich freue mich, ich seh die Menschen, ich kommuniziere mit denen. Wenn ich den Soundcheck mache oder im Studio bin, hab ich richtig Schwierigkeiten die gleiche Energie freizusetzen. Deswegen ist das fast der wichtigste Teil an so einem Abend, dass alle Leute happy sind. Und ich muss sagen, dass ich ein wahnsinnig nettes, sehr gemischtes Publikum habe und deswegen freue ich mich auf die Leute auch immer schon.

Hat sich das Publikum über die Jahre verändert?

Es ist wesentlich gemischter geworden, der Altersdurchschnitt geht von 20 bis 60 oder 70. Die jungen Leute kommen auch immer noch und das ist irgendwie eine schöne tolle tolle Mischung. Insofern habe ich gar nicht das Gefühl, dass sich so viel verändert hat. Die Grundidee, dass man ein bisschen seine Sorgen vergisst und tanzt und Spaß hat zusammen, die ist eigentlich geblieben über die ganze Zeit.

Welche Musik hörst du gerade selbst am liebsten?

Oh, ich höre immer noch sehr viel Musik, checke viel Musik aus. Also was ich wirklich richtig toll finde, sind die letzten Alben von Derya Yıldırım. Sie ist eine türkischstämmige, Künstlerin hier aus Hamburg, die mittlerweile aber international mit ihrer Band Grup Şimşek spielt. Das ist so tolle, funky, anatolische, moderne Popmusik. Das finde ich richtig, richtig toll.

Wie viele Instrumente kannst du selber spielen?

Gar nicht so viele, wie immer behauptet wird. Ich kann eigentlich alles spielen was Tasten hat und dazu kann ich noch ein bisschen Schlagzeug spielen. Ansonsten hole ich mir lieber Leute dazu, die ihre Instrumente beherrschen.

„Urlaub in Italien“ ist einer deiner bekanntesten Hits. Wie oft bist du selber noch in Italien oder was ist dein Lieblingsreiseziel?

Also ich liebe Italien immer als Reiseziel. Ich finde, das ist eines der tollsten Länder und hat ja auch wirklich wahnsinnig viele verschiedene Facetten. Man kann nach Sizilien fahren oder an den Gardasee oder nach Rom oder Rimini. Gerade habe ich aber Frankreich für mich entdeckt. Das mag ich auch total gerne, weil gerade in der Provinz diese kleinen Dörfer, das ist irgendwie ein tolles Leben und eine tolle Atmosphäre. Aber ich werde bestimmt einmal wieder nach Italien in den Urlaub fahren.

Eileen Schlätel

TERMIN

24. September 2026

Hallenbad (WOB)

hallenbad.de

GEMEINSAM LAUTER

Mit „Stage Partners“ bringt das Rockbüro Wolfenbüttel regionale Nachwuchsbands und etablierte Headliner auf dieselbe Bühne.

Eine Band braucht starke Songs und jede Menge Ausdauer. Für den nächsten Schritt braucht sie aber etwas, das sich nicht im Proberaum finden lässt: eine echte Bühne mit Publikum. Genau hier setzt die neue Konzertreihe „Stage Partners“ an.

Im Proberaum lassen sich Arrangements feilen, Übergänge wiederholen und Setlists so lange umstellen, bis jeder Einsatz sitzt. Was sich dort nicht simulieren lässt, ist der Moment, in dem eine Band vor Menschen spielt, die ihre Songs noch nicht kennen. Erst auf der Bühne zeigt sich, wie Musik im direkten Kontakt mit einem Publikum wirkt – und aus einem guten Song vielleicht der Anfang einer neuen Fangeschichte wird.

Gemeinsam mit dem Forum Kultur e.V. bringt das Rockbüro Wolfenbüttel an vier Abenden jeweils drei Acts in die KuBa-Halle. Rock, Punk, Metal oder Indie – musikalische Einschränkungen gibt es dabei keine. Stattdessen treffen bekannte Namen auf neue Entdeckungen und Erfahrung auf frische Energie.

Die Idee dahinter ist ebenso einfach wie wirkungsvoll: An jedem Abend steht ein überregional bekannter Headliner gemeinsam mit zwei ausgewählten Bands aus der Region auf dem Programm. Damit entsteht nicht bloß eine lose Folge von Supportshows, sondern eine Konzertreihe mit einem klaren Prinzip. Drei Acts teilen sich einen Abend, ihre Publikumsgruppen und im besten Fall auch neue Kontakte. Ein vergleichbares Format gab es in der Region bislang nicht.

Support statt Wettbewerb

Die regionale Musikszene ist voller Bands, die bereit für den nächsten Schritt sind. Was ihnen oft fehlt, sind professionelle Auftrittsmöglichkeiten, eine größere Reichweite

und die richtigen Kontakte. „Stage Partners“ möchte genau diese Lücke schließen.

Denn der Weg aus dem Proberaum auf größere Bühnen ist schmal. Festivalbühnen sind rar, freie Slots begrenzt und viele kleinere Bühnen können vor allem wichtige Basisarbeit leisten. Der nächste Karriereschritt

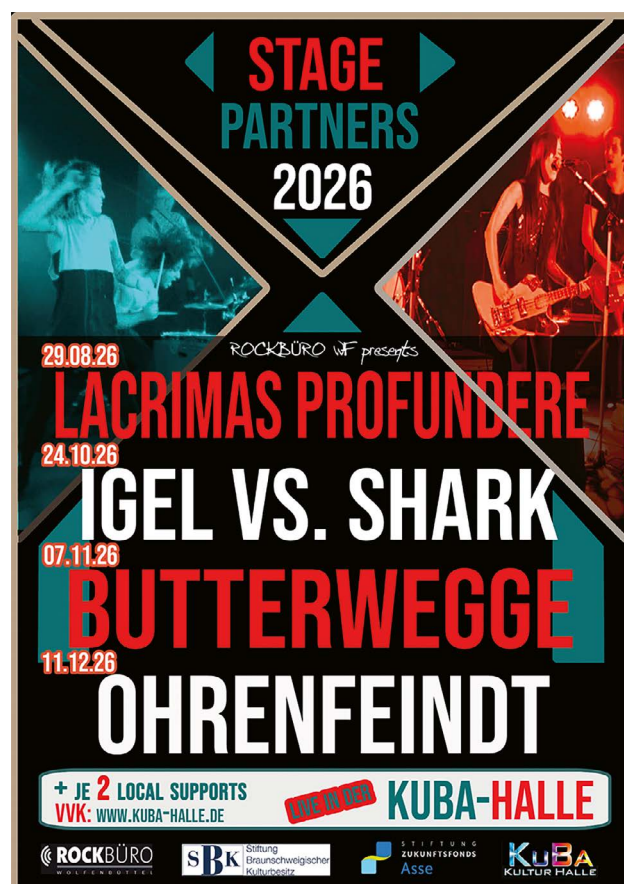
Sie spielen unter professionellen Bedingungen, erreichen ein neues Publikum und erhalten die Gelegenheit, sich mit Musiker:innen zu vernetzen, die bereits überregional unterwegs sind. Der Name ist dabei Programm: Hier geht es um Partnerschaften und um eine Musikszene, in der Nachwuchsförderung nicht bedeutet, Talente nur zu entdecken, sondern ihnen anschließend auch die Räume zu geben, in denen sie sich weiterentwickeln können.

Für alle vier Termine konnten sich regionale Bands als „Stage Partner“ bewerben; pro Abend wurden zwei Support-Acts ausgewählt. So bleibt die Förderung nicht abstrakt, sondern bekommt konkrete Namen, feste Termine und ein echtes Publikum. Gleichzeitig entsteht durch die vier Konzertabende mehr als eine einmalige Momentaufnahme: Die lokale Szene wird über mehrere Monate hinweg sichtbar und erhält wiederholt Raum im Programm.

Von Gothic bis Rock

Wie breit dieser Raum gedacht ist, zeigt bereits das Line-up. Die erste Ausgabe legt sich nicht auf einen einzigen Sound fest, sondern führt durch unterschiedliche Spielarten von Rock, Punk und Metal. Jeder Abend erhält dadurch ein eigenes Profil – verbunden werden die Termine durch das gemeinsame Konzept.

Zum Auftakt wurde es am 29. August düster: Die Gothic-Rock-Band Lacrimas Profundere brachte ihre Mischung aus Melancholie, schweren Riffs und großen Emotionen nach Wolfenbüttel. Als regionale Stage Partners standen Dark Lightning und Revelator mit auf dem Programm. Schon diese Kombination machte sichtbar, worum es der Reihe geht: Ein etablierter Name bildet den Anker, während zwei regionale Acts denselben Konzertabend mitprägen.



Am 24. Oktober übernimmt das Wiener Trio Igel vs. Shark die Headliner-Position. Zwischen Classic Rock, Punk und Rock'n'Roll trifft die Energie der Österreicher auf die beiden regionalen Acts Lola und Scarfield. Der Blick richtet sich damit nicht nur auf eine Band, die eigens aus Wien anreist, sondern ebenso auf die Musiker:innen, die unmittelbar vor Ort Teil der Szene sind.

Deutschsprachigen Punkrock gibt es am 7. November: Butterwegge verbindet klare Haltung mit Reggae-Einflüssen, Ska-Punk-Beats und ordentlich Spaß. Unterstützt wird die Band von Neoton und The Smoking Livers. Drei Acts, drei eigene Handschriften – und damit ein Abend, der die stilistische Offenheit der Reihe besonders deutlich macht.

Den Abschluss der ersten „Stage Partners“-Reihe übernehmen am 11. Dezember Ohrenfeindt. Seit mehr als drei Jahrzehnten steht die Hamburger Band für deutschsprachigen Hardrock und maximale Live-Energie. Gemeinsam mit Queen of Distortion und Damage Report dürfte das Konzertjahr in der KuBa-Halle entsprechend laut enden.

Insgesamt stehen damit acht regionale Bands neben vier überregional bekannten Headlinern auf dem Programm. Das Line-up liest sich nicht wie ein Blick auf nur eine musikalische Nische, sondern wie ein kleiner Streifzug durch die Bandlandschaft. Genau diese Vielfalt ist Teil der Idee: Wer an einem Abend wegen eines bestimmten Namens kommt, soll mehr als das bereits Vertraute hören.

Eine Szene wächst live

Von dem Konzept profitieren nicht nur die Bands, auch für das Publikum liegt darin ein besonderer Reiz: Wer wegen eines bekannten Headliners kommt, entdeckt vielleicht den nächsten Lieblingsact aus der eigenen Region. Und wer bereits Fan einer lokalen Band ist, erlebt sie in einem größeren, professionellen Rahmen.

Diese Bewegung funktioniert in beide Richtungen. Die Headliner bringen Bekanntheit und Erfahrung mit, die regionalen Acts ihre eigenen Geschichten, Kontakte und Fans. Dadurch entsteht ein Publikum, das sich an diesem Abend möglicherweise zum ersten Mal begegnet. Musikalische Entdeckungen bleiben so nicht dem Zufall oder dem nächsten Algorithmus überlassen, sondern passieren dort, wo Musik am unmittelbarsten ist: live und gemeinsam vor einer Bühne.

Dass aus einer guten Idee tatsächlich vier Konzertabende werden können, braucht zugleich verlässliche Strukturen und finanzielle Unterstützung. Ermöglicht wird „Stage Partners“ durch die Stiftung Zukunftsfonds Asse und die Stiftung Braunschweigischer Kulturbesitz. Rockbüro Wolfenbüttel und Forum Kultur e.V. schaffen gemeinsam den organisatorischen Rahmen, die KuBa-Halle wird zum Ort, an dem aus Förderung konkrete Bühnenzeit wird.

Eine lebendige Musikszene entsteht nicht allein in Proberäumen. Sie braucht Veranstal-

tungsorte, verlässliche Strukturen – und ein Publikum, das bereit ist, Neues zu entdecken. „Stage Partners“ verspricht keinen Durchbruch über Nacht. Die Reihe bietet etwas wesentlich Glaubwürdigeres: den nächsten echten Schritt. Vier Abende, an denen regionale Musik nicht bloß eine Randnotiz im Programm ist, sondern ein fester Teil davon.

Eine Konzertreihe allein kann die Herausforderungen einer ganzen Szene nicht lösen. Sie kann aber zeigen, was möglich wird, wenn Bühne, Förderung, Erfahrung und regionales Talent zusammenkommen. Aus einem Auftritt wird dann vielleicht ein neuer Kontakt, aus einem unbekannten Namen eine Entdeckung – und aus einzelnen Bands eine Szene, die gemeinsam lauter wird.

Wer möchte, dass die lokale Szene wächst, muss ihr eine Bühne geben. Und dann hingehen.

Jaquelin Ohk

Stage Partners 2026

24. Oktober: Igel vs. Shark + Lola + Scarfield

7. November: Butterwegge + Neoton + The Smoking Livers

11. Dezember: Ohrenfeindt + Queen of Distortion + Damage Report

Ort: KuBa-Halle Wolfenbüttel

Infos und Vorverkauf: rockbuero-wolfenbuettel.de und kuba-halle.de



Die Braunschweiger Innenstadt wird an diesem Tag zur Bühne – oder besser gesagt: zu einem einzigen, weit verzweigten Klangraum. Wer durch die City läuft, bewegt sich weniger von A nach B als von Sound zu Sound. Mal dringt Musik aus einer Kirche, mal von einem Platz, mal überraschend aus einer Ecke, in der gerade noch Alltag war.

Beim 8. Regionalen Musikfest trifft sich die Region dort, wo sie am lautesten zusammenkommt: im Zentrum. Nach Stationen in Salzgitter-Salder, Gifhorn, Schöningen, Wolfenbüttel, Peine, Goslar und Wolfsburg macht das Festival erstmals in Braunschweig Halt. Damit schließt sich nach 15 Jahren die erste große Runde durch alle Landkreise und kreisfreien Städte der Region.

Unter dem Motto „Ohren auf – so klingt die Region!“ zeigt sich, wie breit und lebendig die lokale Musikszene tatsächlich ist. Von 11 bis 22 Uhr bespielen rund 2.000 Musiker*innen insgesamt 21 Spielorte in der Innenstadt. 160 Konzerte im Halbstundentakt sorgen dafür, dass kaum ein Moment ohne Musik vergeht – egal, ob man gezielt unterwegs ist oder sich einfach treiben lässt.

Alles außer Schublade

Das Prinzip ist einfach: keine Grenzen, keine Genre-Grenzen, kein „passt nicht“.

Klassik trifft auf Pop, Rock auf Rap, Jazz auf Blues, Swing auf Metal. Dazwischen Chöre, Big Bands, Orchester, Solist*innen und Nachwuchsprojekte. Genau diese Mischung macht den Charakter des Festivals aus – hier steht nicht das Trennende im Vordergrund, sondern das Nebeneinander.

Eröffnet wird das Musikfest um 11 Uhr auf dem Platz der Deutschen Einheit. Den Auftakt liefert die Popband „Two Much“ der Städtischen Musikschule Braunschweig. Dazu kommen Grußworte von Oberbürgermeister Dr. Thorsten Kornblum sowie Landesmusikratspräsident Matthias Möhle. Danach verteilt sich die Musik in alle Richtungen der Stadt – und bleibt dort bis in den Abend hinein präsent.

Bühne frei für alle

Doch das Festival will das Publikum nicht nur unterhalten, sondern auch aktivieren. Um 12 Uhr startet am Ritterbrunnen das „Offene Singen“ mit dem augenzwinkernden „Ich-kann-nicht-singen-Chor“ unter Leitung von Axel Huse. Ein Format, das bewusst niedrigschwellig ansetzt und genau deshalb funktioniert: einfach mitsingen, ohne Anspruch, aber mit Wirkung.

Direkt im Anschluss folgt ein Chor-Workshop mit Lea Morris, ebenfalls am Ritterbrunnen. Eine Stunde lang geht es hier um

Stimme, Rhythmus und gemeinsames Ausprobieren – offen für alle, die Lust haben, sich einzubringen.

Wenn die Stadt zum Orchester wird

Für alle interessierten Instrumentalist*innen beginnt um 17 Uhr in der St. Magni-Kirche das „Offene Musizieren“. Gemeinsam mit dem Kammerorchester Wolfenbüttel und den Niedersaxophonikern entsteht unter Leitung von Knut Hartmann ein spontanes Großensemble um Werke von Bach, Händel und Purcell bis hin zu den Comedian Harmonists zu spielen.

So wird aus der Innenstadt für einen Tag ein musikalisches Abbild der Region – vielfältig, offen, manchmal überraschend, manchmal laut, manchmal leise. Gerade diese Mischung aus Profis, Hobbymusiker*innen, Ensembles und spontanen Mitmachformaten macht den Reiz aus.

Und wer sich bei 160 Konzerten nicht entscheiden kann: einfach stehen bleiben, zuhören – und die Region klingen lassen.

Lars Wilhelm

TERMIN

12. September 2026 | 11 – 22 Uhr

21 Spielorte in Braunschweig

regionales-musikfest.de

Fotos MB/stock.adobe.com

FLY CAT FLY

Indie-Rock aus Braunschweig



Das musikalische Duo Fly Cat Fly macht seit mehr als einem Jahrzehnt melancholischen, atmosphärischen Indie-Rock. Hinter dem Duo stecken Sina Lempke und Cord Bühring. Die beiden habe ich an einem sonnigen Nachmittag im Juli im Garten vor ihrem Proberaum hier in Braunschweig getroffen. Bei Kaffee und Kuchen habe ich mit diesen zwei äußerst sympathischen Menschen über die musikalische Biographie ihrer Band gesprochen. Ihre drei Alben haben sie komplett selbst produziert. Alles ist bei Fly Cat Fly handgemacht – von den Musikvideos bis zum Merge. Über ihr letztes Album „Freaks“ schreibt die BZ, dass die Songs „vorangetrieben von coolen, trockenen Drumcomputer-Beats und doch voller Ruhe“ und „durch das exakte, stilvolle, ökonomische Gitarrenspiel“ veredelt seien. „Freaks“ wird als „starkes, dichtes und inspiriertes Album“ in hohen Tönen gelobt.

2012 – 2026

Als sich Fly Cat Fly in Berlin gründete, waren sie noch zu dritt. Dort hatten sie viele Auftritte, zu denen sie im kleinen vollgepackten Seat fuhren. Nach ihrem ersten Album „Pocketful of Pain“ im Jahr 2015 waren sie 10 Tage in England auf Tour. Bis 2017 spielten sie zusammen mit ihrem Schlagzeuger Rich Millin. Mit Gitarren, Bass, Drumcomputer, Loopstation und zweistimmigem Gesang machten sie als Duo weiter und landeten aus

beruflichen Gründen in Braunschweig. 2019 folgte ein weiteres Studioalbum: „Let’s hear it Fort he Chosen“. Ihr drittes Album „Freaks“ kam 2024. Hier in der Stadt sind sie über die Jahre quasi schon auf allen kultigen Bühnen aufgetreten: KufA Haus, Harry’s Bierbar, Café Riptide, Aquarium usw. Derzeit sind sie aber mit der Arbeit an neuen Songs beschäftigt und weniger auf Bühnen unterwegs.

