

DVD-TIPP
EIN HINREISSEND VERGNÜGLICHER FILM



KÖLN 75 erzählt die mitreißende Geschichte der rebellischen 18-jährigen Vera Brandes, die selbstbewusst und leidenschaftlich alles aufs Spiel setzt, um ihren Traum zu verwirklichen. Gegen den Willen ihrer konservativen Eltern bucht sie auf eigenes Risiko das Kölner Opernhaus, um Keith Jarrett im Januar 1975 für ein Konzert nach Köln zu holen. Sie weiß es noch nicht, aber diese improvisierte Stunde am Klavier, die bis zuletzt zu scheitern droht, wird auf Schallplatte verewigt und von vielen als eines der populärsten Kunstwerke des 20. Jahrhunderts angesehen: Keith Jarretts „The Köln Concert“.

Die „The Köln Concert“-Platte avanciert mit über vier Millionen verkauften Exemplaren zum erfolgreichsten Solo-Jazz-Album aller Zeiten. Inspiriert von wahren Begebenheiten erzählt Regisseur und Autor Ido Fluk in **KÖLN 75** die unfassbare Geschichte dahinter. Im Mittelpunkt steht die junge, zielstrebige und emanzipierte Vera Brandes, die sich in einer männerdominierten Gesellschaft durchsetzt. Mala Emde verkörpert sie brillant als begeisterte Musikliebhaberin, die in den turbulenten Siebzigerjahren unbeirrbar ihren Weg geht. An ihrer Seite: John Magaro als kauziger Keith Jarrett. Seine umjubelte Weltpremiere feierte **KÖLN 75** auf den 75. Internationalen Filmfestspielen von Berlin.

Klimaschutz und Filmvergnügen open air

Das **CINEMA DEL SOL** startet in die 9. Kino-Saison

HANNOVER. Das Cinema del Sol ist das fahrradmobile, solarbetriebene Wanderkino in der Region Hannover. Es besteht aus zwei Fahrradanhängern, die mit je einem 100 Watt-Solarpanel bestückt sind. Im Inneren der Anhänger sind Laderegler, Wechselrichter und der 80 Ah-Solarakku untergebracht. Damit liefern die Akkus jeweils ungefähr 1 kWh Strom. Mit dabei sind auch Leinwand, Soundanlage und der Projektor. Die Kinoanlage benötigt etwa 300 Watt. Jeder Anhänger tankt schon vor der Vorstellung genug Solarpower für die nächste Kinovorstellung. So kann das Cinema del Sol mit dem Fahrrad anreisen, nachhaltige Open-Air-Kino-Vorstellungen veranstalten und im Vorprogramm neue Impulse für mehr Klimaschutz und Nachhaltigkeit vermitteln. Das Cinema del Sol ist ein Projekt des Büro für Naturetainment von Verena und Volker Stahnke und startet jetzt in seine 9. Kino-Saison.

Die 26 eintrittsfreien (!) Vorstellungen werden mit verschiedenen Partnern realisiert. ProKlima - der energycity-Fonds unterstützt ganz unterschiedliche Veranstaltungen bei Abenden mit Klimaschutz- und Nachhaltigkeitsschwerpunkt, die Stadt Hannover ist mit Stadt- und Gartenkultur dabei. In Patten- sen organisiert der Bereich Jugendpflege, aber auch kirchliche Institutionen, Landkreise, Museen, Energieagenturen und Firmen lassen ein Solarkino stattfinden. Hier die Terminübersicht:

2. August: „Dirty Dancing“, Sommerlounge Andreas-Hermes-Platz
6. August: „Strange World“, Spielpark Tiefenriede
7. August: „Checker Tobi und die Seine umjubelte Weltpremiere feierte KÖLN 75 auf den 75. Internationalen Filmfestspielen von Berlin.“
8. August: „Die Monster AG“,



Impression eines Kinoabends im Biergarten Gretchen. Foto: Volker Stahnke

Dreieckswiese an der Sporthalle in Hüpede-Oerie

- 11. August:** „Alles steht Kopf“, Pfarrgarten in Schulenburg
- 12. August:** „Rocca verändert die Welt“, Pfarrgarten in Jeinsen
- 13. August:** „All we imagine as light“, Lutherkirche Nordstadt
- 15. August:** „Die Känguru Verschwörung“, Innenhof der IGS Badenstedt
- 16. August:** „Die einfachen Dinge“, Bergbühne Waldberg Empelde

