

März 2026

STADTMAGAZIN BREMEN

Gleichberechtigung

Events zum Weltfrauentag

Energie sparen

Infos, Tipps und Beratung

Köstliche Ostertage

Brunch und mehr zum Fest

Virginie Kamche bringt Menschen unterschiedlicher Herkunft zusammen

Die Wegbereiterin

Familienbetrieb seit über **25** Jahren im Norden Deutschlands

WIR ZAUBERN EUCH

URLAUB

AUF DEN TISCH!



WEINE



SPIRITUOSEN

Eine Welt an Köstlichkeiten



OLIVEN / ÖLE

Die Adresse im Norden für hochwertige griechische und mediterrane Lebensmittel.

Besucht unseren
SUPERMARKT in Bremen
und unseren neuen
ONLINE-SHOP.

Wir freuen uns
auf euch!



KÄSE / DIPS



FLEISCH / FISCH

GRIECHISCHE SPEZIALITÄTEN
ATLAS FOOD

GROSS- UND EINZELHANDEL

☎ 0421 394440 🌐 [ATLASFOOD-BREMEN.DE](https://atlasfood-bremen.de) 📱

Simon-Bolivar-Str. 53 • D-28197 Bremen • Mo-Fr: 8-17 Uhr • Sa: 8-14 Uhr

TITELSTORY

- „Nicht jammern, sondern handeln“ 10
Virginie Kamche über Integration und Netzwerke

LOKALES

- Solidarität und Austausch 08
Umfangreiches Programm zum Weltfrauentag
- Hoch über der Stadt 13
Neue High-Swing-Schaukel in Bremerhaven

PRODUKTE

- Entdecken, verstecken, weitersagen 16
Geschenktipp für den Osterhasen

WOHNEN UND LEBEN

- Heiztechnik der Zukunft 21
energiekonsens mit neuem Beratungsangebot

GASTRO

- Küchen-Talk 24
Twins Waffle: Kayra und Kübra Torunlar
- Genussvolle Feiertage 25
„Osterbrunch Deluxe“ in der Kuppelhalle des Parkhotels

BÜHNE UND EVENTS

- „Der Tower ist 'ne mega Location!“ 28
Romano im Interview zu seinem neuen Album

RUBRIKEN

- Kolumnen 4, 12, 15 und 22
Rätsel 34
Impressum 34

Mit uns in besten Händen!

Sie möchten verkaufen... wir suchen Immobilien aller Art in Bremen u. Umland... Werteschätzung für Sie kostenlos!

Eine marktgerechte Bewertung ist die Voraussetzung für eine erfolgreiche Vermittlung.

Wir verfügen über das Know-how und langjährige Erfahrung, kompetent und seriös erledigen wir für Sie die gesamte Abwicklung, vom ersten Kontakt bis zur notariellen Beurkundung des Kaufvertrages und darüber hinaus bleiben wir selbstverständlich Ihr Ansprechpartner, lernen Sie uns kennen!



BASSE
Immobilien OHG

28277 Bremen • Tel. 0421-614421/-87189063

Mobil: 0173 2404099 / 0177 3381293

info@basse-immobilien.de

www.basse-immobilien.de

Mehr Miteinander

Neugier gehört zu meinem Beruf – und wohl auch zur Grundausstattung jedes Menschen, der mit offenen Augen durchs Leben geht. Diese Neugier führt mich immer wieder zu Personen, die bewegen, die gestalten, die Fragen stellen und andere inspirieren. Eine von ihnen ist Virginie Kamche. Im Titelinterview erzählt die gebürtige Kamerunerin, warum sie Vielfalt als Chance begreift und was das mit Mut zu tun hat. Mir persönlich haben besonders ihre Empathie und ihre Tatkraft imponiert. Virginie Kamche geht von Menschen aus, nicht von Konzepten. Und: Wo viele aufgegeben hätten, hat sie gehandelt. Ihre Arbeit ist geprägt von gegenseitigem Respekt, Offenheit und der Motivation, die Gesellschaft ein Stück menschlicher zu machen.



Christina Ivanda, stellv. Redaktionsleiterin. Foto: Phil Porter

Themen wie Engagement, Gleichstellung und gesellschaftliche Teilhabe stehen auch im Mittelpunkt des diesjährigen Rahmenprogramms zum Internationalen Frauentag in Bremen. Den gesamten Monat über finden zahlreiche Veranstaltungen, Diskussionsrunden und kulturelle Beiträge statt, die die Perspektiven und Erfahrungen von Frauen in den Fokus rücken.

Wer sich anderweitig kulturell oder auch gastronomisch inspirieren lassen möchte, findet außerdem jede Menge Ausgehtipps im Heft. Vom verkaufsoffenen Sonntag in der Bremer City über neue Läden in der Rubrik „Aufgemacht“ bis hin zum Konzert von Romano im Tower – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Das Theater Bremen präsentiert zudem ein neues Stück mit dem Titel „Krieg und Frieden“, das gesellschaftliche Themen auf beeindruckende Weise beleuchtet. Und natürlich nicht zu vergessen: Ende März beginnt endlich wieder die Osterwiese!

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen das gesamte Team des STADTMAGAZIN Bremen.

mit Reiseleitung von der Abfahrt bis zur Rückkehr

- ◆ **Südnorwegen, 9 Tage**
01.06. – 09.06.26
- ◆ **Mittsommerfest Schweden**
15.06. – 23.06.26
- ◆ **Saarland mit Luxemburg**
08.07. – 12.07.26
- ◆ **Elsass** 14.07. – 19.07.26
- ◆ **Dänemark** 21.07. – 26.07.26
- ◆ **Schweizer Bahnenzauber**
16.08. – 22.08.26

Information und Buchung unter
04264 - 83 74 555 sowie unter
www.reiseservice-wohlfahrt.de

Mülltonnen und Milchmänner

Still und leise haben sie sich aus dem Staub gemacht – fast heimlich und unmerklich sind sie aus unserem Sichtfeld verschwunden. Für uns Babyboomer gibt es einiges, auf das diese Beschreibung zutrifft.

Ich habe neulich zum Beispiel mal wieder eine Telefonzelle gesehen – mitten in einem kleinen Dorf. Das kleine gelbe Häuschen stand dort etwas verloren an einer Bushaltestelle und diente als Mini-Bibliothek, in der man sich literarisch bedienen oder aber ausgelesene Bücher für andere bereitstellen konnte. Ursprünglich hingen Telefone darin, erst mit Wählscheiben und später mit kleinen Metalltasten. Zur Benutzung brauchte man in früheren Jahren das passende Kleingeld für den Münzeinwurf und später diese Telefonkarten in jedweder Couleur, die zu wilder Sammelleidenschaft animierten. Damit konnte man zu Hause Bescheid sagen, dass man heute wohl etwas später nach Hause kommen würde, weil man wahlweise den Bus verpasst, die Uhrzeit vergessen oder die Mitfahrgelegenheit aus den Augen verloren hatte.

Telefonzellen – wann sind die eigentlich verschwunden? Ich kann mich nicht erinnern. Genauso wenig wie daran, wann ich zuletzt eine Mülltonne aus Stahlblech oder Zink gesehen habe, wie sie in meiner Kindheit am Straßenrand standen. Meine Großeltern nannten diese Tonnen noch Ascheimer, weil man seinerzeit die Asche aus den Kohleöfen darin entsorgte. Deshalb steht auf den heutigen Plastiktonnen wohl immer noch der Satz „Bitte keine heiße Asche einfüllen!“

Ich weiß noch, wie fasziniert ich als kleiner Pöks immer den Müllmännern zugesehen habe, wenn sie die Tonnen an den kleinen runden Auswölbungen am Deckel festhielten, um sie zu den Müllautos zu rollen. Diese runden Dinger hatten natürlich keine Rollen und waren zum Tragen viel zu schwer. Apropos Autos: Wissen Sie, was noch verschwunden ist? Der Milchmann! Bei uns kam er immer dienstags und donnerstags mit einem blauen Lieferwagen, den er auf einem kleinen Platz parkte. Dort klappte Herr Jürgens das Seitenfenster herunter, holte seine große goldfarbene Handglocke hervor und machte sich bemerkbar. Aus dem Wagen heraus wurde alles Mögliche verkauft. Kaffee, Butter, Käse und natürlich Milch – daher hatte der Milchmann ja seinen Namen. Die Milch wurde aber nicht in Tüten oder Kartons verkauft, sondern sie kam aus einem großen Behälter. Ich kann mich daran erinnern, dass viele Frauen mit Kittelschürzen und braunen Klack-Portemonnaies aus den Häusern kamen und ihre kleinen Milchkannen aus Aluminium oder Plastik zum Befüllen mitbrachten. Wenn man plietsch war, bot man der Nachbarin an, die vollen Kannen für sie nach Hause zu tragen. Dafür gab es etwas aus dem Sortiment von Herrn Jürgens ...

All das gab es noch bis in die 1980er-Jahre hinein, dann verschwand es plötzlich. Die alten Mülltonnen werden mittlerweile als Sammlerstücke gehandelt. Nicht ganz billig, dafür kann man aber auch „heiße Asche einfüllen“, wenn man möchte.