Indie wie Independent

Die Band ist zwar nicht sehr bekannt, doch von denen die sie kennen und lieben werden ihre vielschichtigen Songs massiv gefeiert. Sie nehmen „Indie“ ernst und legen Wert auf ihre Independence, d.h. ihre Unabhängigkeit und Eigenheit in allem, was ihre Musik und das Drumherum betrifft. Sie putzen keine Klinken und treten nur gelegentlich auf. Aber eben nur dann, wenn es zu ihnen passt. Dieses Jahr genau einmal und zwar, dort wo früher die Kneipe Schlucklum war: Auf dem Dorf, im Elm, in gemütlicher Atmosphäre, in Lucklum in der Wegwarte. Letztes Jahr haben sie z. B. in Aalborg/DK im 1000 Fryd gespielt – ein legendärer Veranstaltungsort, wo schon viele sehr bekannte Bands wie Green Day oder die Toten Hosen auf der Bühne standen. Und weil es eben nicht zu ihnen passt, haben sie sich von der Plattform Spotify verabschiedet. Ihre Musik findet ihr z. B. über Bandcamp.

Heartbreaker lyrics

Mir persönlich gehen besonders die Lyrics so mancher Lieder nicht aus dem Kopf. Ja, sie machen im Grunde Heartbreak-Indie, doch immer mit Brüchen und Verweisen auf größere, gesellschaftlich relevante Themen. Zwischen „Coffee & Bed“ kann so ziemlich alles oder nichts passieren, wie es in den Lyrics des gleichnamigen Songs heißt. Im Grunde ist es melancholische Zeitkritik, wenn man genauer in die Texte schaut, ohne dass einem an irgendeiner Stelle irgendetwas direkt ins Gesicht geballert wird. Sie machen es zwischen den Zeilen, ganz nebenbei, mit unerwarteten Wendungen und immer wieder mit Witz. Wir kommen am Ende unseres Gesprächs auf die Frage zu sprechen, wo Inspirationen für Texte herkommen und Sina antwortet: „Kreativ sein ist wie Sport machen.“

Zukunftsmusik

Derzeit arbeiten sie an Songs für eine neue EP. Wann sie erscheinen wird, steht noch nicht fest, doch mit Sicherheit wird es wie immer eine Release-Party auf einer Bühne in lauschi-ger Atmosphäre geben. Freut euch drauf.

...zum Reinhören:

<https://flycatfly.bandcamp.com/>
Instagram: [flycatfly_music](https://www.instagram.com/flycatfly_music)

Text Lisa Iguín Fotos Anke Greife, Sebastian Dorbietz

herde wildpferde

Das ganze
Interview auf
subway.de



Dude Ranch – fünf Dudes, ein Sound und jede Menge Energie!

Wie eine Herde Wildpferde kommt die Band aus Braunschweig daher: ungestüm und kraftvoll, aber ebenso sanft und elegant. Seit 2019 steht Dude Ranch für gitarrenlastigen Rock mit weiblichem Leadgesang – selbstbewusst getauft auf den Namen RanchCore. Die ausschließlich eigenen Songs erzählen von fernen Abenteuern und persönlichen Erlebnissen und bewegen sich dabei zwischen Wut und Melancholie, aber auch Leichtigkeit und Lebensfreude. Heute haben wir für euch ein Interview mit Tobias, Jan, Udo, Miro und Denise und vielleicht lasst ihr euch von der Energie mitreißen.

Für alle, die euch noch nicht kennen: Wer ist Dude Ranch mit euren Worten?

Dude Ranch ist eine Band zum Wohlfühlen. 5 Menschen. 5 völlig verschiedene Charaktere. Der gleiche Vibe.

Ihr beschreibt euch als eine „Herde Wildpferde“. Wer kam auf dieses Bild – und warum passt es so gut zu euch?

Die Idee mit dem Pferd kam von unserem Bandgründer Tobi. Denise ist auf den Zug (oder besser: in den Sattel) gesprungen und hat aus der anfänglichen Idee und Skizze letztendlich das Logo und somit auch unser Maskottchen Howie, das Steckenpferd, zum Leben erweckt.

Ihr nennt euren Stil „RanchCore“. Ist das ein augenzwinkernder Begriff oder steckt dahinter tatsächlich eine eigene musikalische Philosophie?

Als Band wird man oft gefragt: Was macht ihr für Musik? Und man ertappt sich dann beim Grübeln. Wir sind weder Punk, noch Metal, noch klassischer Rock, bedienen uns aber an einigen Elementen. Daher haben wir einfach unser eigenes, „hausgemachtes“ Genre kreiert: RanchCore. Wir nehmen uns dabei nicht zu ernst – dieser Begriff passt einfach zum Namen und zur Musik.

Eure Songs erzählen von Abenteuern und persönlichen Geschichten.

Unsere Texte kommen von unserer Frontfrau Denise. Sie ist der kreative Kopf und hat ein Händchen dafür, Texte und Gesangsmelodien zu entwickeln, die zu unserem Stil passen. Egal, ob es ein gute Laune Song wird wie „Be my guest“, der uns ermutigt, das Gute zu sehen, oder „Agony“, der die toxische Beziehung zur eigenen Mutter verarbeitet. Mit der Powerballade „Voices“ werden sensible Themen wie Depressionen angesprochen. Jeder Mensch hat viel zu erzählen, und Denise beschreibt es als Selbsttherapie, ihre Erfahrungen in Songs umzuschreiben und damit anderen Menschen aus der Seele zu sprechen.

Gibt es ein Konzert, an das ihr euch besonders gern erinnert?

Ein ganz besonders schönes Konzert war das eigenständig organisierte Konzert in der KUFA Halle. Zusammen mit drei befreundeten Bands aus Braunschweig, mit denen wir auch den Proberaum teilen, rissen wir vor 130 feiernden Leuten die Hallen nieder und hatten an dem Abend den Spaß unseres Lebens.

Denise, wie ist es, eine Rockband mit vier „Dudes“ anzuführen?

Denise: Die Jungs sind handzahn! Manchmal müssen aber auch die Sporen angezogen werden. Spaß.)

Gibt es eine Fan-Begegnung, die euch bis heute im Gedächtnis geblieben ist?

Denise: Nach einem Gig in einem Jugendzentrum kam ein Mädchen im Teenie Alter zu mir und hatte etwas auf dem Herzen. Sie bedankte sich für das Konzert und sagte, meine Performance hat sie ermutigt, mehr an sich zu glauben und ihr Ding zu machen. Ich wäre jetzt ihr Vorbild. Das hat mich sehr berührt!

Wo soll die Reise für Dude Ranch in den nächsten Jahren hingehen?

Unsere Herde würde gern einmal quer durch Deutschland galoppieren und weitere Bundesländer bespielen.

Alles in allem sind wir weiterhin einfach die Dudes, die Spaß haben und die gemeinsame Zeit in der Band genießen wollen. Ohne Druck und ohne große Ziele. Was sich anbietet, darf kommen!

Auf welcher Bühne würdet ihr unbedingt einmal stehen wollen?

In unserer Heimat wäre es schön, einmal im WestAnd oder im Schön & Fröhlich zu spielen. Da könnten wir eine fette Party draus machen.

Warum sollte jeder mindestens einmal ein Dude-Ranch-Konzert besuchen?

Irgendwas musst du deinen Enkeln doch später erzählen können. Aktuell scheint sich die Underground Szene zu verändern. Es wird für kleine Bands und kleine Festivals immer schwieriger, die Buden voll zu bekommen und Kosten zu decken. Und durch schnell produzierte, feingeschliffene KI Songs wird es sicher auch nicht einfacher.

Wie schön ist also der Gedanke, dass es aktuell noch die uralten, handgemachten Livekonzerte mit authentischem, ehrlichen Rocksound mit Seele und Herzblut gibt? Und wer hier den Wert erkennt, sollte sich mal ein Dude Ranch Konzert reinziehen.

Nächste Gelegenheit wäre das regionale Musikfest am 12.09. in Braunschweig City!

Text Ivonne Jette Foto Jan Niklas Müller

TUTANCHAMUN

EIN IMMERSIVES ABENTEUER

Nur für kurze Zeit verlängert: „TUTANCHAMUN: Ein Immersives Abenteuer“ in Hannover!
Die Zeitreise durch das Leben des legendären Pharaos



Eine der atemberaubendsten archäologischen Entdeckungen der Geschichte entfaltet sich in all ihrer Pracht: „TUTANCHAMUN: Ein Immersives Abenteuer“! Dank modernster Technologie und mit über 800 detailgetreuen Rekonstruktionen wird die sagenumwobene Welt und die schimmernde Schatzkammer des legendären Pharaos lebendig.

In der Alten Druckerei in Hannover können Besucher auf den Spuren der alten Ägypter wandeln – ein Erlebnis, das unter die Haut geht! Wegen des großen Erfolgs wird die Ausstellung nun verlängert – allerdings nur für kurze Zeit. Tickets gibt es unter www.tut-ausstellung.com.

Die Entdeckung von König Tutanchamuns Grab zählt wohl zu den spannendsten historischen Ereignissen der Weltgeschichte. Als der Archäologe Howard Carter 1922 das Grab öffnete, entdeckte er eine unvergleichliche Schatzkammer: glänzender königlicher Schmuck, heilige Artefakte, alte Waffen, Musikinstrumente und die weltberühmte Goldene Maske. Bis heute übt das

Erbe des Pharaos eine magische Faszination auf Millionen von Menschen weltweit aus.

„TUTANCHAMUN: Ein Immersives Abenteuer“ fasziniert seine Besucher mit über 800 detailgetreuen Nachbildungen der Schätze aus den drei Grabkammern, begeistert mit wissenschaftlich fundierten Grafiken und bietet die einmalige Gelegenheit, die Schätze des Pharaos so zu erleben, wie Howard Carter sie bei ihrer Entdeckung vor über einem Jahrhundert vorgefunden hat.

Auf einer immersiven Zeitreise begeben sich die Besucher bis ins Tal der Könige, wo sie die berühmte Ausgrabung von König Tuts Grab durch Howard Carter miterleben, bevor sie die lebhaften Straßen von Kairo und den geschäftigen Basar erreichen. Durch diese modernste 360°-Technologie erleben Besucher die Mythologie des alten Ägypten und folgen dem König über die Grenzen des Lebens hinaus auf seine Reise ins Leben nach dem Tod und werden Zeuge seiner Verwandlung vom sterblichen Herrscher zum ewigen Sonnengott.

Gegen Ende der Reise lässt die rund 12-minütige Virtual-Reality-Experience die Besucher noch einmal tiefer in die Welt des Pharaos eintauchen. Mit der VR-Brille entdecken sie intensiv und spektakulär das alte Ägypten und die faszinierende Zeit des Tutanchamun.

„TUTANCHAMUN: Ein Immersives Abenteuer“ vereint wissenschaftliche Präzision mit moderner Geschichtenerzählung und entführt auf diese Weise in das alte Ägypten. Eine Reise, die man nicht verpassen darf!

INFORMATIONEN

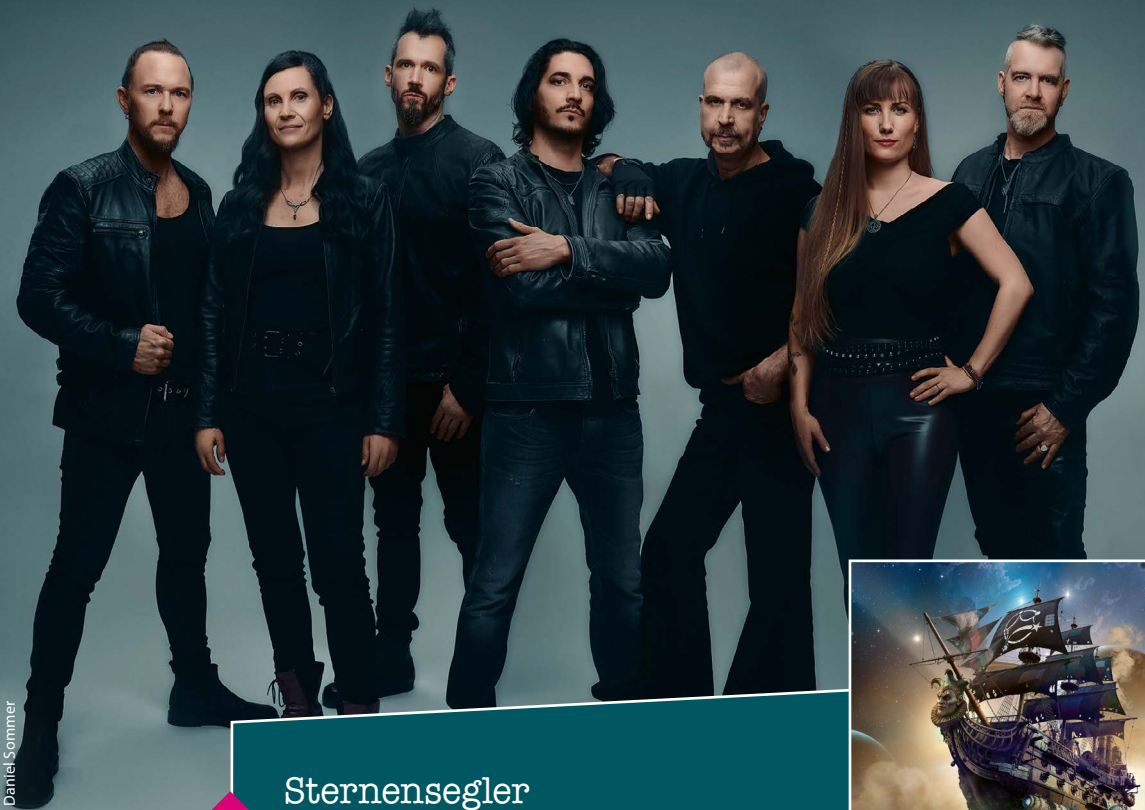
MI / SO & Feiertage 10 – 18 Uhr

DO / FR / SA 10 – 20 Uhr

Alte Druckerei | August-Madsack-Straße 1
30559 Hannover

tut-ausstellung.com

Foto Daniel Sommer



Sternensegler SCHANDMAUL

Genre Folk-Rock Release 11. September 2026
Label Napalm Records

Bei Schandmaul hat sich einiges getan. Mit „Sternensegler“ erscheint das erste Album mit Till Herence als Sänger, nachdem der langjährige Frontmann Thomas Lindner aus gesundheitlichen Gründen das Mikrofon abgeben musste. Lindner bleibt der Band als Musiker erhalten, während Herence hörbar nicht versucht, seinen Vorgänger einfach zu kopieren. Musikalisch bleiben Schandmaul ihrem Folk-Rock treu: Mittelalterliche Instrumente treffen auf kräftige Gitarren, eingängige Melodien und ruhigere Momente. Inhaltlich dreht sich vieles um Aufbruch, Zusammenhalt und darum, nach schwierigen Zeiten weiterzumachen. „Flagge“ setzt zudem ein klares Zeichen für Vielfalt, während Stücke wie „Nosferatu“ und „Wo Sprache aufhört“ die nachdenklichere Seite der Band zeigen. Ein Neuanfang also, ohne die eigene Geschichte über Bord zu werfen. Das funktioniert erstaunlich reibungslos.

LW

Fazit auf Kurs



Wir fangen jetzt erst an BETONTOD

Genre Punkrock Release 25. September 2026
Label Betontod Records / Kontor

36 Jahre Bandgeschichte und Betontod denken offenbar noch lange nicht ans Aufhören. „Wir fangen jetzt erst an“ verbindet den bekannten Punkrock der Niederrheiner mit deutlich persönlicheren Tönen. Natürlich gibt es weiterhin druckvolle Gitarren, große Refrains und politische Ansagen. Daneben geht es aber auffallend häufig um Verlust, Freundschaft, Abschied und die Frage, wie man nach Rückschlägen weitermacht. „Keep Calm And Carry On“ bringt diesen Gedanken ziemlich direkt auf den Punkt. Betontod erfinden sich musikalisch nicht neu, müssen das nach mehr als drei Jahrzehnten aber auch nicht zwangsläufig. Interessanter ist, dass hinter den üblichen Parolen diesmal mehr Persönliches zum Vorschein kommt. Das steht der Band gut.

LW

Fazit unverwüstlich



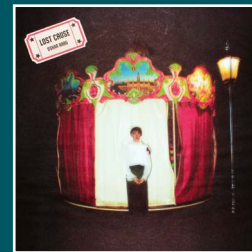
The Dark CHELSEA WOLFE

Genre Dark Folk Release 21. August 2026
Label Loma Vista Recordings

Chelsea Wolfe bewegt sich seit fast 20 Jahren ziemlich souverän zwischen Gothic Rock, Doom, Folk, Industrial und elektronischer Musik. Auf ihrem neunten Album „The Dark“ rücken nun wieder Gitarre, Klavier und Schlagzeug stärker in den Mittelpunkt, während die Elektronik eher für Atmosphäre sorgt. Entstanden ist ein reduziertes Album, das vor allem von Wolfes tiefer und voll klingenden Stimme getragen wird. Inhaltlich geht es ums Loslassen, gescheiterte Beziehungen und die eigenen Ängste. Eine manchmal sehr leise Platte, die aber auch ordentlich Druck entwickelt: „Humours“ etwa verbindet treibende Rhythmen mit den gespenstischen Stimmen von Kælan Mikla. Keine leichte Kost, aber ein bemerkenswert geschlossenes Album.

LW

Fazit eindringlich



Lost Cause OSKAR HAAG

Genre Indie-Pop Release 25. September 2026 Label Lullaby Records

Oskar Haag war gerade einmal 17, als er mit seinem Debüt „Teenage Lullabies“ auf sich aufmerksam machte. Drei Jahre später ist der Österreicher hörbar weitergezogen. „Lost Cause“ zeigt einen Musiker, der sich nicht auf einen bestimmten Indie-Sound festlegen will. „Surf Song“ bringt beschwingte Gitarren mit, „Drop Out“ wird kurz und punkig, während „Interlude“ ins Psychedelische abdriftet. Dazwischen stehen zurückgenommene Stücke und erstaunlich große Popsongs. Zusammengehalten wird das Ganze von Haags sehr persönlichem Songwriting und der warmen Produktion. Besonders schön gerät der Abschluss „Der Kuss“, dessen Ausgangspunkt Gustav Klimts berühmtes Gemälde war. Selbstbewusster als der Vorgänger, ohne jugendliche Unmittelbarkeit einzubüßen.

LW

Fazit gereift

Favourite Girl CEVIL

Genre Electro-Pop Release 11. September 2026 Label Motor Music

CEVIL ist 26, kommt aus Kopenhagen und macht Pop, der sich nicht besonders für saubere Genre Grenzen interessiert. Auf ihrem Debütalbum Favourite Girl treffen elektronische Beats und 808s auf verzerrte Gitarren, Samples und ziemlich direkte Texte. Mal erinnert das an den Elektro-Pop der Nullerjahre, mal an ruppigen Alternative Rock. Inhaltlich geht es um Verliebtheit und Lust ebenso wie um Selbstzweifel, gesellschaftlichen Druck und weibliche Selbstbestimmung. Besonders gut funktioniert das, wenn CEVIL beide Seiten zusammenbringt: „Sucker“ ist euphorisch und gleichzeitig angenehm schräg, während „OLIVER!“ Pop-Rock und sexuelle Selbstbestimmung ziemlich unverkrampft verbindet. „Favourite Girl“ will weder glatt noch durchgehend gefällig sein. Genau diese Reibung macht das Debüt interessant.

