

„Wieder laut!“

Der **magaScene**-Tipp: **MEIKE KOESTER UND BAND** am 23. Januar in der Marlene

DIPLOMA
Private staatlich anerkannte Hochschule
University of Applied Sciences



Dein Beruf. Deine Zukunft. Dein Duales Studium im Bereich Soziales & Pädagogik!

**Tag der offenen Tür:
Fr., 23. Januar von 14 – 17 Uhr**

Mehr Infos:


- Soziale Arbeit (B. A.)
- Kindheitspädagogik (B. A.)
- Heilpädagogik und Inklusive Pädagogik (B. A.)

Wilhelmstr. 2 | 30171 Hannover diploma.de

Heinz Sielmann Stiftung



Was bleibt? Mein Erbe. Für unsere Natur.

Helfen Sie mit, bedrohte Tierarten und Lebensräume unserer Heimat auch für nachfolgende Generationen zu schützen und den Verlust der Artenvielfalt zu stoppen. Geben Sie eigene Werte weiter: mit einem Testament zu Gunsten der gemeinnützigen Heinz Sielmann Stiftung. Wir fördern Natur- und Umweltschutz sowie das Naturerleben – ganz besonders für Kinder.

Ein kostenfreier Ratgeber zum Thema Testament und Engagement liegt für Sie bereit. Wir beantworten Ihre Fragen und beraten Sie gerne unter 05527 914 419



www.sielmann-stiftung.de/testament

Wer auf gute, handgemachte Musik mit Herz und Seele steht, der sollte sich am Freitag, den 23. Januar nichts vornehmen. In der kuscheligen Marlene in der Prinzenstraße tritt dann Meike Koester mit Band auf und hat ihr aktuelles Album „Wieder laut“ und sicher auch noch anderes Material aus ihren fünf bisher veröffentlichten Tonträgern mit dabei.

„Wieder laut“ haben wir in der magaScene ziemlich abgefeiert und später gab es für die Braunschweiger Künstlerin noch eine Nominierung zum Preis der deutschen Schallplattenkritik obendrauf. Ihre Musik hat Klasse. Meikes großartiges Gitarrenspiel und ihre kräftige, emotionale Stimme tragen Euch hauptsächlich durch die Songs, die mit cleveren, deutschsprachigen Texten und traumhaften Melodien glänzen können. Da bleibt jeder Refrain sofort im Ohr. Ihre Wurzeln liegen dabei im Singer-Songwriter-Genre. Allerdings gibt es hörbare Einflüsse aus dem Rock- und Popbereich, und so ergibt sich eine unwiderstehliche Mischung mit hohem Suchtfaktor. Ihre Band, mit der sie die Bühne der Marlene rocken wird, kommt aus Hannover und besteht aus Helge Adam (Klavier und E-Bass) und Christian Prescher (Schlagzeug, A-Bass & Backgroundgesang).

Warum es so lange gedauert hat, dass wir sie live in Hannover hören können und das, wo sie doch schon jahrelang Dozentin bei der LAG-Rock in Niedersachsen hier bei uns ist, erklärt Meike wie folgt: „Nach meinem letzten Album und vielen Konzerten dazu habe ich mich eine Weile mehr aufs Unterrichten und meine Familie konzentriert. Kurz vor Corona habe ich dann endlich mit den ersten Aufnahmen im Studio begonnen.

Ich wollte unbedingt mit einem neuen Album nach Hannover kommen. Das hat aus bekannten Gründen einige Zeit gedauert. Das Warten hat sich aber definitiv gelohnt, denn nicht zuletzt durch wunderbare Hannoveraner Musiker wie Christian Prescher, Helge Adam und Andreas von Kessinger (Cello) sowie Martin Huch, der die stilvollen Album- und Pressefotos beige-steuert hat, ist ein wirkliches Herzensprojekt entstanden. Jetzt freue ich mich riesig auf ein Wiedersehen in der Marlene mit den Albumsongs und sogar einigen ganz frisch entstandenen Stücken.“ Wir freuen uns auch. Jetzt aber los. Besorgt Euch schonmal Tickets im Vorverkauf für die Show!



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



Meike Koester. Foto: Martin Huch

ANZEIGE

Zu viele Haare in der Bürste?

Warum auch die richtigen Pflegeprodukte keine **BESSERUNG** bringen.



Eine volle Haarpracht – wer wünscht sie sich nicht? Leider ist nicht jeder von Natur aus mit vollem, kräftigem Haar gesegnet. Stattdessen sind die Haare oft dünn und gehen aus. Hier kann es sinnvoll sein, sich die Nährstoffversorgung näher anzusehen.