Dirk Böhling, Jahrgang 1964, ist Schauspieler, Regisseur und Autor.
Im STADTMAGAZIN wirft er einen Blick auf seine Generation – und auf Bremen.



Foto: Frank Thomas Koch

Loopings und Leckereien

Ab Freitag, 27. März, startet auf der Bremer Bürgerweide endlich wieder die Osterwiese – der perfekte Auftakt in den Frühling. Zum Auftaktwochenende locken leuchtende Buden, duftende Leckereien und rasante Karussells. Um 18 Uhr wird im Bayernzelt offiziell eröffnet, um 21.45 Uhr lässt ein großes Feuerwerk den Himmel funkeln. Also: Rein ins Frühlingsfeeling, Zuckerwatte schnappen und los geht's in eine bunte Runde Osterwiese! (CI)

Auf Schnäppchenjagd

Damenbekleidung shoppen auf der „Woman“

Noch stehen warme Mäntel und dicke Pullover und entsprechendes Schuhwerk im Mittelpunkt der morgendlichen Kleiderauswahl. Doch die Tage werden bereits deutlich länger. Spätestens im April hat die Sonne ihre wärmende Strahlkraft zurück, und Übergangsjacke, Frühlingskleidchen und schickes Top sind wieder tragbar.

Doch wie so oft ist es auch dieses Mal: Der Kleiderschrank ist voll – und dennoch findet sich nichts Passendes zum Anziehen. Dieses verbreitete Dilemma veranlasste Claudia Siegel dazu, ein besonderes Veranstaltungsformat ins Leben zu rufen: Auf der „Woman“ verkaufen Frauen seit 2004 jährlich ihre noch gut erhaltenen, aber nicht mehr getragenen Kleidungsstücke, Schuhe und Accessoires zu günstigen Preisen. Das einfache Prinzip „Frauen verkaufen an Frauen“ hat inzwischen ein festes Stammpublikum gefunden. Mehr als 3000 Besucher:innen strömen jeweils in die Messehalle 5, um das Angebot der rund 300 Verkäuferinnen zu sichten und etwas Schickes zu erstehen.

Ab 11 Uhr können Interessierte auf Schnäppchenjagd gehen und an rund 600 Verkaufstischen und zahlreichen Kleiderständen stöbern, um sich für die kommende Frühjahrssaison modisch auszustatten. (SM)



Foto: Woman

Sonntag, 15. März, 11 bis 16 Uhr, Halle 5



17. - 22.03.2026
Pretty Woman
Das Musical



13.04.2026 – 20:00h
Judith Hill



10.05.2026 – 18:00h
Heaven Can Wait Chor
Jetzt erst recht!



12.05.2026 – 20:00h
DIRE sTRATS
A Tribute to Dire Straits



17.05.2026 – 20:00h
Tori Amos



21.05.2026 – 20:00h
Rainbirds
Through The Web of Time

Vielfalt, Service & gute Unterhaltung!

montags Metropol Jazz Lounge	10.03.2026 - 20:00h Simply The Best
01.03.2026 - 19:00h Rumours of Fleetwood Mac	11. - 14.03.2026 Shen Yun 2026
02.03.2026 - 20:00h Mord am Mittwoch	15.03.2026 - 19:00h One Moment in Time
03.03.2026 - 19:30h METAMORKID	24.03.2026 - 20:00h Rock Sensation
03.03.2026 - 19:30h One Night of MJ	26.03.2026 - 20:00h NightWash Live
05.03.2026 - 20:00h ELVIS - Das Musical	27.03.2026 - 20:00h FALCO MEETS AMADEUS
06. - 08.03.2026 Dracula - Das Musical	und viele mehr ...

SEEBÜHNE BREMEN

17.07. - 23.08.2026
DAS OPEN-AIR HIGHLIGHT



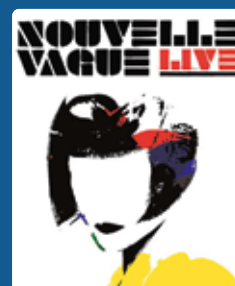
01.08.2026 - 20:00h



02.08.2026 - 20:00h



04.08.2026 - 20:30h



05.08.2026 - 20:00h



09.08.2026 - 19:00h



13.08.2026 - 19:30h

Das komplette Programm und Tickets: seebuehne-bremen.de

PACKHAUSTHEATER



06.03.2026 - 19:00h
Mark Scheibe
Songs & Stories



07. - 08.03.2026
Allerdings. Ringelnatz
Solo für Frank Roder



ab 13.03.2026
Ich bin's Paula
D. Leben d. Paula Modersohn-Becker

Modelflohmarkt für die Frau!

15.03.2026
Frühlings-Shopping
Messehalle 5 • 11.00 – 16.00 Uhr

Claudia Siegel
präsentiert:

Woman
fashion for you. 2nd hand & new.

www.woman-bremen.de

STADTMAGAZIN
BREMEN

Folge uns auf
Instagram

[@stadtmagazin.bremen](https://www.instagram.com/stadtmagazin.bremen)



27.-29.3.
WEIN
messe

MESSE BREMEN
halle 5

FR 14-20 Uhr
SA 14-20 Uhr
SO 12-18 Uhr

Tagesticket: 25€
die-weinmesse.com

Veranstalter:
das Team Agentur für Marketing GmbH, www.dasteam.de
Mit freundlicher Unterstützung von:

Vinum **START-
FACHINGEN** **WINE-MODERATION**
WEIN | BEWUSST | GENIEßEN

Das Wasser. Seit 1742.

Zum >>
Ticket




Osterfreuden bei dodenhof

Spaß, Kreativität und spannende Aktionen für die ganze Familie in den Ferien



Foto: dodenhof

In den Osterferien bietet die ShoppingWelt in Posthausen ein vielseitiges Programm für Groß und Klein. Bunte Kinderaktionen, spannende Gewinnspiele und kreative Angebote sorgen für jede Menge Spaß und Unterhaltung sowie Inspiration für ein gelungenes Osterfest.

Schätzen und gewinnen

Im Mittelpunkt steht das Schätzspiel in der Mall, bei dem es fünf Einkaufsgutscheine à 200 Euro zu gewinnen gibt. Besucher:innen können dabei die Anzahl der blauen Ostereier im großen Nest an der Henne schätzen und mit ein wenig Glück gewinnen. Die Aktion läuft vom 27. März bis zum 4. April täglich von 11 bis 18 Uhr, außer an Karfreitag. Wer lieber die Herausforderung sucht, sollte die Oster-Sucherei in der TechnikWelt besuchen. Am Karsamstag, 4. April, um 10 Uhr startet die spannende Suche nach dem goldenen Ei, dessen Fund mit einem Einkaufsgutschein im Wert von 500 Euro belohnt wird.

Auch für die kreativen Köpfe gibt es zahlreiche Angebote. Ob niedliche Hasen, bunte Schmetterlinge oder frühlingshafte Blumenmuster: Kinder können sich am 4. April von 11 bis 18 Uhr in der Mall beim Kinderschminken fröhliche Motive ins Gesicht zaubern lassen.

Aktionen für Kinder

Am 27. und 28. März erwarten Bastelfans kostenlose Stationen, um selbst gemachte Ostergeschenke herzustellen. Wer sich kreativ austoben möchte, kann bei der Ausmalaktion in der KinderWelt mitmachen. Kleine Künstler:innen tauschen ihre Osterbilder gegen Süßigkeiten und haben die Möglichkeit, ihre Werke auszustellen. Die Aktion läuft vom 23. März bis 7. April von 10 bis 20 Uhr, ebenfalls nicht an Karfreitag.

Weitere Infos: www.dodenhof.de

Sonntags shoppen

Ende März öffnen die Geschäfte in der City

Bestens ausgeschlafen, von der Woche erholt und ohne ständigen Blick auf die Uhr: ideale Voraussetzungen für einen entspannten Einkaufsbummel, zum Beispiel in den vielfältigen Geschäften der Bremer Innenstadt und ihren Quartieren. Organisiert von der CityInitiative Bremen, lädt der erste Verkaufsoffene Sonntag des Jahres am 29. März von 13 bis 18 Uhr die ganze Familie zum Shopping Sonntag ein – passend zur Eröffnung der Osterwiese. Kleine und große Osterfans dürfen sich zudem auf eine tolle Ostereier-Suche – und mit etwas Glück – auf einen von vielen attraktiven Preise der Mitglieder der City-Initiative Bremen freuen. Der Einkaufsstreifzug durch die Stadt ist für Jung und Alt immer das reinste Vergnügen: In der Lloydpassage beglücken unter anderem österliche Mitmach-Aktionen die Jüngsten und auch auf dem Ansgarikirchhof wird es Überraschungen geben.