LW

Fazit unangepasst



Foto Lukas Valentin

Modern Lover Girl COCO AND THE LOST

Coco and the Lost kommt aus Brighton und legt mit „Modern Lover Girl“ ihr Debütalbum vor. Musikalisch bewegt sie sich zwischen Indie-Pop, elektronischen Sounds und einer deutlichen Vorliebe für große Pop-Melodien. Einflüsse von Robyn, Madonna und Daft Punk sind dabei kaum zu überhören, ohne dass Coco daraus eine bloße Kopie macht. Interessant sind vor allem die Gegensätze: Humor trifft auf Verletzlichkeit, eingängige Momente stehen neben schrägeren Ideen und hinter mancher Leichtigkeit steckt ein melancholischer Kern. Die Songs funktionieren dabei wie kleine Szenen und Momentaufnahmen, deren Geschichten nicht immer eindeutig sein müssen. Mal autobiografisch, mal aus der Perspektive erfundener Figuren erzählt, entsteht so ein ziemlich eigenes kleines Pop-Universum.

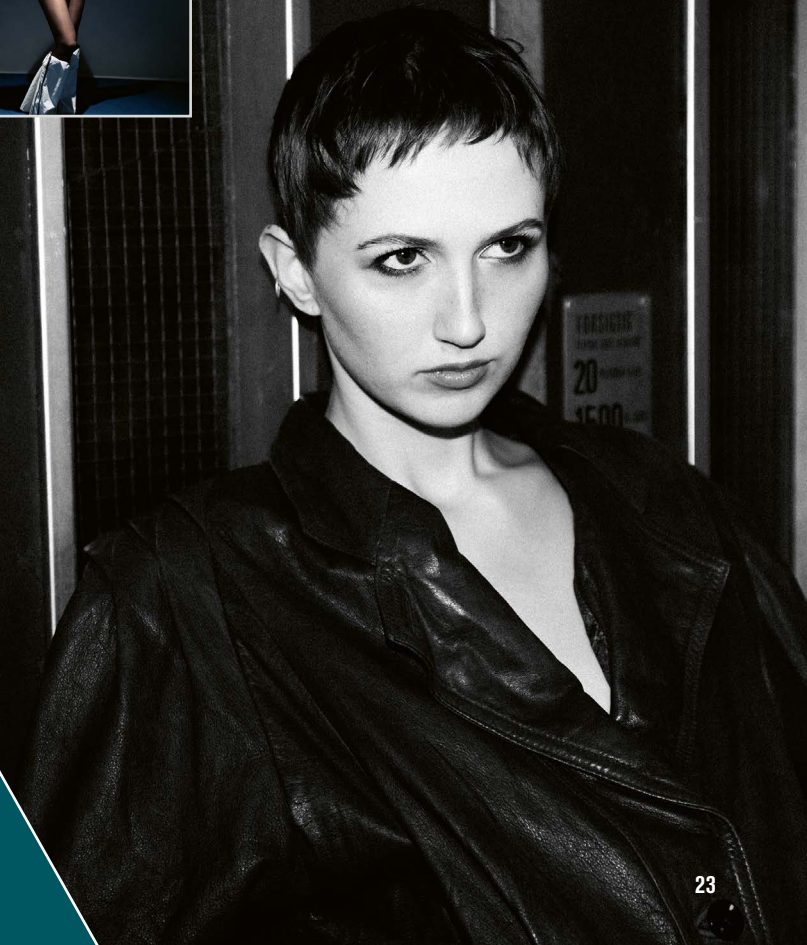
LW

Fazit eigenwillig



Genre Indie-Pop Release 25. September 2026 Label Motor Music

listen





KURZTRIP AUF DIE INSEL

Okerinsel Festival erstmals an zwei Tagen



Der Sommer ist noch nicht vorbei: Am 11. und 12. September verwandelt sich das Gelände der Braunschweigischen Landessparkasse (BLSK) am Friedrich-Wilhelm-Platz erneut in eine bunte Festivalinsel. Erstmals findet das kostenfreie Open-Air nicht nur als Tagesfestival, sondern Freitag und Samstag statt. Um den Insulaner:innen einen erinnerungswürdigen Kurzurlaub zu bieten, haben die Veranstaltenden der BLSK ein vielseitiges Line-Up zusammengestellt: David Puentez, Oliver Koletzki und Lari Luke legten bereits auf Festivals wie Tomorrowland auf und bringen ihre energetischen Sets aus elektronischer Musik mit House- und Pop-Einflüssen nun auf die Okerinsel. Am Samstag sorgen außerdem rund 30 verschiedene Food, Drinks und Sweets Spots dafür, dass auch die Sinne auf Reisen gehen. In der Kids Area werden vielseitige Aktivitäten wie Bastelaktionen, Hüpfburg, Mitmachzirkus, Spielbuden, XXL-Outdoorspiele und vieles mehr angeboten.

Weekend Getaway

Am Freitag eröffnet der international gefeierte DJ und Musikproduzent Benjamin Beyer alias David Puentez als Headliner die Inseparty. Bereits mit 18 Jahren fing er an, als DJ zu arbeiten und ließ sich von Kontakten auf Ibiza inspirieren. 2018 gelang ihm der Sprung aus den Shows rein in die Charts. Seitdem hat er sich mit zahlreichen Club- und Festivalauftritten sowie Remixen für Stars wie Post Malone, Tiësto, Rita Ora, Axwell /\ Ingrosso und Jonas Blue und mit eigenen Hits wie der Gold-Single „Superstar“ international einen Namen gemacht.

Und noch ein kleiner Fun Fact: Der Name David Puentez entstand ganz persönlich. Seine Eltern schwankten bei der Namenswahl zwischen Benjamin und David – so wählte er später letzteren als Künstlernamen aus.

Homecoming

Für Oliver Koletzki wird die Show auf der Okerinsel zu einem echten Heimspiel. Der gebürtige Braunschweiger ist seit mehr als zwei Jahrzehnten als DJ und Produzent international erfolgreich und zählt zu den prägenden Persönlichkeiten der deutschen elektronischen Musikszene. 2005 veröffentlichte er den Track „Der Mückenschwarm“, der ihn innerhalb kürzester Zeit auf internationale Bühnen brachte. Darüber hinaus hat er sich einen Namen als Produzent und Betreiber des Berliner Labels „Stil vor Talent“ gemacht, mit dem er bereits zahlreiche Nachwuchstalente gefördert hat. Nach Auftritten in Europa, Nord-

Fotos Andreas Rudolph



amerika und Australien kehrt er nun für das Okerinsel Festival in seine Heimatstadt zurück und bringt uns am Samstag ein Stück Braunschweiger Musikgeschichte auf die Bühne.

Lucky Surprise

Die vielseitige Larissa Rieß ist nicht nur Moderatorin und Schauspieler, sondern auch als Lari Luke in der elektronischen Musikszene bekannt. Mit ihrem Mix aus EDM und House legte sie bereits auf renommierten Festivals wie Juicy Beats, Nature One, Parookaville und Tomorrowland auf. Gemeinsam mit Alligatoah veröffentlichte sie in diesem Jahr den Techno-Remix des Hits „Nachbeben (ANTISZNOOZE)“. Zu weiteren Kollaborationen gehören beispielsweise „MAMA GEHTS FANTASTISCH“ mit Das Lumpenpack sowie die Dance-Tracks „On top of the world“ und „Jealousy“ mit Sängerin PollyAnna.

Sie war unter anderem Teil des „Neo Magazin Royale“-Ensembles und in verschiedenen TV- und Comedyformaten zu sehen. Als Off-Stimme Lana führte sie humorvoll durch die bekannte Netflix-Show „Too hot too handle“.

Der Samstag hält noch eine Überraschung bereit: Wir sind gespannt, welcher Secret Act uns neben diesem vielversprechend-tanzbaren Line-up uns am Samstag noch auf der Insel erwartet.

Es bleibt nichts so wie es ist

Das Format hat sich seit seiner Premiere 2022 immer wieder weiterentwickelt. Im vergangenen Jahr setzte die BLSK mit dem „Okerinsel Flair“ bewusst auf ein verändertes Veranstaltungskonzept und brachte 14 verschiedene Formate auf die Insel. Mit der Rückkehr des Festivals wird in diesem Jahr aus einem Veranstaltungstag erstmals zwei – damit reagiert die BLSK auch auf die große Resonanz der vergangenen Jahre, die mehr

als zehntausend Besucher:innen auf die Okerinsel brachten. „Das Okerinsel Festival hat sich zu einem sehr stark nachgefragten Highlight in der Braunschweiger Kulturszene etabliert. Wir sind sehr glücklich, dass wir es in 2026 zum ersten Mal über zwei Tage stattfinden lassen können.“ So Dr. Ingo Lippmann, Vorstandsvorsitzender der Braunschweigischen Landessparkasse (BLSK).

Entgegen dem Motto „Es bleibt alles wie es ist“ wurde das Format von Beginn an konzipiert, um in Bewegung zu bleiben. Statt jedes Jahr ein bestehendes Konzept zu wiederholen, möchten die Veranstalter:innen immer wieder neue Impulse setzen und verschiedene kulturelle Erlebnisse möglich machen.

Lina Tauscher

Okerinsel Festival Programm auf einen Blick

Freitag (11. September 2026)
ab 18 Uhr bis 23 Uhr

19 Uhr | Andrea Tota
20 Uhr | Daniel Aiello
21 Uhr | David Puentez

Samstag (12. September 2026)
ab 15 Uhr bis 00 Uhr

17 Uhr | Jayyo
18 Uhr | whatisreal
19 Uhr | randahlicious
20 Uhr | secret act
21 Uhr | Oliver Koletzki
22 Uhr | Lari Luke
23 Uhr | DJ Evolution

**Okerinsel, Friedrich-Wilhelm-Platz,
38100 Braunschweig**

Der Eintritt für das Festival ist und bleibt frei. Details zum Programm gibt es auf der Website www.okerinsel.de sowie bei Instagram [@okerinsel](https://www.instagram.com/okerinsel)

Folge 6

Außergewöhnliche Hobbys
einmal vorgestellt



LESEN, ABER ANDERS – WENN AUS BÜCHERN MEHR WIRD



Buch auf, lesen, Buch zu und ab ins Regal? Kann man machen. Doch für viele Bücherfans ist Lesen inzwischen viel mehr als das. Seiten werden mit bunten Tabs versehen, Gedanken direkt am Rand verewigt, Bücher weitergegeben und das eigene Lesejahr liebevoll in Journals dokumentiert. Aus einem eigentlich stillen Hobby wird so etwas Kreatives, Persönliches und manchmal sogar Gemeinsames. Von BookTok und Bookstagram mal ganz abgesehen – dort hat sich rund ums Lesen längst eine Community entwickelt, die vermutlich ein eigenes Kapitel verdient hätte.

Bitte ins Buch schreiben!

Eselsohren, Textmarker und Kugelschreiber im Buch? Für die einen ein absolutes No-Go, für andere gehört genau das zum Lesen

Plötzlich liest man nicht mehr nur die eigentliche Geschichte. Man entdeckt gleichzeitig die Gedanken der Person, die vor einem genau an derselben Stelle war. Vielleicht hat sie einer Figur von Anfang an misstraut, während man selbst sie sympathisch findet. Vielleicht steht neben einem vermeintlich unscheinbaren Satz ein großes „DAS WIRD NOCH WICHTIG!“. Oder eine wilde Theorie, bei der man längst weiß, wie falsch – oder erschreckend richtig – sie ist.

So entsteht ein zeitversetztes Gespräch zwischen den Buchseiten. Und natürlich bleibt es nicht nur dabei. Zwischendurch wird immer wieder gefragt: „Wie weit bist du?“ Erst wenn die Seitenzahl geklärt ist, darf diskutiert werden – schließlich möchte niemand aus Versehen den entscheidenden Plot Twist verraten.

Ein Reading Club braucht also weder einen festen Termin noch zehn Mitglieder, die gleich-

Besonders spannend wird der Blick zurück. Am Ende des Jahres lässt sich plötzlich nicht nur sagen, wie viele Bücher man gelesen hat. Das Journal zeigt auch, welche Genres besonders häufig dabei waren, welches Buch das Jahreshighlight war, welcher Autor neu entdeckt wurde oder wie sich der eigene Lesegeschmack verändert hat.

Das Book Journal wird damit selbst zu einem kreativen Hobby – irgendwo zwischen Tagebuch, Scrapbook und persönlicher Lesestatistik.

Mehr als Seiten umblättern

Und dann wären da noch die Bücherregale selbst. Mit sogenannten Book Nooks ziehen sogar kleine Miniaturwelten zwischen die Buchrücken ein. Die schmalen Dioramen werden selbst gebaut oder aus Bausätzen zusammengesetzt und zeigen verwinkelte Gassen, fantastische Welten oder gemütliche Bibliotheken. Das Lesen verlässt damit endgültig die Buchseiten und wird Teil der eigenen Umgebung.

Vielleicht ist Lesen also gar nicht das außergewöhnliche Hobby. Außergewöhnlich ist vielmehr, was wir inzwischen daraus machen können. Wir schreiben in Bücher, hinterlassen Gedanken für andere, sammeln Erinnerungen an Geschichten und bauen ihnen kleine Welten im Regal.

Und manchmal beginnt alles einfach mit einem Buch – und der Frage: „Auf welcher Seite bist du gerade?“

Juliane Schumann

Fotos: Juliane Schumann

„AUF WELCHER SEITE BIST DU GERADE?“

dazu. Beim Annotieren werden Gedanken, Gefühle und Reaktionen direkt während des Lesens festgehalten. Lieblingszitat? Markieren. Eine Figur trifft schon wieder eine fragwürdige Entscheidung? Kommentar daneben. Eine Theorie zum großen Plot Twist? Ab damit auf den Seitenrand.

Dazu kommen kleine Klebezettel, sogenannte Tabs, die mittlerweile bei vielen annotierten Büchern kaum zu übersehen sind. Unterschiedliche Farben können dabei für verschiedene Kategorien stehen: Lieblingsmomente, wichtige Hinweise, lustige Szenen, traurige Stellen oder romantische Momente. Wie detailliert das Ganze wird, entscheidet jeder selbst.

Das Spannende daran: Monate später erzählt das Buch nicht mehr nur die Geschichte seiner Autorin oder seines Autors. Zwischen den Zeilen steckt auch die eigene Geschichte – mit spontanen Vermutungen, emotionalen Reaktionen und Gedanken, die man beim ersten Lesen hatte.

Ein Buch, zwei Perspektiven

Noch interessanter wird es, wenn ein annotiertes Buch weiterwandert. Genau so funktioniert unser kleiner Reading Club in der SUBWAY-Redaktion: Eine von uns liest das Buch zuerst und hinterlässt dabei ihre Anmerkungen. Danach bekommt die andere das gleiche Exemplar.

zeitig dasselbe Buch lesen. Zwei Menschen, ein Buch und Lust darauf, Gedanken miteinander zu teilen, reichen vollkommen aus.

Das eigene Leseleben auf Papier

Doch die Gedanken müssen nicht zwischen den Buchseiten bleiben. Mit einem Book Journal bekommt gleich das ganze Lesejahr seinen eigenen Platz. Welche Bücher wurden gelesen, welche haben begeistert und welche vielleicht enttäuscht? So entsteht nach und nach ein ganz persönliches Archiv der gelesenen Geschichten.

Welche Bücher habe ich dieses Jahr gelesen? Wie viele Sterne würde ich vergeben? Welche Charaktere sind mir im Gedächtnis geblieben? Welches Zitat möchte ich nicht vergessen? All das kann seinen Platz im Journal finden. Dabei gibt es keine Regeln. Manche Seiten sind minimalistisch und bestehen nur aus Titel, Datum und Bewertung. Andere werden mit Zeichnungen, Stickern, ausgedruckten Buchcovern, Zitaten und kleinen Statistiken gestaltet.



NÜTZLICHE KUNST FÜR ZUHAUSE



Wie aus einer naiven Frage ein **Designprodukt** entstand, das Fans in aller Welt begeistert

Mama, wie lange noch bis ...?“ Um diese wiederholte Frage ihrer Kinder anschaulich beantworten zu können, entwarf Anette Pörtner 2011 den „Wi-La-No“-Kalender. Die Diplom-Designerin ist bekannt für ihr farbenfrohes und zugleich minimalistisches Grafikdesign, das sie unter dem Label Wi-La-No® in ihrem eigenen Online-Shop und seit 2013 auch auf dem weltweiten Marktplatz Etsy vertreibt.

Clou des Posterkalenders ist die unkonventionelle Anordnung des Calendariums in Kombination mit einer feinfühligsten Farbgebung. Alle 52 Wochen sind untereinander angeordnet, jeder Monat hat eine andere Farbe. Anette entwickelt seit Jahren immer neue Farbkombinationen, denn bunte Streifen sind ihre Leidenschaft.

Bei der Gestaltung ihrer Produkte verzichtet die Designerin ganz bewusst auf optisches Beiwerk wie z. B. Illustrationen. Einzig die Farbauswahl und das durchdachte Layout erzielen ihre zeitlose, edle Wirkung an der Wand.

Doch leider werden gute Ideen gerne mal ungefragt abgekupfert. Tolles Kompliment oder eher geschäftsschädigendes Ärgernis? Ein US-Konkurrent, der auffallend ähnliche Kalender auf Etsy anbot, verwickelte Anette in einen kostspieligen Rechtsstreit, der sie nun finanziell brutal in die Knie gezwungen hat. „Ich hatte lediglich seine Produkte an Etsy gemeldet und sie waren kurzzeitig gesperrt.“ Doch der Mann schlug gnadenlos zurück: „Ich denke, er wollte mich einschüchtern und ging darum vor Gericht. Dank meiner hervorragenden Anwälte konnte ich ihn zum Glück in die Schranken weisen.“

Aktuell läuft zur Finanzierung der neuen Kalender für 2027 ein Crowdfunding, um die Produktion in der umweltfreundlichen Premium-Qualität wie bisher drucken zu lassen. Es sind mindestens 500 Vorbestellungen notwendig, damit der kostenintensive Offset-Druck sich wirklich rentiert.

Anettes Wandkalender werden seit 2011 regional bei Oeding Print in Rautheim gedruckt. Dort ist Nachhaltigkeit keine Greenwashing-Floskel, sondern wird seit vielen Jahren ausgesprochen ernst genommen. „Mir war es schon immer extrem wichtig, wirklich sinnvolle und umweltfreundliche Produkte zu gestalten. Darum lege ich sehr viel Wert auf Aspekte wie 100% Recyclingpapier, strenge Zertifizierungen wie z. B. Blauer Engel, Ökofarben und natürlich klimakompensierten Druck.“

Anette Pörtner - ohne KI getextet



Fotos Andreas Rudolph

**AWO-Radstation am
Braunschweiger Hauptbahnhof**



Bewachtes Parken • Pannenservice • Leihräder

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 05:30–22:30 Uhr

Samstag 06:00–21:00 Uhr

Sonntag 08:00–21:00 Uhr



Radstation
am Hauptbahnhof
Tel. +49 531 7076025
www.awo-bs.de



#folgeuns

Radstation



Beschützt.
Wenn aus Fürsorge
Zukunft wird.



sos-kinderdoerfer.de



SOS
KINDERDÖRFER
WELTWEIT

**Kunstmuseum
Wolfsburg**

**19.9.2026
—17.1.2027**

Tell Me Where Home Is

Mit großzügiger Unterstützung von

Stiftung
Niedersachsen

Volksbank
BRAWO

VR
Stiftung

Kooperationspartner

wilhelmhackmuseum

Medienpartner

arte monopol

Cristina de Middel, San Isidro Pongua, Oaxaca, MEXICO, 2019

DER ERSTE VEGANE RUNNERS CLUB

Was Lukas Baumann in Braunschweig bewegt

Wer Montagabend im Braunschweiger Prinzenpark unterwegs ist, hat sie vielleicht schon bemerkt: Immer mehr Laufbegeisterte schnüren gemeinsam ihre Turnschuhe und motivieren sich gegenseitig. Was steckt dahinter und warum geht es dabei längst um mehr als nur Sport?

Mit seinem veganen Runners Club „Plant Paced“ bringt Lukas Baumann, Sportler und ehemaliger Footballspieler der Braunschweig Lions, Menschen zusammen, die sich gerne in der Natur bewegen und sich für pflanzliche Ernährung interessieren. Er selbst möchte mit seinem Instagram-Account @veganerathlet auch gesellschaftlich etwas bewegen und zeigt, dass sich ein gesunder Lebensstil, Tier- und Umweltschutz und Muskelaufbau nicht ausschließen. Mit einfachen Rezepten, gesellschaftlichen Themen und vielseitigem Input erreicht er mittlerweile mehr als 76.000 Menschen auf Instagram.

Um sich und andere Menschen der Community nicht nur online, sondern auch im echten Leben zu verbinden, gründete Lukas

vor einigen Monaten den Runners Club. Seitdem entwickelt sich die Gruppe stetig weiter: Aus einer Handvoll Läufer ist mittlerweile eine Gruppe in der Größe einer Schulklasse geworden und bei jedem Treffen kommen neue Gesichter dazu.

Im August veranstaltete der Fitnesscoach außerdem das erste Community-Event im Café Krokus. Bei pflanzlichen Snacks, Getränken und Musik kamen zahlreiche Laufbegeisterte und Menschen, die sich für vegane Ernährung interessieren, zusammen. Auf seinem Kanal macht Lukas immer wieder deutlich, dass sowohl in der Laufgruppe als auch bei seinen Veranstaltungen Menschen unabhängig von ihrem aktuellen Ernährungsstil willkommen sind. Im gemeinsamen Austausch können so neue Perspektiven und Raum zum Ausprobieren entstehen.

Der Sportler verzichtet bereits seit 2019 auf Fleisch und Fisch und lebt mittlerweile seit ungefähr zweieinhalb Jahren vegan. Die zunehmende Auseinandersetzung mit dem Leid der Tiere in der Lebensmittelindustrie

habe ihn zum Umdenken bewegt. Auch die Auswirkungen der Ernährung auf die Umwelt und die Gesundheit sind Themen, die auf seinem Instagram-Kanal regelmäßig eine Rolle spielen.

Mit mehr als neun Jahren Erfahrung in der Fitnessbranche entwickelte er sein eigenes Online-Coaching-Programm und möchte seinen „Coachees“ zu einem gesünderen Lebensstil inklusive mehr Spaß am Kochen und an Bewegung verhelfen. Die Fortschritte seiner Teilnehmenden zeigt er regelmäßig voller Stolz auf seinem Kanal. In Zukunft möchte er noch mehr Menschen erreichen und den Runners Club vergrößern und in weiteren Städten etablieren.

Du möchtest mitmachen?

Wann? Montags ab 18 Uhr

Wo? Prinzenpark

Mehr Infos gibt es auf dem Instagram-Kanal @plant_paced.

Lina Tauscher

Foto: Lina Tauscher

MITMACHECK



Ein neuer Treffpunkt für das Östliche Ringgebiet



Kuni Dudek (Projektkoordinatorin) vor dem MitMachEck der Bürgerstiftung Braunschweig

Seit dem Frühjahr gibt es im Östlichen Ringgebiet einen neuen Ort für Begegnungen: das MitMachEck der Bürgerstiftung Braunschweig. Das ehemalige Ladengeschäft in der Nußbergstraße 9 / Ecke Rosenstraße wurde von der Stiftung renoviert. Das Schaufenster mit dem großen roten MitMachEck-Logo ist schon von weitem zu sehen. Es macht deutlich, wofür es der Bürgerstiftung geht: ums Mitmachen!

Das MitMachEck ist ein Ort für alle, die Ideen teilen, sich begegnen und gemeinsam aktiv werden möchten. So will die Bürgerstiftung Menschen zusammenbringen und Einsamkeit entgegenwirken. Egal ob jung oder alt, neu im Quartier oder schon lange hier – das MitMachEck gehört allen, die Lust haben, Teil einer aktiven Nachbarschaft zu sein. Bereits jetzt gibt es ein

vielfältiges Programm: immer donnerstags nähen Ehrenamtliche Nesteldecken oder Plüschesel für ein Lese-Projekt der Bürgerstiftung. Es gibt Workshops zu Rhetorik und Fake News. Bei „Gemeinsam digital“ beantworten Studierende Senior*innen Fragen zu Handy, Laptop und Co.

Die Bürgerstiftung wünscht sich, dass das Programm weiter wächst und sich Menschen mit Ideen und Zeit einbringen. Damit das MitMachEck mit Leben gefüllt ist und das Östliche Ringgebiet noch ein Stück wärmer und verbundener wird. Wer mehr erfahren will, schaut einfach mal vorbei, informiert sich unter www.buergerstiftung-braunschweig.de/mitmachcheck oder schreibt eine Mail an Projektkoordinatorin Kuni Dudek (Kontakt: k.dudek@buergerstiftung-braunschweig.de). Gefördert wird das Projekt von der Deutschen Fernsehlotterie.

Über die Bürgerstiftung Braunschweig

Die Bürgerstiftung Braunschweig wurde 2003 von rund 100 Braunschweiger Bürgerinnen und Bürgern gegründet. Die Stiftung hat folgende Zwecke: Bildung und Erziehung, Jugendhilfe und Altenhilfe, Kunst, Kultur und Denkmalschutz, Wissenschaft und Forschung, Umweltschutz und Naturschutz, Heimatpflege und Völkerverständigung sowie Sport und Gesundheit. Sie fördert jährlich über 120 Projekte – dabei arbeiten zwölf Hauptamtliche und mehr als 600 Ehrenamtliche zusammen. Die Stiftung ist Trägerin des Gütesiegels für Bürgerstiftungen und gehört zu den 10 erfolgreichsten von 436 deutschen Bürgerstiftungen. Weiterführende Informationen unter: www.buergerstiftung-braunschweig.de

Foto: Bürgerstiftung Braunschweig



AUS DEM NEST HÜPFEN

Meine Gedanken und Gefühle zum **alleine wohnen**

Ein paar Momente, und auf einmal trägst du Federn, einen kleinen Schnabel und bist dabei fliegen zu lernen. Du siehst an dir herunter und bist ein kleiner Vogel. Dein vorheriges Leben hast du im warmen Nest deiner Eltern verbracht, und auf einmal sollst du fliegen lernen. Das Nest zu Hause ist plötzlich zu klein für deine eigenen Träume.

Du springst.

Du bist jetzt auf deinem eigenen Weg, die Welt zu entdecken. Kein Küken mehr, aber auch noch kein richtiger Vogel. So fühlt sich der Auszug von den Eltern an.

Das Leben im Freien

Ich lernte vor einem Jahr, wie man fliegt. Ich war 18 und fühlte mich bereit, aus dem

Nest zu hüpfen. Es war nicht immer leicht, aber ich würde jetzt allen empfehlen, alleine zu wohnen, weil es für mich mittlerweile das Schönste der Welt ist.

Seit ich ausgezogen bin, hat sich viel verändert. Ich habe angefangen, mich selber kennenzulernen. Vor meinem Auszug habe ich Zeit mit meiner Familie, meinen Freunden und Bekannten verbracht, aber mit einer Person nicht - und zwar mit mir.

Wermöchtest du sein, wenn niemand mehr für dich entscheidet?

Ich habe gelernt, was ich mag und ich musste das auch lernen, da es niemanden mehr gibt, der Entscheidungen für mich trifft. Niemand kauft für mich ein, sagt mir, wann ich aufstehen soll oder welchen Film

ich nach dem Essen schaue.

Ich bin dazu gezwungen, mir meine eigene Routine aufzubauen und zu tun, was immer ich möchte. Dadurch habe ich zunächst Fehler gemacht, aus ihnen eigenständig gelernt und dann versucht, Lösungen umzusetzen.

Ich habe mir Systeme aufgebaut, wie zum Beispiel alles in meinen Kalender einzutragen oder jeden Morgen zehn Minuten auf dem Balkon die Natur zu genießen. Ich war dazu gezwungen zu lernen, wie ich mit Geld umgehe und wie ich meinen Alltag gestalte. Ich baute mir mein eigenes Nest.

Mittlerweile bin ich gerne ein kleiner Vogel. Und das alles schließt nicht aus, dass das Leben mit anderen Menschen nicht genauso schön sein kann. Aber ich habe mich dem Alleinsein gestellt - und auch der Einsamkeit, die es manchmal mit sich bringt und es hat sich gelohnt.

Ich fühle mich frei wie ein Vogel.

Am Ende ist das Leben auch nur ein Raum, den du selbst einrichtest

Ich lebe nun in meiner eigenen Oase, die ich mir Stück für Stück aufbaue. Durch sie bin ich mehr ich selbst. Ich kann mich jederzeit zurückziehen, wenn ich das möchte, und sie bietet mir Schutz und Geborgenheit.

Falls du gerade ausziehst, es bald vor hast oder deine Kinder ausziehen und du Ängste hast, kann ich dir mitgeben, dass es für mich eine wunderschöne Erfahrung war und immer noch ist.

Du entscheidest. Du entscheidest, wer mit nach Hause kommt. Du entscheidest, wann du isst und was du isst. Du entscheidest, welche Musik du hörst und wie laut sie ist.

Und irgendwann erkennst du, dass das Leben genau so ist. Du entscheidest und gestaltest dir deinen Platz im Leben. Du kannst zwei Wege gehen: den, den andere für dich wählen oder deinen eigenen.

Zieh aus. Küss Menschen. Buch diese Reise. Finde dich selbst.

Wer bist du?

Mari Klauk

Foto privat

Naishi

MATHIEU BIERI, ALEX FORTINEAU

Genre Kartenspiel **Verlag** Board Game Circus
Spieler 2 **Alter** ab 10 Jahren

Spiele in denen man, um zu punkten, Karten möglichst clever in ein Raster legen muss, gab es in letzter Zeit immer häufiger. „Naishi“ fügt zwei interessante neue Kniffe hinzu. Erstens: Dein 5x2-Raster besteht aus fünf Karten auf dem Tisch und fünf Karten in deiner Hand, die aber erst zur Endwertung zu einem Ganzen zusammengelegt werden. Zweitens: Du darfst die Positionen deiner Karten nicht verändern, weder auf der Hand noch auf dem Tisch. Du wirst sie im Laufe des Spiels abwerfen und durch andere Karten vom Markt ersetzen, aber die Positionen bleiben gleich. Wer es dann geschafft hat, die verschiedenen Punktebedingungen der einzelnen Karten am besten zu erfüllen, gewinnt dieses taktische Duell. Spannende neue Mechaniken, stimmungsvolles Japan-Thema, elegante Illustrationen, was will man mehr? **LW**

Fazit ruhig & klug

Dito!

MARTIN ANG

Genre Partyspiel **Verlag** Game Factory
Spieler 3 bis 7 **Alter** ab 10 Jahren

Manchmal sind es die einfachen Ideen, die am Ende die Preise absahnen. „Dito!“ ist das frisch gebackene Spiel des Jahres 2026 und ist ein Assoziationsspiel für mittelgroße Gruppen. Alle bekommen einen Whiteboardmarker und ein abwaschbares Tableau mit 9 Feldern. Eine gezogene Karte gibt nun die Kategorie vor, zu der geheim drei Begriffe notiert werden müssen. Das könnten Dinge sein wie: „Coole Superkräfte“, „Lieder die jeder kennt“ oder „Andere Filmsnacks als Popcorn“. Das wiederholen wir noch zweimal, bis alle neun Felder ausgefüllt sind und gehen dann zur zweiten Phase über. Reihum nennen nun alle jeweils einen ihrer Begriffe. Andere haben den auch notiert? Bestens. Einkreisen, das gibt nen Punkt. Gibt es genau eine einzige Person mit demselben Begriff? Perfekt. Das gibt ein BFF-Sternchen für Extrapunkte. Keine Übereinstimmung? Pech gehabt. Leider durchstreichen, der wird nicht gewertet. Am Ende gibt's noch Bonuspunkte für vervollständigte Reihen und nach insgesamt drei dieser Runden kommt die Wertung. Ein großer Spaß, der zuweilen hitzige Diskussionen auslöst. **LW**

Fazit Hab' ich auch!



Froschreich TOMÁŠ HOLEK

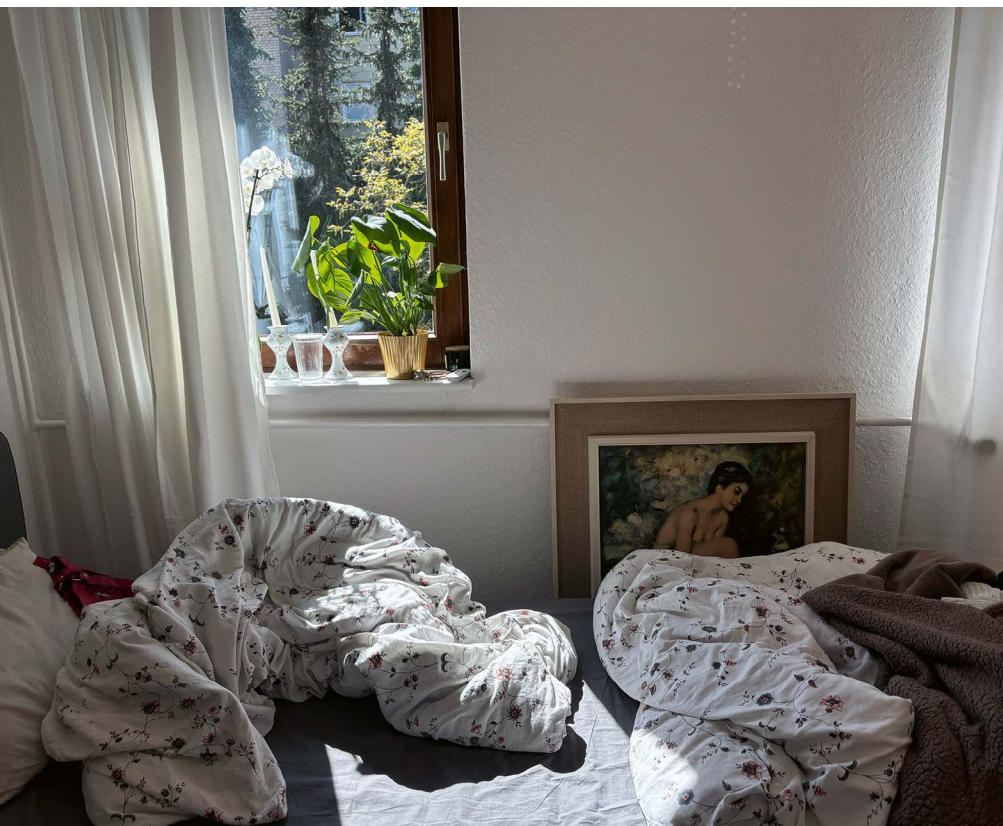
Genre Kartenspiel **Verlag** MM-Spiele
Spieler 1 bis 4 **Alter** ab 8 Jahren

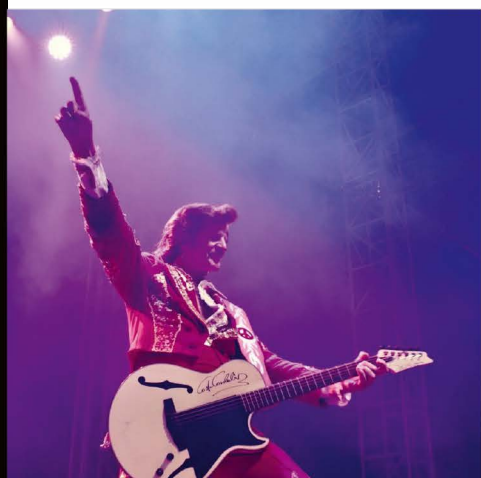
Der grimmig dreinblickende Schmuckhornfrosch auf dem Deckel dieses tollen Kartenlegespiels lässt so manchen womöglich erstmal die Nase rümpfen (Futurama-Fans vielleicht ausgenommen: die denken sicher an die Hypnokröte und sind gleich überzeugt). Aber, hear me out: In der Schachtel, und später auf dem Tisch, entfaltet sich dann eine enorm farbenfrohe Froschvielfalt (sagt das fünf mal schnell hintereinander), herrlich illustriert von Jiří Kůs. In jedem unserer 15 Spielzüge legen wir einen Frosch (oder Lebensraum) in unseren jeweiligen Teich, so dass am Ende ein 5x3-Raster entstanden sein wird. All diese Frösche haben unterschiedliche Wertungsbedingungen, die erfüllt werden wollen: Mindestens drei andere Froscharten berühren, mindestens vier umgedrehte Wasserkarten im Teich, an mindestens zwei Lebensräume angrenzen, etc. Je größer eine zusammenhängende Gruppe gleicher Frösche ist, die ihre Bedingung erfüllt, desto mehr Punkte gibt es. Eine spannende Optimierungsaufgabe also, die aber sehr viel Spaß macht, wenn man sich nicht von der vielen Ikonografie hat abschrecken lassen. **LW**

Fazit ribbit-ribbit



Foto Capstone Games





„AM BESTEN TASCHENTÜCHER NICHT VERGESSEN.“

Schlager-Ikone **Dieter Thomas Kuhn** zur Doku
„Und es war Sommer“

Er sang schon Schlager als Helene Fischer noch in die Schule ging. Mit seinen Spaß-Versionen der 70er Jahre-Schlager avancierte Dieter Thomas Kuhn zur Kultfigur und füllt seit Jahrzehnten die Hallen quer durch die Republik. Fönwelle, Glitzeranzug und Brusthaar-Toupet sind das Markenzeichen des gelernten Masseurs aus Tübingen. Wegen Krankheit musste die Konzert-Tour in diesem Jahr ausfallen. Dafür gibt es nun mit „Und es war Sommer“ einen Dokumentarfilm über die Schlager-Ikone. Mit Dieter Thomas Kuhn unterhielt sich unser Mitarbeiter Dieter Oßwald.