Der Verlust von Haaren ist eine schwer verdauliche Tatsache. Da ist es auch kein Wunder, dass man es mit der Angst zu tun bekommt,

wenn sich vermehrt Haare in der Bürste, im Waschbecken oder auf dem Kissen finden. Viele führt dann der erste Weg in die Drogerie – neue Pflegeprodukte müssen her. Ob Repair-Shampoo, Intensiv-Spülung, Haarkur oder Haaröl – die Regale sind voll mit Produkten, die unseren Haaren etwas Gutes tun sollen. Und tatsächlich: Direkt nach der Anwendung fühlen sich die Haare oft weicher an, sehen glänzender aus und

lassen sich besser kämmen. Pflegestoffe legen sich wie ein feiner Film um das Haar, versiegeln die Oberfläche, glätten kleine Unebenheiten und kaschieren Spliss.

STÄRKUNG VON INNEN

Doch so schön dieser Sofort-Effekt ist – er hält meist nur bis zur nächsten Haarwäsche. Die eigentliche „Schaltzentrale“ für gesundes, kräftiges Haar

sitzt aber in der Tiefe: an der Haarwurzel. Damit Haare dauerhaft stark und widerstandsfähig bleiben, brauchen sie eine gezielte Versorgung von innen. Ausgewählte Vitamine und Spurenelemente unterstützen den Aufbau der Haarstruktur direkt an der Wurzel. Sie fördern die Bildung von Keratin (=Hauptbestandteil der Haare), stärken die Verankerung in der Kopfhaut und können so dazu beitragen, dass das Haar weniger bricht

und seine natürliche Spannkraft behält.

WIRKSTOFF EMPFEHLUNG

Eine Vielzahl an Inhaltsstoffen, die für volles Haar sorgen, ist in der Ernährungswissenschaft bekannt – doch nur wenige zeigen auch langfristige Erfolge. Drei Nährstoffe sind hingegen bestens erforscht:

Goldhirse – eine der ältesten Getreidesorten der Welt. Bereits im Mittelalter war sie unter dem Namen „Schönheitskorn“ bekannt und liefert den Haarwurzeln wichtiges Silizium.

Selen – ein Spurenelement, das zum Erhalt normaler Haare beiträgt. Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann es stumpf und brüchig werden.

Naturreiner Schwefel (MSM) – ein wichtiger Strukturbestandteil von Keratin, Elastin und Kollagen – jenen Stoffen, aus denen die Haarzellen bestehen.

WAS APOTHEKER EMPFEHLEN

In durchdachter Kombination vereint finden sich diese Wirkstoffe aktuell nur in Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Das Präparat kommt aus Österreich, wo es bereits seit Jahren das mit Abstand meistverkaufte Produkt für die Haare ist.* Seit einiger Zeit ist es auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich. Tipp: Die Haare wachsen im Durchschnitt gerade einmal 1 bis 1,5 cm pro Monat. Für den idealen Effekt sollten die Tabletten daher über einen Zeitraum von mindestens 2–3 Monaten hinweg eingenommen werden – für bleibende Ergebnisse, nicht nur bis zur nächsten Dusche.

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

APOTHEKEN-EMPFEHLUNG



Dr. Böhm® Haut Haare Nägel als 3-Monats-Kur mit € 9,90 Preisersparnis*

- ✔ Biotin, Zink und Selen für den Erhalt normaler Haare
- ✔ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✔ Natürlicher Schwefel (MSM) und wichtige Spurenelemente

Erhältlich in Ihrer Apotheke.
180 Stk. PZN: 18851135 | 60 Stk. PZN: 15390975
*im Vergleich zu 3 einzelnen Monatspackungen.

Kundenbewertung

★★★★★

Ingrid Föllner, 56
Apothekenkundin

Ich habe meine „alten“ Haare zurück

„Seit Beginn der Wechseljahre wurden meine Haare immer dünner und brüchiger und ich hatte das Gefühl meine alte Haarpracht zu verlieren. Vor 3 Monaten habe ich begonnen **Haut Haare Nägel** von Dr. Böhm® einzunehmen – und bin begeistert: Nach einigen Wochen hatte ich weniger Haare in der Bürste und im Waschbecken. Das nachwachsende Haar fühlt sich kräftiger und voller an. Trotz hormoneller Umstellung habe ich das Gefühl, meine „alten“ Haare zurückbekommen zu haben.“