Sonntag, 29. März, 13 bis 18 Uhr, Innenstadt



Foto: CityInitiative

Genuss pur erleben

Weinmesse Bremen: Vielfalt, digitale Tools und mehr

Ende März öffnet die Weinmesse Bremen in Halle 5 ihre Türen. Rund hundert Wein- und Genussbetriebe präsentieren eine breite Palette an Weinen und Sekten – von jung bis gereift – sowie alkoholfreie Alternativen. Besucher:innen können vor Ort probieren, Lieblingsweine entdecken und erwerben. Ein besonderes Highlight sind die neuen digitalen Tools, wie die KI-Weinberatung „Vinola“, die Empfehlungen gibt und favorisierte Weine blitzschnell findet.

Im kostenlosen Rahmenprogramm der Messe gibt es spannende Tastings, Vorträge und Präsentationen von Weinhoheiten verschiedener Anbauggebiete. Zudem stehen offene Verkostungszonen und eine vergleichende Weinprobe auf dem Programm. Der Sonntag ist Familientag mit Kinderbetreuung in der Spielecke.

Freitag bis Sonntag, 27. bis 29. März, Freitag und Samstag 14 bis 20 Uhr, Sonntag 12 bis 18 Uhr, Messe Bremen. Wer Tickets gewinnen möchte, kann auf Seite 34 in diesem Heft teilnehmen.

Weitere Infos: www.die-weinmesse.com



Foto: das Team

Investieren per App oder per Handschlag?

Mit uns kannst du beides!



Jetzt informieren und Depot eröffnen!

Geldanlagen am Kapitalmarkt sind mit Risiken verbunden.

www.sparkasse-bremen.de/beides



Die Sparkasse
Bremen

Neuer Intendant

Armin Petras am Theater Bremen



Foto: Jörg Landeberg

Armin Petras wird ab der Spielzeit 2027/28 neuer Intendant am Theater Bremen. Dann wäre der Vertrag seines Vorgängers Michael Börgerding geendet, der 2025 verstorben ist. Bis zur Übernahme durch Petras sollen die Spar-

tenleiter den inhaltlichen Betrieb weiterhin übergangsweise verantworten.

Petras, der sich gegen 53 Bewerbenden durchsetzte, war bereits von 2018 bis 2022 als Hausautor und Regisseur am Theater Bremen tätig und inszenierte erfolgreiche Opern wie „Anna Karenina“ und „Lady Macbeth von Mzensk“ sowie das Stück „Love you, Dragonfly“. Zudem adaptiert er umfangreiche Romane wie „Die Erfindung des Jazz im Donbass“ und „Krieg und Frieden“ – übrigens die nächste Schauspielpremiere am Samstag, 7. März (weitere Infos zum Stück auf Seite 33). (CI)

Solidarität und Austausch

Streik, Lesungen, Workshops und Ausstellungen zum Weltfrauentag

Am 8. März feiern Frauen und Gleichstellungsbefürworter:innen in Bremen den Internationalen Frauentag. Mit dem diesjährigen Motto „Give To Gain – Geben, um zu gewinnen“ rufen Initiativen, Vereine und Netzwerke im gesamten Monat März zu Solidarität und Austausch auf. Ob Frauenkulturhaus, Landesfrauenrat oder Straßenaktionen: Überall werden Impulse für mehr Gleichstellung gesetzt.

Ungleichheit bleibt jedoch ein wichtiges Thema, wie der Global Gender Gap Index zeigt. Obwohl Bildung und Gesundheit inzwischen fast paritätisch aufgestellt sind, existiert in Wirtschaft und Politik weiterhin eine starke Benachteiligung von Frauen. Auch in Bremen zeigt sich dies deutlich: Frauen arbeiten häufiger in schlechter bezahlten Teilzeitjobs, übernehmen mehr Care-Arbeit und verdienen deutlich weniger als Männer – der Gender-Pay-Gap liegt hier bei 17 Prozent.

Der Frauentag und der Aufruf zum Frauenstreik am Montag, 9. März, sollen auf



Foto: Freepik

diese Ungleichheiten aufmerksam machen. Auf dem Bremer Marktplatz findet am 9. März von 12 bis 14 Uhr eine Versammlung statt, bei der Frauen ihre Arbeit niederlegen, um auf soziale und ökonomische Benachteiligungen hinzuweisen. (CI)

Auf www.weltfrauentag-bremen.de gibt es einen Überblick über sämtliche Veranstaltungen in Bremen und Bremerhaven.



MAGISCHE MOMENTE MIT MARCO MIELE

Am Donnerstag, den 26. März 2026 ab 18 Uhr können Sie im Mercedes-Benz Kundencenter Bremen einen zauberhaften Abend erleben! Marco Miele, der Preisträger des Merlin Awards und TV-Star bei „Italia's Got Talent“ und „Supertalent“ bringt seine faszinierende Show nach Bremen und lädt Sie zu einem Abend voller Staunen und Emotionen ein. Lassen Sie sich mitreißen und begeistern!

Wir freuen uns darauf, Sie
Im Holter Feld 10, 28309 Bremen,
willkommen zu heißen!

Mercedes-Benz





150 Jahre BSAG

Auf Zeitreise mit historischen und modernen Straßenbahnen und Bussen

Fotos: BSAG / Archiv FdBS e.V.

Seit 150 Jahren bewegt die Bremer Straßenbahn (BSAG) die Hansestadt. Am 28. März 1876 als „Bremer Pferdebahn Actiengesellschaft“ gegründet, ging die Entwicklung in den Folgejahren rasant voran. Bereits 1889 wurde an der Weser die erste elektrische Oberleitungsstraßenbahn Europas erprobt, die ein Jahr später in Betrieb ging. Die »Elektrische« war für Bremen geboren und aus der Bremer Pferdebahn wurde die Bremer Straßenbahn AG.

Rund 100 Jahre später ist die BSAG Vorreiterin für einen barrierefreien Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV). Die ersten Niederflerbusse mit Hublift nahmen 1988 ihren Betrieb auf – und schon kurze Zeit später fuhren die ersten Niederfler-

Straßenbahnen durch die Hansestadt. Heute stehen der Ausbau des Liniennetzes, die Taktverdichtung und die Mobilitätswende hin zu einem emissionsfreien ÖPNV im Fokus. Die Straßenbahnen fahren bereits seit Langem mit Ökostrom. Aktuell erfolgt bei den Bussen der Umstieg auf Elektromobilität.

150 Jahre Bremer Straßenbahn AG erzählen aber nicht nur die Geschichte eines Verkehrsunternehmens, sondern auch die ihres Zuhauses – einer Stadt, die wächst, sich verändert und dabei nie stillsteht. Die BSAG bringt Pendler:innen tagtäglich zur Arbeit, Schüler:innen in die Schule und Studierende zur Universität, Menschen zum Einkaufen in die City, ins Stadion oder auch

zu Freund:innen. Kurz gesagt: Die BSAG bringt Bremen und die Menschen zusammen. So auch für ihr Jubiläum: Zum offiziellen Geburtstag am Samstag, 28. März, findet zwischen etwa 10.30 und 14.30 Uhr ein historischer Linienverkehr des Vereins Freunde der Bremer Straßenbahn statt. Bis zu sieben liebevoll restaurierte Straßenbahnen aus dem Museum in Sebaldsbrück pendeln dann zwischen der Innenstadt und der Horner Mühle – weitgehend entlang der früheren Linie 4. Fahrzeiten und Haltestellen des Pendelverkehrs stehen auf der BSAG-Website unter www.bsag.de.

Fahrzeugparade zum Geburtstag

Die Ausfahrt im März ist zugleich ein Vorgeschmack auf das große Highlight des Jubiläumsjahres: Am Samstag, 6. Juni, feiert die BSAG ihren 150. Geburtstag mit einer eindrucksvollen Fahrzeugparade in der Innenstadt. Schaulustige erhalten einen direkten Einblick in die Geschichte des Verkehrsunternehmens. Von 16 bis 18 Uhr gibt es zwischen Brill und Domsheide in der Obernstraße ebenfalls mit dem Verein Freunde der Bremer Straßenbahn ein Schaufahren mit historischen und aktuellen Fahrzeugen – von der Pferdebahn bis hin zur aktuellen GT8N-2, dem „Nordlicht“. Begleitet werden die Fahrzeuge von historisch passenden Oldtimern. Das verspricht eine spannende Zeitreise für die Zuschauenden.





„Nicht jammern, sondern handeln“

Virginie Kamche über Netzwerke, Integration und kulturellen Austausch

Fotos: Friedhard Neumann, Virginie Kamche (2)

VON CHRISTINA IVANDA

Wenn Virginie Kamche spricht, spürt man sofort ihre Überzeugung: Vielfalt ist keine Herausforderung, sondern eine Stärke. Die gebürtige Kamerunerin hat 2010 den Afrika Netzwerk Bremen e.V. gegründet und kümmert sich dort bis heute als Fachpromotorin unter anderem um Hilfestellungen bei der Integration in Deutschland – beispielsweise beim Belegen von Sprachkursen, beim Zugang zum Arbeitsmarkt und dem Bildungssystem. Was als spontane Idee begann, ist heute eine Plattform, die Menschen verbindet, Vorurteile abbaut und interkulturellen Austausch fördert. Im Gespräch erzählt die 60-Jährige, wie ihre eigenen Erfahrungen als Studentin in einem fremden Land sie dazu brachten, aktiv gegen Ausgrenzung vorzugehen – und wie aus einem kleinen Treffen eine große Bewegung wurde.