- 21. August:** „King Richard“, TG Hannover am Bischofsholer Damm
- 23. August:** „BFG – Sophie & der Riese“, in der Scheune am Lindenplatz in Koldingen
- 28. August:** „Der Rosengarten der Madame Vernet“, Stadtpark Hannover
- 29. August:** „Die einfachen Dinge“, Misburger Wald-Forum
- 30. August:** „Wall E – Der Letzte räumt die Erde auf“, Park der Sinne Laatzten

Volker Stahnke kommt mit seinem Fahrradanhänger.
 Foto: Volker Stahnke

- 3. September:** „100 Dinge“, Garten der Titus-Epiphanius-Gemeinde Sahlkamp
- 6. September:** „Prinzessin Mononoke“, am Stadtteilzentrum Ricklingen
- 12. September:** „Mittagsstunde“, am Kulturhaus in Hainholz
- 13. September:** „Downsizing“, am Stadtteilzentrum Weiße Rose Mühlenberg
- 23. September:** „A Human Ride“, Bertha-von-Suttner-Platz

Weitere Infos unter:
www.cinemadelesol.de



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.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Hitzenächte befeuern Schlafstörungen

So starten Sie morgens wieder erholter in den Tag

Sommernacht, Dachgeschosswohnung, 26 Grad im Schlafzimmer – hohe Temperaturen lassen Millionen Deutsche in den heißen Monaten nicht schlafen. Wenn dann noch nervös bedingte Schlafstörungen hinzukommen, lässt sich von erholsamem Schlaf nur noch träumen. Schlafprobleme haben sich hierzulande zu einer Volkskrankheit entwickelt! Etwa 7 von 10 Deutschen leiden unter Durchschlafproblemen. Doch ein pflanzliches Arzneimittel lindert nervös bedingte Schlafstörungen und unterstützt so nicht nur beim Ein-, sondern auch beim Durchschlafen!

Mehr als die Hälfte der Deutschen hat aktuell Probleme beim Einschlafen und rund 70 % leiden unter Durchschlafproblemen. Keine gute Nachricht: Betroffene kämpfen mit anhaltender Müdigkeit oder Erschöpfung und sind am Tag gereizt und unkonzentriert. Langfristig können Probleme beim Ein- oder beim Durchschlafen unseren Körper sogar schwächen und ihn anfälliger für Krankheiten machen.

Entspannt durch die Nacht, erholt in den Tag

Wer morgens gerädert aufwacht, hat nachts keine erholsame Tief-



schlafphase gehabt. Wer also endlich wieder erholsam schlafen möchte, sollte laut Experten auf ein Schlafmittel setzen, das den natürlichen Schlafrhythmus nicht stört, die Tiefschlafphase bewahrt und das Durchschlafen fördert. Um nervös bedingte Schlafstörungen wirksam zu behandeln, sollte ein Schlafmittel daher nicht nur beim Einschlafen helfen, sondern vor allem auch das Durchschlafen fördern! Und genau das leistet Baldriparan – Stark für die Nacht.

Bewiesene Wirksamkeit ohne Gewöhnungseffekt

Seit über 70 Jahren empfehlen Experten das pflanz-

liche Arzneimittel Baldriparan – Stark für die Nacht. Denn die Wirksamkeit des Baldrians ist wissenschaftlich in Studien be-

legt.² Entscheidend dabei ist die Dosierung. Nur Schlafmittel, die ausreichend Baldrianwurzelextrakt enthalten, können

bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Baldriparan enthält extra hoch dosierten Baldrianwurzelextrakt. Besonders wichtig dabei: Das Schlafmittel macht trotzdem nicht abhängig, es entsteht kein Gewöhnungseffekt und die Schlafqualität wird auf natürliche Weise verbessert.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Stark für die Nacht
 (PZN 00499175)

www.baldriparan.de

Baldriparan®

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • ²Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing