

Die LAG Rock kümmert sich wieder um ältere Menschen

magaScene: „LEBENSWERK³“-Projekt startet im Frühjahr 2025



Das neue „Lebenswerk³“-Projekt startet im Frühjahr 2025. Foto: Vera Lüdeck

Eigene musikalische Talente entdecken, selbst künstlerische Werke schaffen und kulturelle Erlebnisse mit anderen teilen – dazu haben gesundheitlich und mobilitätseingeschränkte ältere Menschen kaum Gelegenheit. Das will die Landesarbeitsgemeinschaft Rock in Niedersachsen e.V. (LAG Rock) mit einem neuen Projekt ändern. „Lebenswerk³“ ermöglicht Bewohnerinnen und Bewohnern von Pflegeheimen die kulturelle Teilhabe durch den Einsatz von digitalen Medien und analogen Musikinstrumenten. Aus Lebenserinnerungen entstehen mithilfe von Musik-Apps zum Beispiel Songs oder Hörspiele, die in Digitalkonzerten

den Teilnehmenden der anderen Einrichtungen präsentiert werden. Angeleitet werden die wöchentlichen Kurse über drei Jahre hinweg von Tandem-Teams aus musikpädagogischen Profis und jungen Assistenzkräften. Die Workshops in den Einrichtungen werden im Frühjahr 2025 beginnen. Die Seniorinnen und Senioren erzählen aus ihrem Leben, berichten von ihren Lieblingsongs und teilen Erinnerungen. Daraus entstehen eigene Texte und Kompositionen. Zweimal jährlich treten die Gruppen mit ihren Ergebnissen im Rahmen von Digitalkonzerten auf. Das „hoch 3“ im Projektnamen steht nicht nur für die drei beteiligten Generationen, sondern

vor allem für die drei digitalen Ansätze Produktion, Interaktion und Präsentation. Tablets, Smartphones und ein Digitalboard dienen sowohl dem kreativen Prozess als auch dem ortsübergreifenden Austausch zwischen allen Teilnehmenden. „Lebenswerk³“ ist ein Projekt der LAG Rock und wird gefördert von der Stiftung Deutsches Hilfswerk der Deutschen Fernsehlotterie und von der Bürgerstiftung Hannover.

HILFE UND TEILNEHMENDE GESUCHT!

Für das Projekt werden noch musikalisch junge Menschen gesucht, die Lust haben, als Assis-

tenz in den Workshops tätig zu sein und Erfahrungen in generationsübergreifenden Kreativprojekten zu sammeln. Außerdem können sich auch noch Pflegeheime aus der Region Hannover bis zum 20. Januar melden, die an „Lebenswerk³“ teilnehmen möchten. Alle Interessierten erhalten weitere Informationen bei LAG Rock-Geschäftsführerin Vera Lüdeck unter der Telefonnummer (05 11) 35 18 70 oder E-Mail luedeck@lagrock.de. gss



Stadtmagazin für Hannover
magaScene

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

Das müssen Sie erleben!

500

Stimmen Mass Choir

singout

GOSPEL

Konzert

16.03.'25 20Uhr

Hannover Congress Centrum

JETZT Tickets sichern!

0511 - 12 12 33 33

Online Buchen: tickets.haz.de

Und an allen bekannten VVK-Stellen

www.singout-gospel.de

Du hast eine Leidenschaft für Beauty und Wellness?

Dann komm zu uns und werde Kosmetiker:in

Tag der offenen Tür

17. Januar

15-18 Uhr

Alexanderstr. 3 • 30159 Hannover (Zentrum)

www.meincosmeticcollege.de

PRIVATE KLEINANZEIGEN

Haben Sie etwas zu verkaufen oder sind Sie auf der Suche?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

im Marktspiegel

Tel.: 0800 - 154 42 33 *kostenlose Servicenummer

E-Mail: kleinanzeigen@wochenblaetter.de

Zimmerpflanzen gut durch den Winter bringen

LICHTMANGEL UND HEIZUNGSLUFT: Topfpflanzen leiden in der kalten Jahreszeit / Doch Pflanzenbesitzer können dafür sorgen, dass es dem Grün gut geht