Was hat Sie dazu gebracht, das Afrika-Netzwerk zu gründen?

Virginie Kamche: Als ich 1995 für das Informatikstudium kam, wollte ich mich schnell integrieren und unbedingt Deutsch lernen. Aber ich merkte, wie schwierig es war, in gemischte Gruppen zu kommen, in denen man wirklich die Sprache lernt und eine Verbindung zu den anderen aufbauen kann. Nach dem ersten Semester habe ich beschlossen: „Okay, ich gehe lieber zu den Leuten, bei denen ich mich wohlfühle.“ Das war ein Stück weit einfacher, aber es war eben nur ein Schritt, sich mit der eigenen Community zu vernetzen. Ein Professor erkannte damals dieses Problem und hat uns im Studium ermutigt, gemischtere Gruppen zu bilden. Er sagte: „Nur so können wir voneinander lernen.“ Dieses Lernen voneinander hat mich geprägt und ist bis heute zentral in meiner Arbeit. Menschen haben oft Vorurteile oder Meinungen über andere, dabei kennen sie sie gar nicht wirklich. Das hat mich immer gestört. Ich wollte etwas tun, um Barrieren abgebaut werden, damit Austausch entsteht.

Wie haben Sie damals die Idee eines Netzwerks in die Tat umgesetzt?

Das war eigentlich eine spontane Idee. Ich wollte an meinem Geburtstag etwas Sinnvolles machen, keinen klassischen Empfang mit Freunden. Ich hatte mir vorgenommen, innerhalb von zwei Wochen ein Gründungstreffen zu organisieren. Über 100 Menschen kamen zusammen, ganz unterschiedliche Menschen, aber vor allem aus der afrikanischen Community. Das war für mich ein klares Zeichen: Der Bedarf war da! Wir haben dann gemeinsam den Verein ins Leben gerufen. 2010 haben wir angefangen, und zwei Jahre später, 2012, wurde das Afrika-Netzwerk offiziell als Verein eingetragen. Anfangs war unsere Arbeit im Netzwerk von ganz praktischen Herausforderungen geprägt: Wie erreicht man Menschen mit Migrationshintergrund? Wie vermittelt man wichtige Informationen, etwa über Bildung oder Rechte? Es brauchte Zeit gebraucht, um vieles zu strukturieren und herauszufinden, wie wir wirklich helfen können.

Welche Ziele verfolgen Sie heute mit Ihrer Arbeit?

Mein Ziel ist es, Menschen zusammenzubringen, Austausch zu fördern und Vielfalt sichtbar zu machen. Oft engagieren sich Menschen in ihrer eigenen Community, bleiben dort aber in ihrer „Bubble“. Dadurch wird verhindert, dass wir als Gesellschaft wirklich voneinander lernen. Das Afrika-Netzwerk ist eine Plattform, die das ändern möchte. Wir schaffen Begegnungen, bauen Brücken und versuchen, Vorurteile abzubauen. Etwas, das mir besonders wichtig ist, sind Vorbilder. Kinder und Jugendliche brauchen Menschen, an denen sie sich orientieren können. Das war vor 30 Jahren in Deutschland kaum gegeben. Afrikanische Menschen an der Kasse oder in Führungspositionen waren selten zu sehen. Unsere Kinder brauchen das Gefühl: „Das kann ich auch schaffen!“ Deshalb ist es mir wichtig, dass Vielfalt überall zu sehen ist, sei es in der Schule, bei der Arbeit oder in der Politik.



Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier überreichte Virginie Kamche für ihr herausragendes Engagement Anfang Dezember im Schloss Bellevue in Berlin den Verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland.



Wie wird Ihrer Meinung nach mit dem Thema Migration in Bremen umgegangen?

Ich denke, Migration wird oft falsch wahrgenommen. Anstatt sie als Bereicherung zu sehen, wird sie negativ diskutiert. Dabei ist sie essenziell, vor allem auch in Zeiten des Fachkräftemangels. Eine Gesellschaft funktioniert nur, wenn ihre Mitglieder miteinander leben und voneinander lernen.

Sie sind in Kamerun geboren, haben lange Zeit in Frankreich gelebt und sind seit über 30 Jahren in Bremen. Wo fühlen Sie sich zu Hause?

Bremen ist für mich zu einem Zuhause geworden. Ich fühle mich hier sehr wohl.

Welche Herausforderungen haben Sie persönlich hier erlebt?

Oh, da gab es viele. Ich erinnere mich gut an meinen Versuch, Lehrerin zu werden. Französisch ist meine Muttersprache, und ich habe mich für das Referendariat beworben. Doch mein Fachleiter fragte mich mehrmals, welche Kompetenzen ich habe, um Französisch zu unterrichten. Das hat mich zutiefst verletzt. Ich meine, ich spreche Französisch seit meiner Kindheit! Ich habe mein Abitur und mein Studium in Frankreich gemacht. Ich konnte es nicht fassen und wusste nicht, wie ich darauf reagieren sollte. Nach zwei Wochen habe ich ihm schließlich gesagt: „Ich spreche Französisch, seit ich drei Jahre alt bin, und schreibe genauso lange in dieser Sprache. Sie sehen etwas anderes, weil ich afrikanisch aussehe. Das ist nicht fair.“ Diese Erfahrung hat mich zwar erschüttert, aber auch motiviert.

Und wo sehen Sie generelle Hürden in Ihrer Arbeit?

Als Verein stoßen wir oft auf finanzielle Grenzen, die unsere Arbeit erschweren. Wir könnten noch viel mehr bewirken, wenn wir mehr Mittel hätten. Leider erleben wir oft Kürzungen, die unsere Projekte ausbremsen. Es gibt Interesse an Themen wie Migration, aber dabei bleibt es oft. Es fehlt die nachhaltige Unterstützung, um Dinge umzusetzen. Ehrenamtliche Helfer zu finden, ist ebenfalls schwierig. Die meisten Menschen müssen zuerst ihre eigene Existenz sichern und können sich weniger freiwillig engagieren.

„Gesellschaft funktioniert nur, wenn wir miteinander leben und voneinander lernen.“

Nichtsdestotrotz haben Sie im Laufe der Jahre schon vieles bewirkt. Worauf sind Sie besonders stolz?

Besonders stolz bin ich auf den Diaspora-Preis, den wir jedes Jahr vergeben. Er bringt Menschen zusammen, gibt ihnen Sichtbarkeit und ermöglicht es ihnen, eigene Projektideen umzusetzen. Wir fördern damit nicht nur Kreativität, sondern auch Selbstbestimmung. Ein Beispiel ist ein Projekt in Kamerun, bei dem autistische Kinder unterstützt werden, eine unglaublich wichtige Arbeit. Auch unsere internationalen Austauschprojekte haben einen großen Wert. Wir hatten zuletzt einen Besuch in Straßburg mit einem Workshop für Frauen. Das war bewegend, weil die Teilnehmerinnen so offen waren und sich aktiv eingebracht haben. Es zeigt mir, wie inspirierend und verbindend solche Programme sind.

Welche Vision haben Sie für das Afrika-Netzwerk?

Mein Traum ist es, ein Afrika-Zentrum in Bremen zu schaffen – einen Ort, an dem

sich Menschen begegnen können, um kulturellen Austausch zu erleben. Dort könnten wir gemeinsam kochen, die Vielfalt afrikanischer Länder vorstellen, Sprachen lernen oder einfach Zeit miteinander verbringen. Es wäre ein Raum, in dem sowohl Kinder als auch Erwachsene ihre eigenen Wurzeln kennenlernen und zugleich Teil der Bremer Gesellschaft bleiben. Unsere aktuellen Räumlichkeiten bieten zwar Möglichkeiten, aber ein voll entwickeltes Zentrum braucht mehr Unterstützung. So ein Ort würde Bremen bereichern und zeigen, wie lebendig und facettenreich unsere Kultur ist.

Welche Projekte und Events begleiten Sie derzeit?

Wir hatten vor Kurzem ein Event zum Internationalen Tag der Muttersprache und planen derzeit eine Veranstaltung zum Thema Gewaltprävention, insbesondere gegen Frauen. Dieses Thema spielt eine große Rolle in unserer Arbeit. Außerdem suchen wir Sponsor:innen für den Diaspora-Preis, der dieses Jahr wieder stattfinden soll. Beide Projekte liegen mir sehr am Herzen, weil sie zeigen, wie wichtig proaktives Handeln ist.