Herr Kuhn, Musikerbiografien sind überaus populär auf der Leinwand. Von Queen und Michael Jackson lernen, heißt Siegen lernen?

Kuhn Nicht so ganz, die beiden erwähnten Musiker sind ja bereits tot. Zudem weiß ich gar nicht, ob man unseren Film als Bio-Pic im üblichen Sinn bezeichnen kann. Bei „Bohemian Rhapsody“ und „Michael“ gab es Schauspieler, bei unserem Film sind wir selbst die Darsteller.

War es von vornherein klar, wie die Doku aussehen sollte, oder war das ein Work-in-progress?

Ich wusste eigentlich gar nicht so richtig, was da auf mich zukommt mit diesem Film. Wir haben uns darauf eingelassen, mit einer jungen Filmemacherin eine Dokumentation zu machen. Was das aber genau bedeutet, war zu Beginn nicht klar. Das Team war uns Tag und Nacht auf den Fersen. Zunächst war ich etwas skeptisch, nach einigem Überlegen war ich aber bereit, mich auf so einen Verfolgungsfilm einzulassen. Und zwar hundertprozentig, weil sonst kann ich es gleich ganz lassen.

Wie groß war Ihr Einfluss auf den Dreh?

Ich habe auf den Dreh überhaupt keinen Einfluss genommen. Der Deal war, keine Einmischung. Zunächst musste ich mich gewöhnen an diese Beobachtung über die Dauer von anderthalb Jahren. Bisweilen hat mich manches gestört, aber meine Strategie war, gelassen zu bleiben, wenn die Kamera plötzlich neben dir steht. In solchen Situationen musste ich mir einfach sagen: Kuhn, du hast dich ja eingelassen auf diesen Trip.

Apropos „Der Trip“: So hieß Ihr erster Film vor drei Jahrzehnten. Warum ging es nicht weiter mit der Kinokarriere?

Es lag nicht an meinen Ambitionen, ich habe einfach keine Angebote mehr gekriegt. Sonst wäre ich jetzt wahrscheinlich auf dem Niveau von Lars Eidinger. Aber es wollte mich keiner. Deswegen habe ich mich eben wieder auf die Musik konzentriert.

Ein heikler Punkt ist die Krankheit von Gitarrist Philipp Feldtkeller im Film so offensiv darzustellen. War das eine lange Überlegung oder passierte es eher intuitiv?



Das war allein die Entscheidung von Philipp. Ich war natürlich einverstanden, wenn er über den Stand der Dinge offen reden wollte.

Es wurde viel Material gedreht. Würde das nicht für eine Serie reichen: Es war Sommer. Es war Frühling. Es war Herbst, DTK als die vier Jahreszeiten?

Ich könnte mir das gut vorstellen, das viele Material gibt das sicherlich her. Eine Serie bei Netflix oder wenigstens Amazon wäre doch recht schick.

Der Arbeitstitel lautete „Im Rhythmus der Utopie“. Weshalb wurde das geändert?

„Es war Sommer“ hat etwas Freundliches und Schönes, was uns begleitet hat. Unsere Sommerkonzerte sind das, was uns über die Jahre ausgemacht hat. Das mit der Utopie klingt vielleicht ein bisschen zu wissenschaftlich.

Mit welchen Gefühlen sieht man die alten Bilder?

Da kommt schon ein bisschen Wehmut auf. Wenn man bedenkt, diese Jugend ist einfach vorbei und das kommt nicht mehr. Das Schöne ist, zu sehen, dass wir immer noch dabei sind und das weiterhin machen können. Vor kurzem haben ich ein paar Ausschnitte von den Stones gesehen, wo Mick Jagger und Co. die Treppen herunter stolpern. Mit über 80 Jahren dürfen sie gern in der Gegend herumstolpern, aber was müssen die erst sagen, wenn sie ihre Jugendfotos sehen? Insofern bin ich ganz zufrieden, wenn ich mich da von früher so sehe. Gut gealtert, würde ich mal sagen.

Ein historischer Einschnitt war das Ende der Karriere mit dem Schneiden der Glatze in der Schleyer-Halle. Wie wirken diese Bilder auf Sie heute?

Diese Szene, wo wir uns die Haare schneiden lassen, war für alle ein bewegender Moment, das ist mir noch sehr gut in Erinnerung. Das Schlimmste war, die verschiedenen Kopfformen zu sehen.

Damit war ich überhaupt nicht zufrieden, weil ich hinten so eine richtige Platte habe. Ich war froh, als die Haare dann wieder nachgewachsen sind.

„Wer die Dreigroschenoper nicht kennt, hat im Leben was verpasst!“ haben Sie einmal gesagt. Was macht Brecht so besonders für Sie?

Die Dreigroschenoper ist für mich ein sehr aktuelles, bewegendes Stück. Uns wurde damals die weitere Aufführung aus rechtlichen Gründen leider verboten. Aber in dieser Zeit habe ich ganz viel gelernt über Musik an sich. Auch über die Weitsicht von Bertolt Brecht, wie einfach das Leben doch konstruiert ist. Seit Jahrhunderten hat sich fs eigentlich nichts verändert. Es geht um Frauen, es geht ums Geld und um Macht. Was anderes hat die Welt noch nie richtig bewegt. Deswegen ist das so aktuell und wird die nächsten 2000 Jahre aktuell bleiben.

„Es war Sommer“ ist Vergangenheit. Wie steht es um die Zukunft? Wann wird's mal wieder richtig Sommer?

Um es mit Rudi Carrell zu sagen: „Lass dich überraschen!“. Es gibt auf alle Fälle eine CD mit unserem Programm mit der SWR Big Band.

Was ist der Ratschlag für Kinogänger für diesen Film? Sollten Sonnenblumen mitgenommen werden?

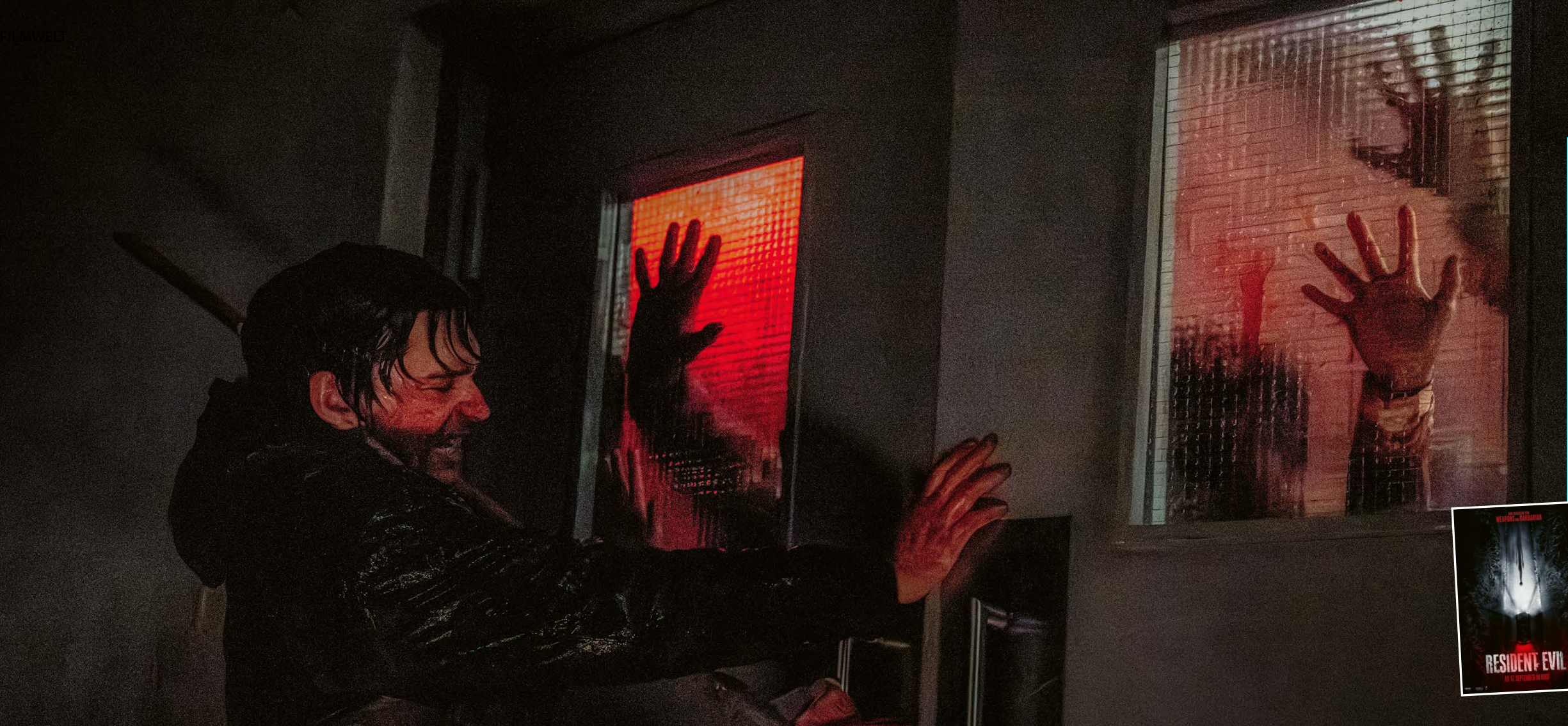
Ich gehe davon aus, dass die Kinos sich darauf einstellen und Ramazotti bereitstellen. Sonnenblumen sind wie immer willkommen. Reis wirft man bei der Rocky Horror Picture Show.

Was erfährt der Fan Neues auf der Leinwand?

Der überzeugte Kuhn-Fan weiß wahrscheinlich schon alles von mir, vermutlich mehr als ich selbst. Für Leute, die uns nur vom Hörensagen kennen, dürfte das allerdings eine ganz interessante Geschichte werden. Am besten Taschentücher nicht vergessen.

Dieter Oßwald

Fotos: Neue Visionen



Resident Evil

Für Kurierfahrer Bryan beginnt der Tag mit einem Routineauftrag: Er soll ein biomedizinisches Paket ausliefern. Doch schon bei der Übernahme gerät alles außer Kontrolle. Aus der gewöhnlichen Fahrt wird ein Albtraum, aus dem es kein Entkommen zu geben scheint. Mit jeder Station wird die Lage bedrohlicher, während Bryan immer tiefer hineingezogen wird. Die geheimnisvolle Fracht löst Ereignisse aus und macht die Nacht zum Kampf ums Überleben. Je weiter der Transport voranschreitet, desto mehr verschwimmen Realität und Horror. Schon gewusst?

Regie Zach Cregger
Besetzung Austin Abrams, Paul Walter Hauser, Zach Cherry u. a.

SCHON GEWUSST?

Regisseur Zach Creggers bremste Fans persönlich etwas aus und verriet in einem Interview, dass „Resident Evil“ seinen vorherigen Horror-Hits „Barbarian“ (2022) und „Weapons“ (2025) gar nicht ähneln würde, sondern eher dem Genreklassiker „Tanz der Teufel II – Jetzt wird noch mehr getanzt“ (1987).

START 17. Sept **GENRE** Horror, Sci-Fi, Thriller



START 24. Sept **GENRE** Abenteuer, Action

Eiserne Wildnis - Heart Of The Beast

Nach einem verheerenden Flugzeugabsturz strandet der ehemalige Special-Forces-Offizier James Belmont mit seinem Militärhund Odin in der abgelegenen Wildnis Alaskas. Von der Außenwelt abgeschnitten, sind die beiden aufeinander angewiesen, um eisigen Temperaturen, unwegsamem Gelände und Hunger zu trotzen. Während die Hoffnung auf Rettung schwindet, werden Ausdauer und Zusammenhalt auf die Probe gestellt. Um zu überleben, muss James all seine Fähigkeiten einsetzen und sich den Gefahren der Wildnis stellen.

Regie David Ayer **Besetzung** Brad Pitt, J. K. Simmons, Anna Lambe u. a.

SCHON GEWUSST?

Zwar spielt „Eiserne Wildnis - Heart Of The Beast“ in Alaska, die tatsächliche eiserne Wildnis des Films liegt aber in Neuseeland. Sämtliche Drehorte befanden sich auf der Südinsel statt in Alaska. Der Süden Neuseelands eignet sich durch seine über 3000 m hohen Berge und Gletscher perfekt als Double.



START 24. Sept **GENRE** Komödie

Spa Weekend

Jane, Mel, Coco und Sophie sind seit Jahren beste Freundinnen. Zwischen Jobs, Beziehungen, Familie und Kindern haben sie sich selbst und ihr Wohlbefinden aus den Augen verloren. Und das soll sich nun ändern – Zeit für eine Auszeit: In einem luxuriösen Resort wollen die vier mit einem prall gefüllten Wellnessprogramm wieder zu sich finden. Doch zwischen Entspannung, Selbstfürsorge und jeder Menge Spaß läuft natürlich einiges aus dem Ruder.

Regie Jon Lucas, Scott Moore **Besetzung** Leslie Mann, Isla Fisher u. a.

SCHON GEWUSST?

Isla Fisher wurde nach Abschluss der Dreharbeiten offiziell geschieden.



START 10. Sept **GENRE** Action, Drama, Historie

The Uprising - Für die Freiheit

England im 14. Jhr.: Nach einer verheerenden Pestwelle, hoher Steuerlast und wachsender sozialer Ungleichheit wächst der Widerstand gegen König Richard II. Der einfache Bauer Ploughman schließt sich den Rebellen um Wat Tyler und den Prediger John Ball an. Gemeinsam ziehen sie nach London, um gegen die herrschenden Verhältnisse zu protestieren. Als die Auseinandersetzungen eskalieren und Gewalt ausbricht, sieht sich der junge König zu Verhandlungen gezwungen. Nun entscheidet sich, ob der Aufstand seine Forderungen durchsetzen kann.

Regie Paul Greengrass **Besetzung** Andrew Garfield, Jamie Bell, Cosmo Jarvis u. a.

SCHON GEWUSST?

Der Bauernaufstand von 1381 war vor „Der Aufstand“ noch nie auf der Leinwand dramatisiert worden, obwohl er ein grundlegendes Ereignis des britischen Nationalbewusstseins war und an Schulen im ganzen Land unterrichtet wurde.



START 03. Sept **GENRE** Biopic, Drama

That's Why The Lady Is A Champ

Christy Martin wächst in einer Kleinstadt in West Virginia auf, bis ihr Talent für den Kampfsport ihr den Weg in den Profiboxsport eröffnet. Unter der Anleitung ihres Trainers und späteren Ehemanns Jim kämpft sie sich mit Ehrgeiz an die Spitze. Doch während ihre Karriere Erfolge feiert, wird ihr Privatleben zunehmend schwieriger. Familiäre Konflikte, die Suche nach ihrer Identität und die belastete Beziehung zu Jim stellen Christy vor große Herausforderungen. Sie muss bald nicht nur im Ring, sondern auch außerhalb des Boxsports um ihr Leben kämpfen.

Regie David Michôd **Besetzung** Sydney Sweeney, Ben Foster, Merritt Wever u. a.

SCHON GEWUSST?

Christy Salters selbst war mit Sydney Sweeneys Auftritt als sie einverstanden. Wiederum Sydney Sweeney bestand darauf, die Kampfsequenzen ohne Stunt-Double zu filmen.

*Stand 25. August 2026. Alle Angaben ohne Gewähr.

Text Ivonne Jeetze
 Fotos LEONINE, Constantin Film, Paramount Pictures,
 DCM Filmdistribution, Tobis

PROFIL EINER ERFOLGSSERIE

Warum **Criminal Minds** auch nach 19 Staffeln noch funktioniert – und eine Serie über Serienmörder zum Comfort TV werden konnte.



Wir müssten es inzwischen besser wissen: Wenn in den ersten Minuten eine Familie nachts über eine einsame Landstraße fährt, wird sie ihr Ziel vermutlich nicht erreichen. Wenn Penelope Garcia hektisch auf ihrer Tastatur tippt, findet sie innerhalb weniger Sekunden die fehlenden Infos. Und wenn die BAU in ihren Jet steigt, ist längst klar: Das Böse hat ein Muster. Trotzdem drücke ich immer wieder auf „Nächste Folge“. Comfort TV sollte sich eigentlich nach warmem Kaffee, vertrauten Wohnzimmer und harmlosen Problemen anfühlen – nicht nach Tatorten, Obduktionsberichten und Serienmördern. Trotzdem ist Criminal Minds für viele Fans genau das geworden: eine Serie, zu der man immer wieder zurückkehrt. Nicht trotz ihrer vertrauten Formel, sondern wegen ihr. Denn so grausam die Fälle auch sein mögen, Criminal Minds vermittelt ein beruhigendes Versprechen: Hinter jeder Tat steckt ein Motiv, hinter jedem Verhalten ein Muster und irgendwo sitzt ein Team, das genau genug hinsieht, um beides zu erkennen.

Mehr als Gesichter

Dabei mussten Fans im Laufe der Jahre auch schon oft Abschied nehmen. Gideon ging – und mit ihm der melancholische Mentor der

ersten Stunde. Hotch verschwand – und mit ihm jene stoische Autorität, die trotz aller Umstände Ruhe ausstrahlte. Derek Morgan nahm seine Wärme, seine Entschlossenheit und sein „Babygirl“. Und auch Spencer Reid, wandelndes Lexikon und emotionales Zentrum für eine ganze Fangeneration, gehört heute nicht mehr zum festen Team. Jeder dieser Abschiede hinterließ eine Lücke, trotzdem funktioniert(e) die Serie weiter. Vielleicht, weil ihre eigentliche Hauptfigur nie ein einzelner Profiler war, sondern die BAU selbst. Neue Charaktere wurden nicht einfach zu Kopien ihrer Vorgänger: Rossi war kein zweiter Gideon und Luke Alvez kein Ersatz-Morgan. Sie brachten eigene Geschichten, Konflikte und Dynamiken mit – und bewahrten trotzdem das Gefühl, zu einer Familie zu gehören. Die Besetzung änderte sich, doch das emotionale Zuhause blieb.

Evolution statt Stillstand

Genau dieses Zuhause rettete die Serie schließlich auch über ihr vermeintliches Ende hinaus. Als Criminal Minds 2020 nach 15 Staffeln eingestellt wurde und zwei Jahre später als Criminal Minds: Evolution zurückkehrte, tat die Serie etwas, das nach einer derart langen Laufzeit fast schon mutig wirkt: Sie entwickelte sich weiter. Die Fälle werden seitdem nicht mehr einfach nach 45 Minuten abgeschlossen: Die BAU löst weiterhin einzelne

Verbrechen, doch ein zentraler Gegenspieler und seine Geschichte ziehen sich durch die gesamte Staffel. Evolution ist düsterer, langsamer und persönlicher – bleibt im Kern aber unverkennbar Criminal Minds.

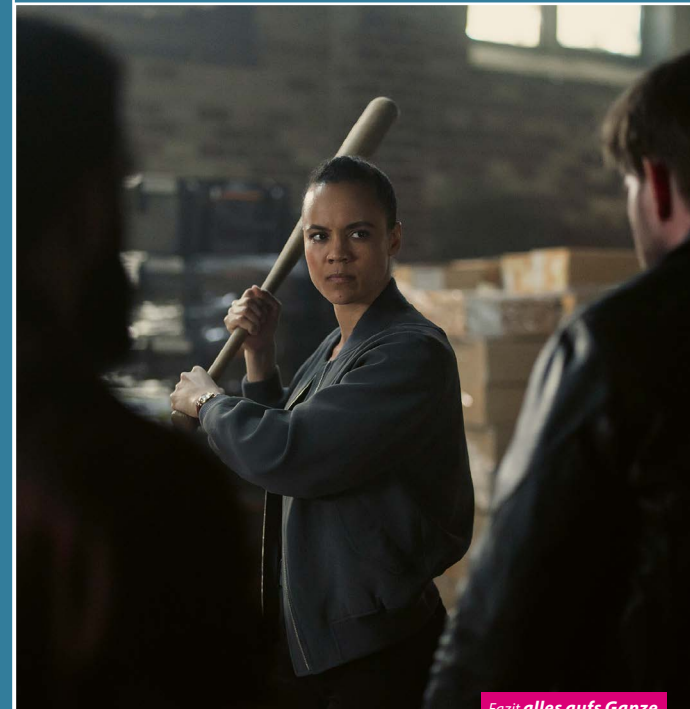
Auch gesellschaftliche Entwicklungen sind Teil der Handlung. So diente die Pandemie nicht nur als beiläufige Zeitangabe, sondern wurde zum Ausgangspunkt und Ursprung für ein digitales Netzwerk von Serienmördern: Isolation, Radikalisierung und das Darknet werden Teil der übergeordneten Geschichte. Daneben geht es um psychische Belastungen, Trauer, Identität und persönliche Grenzen. Für eine Serie, die 2005 startete, ist das keine nebensächliche Entwicklung. Natürlich ist Criminal Minds nicht plötzlich frei von Schwächen: Nach Hunderten Fällen erscheint auch der einfallsreichste Täter nur als Variation eines bereits bekannten Albtraums.

Aber vielleicht erwarten Fans längst keine permanente Neuerfindung mehr. Nach 19 Staffeln kennen wir das Ritual, den Konferenzraum, den Jet, die Profile und die bedeutungsschweren Zitate am Anfang und Ende einer Folge. Das Erfolgsprofil von Criminal Minds lautet deshalb wohl: verändert, aber weiterhin besonders. Das Böse wechselt sein Gesicht. Die Menschen, die ihm entgegentreten, auch. Doch das Versprechen bleibt: „Wir fliegen!“

Jaquelin Ohk

Foto: Paramount Pictures, Netflix, Apple TV+, prime video

Streifen



Fazit **alles aufs Ganze**

» NEAGLEY

Frances Neagley (Maria Sten) ist Privatdetektivin in Chicago und war einst Schülerin von Jack Reacher (Alan Ritchson) in der 110th Special Investigations Unit der US-Armee. Kann somit auf langjährige Erfahrung zurückgreifen, die sie in dem Job braucht.

Als sie vom Tod einer geliebten Freundin aus ihrer Vergangenheit bei einem verdächtigen Unfall erfährt, schwört sie, Gerechtigkeit zu erlangen. Absolut entschlossen, die Verantwortlichen zur Rechenschaft zu ziehen, nimmt sie allein die Ermittlungen auf. Mit all ihrem Wissen, das sie von Jack Reacher und aus ihrer Zeit bei der Spezialeinheit gewonnen hat, begibt sich Neagley auf einen gefährlichen Weg, um ein bedrohliches Übel aufzudecken.

Spin-off zur Amazon-Serie „Reacher“.

Verfügbar auf Amazon prime

Start 16. September 2026

Genre Action, Drama, Krimi, Thriller

Mit Maria Sten, Greyston Holt, Jasper Jones u. a.

» LAST SEEN

Das Familienglück des Polizeibeamten Ian Hunt (Patrick Brammall) brach vor elf Jahren komplett zusammen, als seine einzige Tochter Maggie plötzlich spurlos verschwand. Dieser Schicksalsschlag veränderte sein Leben und ihn für immer. Heute arbeitet er als Polizeidisponent. Ausschließlich sein unbezwingbarer Glaube, dass sie noch leben könnte und er sie eines Tages wieder in die Arme schließt, gibt ihm Kraft. Als er dann einen Notruf von einem jungen Mädchen erhält, ist er fest davon überzeugt, dass es sich bei ihr um seine Maggie handelt, da er glaubt, ihre Stimme zu erkennen. Entschlossen, setzt Ian alles daran sie zu finden, und gleichzeitig seine zerrüttete Familie wieder zu vereinen, egal, wie hoch der Preis ist.

Verfügbar auf Apple TV

Start 9 September 2026

Genre Thriller, Drama

Mit Patrick Brammall, Maxine Peake, Brendan Cowell u. a.



Fazit **nie aufgeben**

» A DIFFERENT WORLD

„A Different World“ am Hillman College ist zurück: Ein neuer Jahrgang nimmt das Studium auf, während vertraute Personen heimkehren. Im Mittelpunkt steht Deborah Wayne, die behütet aufgewachsene jüngste Tochter von Whitley und Dwayne. Die freigeistige junge Frau mit Sinn für das Rampenlicht und großem Herzen sucht auf dem Campus ihren eigenen Weg.

Eingebettet in den Alltag, die Widersprüche und den besonderen Spirit einer historisch afroamerikanischen Hochschule ist „A Different World“ eine hoffnungsvolle Dramey-Serie, die mit viel Humor und Gefühl die Schönheit und Komplexität Schwarzer Lebenswelten feiert. Die Serie stammt von Showrunnerin, Autorin und ausführender Produzentin Felicia Pride sowie ausführender Produzentin und Regisseurin Debbie Allen.

Verfügbar auf Netflix Start 24. September 2026

Genre Komödie Mit Maleah Joi Moon, Aljah Kai, Chibuike Uche u. a.



Fazit **das Leben leben**

ANNA MÉSZÁROS: FROM HERE ON OUT, FROM HERE ON IN [COPY-SHOP BALLADE]



Suche in verschiedenen Kontexten, wobei sie – jedes Mal aufs Neue – dieselben Schritte geht. Sie wirft dabei Fragen auf und arbeitet durch Berge von Dingen auf ihre ganz eigene Weise hindurch.

Eröffnung zur Sommernacht im Schloss Wolfsburg

Am Freitag, den 4. September, wird um 18.30 Uhr die Ausstellung in den Vereinsräumen von Junge Kunst e. V. eröffnet. Die Vernissage findet im Rahmen der diesjährigen Sommernacht des Schloss Wolfsburg statt. Hauptsponsor der Ausstellung ist die Volkswagen Group.

Der Verein Junge Kunst e. V.

Seit 1998 existiert Junge Kunst e.V. mit dem Ziel, Kunst zu fördern und das Profil von Wolfsburg als Kunststadt durch Ausstellungen von Gegenwartskunst zu stärken. Der Fokus des Vereins liegt auf der Förderung von Künstlerinnen und Künstlern der jüngeren Generation.

Junge Kunst e. V.

Schloßstraße 8, 38448 Wolfsburg
Website: junge-kunst-wolfsburg.de
Eröffnung: 4.9.2026, 18:30 Uhr im Schloss WOB
Laufzeit: bis 13.11.26
Öffnungszeiten: Mi–So, 12–18 Uhr und nach Vereinbarung (Änderungen vorbehalten), Eintritt frei

Text Lisa Leguin Fotos Anna Mészáros



Neue Ausstellung im Verein Junge Kunst e.V. in Wolfsburg

Die aktuelle Ausstellung im Verein Junge Kunst e. V. in Wolfsburg zeigt Arbeiten der Künstlerin Anna Mészáros. Einerseits werden Arbeiten gezeigt, die aus ihrer Auseinandersetzung mit Copy-Shops entstanden sind und Themen des Kopierens oder Rezipierens in den Fokus nehmen. Andererseits wird eine Serie von Fotos gezeigt, die sie durch Schaufensterscheiben hindurch aufgenommen hat. Motiv ist eine leerstehende Immobilienanlage in Hanzhou/China, die dem Modell der venezianischen Wasserstraßen nachempfunden wurde. Innen und außen überlagern sich in den Fotografien der Künstlerin: „Die Bilder verbinden Details von außen mit den leeren Innenräumen, Spiegelungen im Glas sowie Spuren und Substanzen auf seiner Oberfläche.“ Die Ausstellung vereint diese vielschichtigen Arbeiten von Anna Mészáros, die auch mit unterschiedlichsten Materialien arbeitet. Sie beinhalten häufig gefundene Elemente wie Bilder oder Textfragmente und anderen Fundstücken, auf deren Basis sie ihre Installationen, Bildserien und Objekte entstehen lässt.

ab jetzt hinaus / ab jetzt hinein

Der Titel der Ausstellung lautet „from here on out, from here on in [Copy-Shop Ballade]“ und die Künstlerin erläutert die Wahl selbst folgendermaßen: „Ich fand die englischen Ausdrücke im ersten Teil faszinierend - sie verbinden Raum und

Zeit miteinander: Sie markieren durch räumliche Ausdrücke (here, out, in) einen zeitlichen Ausgangspunkt („ab jetzt“) und bedeuten dabei fast dasselbe, obwohl sie wörtlich genommen in entgegengesetzte Richtungen weisen. Der zweite Teil steht dafür, den Haupttitel näher zu bestimmen und zu konkretisieren. Gleichzeitig wollte ich ihn mit etwas Poetischem und Musikalischem anheben. Ich fand, dass die Ballade sehr gut zu den Themen und Arbeiten der Ausstellung passt, weil sie sich durch viele verschiedene Formen bewegt hat – Lied, Tanz, erzählende Dichtung, Tragödie – und diese Formen sich miteinander verweben und immer wieder ineinander aufscheinen, resonieren.“

Anna Mészáros

Die Künstlerin Anna Mészáros lebt und arbeitet in Berlin, wo sie Bildende Kunst und Bildhauerei studiert hat. Ihre Arbeitsfelder sind Skulptur, Installation sowie bildbasierte Verfahren und textbasierte Forschung. Ihre künstlerischen Arbeiten sind geprägt von Sprache, Medientheorie und Raumstudien. Hier untersucht sie, wie physische, funktionale, sprachliche, ideologische oder visuelle Räume einander überlagern und sich ineinander verweben. Ihr besonderes Interesse gilt verschachtelten Räumen und Situationen, wo sich Spuren verschiedener Kontexte finden lassen. Ihre künstlerische Arbeit sieht sie selbst als

Junge Kunst
Anna Mészáros

5.9.—13.11.26

from here on out,
from here on in
[Copy-Shop Ballade]

Junge Kunst e.V.
Schloss Wolfsburg
Schloßstraße 8
38448 Wolfsburg

VOLKSWAGEN GROUP
Wolfsburg
Lüneburgischer Landschaftsverband
Sparkasse Celle·Gifhorn·Wolfsburg
VINI DITALIA FARMIGONE
CM design

Adoptieren.
nicht kaufen!

PETA.DE/ADOPTION

LOLA, KÄSEKÜCHEN, VERA, MISO, MILA UND ALVARO SOLER FÜR PETA

RAMONA KRÖNKE IN:
THEATER COMEDY
CAVEWOMAN
PRAKTISCHE TIPPS ZUR HALTUNG UND PFLEGE EINES EZIEHUNGSTAUGLICHEN PARTNERS!

HOLGER DEXNE IN:
CAVEMAN
DU SAMMELN. ICH JAGEN!

FR, 23. OKTOBER 2026 | FR, 11. DEZEMBER 2026

BRUNSVIGA KULTURZENTRUM, BEGINN 19:30 UHR
TICKETS AN ALLEN BEKANNTEN VORVERKAUFSSTELLEN ODER
WWW.CAVEWOMAN.DE UND WWW.CAVEMAN.DE

Ohren auf
– so klingt die Region!

8 REGIONALES MUSIKFEST

BRAUNSCHWEIG
12. SEPTEMBER 2026
11:00–22:00 Uhr – Eintritt frei

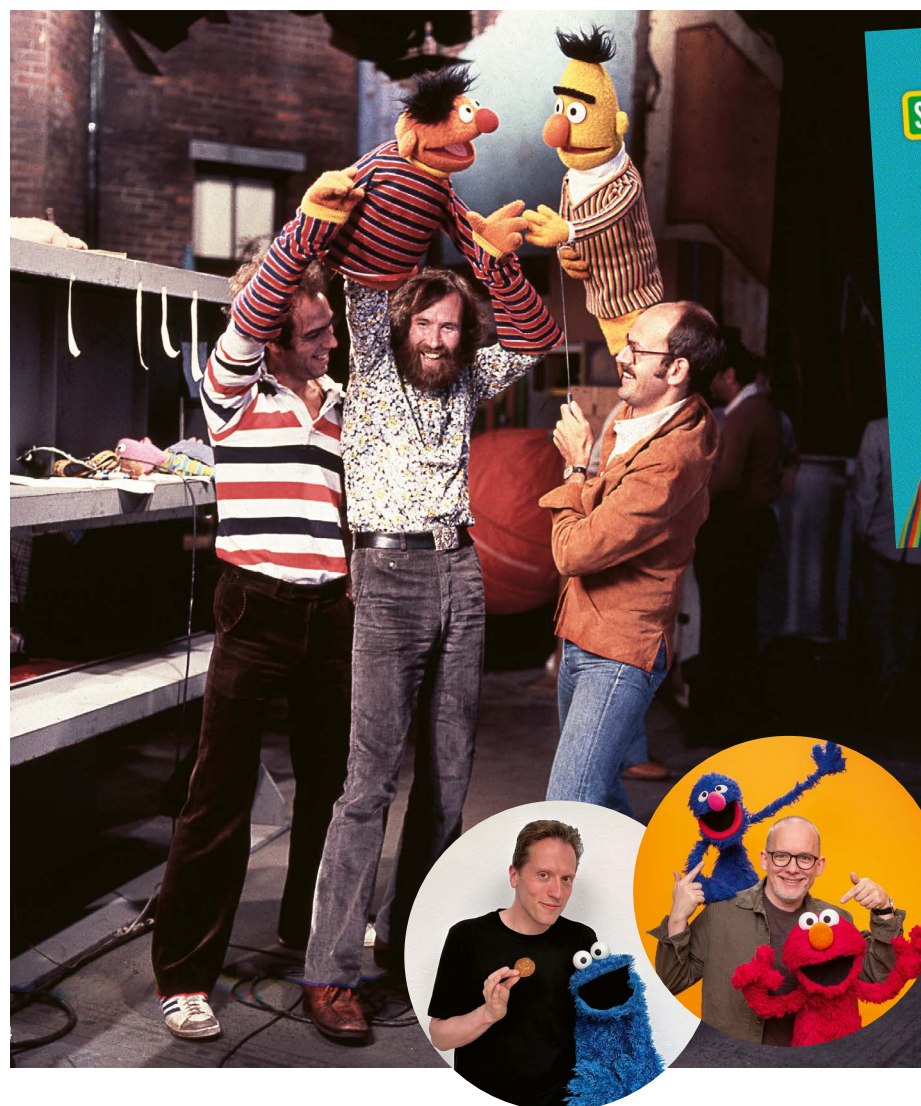
Veranstalter: Kontaktstelle MUSIK Region Braunschweig
Stadt Braunschweig
Projektpartner: BRAUNSCHWEIGER LANDSCHAFT
Förderer: Niedersächsische Sparkassenstiftung, Braunschweigische Sparkassenstiftung, Die Braunschweigische Stiftung, S.B.K. Stiftung Braunschweiger Kulturstiftung, BÜRGERSTIFTUNG Braunschweig
Schirmherr: Oberbürgermeister Dr. Thorsten Korbmann

www.regionales-musikfest.de

Mehr Informationen unter:

PUPPKULTUR

Wieso, Weshalb, Warum – Wer nicht fragt bleibt dumm. Martin Reinl und Julian Schlichting schauen in ihrem neuen Buch über, unter und hinter die Kulissen der Sesamstraße.



Ein prächtiges Coffeetablebook, derartig prall gefüllt mit Archivaufnahmen (viele davon bisher unveröffentlicht!) und spannenden und/oder skurrilen Hintergrundinformationen, dass man fast versucht ist, das abgeschmackte Bild vom „Füllhorn“ bemühen zu wollen.

Seit der Gründung des Children's Television Workshops Ende der 60er ist viel geschehen: Angefangen bei Jim Henson (siehe großes Foto, zusammen mit Frank Oz, rechts und Richard Hunt, links), seinen anarchischen Muppets, über die erste deutsche Synchronisation US-amerikanischer Folgen bis zur eigenen deutschen Sesamstraße im NDR mit Samson, Tiffy, Lilo und Henning, später mit Bettina, Schorsch, Rumpel und Buh und noch später mit Wolle, Pferd und Pepe.

Wir alle haben eine Vergangenheit mit dieser besonderen Straße und ich verspreche euch, alleine das Durchblättern dieses Buches wird euch so manch gerührtes „Ach-jaaa“ entlocken. Denn Oskar, Lulatsch, Graf Zahl, Finchen, Herr von Bödefeld, die Plonschers, Bibi, Sherlock Humbug, Denkedran Jost, Don Schnulze, Dr. Nobel Preis, Telly und all die anderen haben sich derart in unser kollektives Unterbewusstsein gegraben, dass man zuweilen nicht anders kann, als nostalgisch zu seufzen.

Lars Wilhelm

Fotos © 2026 Sesame Workshop © 2026 Lappan Verlag in der Carlsen Verlag GmbH, Martin Reinl, Danny Frede

PHANTASTISCHE PERSPEKTIVEN!

Die neue Spielzeit 26/27 am **Scharoun Theater Wolfsburg**

Phantastische Perspektiven“ beschreibt ungewöhnliche, magische oder künstlerische Blickwinkel, die die Realität erweitern. Die kreative Nutzung der eigenen Vorstellungskraft schafft neue Sichtweisen, die es erlauben, Welten neu zu interpretieren und Unmögliches vorstellbar zu machen. Und so bietet das Scharoun Theater Wolfsburg auch in seiner neuen Spielzeit 2026/2027 altbewährte und neue, innovative Ansätze, die das Publikum in neue Welten entführen. Unter der Leitung von Intendant Axel Krauß setzt das Haus auf eine Mischung aus bewährten Klassikern, hochkarätigen Gastspielen und verstärkten Eigenproduktionen im Rahmen der Reihe HEIM.SPIEL. Das Angebot umfasst ein breites Spektrum von Oper über Schauspiel, Shows und großen Sinfoniekonzerten bis hin zu innovativem Kinder- und Jugendtheater.