Während in den Gärten die Winterruhe einkehrt, wuchern Palmen, Farne und andere Grünpflanzen in der Wohnung weiter. Die meisten Zimmerpflanzen stammen aus tropischen Gebieten. „Das heißt, sie kennen keinen Winter mit kurzen Tagen und langen Nächten“, sagt Martina Mensing-Meckelburg, Präsidentin des Verbandes Deutscher Garten-Center (VDG). Sie sind identische Tageslängen gewohnt und vermissen das Licht. Damit die Pflanzen die wenigen hellen Stunden optimal nutzen können, sollten sie so nah ans Fenster wie möglich. Martina Mensing-Meckelburg rät, die Gardine zur Seite zu schieben und das Fenster zu putzen. Die Schmutzschicht nimmt den Pflanzen viel Licht. Selbst Staub

auf den Blättern beeinträchtigt die Lichtausbeute für die Pflanzen. Bei großblättrigen Zimmerpflanzen nimmt man einfach ein Mikrofasertuch und wischt alle zwei bis drei Wochen den Schmutz ab. Die Blätter von kleinblättrigen Pflanzen kann man mit einem weichen Strahl und handwarmem Wasser gelegentlich in der Dusche abbrausen. Durch das reduzierte Licht verbrauchen die Pflanzen weniger Wasser. „Da muss man weniger gießen“, sagt Tim Kreuselberg, Gärtnermeister aus Essen. Am besten fühlt man mit dem Finger, wie feucht die Erde ist. Die Faustregel: lieber öfter wenig Wasser geben als auf Vorrat gießen. Die Pflanzen sollten mit den Wurzeln nicht im Wasser stehen. Beim Gießen ist ein leicht temperiertes, abgestandenes Wasser gut verträglich. Die meisten Zimmerpflanzen kommen mit einer Temperatur zwischen 18 und 24 Grad Celsius gut klar. „Man muss nur beim Lüften gut aufpassen“, sagt Martina Mensing-Meckelburg. Strömt eiskalte Luft ins Zimmer, kann das den Pflanzen schaden. In frostigen Nächten sollten die Blätter auch nicht die Scheibe berühren. Sonst erfrieren sie an den Kontaktpunkten. An braunen, abgestorbenen Blattspitzen erkennt man, dass die Pflanzen an der trockenen Luft leiden. Man sollte mit einem Wassersprüher regelmäßig dafür sorgen, dass die Luftfeuchtigkeit erhöht wird. Das Wasser sollte zimmerwarm sein. Manche Pflanzen sollte man aber nicht direkt besprühen. Zum Bei-

spiel, wenn die Blätter stark be- haart sind. Dann kann man Verdunster am Heizkörper anbringen oder Wasserschalen aufstellen, um für eine indirekte Erhöhung der Luftfeuchtigkeit zu sorgen. Schädlinge wie Thripse, Woll- und Schildläuse fallen erst auf, wenn die Blätter hellgrün und fleckig werden oder sich ein klebriger Belag unter den Pflanzen sammelt. Für einen gesunden Zimmergarten sollte man die kranken Pflanzen separieren, sagt Mensing-Meckelburg. Im Fachhandel bekommt man Pflanzenschutzmittel auf Mineralölbasis zur Bekämpfung. Das A und O ist aber eine ausreichende Luftfeuchtigkeit, damit sich die Schädlinge gar nicht erst ausbreiten, sagt Gärtnermeister Kreuselberg.

LEHRTE. DEINE STADT. DEIN JOB.

Mit einer Vergütung über dem Mindestlohn..

..mit dem Fahrrad, E-Bike oder dem Auto..

...startest Du deine Zustelltour variabel zwischen 06:00-09:00 Uhr (5-8h) an 5 oder 6 Tagen/Woche

Und hier kommst du direkt zu deinem neuen Job

Hannoversche Allgemeine

Neue Presse

CITIPOST

MADSACK Logistik Mitte GmbH

Tel.: 0511 518-2555

SEVEN DRUNKEN NIGHTS - THE STORY OF THE DUBLINERS

18. Oktober 2025 | Theater am Aegi

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Heinz Strunk - Zauberberg 2
Diverse Termine: Pavillon

Alphaville Forever!
24. Januar 2025: Swiss Life Hall

Modern Sound[s] Orchestra
25. Januar 2025: Theater am Aegi

Hannover 96 - Preußen Münster
26. Januar 2025: H. von Heiden Arena

DESiMOs spezial Club Mix-Show
27. Januar 2025: Apollokino

Andreas Rebers
29. Januar 2025: TamTam Mühlenberg

Hannover Indians - Herner e.V.
31. Januar 2025: Eissporthalle

Royal Philharmonic Orchestra
01. Februar 2025: Kuppelsaal

Vor Ort für Sie da:

In den HAZ & NP Geschäftsstellen
Hannover, Lange Laube 10
Neustadt, Am Wallhof 1
Burgdorf, Marktstraße 16
Langenhagen, im CCL, Marktplatz 5
Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2



Telefonische Bestellannahme: 0511 12123333, online: tickets.haz.de // tickets.neuepresse.de