Weitere Informationen zum Afrika-Netzwerk Bremen e.V. gibt es im Internet unter: www.anb-bremen.de

AUS DEM HERZEN DER RAUTE

Die schönen Millionen

Wer plötzlich mehr Geld hat, muss damit auch umgehen können. Das gilt im Privaten, aber auch im Profifußball. Wobei die Summen im Fußball in aller Regel sehr viel größer sind als im Privatleben. Der Hauptstadtclub Hertha BSC, der ein „Big City Club“ auf der Weltkarte des Fußballs werden wollte, brachte es fertig, mehr als 250 Millionen Euro an Investorengeldern sinnlos zu verpulvern. Manche sagen, es wären sogar mehr als 300 Millionen gewesen. Heute ist die Berliner Hertha in der 2. Bundesliga, der „Big City Club“ spielt dort mit Fußballzwerge wie Elversberg, Fürth oder Münster.



Fotos: A. Gumz

Geld sollte man sich im Fußball verdienen und es dann sinnvoll vermehren, wie der FC Bayern es allen anderen in Deutschland über Jahrzehnte vormachte. Bayern-Patron Uli Hoenes hat es einmal provokant, aber treffend formuliert: „Wenn wir 50 Millionen abgeben und an die 17 anderen Vereine der Liga verteilen – meinen Sie, dann würde auch nur einer von denen besser?“

50 Millionen durch 17: Das wären knapp drei Millionen für jeden Verein, das ist im Fußball eher wenig. Was könnte Werder mit drei Millionen machen? Zum Beispiel ein Talent aus Argentinien holen, oder aus Frankreich, oder aus England. Hoppla! Ja, genau: Das haben die Bremer ja getan, nur halt mit eigenem Geld. Sie holten Julian Malatini aus Südamerika, Skelly Alvero aus Frankreich und den Norweger Isak Hansen-Aarøen von Manchester United. Im Schnitt kostete jedes der drei vermeintlichen Top-Talente weniger als besagte drei Millionen, aber vermehrt wurde das Geld nicht: Keiner der drei half Werder wirklich weiter, keiner schien gut genug für die Bundesliga.

Was Werder da probierte, war nichts anderes als das Gießkannenprinzip: Als durch regionale Investoren plötzlich 38 Millionen Euro in die leere Werder-Kasse flossen, gab der Verein einen Teil davon breit gestreut für diese drei „Potenzialspieler“ aus – in der Hoffnung, einer von ihnen würde so gut, dass er für ein Vielfaches verkauft werden könnte. Dumm nur, dass Werder sich bei allen drei schwer verguckte. Man muss Geld eben richtig investieren, sonst wird es nicht mehr, sondern weniger. Werder wäre, siehe oben, leider nicht der erste Verein, der sich über Investorengelder freute und dann in die 2. Bundesliga abstieg.



Jean-Julien Beer, Jahrgang 1977, liebt den Fußball. Er war viele Jahre Chefredakteur des Fachmagazins „Kicker“ und ist heute Chefreporter des „WESER-KURIER“. In seiner Kolumne wirft er einen Blick hinter die Kulissen des SV Werder.

Handball-Länderspiel

DHB-Team trifft als Vizeeuropameister auf Ägypten



Foto: Marco Wolf/DHB

Nach ihrem erfolgreichen Auftritt bei der Herren-Handball-Europameisterschaft in Dänemark, Norwegen und Schweden kommt die deutsche Nationalmannschaft rund um Miro Schluhoff im März für ein Testspiel in die ÖVB-Arena. Gegner des Vizeeuropameisters ist der amtierende Afrikameister Ägypten.

Der Leiter der ÖVB-Arena, Andreas Adolph, wertet die Vergabe des Länderspiels nach Bremen als „großes Vertrauen“ in die Halle. „Die Entscheidung unterstreicht den Stellenwert Bremens als Sport- und Veranstaltungsstandort. Für die Stadt und die Menschen im Nordwesten ist das Spiel ein besonderes Ereignis, das nationale Aufmerksamkeit bringt und zeigt, dass Bremen auch weiterhin eine feste Größe im deutschen Handball ist.“ Für den Deutschen Handballbund ist das Länderspiel auf dem Weg zur Heim-Weltmeisterschaft 2027 ein wichtiger Test. (SM)

Sonntag, 22. März, 15.30 Uhr, ÖVB-Arena

Auf die Plätze, fertig, los

B2Run: Der große Firmenlauf am 2. Juni



Foto: Infront B2Run GmbH

Mit dem B2Run 2026 steht das sportliche Highlight für Firmen und Organisatoren in Bremen und Umgebung in den Startlöchern. Ab sofort können sich die einzelnen Teams für den großen Firmenlauf rund um das Weserstadion anmelden.

Wie zuletzt gilt es für die teilnehmenden Läufer:innen, die 6 Kilometer lange Strecke zu bewältigen. Diese führt entlang des Weserufers und endet mit einem unvergesslichen Zieleinlauf im Weserstadion. (SM)

Dienstag, 2. Juni, ab 18 Uhr, Weserstadion. Alle Infos und Anmeldung unter www.b2run.de/bremen.

Hoch über der Stadt

Neue High-Swing-Schaukel in Bremerhaven

Foto: bungee.de/KI-generiert



Mit der neuen High-Swing-Schaukel auf dem Atlantic Hotel Sail City ist Bremerhaven ab April um eine Touristenattraktion reicher. Laut der Erlebnis Bremerhaven GmbH können sich mutige Besucher:innen auf der Plattform des Hotels in 86 Metern Höhe über den Weserdeich schwingen und einen außergewöhnlichen Blick über die Stadt, die Häfen und bis zur Nordsee genießen.

„Die High-Swing-Schaukel ist ein echter Gewinn für die touristische Reichweite und das Image der Stadt“, teilt Michael Gerber, Geschäftsführer der Erlebnis Bremerhaven, anlässlich der anstehenden Eröffnung mit. Nach dem Erfolg der High-Swing-Schaukel in Berlin eröffnet in der Seestadt erst die zweite ihrer Art in Deutschland. Die Schaukel basiert auf einer speziell berechneten Gerüstkonstruktion, die keine dauerhaften Eingriffe in das Gebäude erfordert. Geschultes Personal und moderne Sicherheitsgurte sorgen für kontrollierte Abläufe. (SM)

Eröffnung: Sonntag, 5. April. Tickets für 29,90 Euro sind unter www.bremerhaven-erleben.de/high-swing-buchbar.

ANZEIGE

Ostergenuss im Mee(h)r 15

Norddeutsches Flair im Achat Hotel Bremen

Im À-la-carte-Restaurant Mee(h)r 15 des Achat Hotel Bremen erwartet die Gäste eine Speisekarte mit traditionellen norddeutschen Gerichten sowie altbewährten Klassikern, die aus Sicht des vier-Sterne-Hotels auf keiner Speisekarte fehlen dürfen.



Foto: Achat Hotel Bremen

Von der Vielfalt des kulinarischen Angebotes des Hotels können sich Gäste beim Osterbrunch am Ostersonntag, 5. April, von 11 bis 14 Uhr überzeugen. Der Brunch beinhaltet sowohl ein reichhaltiges Frühstücksbuffet als auch eine breite Auswahl an warmen Speisen. Zudem gibt es ein Glas Sekt, und wer das Goldene Ei findet, erhält eine tolle Überraschung.

Mitten im Zentrum Bremens präsentiert sich das Achat Hotel Bremen mit einer offen gestalteten Lobby mit Loungebereich sowie Smokers-Lounge samt Kamin. Die 163 modern eingerichteten Zimmer greifen dieses Ambiente auf. Wellness- und Fitnessbereich mit Sauna, Dampfbad, Ruheraum und Dachterrasse schaffen zusätzliche Rückzugsorte.

Weitere Infos: www.achat-hotels.com

Osterbrunch

im ACHAT Hotel Bremen City
Sonntag, 05.04.2026
11:00 – 14:00 Uhr

Freuen Sie sich auf liebevoll zubereitete Köstlichkeiten und entspannte Stunden. Vielleicht finden gerade Sie das goldene Ei mit einer ganz besonderen Überraschung.

55 €
pro Person *
 Kinder bis 3 J. frei,
 von 4–12 J. zum
 halben Preis

* inkl. Heißgetränke, Softgetränke, Wein und Bier

Reservieren Sie Ihren Tisch bis zum 27.03.2026 unter
bremen@achat-hotels.com oder **0421-51725600**.
 ACHAT Hotel Bremen City | Birkenstr. 15 | Bremen

BREMER AUFRÄUMTAGE

13. – 14. MÄRZ 2026

**Wer Bremen liebt,
sammelt mit!**

Seid dabei!

Die Bremer Aufräumtage der Mission Orange werden unterstützt von:

Aktionspartner:

Stadtgeschehen

Mittendrin statt nur dabei: Promis, Politik und Partys



Vincent Clerc, CEO von A.P. Moller-Maersk (l.) und Bürgermeister Andreas Bovenschulte nach dem Eintrag in das Goldene Buch.