Ein Highlight wird das Tanz- und Musikspektakel **Carmina Burana**, das ganz im Geiste Orffs vom **ukrainischen Nationalen Akademischen Opern- und Ballettheater Odessa** von 130 Mitwirkenden in einer modernen Produktion als audiovisuelle Kunst präsentiert wird. „Carmina Burana“ ist ein eindringliches, poetisches Werk über die Unvorhersehbarkeit des Schicksals, die Freude und Vergänglichkeit des irdischen Lebens und über die Liebe in ihren vielfältigen Erscheinungsformen. Besonders bemerkenswert ist, dass diese groß angelegte Produktion von führenden Künstler:innen aus einer vom Krieg schwer getroffenen Region aufgeführt wird. Das Nationale Akademische Opern- und Ballettheater Odessa erlebte kurz vor der russischen Invasion die Premiere dieser einzigartigen und interdisziplinären Inszenierung.

Im Schauspiel-, Literatur- und Konzertbereich geben sich wieder **zahlreiche Film- und Fernsehgrößen** die Klinke in die Hand, darunter Ron Williams, Sarah Bosetti, Michel Friedman, Helmut Zierl, Christoph Maria Herbst, Moritz Netenjakob, Lou Hoffner, Gedeon Burkhard, Ulrich Nothen, Christine Sommer, Martin Brambach, Alfons,

Katja Riemann, Claus von Wagner, Hans-Werner Meyer, Ivy Quainoo, Rüdiger Baldauf, Max Mutzke, Götz Alsmann, Jens Wawrczeck uva.

Als **Weihnachtsmärchen** für die ganze Familie (ab 4 Jahren) gibt es dieses Jahr vom 14.11. bis zum 29.12. **Die Bremer Stadtmusikanten**, eine Geschichte über die Liebe zur Musik, Abenteuerlust, den Mut, seinen Träumen zu folgen, und vor allem über Freundschaften!

Erstmals bietet das Scharoun Theater mit der **Kinderphilharmonie** eine Konzertreihe für die Aller kleinsten an. Die Konzerte im Foyer sind der perfekte Einstieg in die Welt der Musik und mit ihrer kurzen Dauer ideal für die Aufmerksamkeitsspanne der ganz Kleinen. In entspannter Atmosphäre erleben Eltern mit ihren Kleinkindern die Schönheit von Musik auf spielerische Weise.

Nach den großen Erfolgen von **Chaim & Adolf, Heute Abend: Lola Blau** und **Der Kontrabass** in der Spielzeit 2025/2026 setzt das Scharoun Theater seine Serie von Eigenproduktionen unter dem Titel **HEIM.SPIEL** in der neuen Spielzeit fort. Alle drei Produktionen können Sie natürlich nicht nur erneut erleben, es kommen auch weitere Inszenierungen und neue Spielorte innerhalb des Theaters hinzu: die schwarze Komödie **Edward Gants Bravourstücke der Einsamkeit** des Schotten Anthony Neilson, **Oskar und die Dame**

in Rosa nach dem Erfolgsroman von Eric-Emmanuel Schmitt, **Geliebt! Gefürchtet!!! Balladen!!!** auf der Unterbühne des Theaters, Felicia Zellers Komödie **Der Fiskus**, deren Spielort das Finanzamt ist, und der Schlager-Liederabend **Bis dass der Bus kommt**.

Begegnungen in der Literatur - Das

Lesen soll einen festen Platz im Scharoun Theater bekommen. Dafür öffnet das Scharoun Theater Autorinnen und Autoren und vor allem seinem Publikum gleich mit mehreren neuen, feinen Formatreihen die Türen und Tore: Das Foyer wird beim **Silent Reading** zum Lesesaal und Begegnungsort. An ausgewählten Tagen und zu aktuellen Anlässen präsentieren Ihnen unsere Schauspielerinnen und Schauspieler zur Dämmerstunde in **Die blaue Stunde** Texte der Weltliteratur. **Die grüne Stunde** führt hinaus in die Gärten und Parks in der Stadt und Region, um Licht, Luft und Literatur zu pur genießen. **Komma.Lesen** ist die neue Lesereihe im Scharoun Theater Wolfsburg: Bekannte Autorinnen und Autoren und Newcomer:innen der Literaturszene lesen aus ihren neuesten Werken und kommen anschließend mit ihrem Publikum ins Gespräch. U.a. lesen am 16.09. Lena Gorelik „Alle meine Mütter“ und Michel Friedman am 24.11. „Mensch! – Liebeserklärung eines verzweifelten Demokraten“. Die Termine zu allen Veranstaltungen werden in späteren Veröffentlichungen bekanntgegeben!

Kommen Sie ins Theater, kommen Sie mit uns ins Gespräch, erleben Sie herausragende Künstlerinnen und Künstler und gewinnen Sie ganz neue, ungeahnte Perspektiven!

SCHAROUN
THEATER
WOLFSBURG



VOLLES PROGRAMM

Die neue Spielzeit
26/27 beginnt!

20.09.
THEATER-
FEST!



Ticketservice 05361 2673-38
oder www.theater.wolfsburg.de



AUTORENDUO NIMMT FAHRT AUF



Im Autoreninterview mit Mario Bekeschus und Michaela Metzner

Der erste gemeinsame Roman „Your Darkness - so finster der See“ von Mario und Michaela ist frisch erschienen und hat uns neugierig gemacht. Wir freuen uns sehr mit ihnen in einem Interview einmal genauer darüber sprechen zu können und sogar noch mehr über die beiden Autoren zu erfahren.

Steigen wir doch gleich einmal ein: Wie habt ihr euch gefunden?

Tatsächlich über Social Media. Vor knapp sechs Jahren haben wir unabhängig voneinander und zufälligerweise auch noch am selben Tag jeweils einen Instagram-Account gestartet, um über unsere Wege zur ersten Buchveröffentlichung zu berichten und uns zu vernetzen. Dass das so war, haben wir erst später herausgefunden, denn wir sind erst nach Monaten aufeinander aufmerksam geworden und haben uns gegenseitig abonniert. Aus einer Instagrambekanntschaft ist dann im Laufe der Zeit eine echte Freundschaft entstanden und das, obwohl wir über 500 km voneinander entfernt wohnen. Die ausführliche Kennenlerngeschichte kann man übrigens im Nachwort unseres Buches nachlesen.



Mario kommt aus dem Krimi, Michaela aus der Romance. Wann war euch klar, dass diese beiden Genres einfach zusammenfinden müssen?

Im Herbst 2024 waren wir beide an dem Punkt, mal etwas Neues ausprobieren zu wollen. So ist die Idee entstanden, uns zusammen zu tun und gemeinsam einen Romantic Suspense Thriller zu schreiben, der unsere Kompetenzen vereint und uns ermöglicht, schriftstellerisch neue Wege zu gehen. Der Reiz eines neuen Genres spielte dabei eine entscheidende Rolle.

Womit beschäftigt ihr euch thematisch in „Your Darkness - so finster der See“?

Es geht um Neuanfänge fernab der Heimat, romantische Begegnungen am Gardasee und in den Alpen, aber auch um emotionale Abhängigkeiten bis hin zu toxischen Konstellationen und Gaslighting. Über allem schwebt das Oberthema „Stalking“, was für den erforderlichen Thrill in unserem Buch sorgt.

Wie habt ihr den Schreibprozess organisiert? Nach Kapiteln, einzelnen Figuren oder saßt ihr gemeinsam am Manuskript?

Zunächst haben wir gemeinsam eine Handlung entworfen, den sogenannten Plot, und diesen auch mit unserem Verlag abgestimmt. Geschrieben haben wir dann klassisch in einem Word-Dokument, das wir uns hin- und her gemailt haben.

Meistens ging das nach zeitlicher Verfügbarkeit, auf jeden Fall aber streng nach Kapiteln und nicht nach Themen oder Figuren. Das Dokument hat wegen dieser Vorgehensweise nie geruht, wer gerade nicht an der Reihe war, hatte aber eine Schreibpause. Immer wenn man dann wieder am Zuge war, hat man den neuen Text gelesen und auch gleich redigiert. Dabei hat der Überarbeitungs- und Kommentarmodus geholfen, um alle Änderungen transparent zu machen. Außerdem haben wir MS Teams als gemeinsames Tool genutzt, um Ideen zu sammeln und vor allem, um uns regelmäßig per Videokonferenz zusammenzuschalten und Themen direkt besprechen und im geteilten Dokument am Text arbeiten zu können. Einmal haben wir uns auch in der Mitte zwischen unseren Wohnorten Hannover und Ulm zu einem Schreibcamp in der hessischen Stadt Schlitz getroffen und dort über ein verlängertes Wochenende gemeinsam am Text gearbeitet.

Der Gardasee und die Alpen: Warum gerade diese Kulisse?

Es brauchte Handlungsorte, die wir beide gut beschreiben können und die zugleich auch Sehnsuchtsorte sind. Als passionierte Gardasee-Urlauber fiel die Wahl dann schnell auf Malcesine mit seinem besonderen Flair. In den dunklen Gassen der Altstadt unterhalb des weltberühmten Castello Scaligero konnten wir zudem ganz wunderbar auch spannende Szene stattfinden lassen. Berchtesgaden kam hinzu, weil Mario dort seit Jahren zum Wandern hinfährt und wir eine Kooperation mit dem dort ansässigen Hotel EDELWEISS eingegangen sind. Das Hotel ist Handlungsort und künftig kann man unser Buch an der Rezeption erwerben. Ein perfektes Match.

Es soll ja eine Reihe werden. Stand schnell für euch fest, dass es nicht nur bei einem Band bleiben wird? Und gebt ihr einen Ausblick auf den zweiten Teil?

Es stimmt, dass wir einen 2. Teil planen und auch hier bereits mit der Entwicklung des Plots begonnen haben. Zwischen einer Idee, dem Schreiben eines Manuskriptes und dem Veröffentlichen eines Buches liegen aber viele Schritte und es müssen auch ein paar Rahmenbedingungen erfüllt sein. Im Moment ist der Erfolg von „Your Darkness – so finster der See“ noch nicht so belastbar messbar, als dass es schon eine feste Zusage für eine Fortsetzung seitens des Verlages gibt. Das liegt unter anderem auch daran, dass das Hörbuch erst später als das Taschenbuch und das eBook veröffentlicht wurde. Wir müssen uns daher noch ein wenig in Geduld üben und können so lange auch noch keine Inhalte verraten. >>>

Fotos privat

JOINT US!

CANNAFRIENDS in der Gebläsehalle Ilse



Vom 25. bis 27. September 2026 öffnet die CANNAFRIENDS-Messe erneut ihre Tore in der Gebläsehalle Ilse bei Hannover und Braunschweig. Täglich von 11 bis 19 Uhr präsentieren sich rund 80 internationale Aussteller, ergänzt durch ein vielseitiges Rahmenprogramm mit Fachvorträgen, Workshops, Beratung und einem spannenden Rahmenprogramm im Freigelände. Die Messe richtet sich an Menschen, die sich seriös mit Cannabis und Hanf auseinandersetzen möchten – ganz gleich ob als Patient, Konsument, Einsteiger oder Fachinteressierter. Der Fokus liegt auf verantwortungsbewusstem Umgang, gesundheitlicher Aufklärung und Prävention. Im Grow-Bereich dreht sich alles um den legalen Eigenanbau: Besucher finden hier alles für bis zu drei legale Pflanzen – von Samen über Beleuchtung bis zur Ernteberatung. Auch CBD-Produkte für Mensch und Tier werden umfangreich vorgestellt – inklusive Wirkweise und Anwendungsmöglichkeiten.

NUR EINE STUNDE VON HIER

ILSEDE PEINE

HANNOVER HILDESHEIM BRAUNSCHWEIG

25.+26.+27. SEPTEMBER

GEBLÄSEHALLE ILSEDE

CANNABIS FACHMESSE

20% Ticket Rabatt Code: CANNA-FRIENDS

Scannen & Sparen!

canna-friends.de

CANNAFESTIVAL

Freitag bis Sonntag Outdoor Lounge mit Live DJs und Künstlern

HANF-FACHMESSE UND MANUFAKTUR
JOINT US!
CANNAFRIENDS 2026

Fragen an Michaela Metzner

Michaela, du schreibst unter anderem unter dem Pseudonym Mia M. Hope. Wie hat dich der Name gefunden, welche Bedeutung hat er für dich? Da muss ich ein wenig ausholen. In meiner Dilogie "Märchentrümmer / Trümmermärchen" geht es um eine toxische Beziehung mit emotionaler und körperlicher Gewalt. Mir war es wichtig, mit dieser Geschichte junge Frauen anzusprechen, die sich eventuell aus einer ähnlichen Situation befreien möchten. Diese Zielgruppe reagiert häufig auf englisch-sprachige Titel und Autorennamen. Daher das englische Pseudonym. Dafür steht Mia M. Hope: Mia ist eine Hommage an meine Tochter, das M. steht für Michaela und Hope für die Botschaft, dass Hoffnung stärker ist als Angst.

Deine Romane beschäftigen sich mit emotionalen Themen wie toxischen Beziehungen, Narzissmus, Neuanfänge und Selbstfindung – einfach aus dem echten Leben. Was hat dich dazu motiviert, diese Themen aufzugreifen?

Ich habe selbst als junge Frau eine toxische Beziehung erlebt mit all ihren Facetten. Daher ist es mir ein Anliegen, mit meinen Büchern anderen Mut zu machen, sich in einer Partnerschaft nicht zu verbiegen, um zu gefallen. Zu vermitteln, dass die eigenen Bedürfnisse mindestens ebenso wichtig sind wie die des Partners. Ich will, dass man beim Lesen mitfühlt, nachdenkt und vielleicht ein kleines bisschen Hoffnung mitnimmt.

Viele Leserinnen schreiben, dass sie sich mit deinen Figuren identifizieren. Gibt es emotionale Rückmeldungen, die dich stark berühren und wie gehst du damit um?

Oh ja. Bei einer meiner Lesungen zu "Märchentrümmer" kam beispielsweise eine Frau auf mich zu, die Tränen in den Augen hatte. Sie steckte mitten in einer toxischen Beziehung, wollte schon mehrmals Schluss machen, hat es aber nie endgültig geschafft. Als ich sie bei einer meiner Lesungen zu "Mittsommercamp zum Verlieben", also 2 Jahre später, wiedersah, strahlte sie und erzählte mir, dass sie es geschafft hat und einen Schlussstrich ziehen konnte. Mein Buch hätte ihr Mut gemacht. Das sind die Gänsehaut-Momente, in denen ich weiß, ich muss weiterschreiben. Das bestätigt mir, dass meine Botschaft wichtig ist und sie gehört werden muss.

Du veranstaltest Wohnzimmerlesungen und hast den Podcast „Herzgespinste“ mit anderen Autorinnen. Erzähl uns gern kurz etwas darüber.

Auf die Wohnzimmerlesungen bin ich tatsächlich erst durch einen Tipp von Mario gekommen. Ich wohne auf dem Land, 30 km von Ulm entfernt. Lesungen zu organisieren oder Kooperationspartner dafür zu finden, ist nicht ganz einfach. Hingegen funktioniert es erstaunlich gut, dass Menschen, die meine Bücher lieben, ihren Freun-

des- und Bekanntenkreis zu sich nach Hause einladen. Das sind dann um die 10 Personen, die mir in einem vertrauten und gemütlichen Rahmen zuhören. Da lässt es sich dann auch einfacher über solch ernste Themen wie toxische Beziehungen sprechen.

Den Podcast "Herzgespinste" haben zwei weitere Autor:innen und ich gemeinsam ins Leben gerufen, da wir nicht nur über Beziehungen und Liebe schreiben, sondern auch sehr gerne darüber sprechen. Wenn man erzählt, dass man Liebesromane schreibt, erwarten viele, dass es darin um die Prinzessin geht, die von einem Ritter auf dem weißen Pferd gerettet wird oder um erotische Fantasien. Das trifft bei unseren Büchern nicht zu, wenn auch natürlich eine Liebesgeschichte erzählt wird. Doch wir möchten nicht romantisieren, sondern aus dem Leben schreiben. So haben wir auch zueinander gefunden: da wir nicht die Art Liebesromane schreiben, die das Klischee erwarten würde.

Fragen an Mario Bekeschus

Mario, deine Krimis leben von regionalem Bezug. Woher entsteht da die Verbindung zu Braunschweig, obwohl du ja seit über 20 Jahren in Hannover lebst?

Ganz einfach gesagt: Hannover ist mein Zuhause, aber Braunschweig ist meine Heimat. Ich bin in der Löwenstadt geboren und aufgewachsen, Freunde und Familien leben noch dort. Tatsächlich habe mich die Regionalkrimis der Stadt auch wieder ein ganzes Stück nähergebracht. Es sind viele neue Kontakte entstanden und im Rahmen der Recherche habe ich Ecken kennengelernt, die ich bisher nicht kannte. Im Ergebnis weiß ich Braunschweig derzeit mehr zu schätzen, denn je, und bin sehr dankbar, dass meine Bücher in meiner Heimat so einen Anklang finden.

Kommissar Wim Schneider sollte deinen treuen Lesern direkt ein Name sein und er begleitet dich inzwischen schon durch mehrere Romane. Kann Wim dich beim Schreiben immer noch überraschen?

Allerdings kann er das! Zuletzt im 5. Band der Reihe der im Frühjahr 2027 erscheinen wird. Da werden wir Wim so persönlich kennenlernen wie noch nie, da wird es so emotional wie noch nie.

Wie recherchierst du für deine Geschichten? Besuchst du dazu Originalschauplätze oder entsteht vieles am Schreibtisch? Spielt dabei dein Job auch eine Rolle?

In der Regel versuche ich immer die Originalschauplätze zu besuchen. Das hat aber natürlich seine Grenzen. Für "Your Darkness – so finster der See" sind wir nicht noch einmal extra zum Gardasee oder nach Berchtesgaden gereist. Es gab aber eine Menge Urlaubsfotos und Videoclips, die wir gesichtet und als Inspiration genutzt haben.

Auf solche privaten Mediensammlungen greife ich auch hin und wieder für meine Niedersachsen-Krimis zurück. Außerdem helfen mir Apps wie Google Maps oder Streetview enorm, wenn es um das Beschreibungen von Örtlichkeiten oder Wegstrecken geht. Mein Hauptjob im Ministerium spielt dabei keine Rolle, höchstens wenn es darum geht, eine Amtsstube zu beschreiben. Das kann ich nach über 25 Jahren im öffentlichen Dienst ziemlich gut.

In „Der reele Donnerstag – Mario B:spricht“ auf Instagram greifst du Themen aus dem Autorenalltag auf, die dich beschäftigen und die du mit den Lesern teilen möchtest. Was waren deine genauen Beweggründe für diesen besonderen Donnerstag?

Das Ziel ist es, sich einmal pro Woche in Form eines kleinen Reels direkt an meine Follower:innen zu wenden. Das klappt prima in Kombination mit den Einblicken in das Autorenleben, an denen auch nach mehreren Jahren noch immer Interesse besteht und die ja mal die Grundidee meines Accounts @mario_schreibt gewesen sind.