Schaffermahlzeit auf Instagram

Einmal im Jahr verwandelt sich das Bremer Rathaus in den wohl maritimsten Festsaal der Republik: Bei der 482. Schaffermahlzeit trafen sich erneut 100 Kapitäne, 100 Kaufleute und 100 Gäste – dieses Mal mit Vincent Clerc, CEO von A.P. Moller-Maersk, als Ehrengast. Bürgermeister Andreas Bovenschulte begrüßte den Chef des dänischen Reederei-Riesen persönlich, bevor Clerc sich ins Goldene Buch mit den Worten verewigte: „Eine große Ehre, in Bremen zu sein.“

Dann hieß es: Tische in Dreizack-Form, Silberhumpen hoch und ran an das altbremische Menü – Hühnersuppe, Stockfisch, Braunkohl, Kalbsbraten und Rigaer Butt. Kein Schnickschnack, nur Tradition mit Seefahrtsbier und Spenden für die Stiftung Haus Seefahrt, die sich um Seeleute und ihre Familien kümmert. Als persönlichen Gast lud der Präsident des Senats und aktuelle Bundesratspräsident Bovenschulte außerdem Bundesministerin Bärbel Bas ein. Diese schwärmte von der Schaffermahlzeit als Symbol für Zusammenhalt und Zukunft.

Und erstmals konnten Interessierte quasi digital anheuern – per Instagram-Account direkt vom Rathaus-Tisch aus. Zum Redaktionsschluss folgten bereits 925 Follower:innen dem Account, 31 Beiträge waren seit vergangenem November online gegangen. Zwischen Stockfisch, Storys und Seemannsbildern zeigte sich: Auch eine fast 500 Jahre alte Tradition kann Reichweite generieren. (CI)



Bürgermeister Andreas Bovenschulte und Bundesministerin Bärbel Bas.



Blick in die Obere Rathaushalle bei der 482. Schaffermahlzeit.



„Ich bin's Paula“ im Packhaustheater zeigt das Leben von Paula Modersohn-Becker als Theaterstück.

Paula zu Ehren

Zum 150. Geburtstag der bedeutenden Malerin feiert Bremen eine Frau, die Grenzen sprengte und Kunstgeschichte schrieb. Paula Modersohn-Becker war die erste Künstlerin, der ein eigenes Museum gewidmet wurde. Eng mit Worpswede und ihrem Ehemann Otto Modersohn verbunden, fand sie zugleich Inspiration in Bremen, Berlin und Paris. Neben Ausstellungen im Paula Modersohn-Becker Museum und vier Museen in Worpswede widmet auch das Packhaustheater der Künstlerin ein ganz besonderes Bühnenporträt: „Ich bin's Paula“, erzählt von einer leidenschaftlich suchenden, mutigen und sensiblen Pionierin, die das traditionelle Rollenbild der Frau hinterfragte und überwand – ein bewegendes Porträt einer Frau, die bis heute begeistert und beflügelt. (CI)



Die neue „Bremen-Gedenkmünze“ mit dem Klimahaus als Motiv.

Maritimer Glanz im Geldbeutel

Ab sofort sorgt die neue 2-Euro-Gedenkmünze mit dem Klimahaus Bremerhaven für frischen Wind im Geldbeutel. Das Motiv steht symbolisch für Wissenschaft, Weltoffenheit und den maritimen Charakter der Seestadt. Die Ausgabe ist Teil der 2023 gestarteten Serie „Bundesländer II“, in der jährlich ein Bundesland mit einem besonderen Wahrzeichen gewürdigt wird. So macht Bremerhaven nun auf elegante Weise in ganz Europa von sich reden. (CI)

KI hieß früher „Kann ich“

Mein Vater war Buchhalter und sagte einmal zu meinen schulischen Leistungen: „Dumm geboren und nichts dazugelernt!“ Das ist lange her. Heute habe ich den Eindruck, als ob die Schule immer dümmter wird. Schreibschrift und Einmaleins sind in den Lehrplänen nicht mehr Pflicht. Schriftliches Dividieren auf später verschoben und Grundschrift mit Einzelbuchstaben statt lateinischer Ausgangsschrift langt plötzlich. Geht's noch? Die Lesekompetenz der Kids nimmt stetig ab, und die Sprach- und Sprechdefizite nehmen zu. War früher, als KI noch „Kann ich“ hieß, doch alles besser? Auf jeden Fall verständlicher – und das sogar bei Textaufgaben. Beispiel gefällig?

Volksschule 1950: Ein Bauer verkauft einen Sack Kartoffeln für 20 DM. Die Erzeugerkosten betragen $\frac{4}{5}$ des Gewinns. Wie hoch ist der Gewinn?

Realschule 1960: Ein Bauer verkauft einen Sack Kartoffeln für 20 DM. Die Erzeugerkosten betragen 16 DM. Berechne den Gewinn!

Gymnasium 1970: Ein Bauer verkauft eine Menge Kartoffeln (K) für eine Menge Geld (G). G hat die Mächtigkeit 20. Für die Menge G gilt, dass jedes Element G eine Mark ist. In Strichmengen müßtest Du für die Menge G „zwanzig“ (///// ///// ///// /////) Strichlein machen, für jedes Element G einen. Die Menge der Erzeugerkosten (E) ist um „vier“ (////) Strichlein weniger mächtig als die Menge G. Zeichne das Bild der Menge E als Teilmenge der Menge G und gib' die Lösungsmenge (L) an für die Frage: Wie mächtig ist die Gewinnmenge?

Integrierte Gesamtschule 1983: Ein Bauer verkauft einen Sack Kartoffeln für 20 DM. Die Erzeugerkosten betragen 16 DM, der Gewinn beträgt 4 DM. Aufgabe: Unterstreiche das Wort Kartoffeln und diskutiere mit deinem Nachbarn darüber.

Weiter reformierte Schule 1988: ein kapitalistisch-priogierter bauer bereichernd sich one rechtfertigung an ein sak kartoffeln um 4 mark. Untersuche den tekst auf inhaltliche gramatische orthografische und zeichensatzungsfehler. Korrigiere die aufgabenstellung und demonstriere gegen die lösung.

Oberschule heute: Gib über KI ein: „Erzeugerkosten Kartoffeln“. Antwort von KI: Die Erzeugerkosten bei Kartoffeln variieren stark je nach Anbauverfahren, Region und Saison, umfassen aber Pflanzgut, Pflanzenschutz, Düngung, Maschinenkosten (Rodung), Transport, Lagerung und Sortierung). Sie bestehen aus fixen und variablen Kosten, wobei die Erzeugerpreise oft deutlich unter diesen Kosten liegen, da Vermarktungs- und Handelsmargen (bis zu 1 €/kg oder mehr) hinzukommen, wie Beispiele von 2025 zeigen, wo Landwirte nur 8-16 Cent/kg erhielten, während im Supermarkt höhere Preise erzielt wurden.

Fazit: Vielleicht sollte der Sohn des Bauern nach dem Abitur doch lieber eine Pommesbude eröffnen?

Matthias Höllings, ehemaliger Pressesprecher der ÖVB-Arena, wirft in seiner Kolumne einen Blick auf die ältere und jüngere Vergangenheit – und nimmt dabei auch sich selbst schon mal auf die Schippe.





Entdecken. Verstecken. Weitersagen.



Produkthinweise an info@stadtmagazin-bremen.de

Fotos: Freepik

Fröhliche Hingucker



Fotos: KKNEKKI, Papier Kunst von Eick

Am Ulrichplatz im Ostertor lädt das kleine Geschenkparadies Papier Kunst von Eick mit seinem liebevoll dekorierten Fenster zum Betreten des Geschäftes ein. In der Osterzeit verwandelt sich der bunte Laden in einen Ort voller Freude und Kreativität: Frische Farben und fröhliche Motive verbreiten Frühlingsstimmung. Die Kund:innen finden hier nicht nur Geschenke für ihre Liebsten, sondern auch liebevolle Dekorationen für das eigene Zuhause. Der Laden bietet eine Vielzahl von Ideen, um das Osterfest zu einem besonderen Erlebnis zu machen.

Die engagierten Inhaber Kathrin und Sebastian Maaßen beraten gern und sprechen ihre persönliche Empfehlungen aus, wie zum Beispiel für hochwertige und doppelwandige Trinkflaschen mit Tierkopf aus recyceltem Edelstahl, die Getränke auslaufsicher bis zu 12 Stunden warm und 24 Stunden kalt halten. Selbstverständlich BPA-frei liegen sie dank einer SoftTouch-Beschichtung sicher in der Hand. Oder das limitierte Osterei gefüllt mit KKNEKKI-Haarbändern, die dank einer einzigartigen Webtechnik elastisch, sanft zum Haar und selbst im Wasser langlebig sind. Die Haarbänder sind allergikerfreundlich und können auch als modisches Armband genutzt werden.

Papier Kunst von Eick, Ostertorsteinweg 18, Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10.30 bis 18.30 Uhr und Samstag 10.30 bis 18 Uhr

Scharf auf Ostern?



Foto: Wüsthof

Ganz gleich was es Ostern zu Essen gibt: Ein gutes Messer ist bei der Vorbereitung ein unverzichtbarer Begleiter. Der absolute Allrounder ist das 16 Zentimeter lange Kochmesser aus der Classic Serie von Wüsthof. Durch seine Klinge aus geschmiedetem Spezialstahl und den ausbalancierten Griff liegt es gut in der Hand und eignet sich für alles, was zerkleinert werden soll – egal ob Zwiebeln, Kartoffeln oder Fleisch. Die neue Colour Serie orientiert sich mit ihren farbigen Griffen an Früchten sowie Gewürzen und bringt frühlingsfrischen Wind in die Küche. So macht Kochen gleich noch mehr Spaß. Und wenn man Spaß am Kochen hat, schmeckt es doch gleich doppelt so gut. Im Fachgeschäft Caesar im Ostertorsteinweg findet sich eine breite Auswahl an Kochmessern, vom kleinen Gemüsemesser bis zum großen japanischen Santoku – fachgerechte Beratung inklusive. Genau das Richtige fürs Ostermenü.

Caesar, Ostertorsteinweg 13, Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10 bis 18.30 Uhr und Samstag 10 bis 16.30 Uhr

Collect 'em all!

Tom's Mini-Drags: unsere Sammler-Edition.
Exklusiv in der Werkschau erhältlich!

Jetzt
sammeln!
Stück nur
9,50 €



Werkschau
Böttcherstraße

@werkschaubremen

werkschau-boettcherstrasse.de

Farbenfrohe Ostereier-Kerzen

Aus den gemeinnützigen Delme-Werkstätten für Menschen mit Behinderung kommen diese stylischen Osterei-Kerzen im 6er-Set. Gefertigt werden sie von Hand in der Sulinger Manufaktur in Color Blocking-Technik. Hier wurden jeweils zwei Wachsschichten in starken unterschiedlichen Farben miteinander kombiniert: Gelb-Lila/Lila-Gelb, Rosa-Rot/Rot-Rosa und Orange-Grün/Grün-Orange. Diese Ostereier-Color-Blocking-Kerzen sind ein toller Hingucker und eignen sich ideal als Dekoration auf dem Ostertisch oder einfach für den ganzen Frühling.

Erhältlich im 6er-Set samt dekorativem Eierkarton für 12,90 Euro unter www.delme-shop.de



Foto: Delme-Werkstätten

Made in Bremen



Das Team des Regionalwaren-Kaufhauses **Made in Bremen** am Domshof empfiehlt Bremer Produkte: Dieses Mal mit **Jan**, Fachverkäufer bei Made in Bremen.

Foto: Made in Bremen



Feine Oster-Schlückchen

Die Neuauflage der beliebten „Bremer Schuckhenne“ schlüpft pünktlich zum Frühlingsanfang. In der hübschen Geschenkbox reihen sich vier Sorten feinsten Eierlikör von Bremer Premium-Destillieren ein: der Nork Eierlikör auf Kornbasis mit edler Bio-Vanille, der verführerische Norgin Eierlikör mit Gin, Kakao und gesalzenen Karamell-Noten, der Port Narrow Golden Egg, verfeinert mit edlem Rum, Zitronenschale und gebranntem Karamell, sowie der Vanicello Eierlikör, inspiriert von einem sizilianischen Familienrezept. Ein Muss für alle Eierlikör-Fans und alle, die es noch werden wollen!

„Bremer Schluckhenne“, 19,95 Euro, erhältlich bei Made in Bremen, Domshof 11 oder online unter www.madeinbremen.com

Produkt des Monats

Ja, es gibt einen zweiten Teil von Sherlock Holmes in Bremen. Wieder führt Karina Skwirblies kenntnisreich und gut recherchiert ins Jahr 1889, in dem der Apotheker Hellmann aus dem Steintorviertel als treuer Assistent und Freund von Sherlock Holmes erzählt. Und wie es sich für Meisterdetektive gehört, erscheint der große Holmes genau dann, wenn er am meisten gebraucht wird. Zwischen Sehnsucht, Erpressung und sozialen Missständen entfaltet sich ein weltoffenes Bremen mit Schauplätzen bis nach Frankreich und Nordamerika. Ein zeitangepasster Stil, Einblicke in Pathologie, Atlantikdampfer, Aberglaube und Verkleidungskunst machen diesen Band besonders. Ein Genuss für klassische Krimifans – für viele sogar noch stärker als der erste Teil.



Fotos: Made in Bremen

„Die Tauben von St. Stephani“ (Karina Skwirblies, erschienen im Schönmann Verlag), 22 Euro, erhältlich bei Made in Bremen, Domshof 11 oder online unter www.madeinbremen.com



VERLOSUNG

Wir verlosen 3 x den Roman „Die Tauben von St. Stephani“ unter www.stadtmagazin-bremen.de

Infotag

Zentrale Ausbildungseinrichtung für Pflegeberufe lädt zum Tag der offenen Tür ein

Im März lädt das Ausbildungszentrum der freigemeinnützigen Einrichtungen Pflegebildung Bremen zum Tag der offenen Tür ins Kaffeequartier in der Überseestadt ein. Besucher:innen erwarten ein Einblick in die Pflegeausbildung und die beruflichen Perspektiven, Führungen durch die neuen, farbenfrohen Räume, eine Verlosung und weitere Aktionen. Als zentrale Einrichtung für Pflegeberufe in Bremen arbeitet Pflegebildung Bremen eng mit Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen zusammen. Alle, die sich für eine Pflegeausbildung interessieren – insbesondere Schüler:innen der Mittel- und Oberstufe –, können die moderne Lernumgebung kennenlernen und sich über das zukunftssichere Berufsbild der Pflege informieren. (SM)

Mittwoch, 11. März, 8.30 bis 12 Uhr, Lloydstraße 4-6

Neues aus dem Martinsclub

Inklusive Freizeitangebote für mehr Nähe, Offenheit und Miteinander

Der Martinsclub startet mit frischen Ideen in den Frühling und lädt zu vielfältigen inklusiven Veranstaltungen ein. Unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam“ rückt der Verein Themen wie Freundschaft, Liebe, Sexualität und Selbstwert in den Mittelpunkt. Das neue Projekt ermutigt Menschen mit und ohne Behinderung, miteinander ins Gespräch zu kommen, Hemmschwellen abzubauen und neue Kontakte zu knüpfen – offen, respektvoll und frei von Tabus. Ob beim Austausch, beim Tanzen oder beim entspannten Beisammensein: Hier sind Begegnung, Freude und gegenseitiges Verständnis das Ziel.

Auch kulturell wird es bunt: In der Tante Martin treffen Literatur, Musik und Gemeinschaft aufeinander. Lesungen, Tanzabende und andere Formate zeigen, wie selbstverständlich Inklusion gelebt werden kann – mit Offenheit, Neugier und jeder Menge Spaß. (SM)

Weitere Infos: www.martinsclub.de

Veranstaltungen im März:

Flirt-Disco – Gemeinsam statt einsam
Dienstag, 10. März, 17-20.30 Uhr, Quartierszentrum Huckelriede, Niedersachsendamm 20a

Treffpunkt Herz
Montag, 23. März, 17.30-19.30 Uhr, Neustadt Stadtteilmanagement/Alte Post, Meyerstraße 38/40

Ich mag mich – für Frauen
Wochenende 28./29. März, 14.30-17 Uhr, Quartierszentrum Huckelriede

Lesung „Walle inklusiv“
Donnerstag, 26. März, 19 Uhr, Tante Martin, Vegesacker Straße 84a

Disco „Martin tanzt“
Samstag, 28. März, 19 Uhr, Tante Martin



Hol dir den
AOK-Gesundheits-
gutschein!



Das tut richtig gut

Nutze deinen Heimvorteil und gönn dir zwei kostenfreie Kurse pro Jahr. Von Yoga über Pilates bis Rückenfit mit dem AOK-Gesundheitsgutschein. Nimm dir, was du brauchst.

AOK Bremen/Bremerhaven
Die Gesundheitskasse.



Spiel, Spaß und Aktionen

Osterferienspaß in den Bremer Bädern

Die Osterferien stehen vor der Tür – und damit jede Menge Zeit für Bewegung, Spiel und Wasserspaß. Wer in den Ferien etwas erleben möchte, ist in den Bremer Bädern genau richtig. An ausgewählten Tagen warten dort bunte Aktionen für Kinder, Jugendliche und Familien: Kleine Wettkämpfe, kreative Mitmachangebote wie Fensterbemalen und viele weitere Überraschungen sorgen für gute Laune im und am Wasser.

Ein besonderes Highlight ist der Abzeichentag am 28. März im Südbad mit dem spannenden Deutschland-Cup im Rennrutschen. Weitere Infos dazu folgen in Kürze auf der Website der Bremer Bäder.

Die Osterferien sind außerdem der perfekte Zeitpunkt, um Schwimmen zu lernen oder die eigenen Fähigkeiten zu verbessern. Mit den Intensivschwimmkursen der Bremer Bäder machen Kinder in kurzer Zeit große Fortschritte, dank konzentriertem Training und erfahrener Anleitung. (SM)

Weitere Infos unter www.bremer-baeder.de und im Bremer-Bäder-Shop im Südbad.



Foto: Bremer Bäder

Apfel- oder Birnentyp?