Zusammen

Wer es noch nicht weiß... Gemeinsam habt ihr ja auch das LIVE-Talk-Format „Debutant*innentalk“ zum Leben erweckt, und vor einer Weile wurde daraus: „Zwischen den Zeilen - der Live-Talk“. Wie lange macht ihr das schon, über was genau sprecht ihr in diesem Format und wird es Neues geben, was ihr uns exklusiv verraten könnt? ;)

Den Live-Talk haben wir vor etwa fünf Jahren ins Leben gerufen. Zunächst nur zu zweit um über alle Fragen rund um unsere erste Buchveröffentlichung zu reden und die Zuschauer:innen interaktiv über die Chatfunktion einbinden zu können. Daher auch der Name des Formats, das sich vorrangig an Autor:innen gewendet hat, die vor ähnlichen Fragestellungen stehen. Das Interesse war dann aber so groß, auch an übergreifenden Themen rund ums Schreiben, dass wir das Spektrum irgendwann erweitert und auch immer wieder Gäste eingeladen haben. Mittlerweile haben wir festgestellt, dass der Name "Debutant*innentalk" nicht mehr passt, weil sich die Zielgruppe zu stark verändert hat. So kam es dann zu dem neuen Namen "Zwischen den Zeilen – der Live-Talk" und einer kleinen Pause, die auch etwas mit der Buchveröffentlichung zu tun hat. Der Tag hat halt nur 24 Stunden. Im Herbst lassen wir das Format aber unter dem neuen Namen wieder aufleben und werden mit Thea Fischer eine profilierte Krimiautorin aus dem Ullstein-Verlag zu Gast haben, die unter anderem ihren neuen Krimi "Der Tod kennt deinen Namen" vorstellen wird.

Ivonne Jeetze

Das ganze Interview auf subway.de

Subway

Hinweis: Alle Rezensionen geben die Meinungen der SUBWAY-Redaktion wieder.

Bild: David Suh – Dasu Studio



Dear Reader (Band 1) TATE JAMES

Genre Dark Romance Verlag COVE

Niemand tritt der Devil's Backbone Society einfach so bei – und niemand entkommt ihr ungestraft.

Ashley erhält ein Stipendium für die angesehene Neveah University – ein Geschenk, das ihr Leben verändern soll. Durch eine Intrige gerät sie immer mehr in die Machenschaften der Clique um ihren Stiefbruder, der sie am liebsten loswerden will. Dabei schreckt er vor keinem Mittel zurück. Zudem spielt jemand ein fatales zweigleisiges Spiel mit ihr, was sie aus einem aufwühlenden Tagebuch erfährt – denn dessen Verfasser ist bereits tot. Doch da gibt es schon kein Zurück mehr für Ash: grausame Mutproben, geheime Partys und ein Spiel aus Macht, Verführung und dunklen Gefahren sind bereits in Gang. Denn wer sich der Devil's Backbone Society anschließt, betritt eine Welt, die er nicht mehr verlassen kann. Und in der jede Entscheidung tödliche Folgen hat. Schon die Ansprache im Vorwort ist absolut spannend und macht direkt Lust, in die Geschichte einzutauchen. Ich stelle einige Theorien auf, kann niemandem vertrauen und frage mich, wer ist gut, wer ist böse und wem kann Ashley am Ende wirklich glauben?

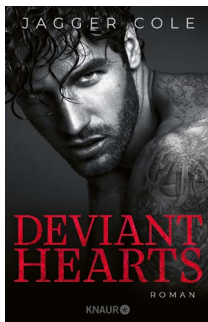
Fazit **bedrohlich, verführerisch und unwiderstehlich**

Deviant Hearts JAGGER COLE

Genre Roman Verlag KNAUR

Ich würde alles tun, um den kommenden Mafiakrieg zu verhindern. Sogar meinen Todfeind heiraten.

Ares Drakos – der neue König der Drakos Familie – verkörpert mit jeder Faser den Kriegsgott, dessen Namen er trägt. Ein brutaler Tyrann, ein tödlich schönes Monster, und bald Neves Ehemann, die sich widerwillig den Heiratsplänen der Familie beugt. Auch wenn er sündhaft gefährlich und köstlich unanständig ist. Diese Beziehung ist nicht echt. So sehr sich beide verabscheuen oder es sich zumindest einreden, wollen sie endlich das Blutvergießen zwischen der irischen und griechischen Mafia beenden. Denn es lauert bereits eine andere Gefahr... Neve wird dadurch aber schnell klar, dass Ares auch eine andere Seite in sich trägt, die er nach außen hin verbirgt. Doch würde er am Ende sogar sein Leben für sie geben.



Fazit **geht unter die Haut**

Weil sie lügt CAROLINE SEIBT

Zwei Schwestern – eine Wahrheit, die alles zerreißt

Caroline Seibt ist die preisgekrönte Autorin von »Das gestohlene Kind« und legt mit „Weil sie lügt“ einen neuen mitreißenden Thriller nach.

Darin geht es um das junge Mädchen Juli, die von jetzt auf gleich einfach weg ist. Und die Polizei ist davon überzeugt, dass sie Opfer eines Gewaltverbrechens wurde. Als Hauptverdächtige haben sie ausgerechnet ihren Vater im Visier. Während die Familie unter den Beschuldigungen Stück für Stück zerbricht, versucht ihre Schwester Anna stark zu bleiben – besonders für ihren kleinen Bruder, der nicht versteht, dass Juli nie wieder zurückkommen wird. Doch kurz vor dem Durchbruch der Ermittlungen, muss Anna sich eingestehen, dass der Albtraum längst nicht vorbei ist... Caroline Seibt versteht es einfach psychologische Spannung zu erzeugen, die den Leser zum Mitfiebern zwingt und nicht mehr aufhören lässt, der Story zu folgen.



Genre Thriller Verlag DROEMER

Fazit **Spannung bis ins Unerträgliche**



WORKSHOP

Kunst-Werkstatt meets Science and Art Lab

„Farbe“ im Wissenschaftsschaufenster der
ForschungsRegion

📅 08. September 2026

🕒 16-18 Uhr

📍 Waisenhausdamm 8 (BS)

tu-braunschweig.de

Forscher*innen der TU Braunschweig teilen ihr
Wissen mit uns.

Die kreativen Workshops werden durchgeführt
vom Team des Projekts Kunst-Koffer/Kunst-
Werkstatt vom Kunstverein Jahnstraße e.V.
Aus natürlichen Materialien stellen wir unsere
eigenen Farben her und gestalten damit Bilder.

Auch finden wir heraus, was passiert, wenn wir das
Gewürz Kurkuma mit Wasser und Natron mischen.



AUSSTELLUNG

WOLFGANG HÖHN

DIE KRAFT DER NUANCE

📅 22.8.-18. September 2026

🕒 FINISSAGE FREITAG, 18. SEPTEMBER 2026, 18-20 Uhr

📍 Torhausgalerie am Botanischen Garten

tu-braunschweig.de/ifp/garten/veranstaltungen/torhausgalerie



FEST

Magnifest

Das Magni - Kultur - Musik - Familien - Fest

📅 4. bis 6. September 2026

🕒 Verschied. Uhrzeiten

📍 Im Magniviertel (BS)

magnifest-bs.de

Spielraum TPZ – Theaterworkshop

Werde Teil von create west! Erleb was - Beweg was!

📅 08. September 2026

🕒 16:30 - 19:00 Uhr

📍 Jugendzentrum Rotation (Weststadt-BS)

spielraum-tpz.de/dein-spielraum/create-west

nacht:markt

Ein Abend, bei dem sich Markt, Musik und Begegnung verbinden – mit einer Bühne,
die nicht abgetrennt ist, sondern Teil des gesamten Erlebnisses wird.

📅 18. September 2026

🕒 17 bis 01 uhr

📍 LokPark (BS)

pureabsicht.de/nachtmarkt



MARKT

*Alle Angaben ohne Gewähr.

2026 SUBWAY.DE



KONZERT

Salut Salon

Programm „Heimat“ feiern sie seit
Sommer 2025 den Abschluss einer
beeindruckenden Konzert-Trilogie.

📅 10. September

🕒 20 Uhr

📍 Festival KulturImZelt -

Großes Zelt (BS)

kulturimzelt.de

Mit ihrem neuen Programm „Heimat“
feiern Salut Salon seit Sommer 2025
den Abschluss einer beeindruckenden
Konzert-Trilogie.

„Heimat“ – ein Thema, das tief bewegt
und die vier Musikerinnen persön-
lich verbindet: Ihre Wurzeln liegen
zwischen Hamburg und Estland, der
Ukraine und den USA. Heute berei-
sen sie gemeinsam die Welt, immer
begleitet von ihrer Musik – ihrer
vielleicht größten Heimat.



FEST

Alte Liebe Fest

Ottolien, Fiora, Siggie und Streichelt – und später legt
dann DJ Butch Cassidy auf. Ein buntes Programm für
Familien, Flohmarkt und eine kleine Tattoooarea.

📅 19. bis 20. September 2026

🕒 15:30 Uhr bis 02:00 Uhr

📍 Beienrode bei Königslutter

alf-festival.de



KUNST

#kunsttour2026

Die große bskunst-Party: Eröffnung der #kunsttour26
und 10 Jahre bskunst. Es spielt eine Band aus Hamburg,
deren Gitarrist der Mitbegründer von bskunst ist und es
legen die DJs von Rille Elf auf.

📅 26. bis 27. September

🕒 19 Uhr

📍 Kufa-Haus

[Kufa.haus](https://kufa.haus)



SPORT

Trendsporterlebnis

Erlebe die ganze Bandbreite des Sports in der City of
Lions und probiere etablierte Sportarten genauso wie
die neuesten Trends aus.

📅 26. und 27. September 2026

🕒 26.09. - 12 bis 19 Uhr/ 27.09. - 13 bis 18 Uhr

📍 Braunschweiger Innenstadt

braunschweig.de



AUSSTELLUNG

„Alter Verwalter! Deine Kohle – deine Entscheidung“

Mit Münzen erleben, wie eine Gemeinde funktioniert

📅 bis zum 22. November 2026

🕒 mittwochs bis sonntags von 11 bis 17 Uhr

📍 Kreismuseum Peine

kreismuseum-peine.de

Bräunsviga

Kulturzentrum

Kultur im September

Mi 16. September 2026 / 20:00 Uhr

MASUD AKBARZADEH

Fr 18. September 2026 / 20:00 Uhr

TANZEND INS WOCHENENDE

Sa 19. September 2026 / 16:00 Uhr

KINDERDISKO fällt aus!

So 20. September 2026 / 11:00 Uhr

VINTAGE BAZAR

Mi 23. September 2026 / 20:00 Uhr

JOCHEN MALMSHEIMER

Fr 25. September 2026 / 20:00 Uhr

Sa 26. September 2026 / 18:00 Uhr

CORTEZ MUSIKTHEATER

So 27. September 2026 / 16:30 Uhr

KINDERZAUBEREI

Kultur im Oktober

Do 1. Oktober 2026 / 19:30 Uhr

RUDELSINGEN

Fr 2. Oktober 2026 / 20:00 Uhr

Sa 3. Oktober 2026 / 18:00 Uhr

CORTEZ MUSIKTHEATER

So 4. Oktober 2026 / 15:00 Uhr

MUSIKSCHULE MUSIKUSS

So 4. Oktober 2026 / 18:00 Uhr

ANDERS

Di 6. Oktober 2026 / 15:00 + 17:00 Uhr

Mi 7. Oktober 2026 / 15:00 + 17:00 Uhr

WELT DER PUPPEN: GRÜFFELO

Sa 10. Oktober 2026 / 20:00 Uhr

GTD COMEDY SLAM

So 11. Oktober 2026 / 13:00 Uhr

UNTERWEGS –

DIE REISE GMBH

Mi 14. Oktober 2026 / 20:00 Uhr

NICOLE STAUDINGER

Do 15. Oktober 2026 / 20:00 Uhr

PANAGIOTA PETRIDOU

Wichtig: Bitte informieren Sie sich auf unserer Home-
page jeweils tagesaktuell über kurzfristige Änderungen,
bevor Sie zu den Veranstaltungen kommen.

www.brunsviga-kulturzentrum.de



KENNT IHR EIGENTLICH SCHON ...



... Karina alias @karrysbeauty?

Model, Content Creatorin und Unternehmerin: Karina Olech vereint drei Rollen, in denen Sichtbarkeit zum Beruf gehört. Mit Karrysbeauty hat sich die 31-Jährige in Helmstedt den Traum vom eigenen Beauty-Studio aufgebaut und verfolgt parallel ihren Weg vor der Kamera. Im Interview spricht sie über unternehmerische Verantwortung, ihre GNTM-Bewerbung und darüber, warum sie manchmal ganz anders wirkt, als sie wirklich ist.

Hi Karina! Du führst mit Karrysbeauty dein eigenes Beauty-Studio. Wie kam es dazu?
Das hat sich tatsächlich nebenbei entwickelt. Damals habe ich noch beim Zahnarzt gearbeitet und parallel mit YouTube angefangen. Nach meiner Nasen-OP hat sich mein Selbstbewusstsein noch einmal verändert, und ich begann, mich intensiver mit Make-up und Beauty zu beschäftigen. Auf YouTube wollte ich zunächst meine Looks und mein Wissen teilen. Dabei habe ich gemerkt, dass ich nicht nur mich selbst verschönern, sondern auch anderen Menschen helfen möchte, sich schön und wohlfühlen. Also habe ich neben meinem Job Schulungen absolviert und mir mein Studio Schritt für Schritt aufgebaut.

Was ist dein größter unternehmerischer Erfolg – und zugleich deine größte Herausforderung?

Ganz klar: mein eigenes Studio. Das war schon immer mein Traum. Ich habe sehr viel dafür gearbeitet, daran geglaubt und auch in schwierigen Momenten nicht aufgegeben. Denn als Unternehmerin bist du für alles selbst verantwortlich: Kundinnen, Termine, Organisation, Finanzen

– und kreativ bleiben musst du auch. Dass ich mir diesen Traum verwirklicht habe, macht mich unglaublich stolz.

Wie ehrlich musst du als Expertin sein, wenn ein Wunsch aus deiner Sicht nicht zur Kundin passt?

Sehr ehrlich, aber immer respektvoll. Ich würde niemals etwas empfehlen, nur weil die Kundin es unbedingt möchte, wenn ich weiß, dass es am Ende nicht zu ihr passt. Gute Beratung bedeutet für mich auch, sagen zu können: „Ich glaube, das würde ich bei dir anders machen.“ Beautybehandlungen sollten schließlich nicht dazu führen, dass am Ende alle gleich aussehen, sondern die eigenen Vorzüge unterstreichen.

Neben deinem Studio bist du auch auf Social Media sichtbar. Wann hast du entschieden, dort mehr von deiner Arbeit und von dir selbst zu zeigen?

Das hat sich bei mir natürlich entwickelt. Am Anfang habe ich vor allem Arbeiten aus meinem Studio gezeigt. Mit der Zeit habe ich immer mehr von mir selbst und auch persönlichere Einblicke aus meinem Alltag geteilt. Irgendwann habe ich gemerkt, wie viel Spaß mir das macht, und angefangen, auch als Content Creatorin zu arbeiten.

Du hast schon als Kind vom Modeln geträumt und dich nun für Germany's Next Topmodel 2027 beworben. Warum gerade jetzt?

Seit vergangenem Jahr verfolge ich das Modeln aktiv als Ziel und habe angefangen, mir in diesem Bereich etwas aufzubauen. Deshalb war für mich klar: Jetzt möchte ich es versuchen. Auf meine Bewerbung habe ich allerdings weder eine Zusage

noch eine Absage bekommen – einfach gar keine Rückmeldung. Aber das hat mich nicht davon abgehalten, weiterzumachen. Ich liebe es einfach, vor der Kamera zu stehen.

In deinen Berufsfeldern wird Aussehen ständig betrachtet und bewertet. Was macht das mit dem eigenen Blick auf sich selbst?

Natürlich macht das etwas mit einem. Man wird automatisch kritischer mit sich selbst. Ich musste lernen, zwischen „Das ist mein Job“ und „Das bin ich als Mensch“ zu unterscheiden. Heute versuche ich, mich nicht über Likes, Fotos oder Schönheitsideale zu definieren. Und ja: Es gibt Tage, an denen ich keine Lust auf Kamera, Styling oder überhaupt darauf habe, gesehen zu werden. Man muss nicht jeden Tag perfekt aussehen oder perfekt funktionieren.

Wo siehst du dich in fünf Jahren – und was sind die nächsten Schritte dorthin?

Ich sehe mich auf jeden Fall weiterhin als selbstständige Unternehmerin und möchte mein Studio weiterentwickeln. Gleichzeitig möchte ich im Modeln und in der Content Creation noch viel weiterwachsen und mir mehrere Standbeine aufbauen. Ich habe noch einige Ideen im Kopf, möchte kreativer werden und bin gespannt, was sich daraus alles entwickelt.

Für welche völlig unnötige Sache gibst du viel zu viel Geld aus?

Ganz klar: Klamotten. Ich bin dezent süchtig (lacht). Ich habe eigentlich genug im Schrank und finde trotzdem immer wieder etwas, bei dem ich mir denke: Das brauche ich jetzt unbedingt.

Welche Farbe landet dabei besonders oft im Schrank?

Beige. Definitiv beige. Sie ist schlicht, elegant und passt eigentlich immer.

Und was ist deine nackte Wahrheit?

Meine nackte Wahrheit ist, dass ich meinen Charakter am Anfang oft ein bisschen zurückhalte. Ich weiß, dass ich von außen manchmal arrogant oder unnahbar wirken kann, obwohl ich eigentlich sehr offen und lustig bin. Ich habe manchmal Angst, dass Menschen mich direkt verurteilen, bevor sie mich wirklich kennenlernen. Und ja – ich bin definitiv nicht die Pünktlichste und ziemlich verpeilt. Aber genau dafür lieben mich meine Mitmenschen.

Jaquelin Ohk

Foto: Karina Olech / Privat

Das nächste Verhör gibts im Oktober!

Ihr E-Bike Spezialist

in Braunschweig

lease a bike

Wir sind offizieller Partner!

Neue Anschrift seit dem 2. Januar 2026:
**An der Feuerwehr 6
38533 Vordorf**

Der SPEZI-Frei-Haus-Service:
kostenlose Anlieferung Ihres
neuen Bikes im Umkreis 50 km



www.rad-spezi.de

E-Bikes, Trekking-, City-, Speed- und Cross-Bikes, Rennräder, Kinderräder u.v.m.
Montag bis Freitag 10:00 – 18:30 Uhr, Samstag 10:00 – 15:00 Uhr

Mal ehrlich:

**Auch kleine
Astronauten brauchen
besonderen Schutz.**

**Sichern Sie Ihr
Kind früh genug ab:
Mit unserer
Berufsunfähigkeits-
versicherung.**



Alle Infos dazu gibt's auf
oeffentliche.de/Berufsunfaehigkeit