Was die Körperform über Gesundheitsrisiken verrät: AOK-Ärztin Astrid Maroß klärt auf, worauf es wirklich ankommt

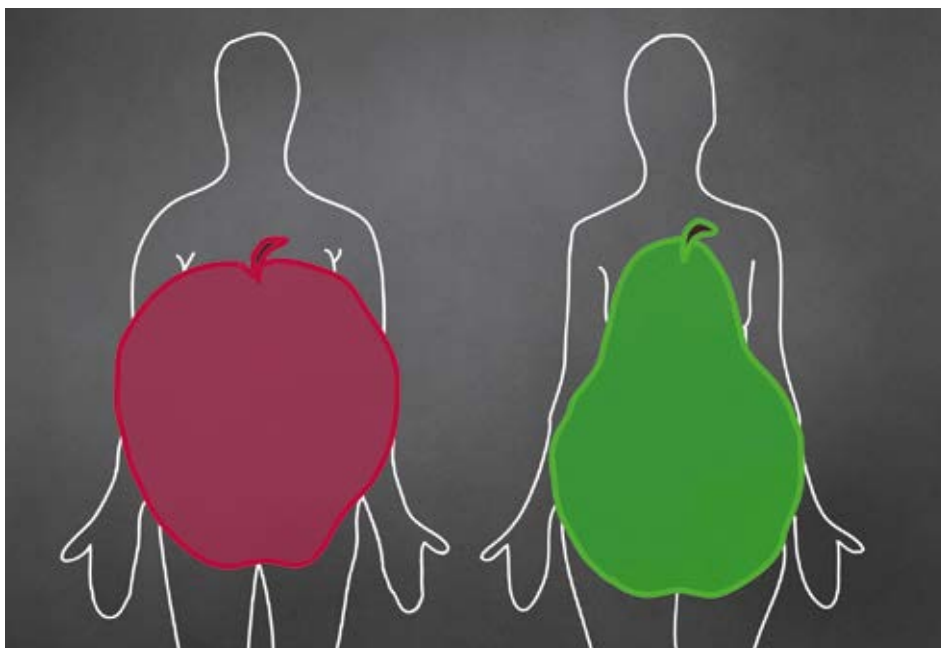


Foto: Adobe Stock

Apfel oder Birne? Bierbauch oder Hüftgold? Beim Übergewicht ist nicht nur das Gewicht, sondern auch die Verteilung der Fettpölsterchen entscheidend für die Gesundheit. Deshalb sollte man sich nicht nur wiegen, sondern auch die Taille messen. Denn Bauchfett hat es in sich.

In Deutschland lebt jeder dritte Erwachsene mit Bauchfett. Entwickelt sich das Bäuchlein zu einem stattlichen Bauch, dann kann es gefährlich für die Gesundheit werden. Hinsichtlich des Gewichts sei auch ausschlaggebend, wie sich die Fettdepots am Körper verteilen, sagt Dr. Astrid Maroß, Fachärztin für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie beim AOK-Bundesverband. „So ist das Bauchfett beim sogenannten Apfelform problematischer als das Fett um die Hüften beim Birnentyp.“

Was Bauchfett bewirkt

Das Bauchfett – medizinisch Viszeralfett genannt – hat etwas andere Eigenschaften als der Speck um die Hüften, der auch als subkutanes Fett bezeichnet wird. Das merkt man schon daran, dass viszerales Bauchfett sich fest anfühlt, subkutanes Fett sich hingegen als Röllchen mit Daumen und Zeigefinger ertasten lässt. „Das Bauchfett ist deshalb gefährlicher, da es an den inneren Organen sitzt und auch in die tiefen Schichten hineinreicht“, erklärt die Medizinerin. „Die Botenstoffe, die es produziert, setzen Entzündungen in Gang, stören Stoffwechselprozesse und belasten die Blutgefäße.“ Dadurch steige das Risiko für Erkrankungen wie Arteriosklerose, Herzinfarkt und Schlaganfall, aber auch für Störungen des Stoffwechsels bis hin zum Diabetes mellitus.

Wo sich die Fettpölsterchen ansammeln, lässt sich nicht beeinflussen. Dazu

Maroß: „Das ist genetisch bedingt, aber auch abhängig vom Geschlecht: Von den kritischen Fettansammlungen im Bauchraum sind mehr Männer als Frauen betroffen.“ Um nicht nur das Gewicht zu betrachten, ist es wichtig, den Taillenumfang richtig zu messen, und zwar so:

- vor dem Frühstück am freien Oberkörper messen
- Maßband zwischen unterster Rippe (Rippenbogen) und Oberkante des Hüftknochens (Beckenkamm) ansetzen, also ungefähr auf Höhe des Bauchnabels
- Maßband eng anlegen
- Bauch entspannen und dabei ausatmen

Beträgt der Bauchumfang über 102 Zentimeter bei Männern und über 88 Zentimeter bei Frauen, deutet das auf kritisches Viszeralfett hin, das die Risiken für die genannten Krankheiten deutlich erhöht. Den Bauch einzuziehen gilt übrigens beim Messen nicht.

Bauchfett loswerden

Was also tun, wenn das Maßband zu viel anzeigt? Dann heißt es, die individuellen Risiken in der hausärztlichen Praxis checken zu lassen. Die Ärztin oder der Arzt kann dann auch überprüfen, ob andere Erkrankungen oder Nebenwirkungen von Medikamenten für die überflüssigen Pfunde verantwortlich sind.

Wie aber wird man die Pfunde wieder los? „Wenn man abnehmen möchte, muss man weder auf alles verzichten, was einem schmeckt, noch muss man hungern“, betont die AOK-Expertin. „Es kommt auf eine ausgewogene Mischung an – und darauf, was man selbst lange durchhalten kann.“ Besonders Erfolg versprechend sind eine

gesunde Ernährung aus Gemüse, Obst, Salat und Vollkornprodukten und mehr Bewegung.

Astrid Maroß warnt allerdings vor überzogenen Erwartungen: „Es gilt als Erfolg, wenn man innerhalb von sechs Monaten fünf Prozent seines Gewichts verloren hat.“ Bei 100 Kilogramm Körpergewicht wären das also fünf Kilogramm weniger – auch das bringt schon gesundheitliche Vorteile. (AOK)

Weitere Informationen:

Die AOK bietet ihren Versicherten viele Gesundheitskurse zu Ernährung und Abnehmen an. Zwei davon sind mit dem Gesundheitsgutschein pro Jahr kostenlos. Alternativ können sie auch an einem Onlinekurs des Kooperationspartners HausMed teilnehmen. Versicherte der AOK haben zudem die Möglichkeit, sich mit ärztlicher Verordnung bei ernährungsbedingten Auswirkungen auf ihre Gesundheit persönlich beraten zu lassen. Weitere Informationen unter: aok.de/bremen/abnehmen



Hilfreich kann auch die Teilnahme an der AOK 66-Tage Challenge sein, die mit Aufgaben beim gesunden Abnehmen unterstützt. Anmeldung unter: aok.de/66tage



Überstunden schieben?

Rechte und Pflichten im Überblick

Die Frage nach Überstunden sorgt häufig für Unsicherheiten. Wann darf der Arbeitgeber sie anordnen? Müssen sie bezahlt werden? Und welche Regelungen gelten laut Gesetz? Im Folgenden erhalten Sie einen verständlichen Überblick über die wichtigsten Punkte – inklusive hilfreicher Tipps.

Wann darf der Arbeitgeber Überstunden verlangen?

Grundsätzlich gilt: Die Arbeitszeit richtet sich nach den Vereinbarungen im Arbeitsvertrag. Überstunden können nur dann verlangt werden, wenn entsprechende Regelungen im Arbeitsvertrag, Tarifvertrag oder in einer Betriebsvereinbarung festgelegt sind. Ohne diese Regelungen darf der Arbeitgeber Überstunden lediglich in außergewöhnlichen Notfällen anordnen, beispielsweise bei unerwarteten Krankheitsfällen im Team oder einem überraschenden Arbeitsaufkommen. Besonderheit: In Betrieben mit Betriebsrat ist dessen Zustimmung erforderlich, bevor Überstunden angeordnet werden dürfen. Fallen dennoch Überstunden an, weil die regulären Aufgaben nicht während der normalen Arbeitszeit erledigt werden können, müssen diese vergütet werden – entweder durch Bezahlung oder einen Freizeitausgleich.

Was bedeutet Duldung oder Billigung von Überstunden?

Wenn der Arbeitgeber Überstunden nachträglich akzeptiert, spricht man von einer Billigung. Eine Duldung liegt vor, wenn der Arbeitgeber weiß, dass Überstunden geleistet werden, ohne aktiv dagegen vorzugehen. In beiden Fällen müssen die Überstunden vergütet werden.

Wie viele Überstunden sind erlaubt?

Laut Arbeitszeitgesetz beträgt die maximale Arbeitszeit von Montag bis Samstag acht Stunden täglich, also bis zu 48 Stunden pro Woche. Eine vorübergehende Verlängerung auf bis zu zehn Stunden am Tag ist erlaubt, solange die zusätzlichen Stunden innerhalb von sechs Monaten mit Freizeit ausgeglichen werden. Auf diese Weise wird gewährleistet, dass die durchschnittliche tägliche Arbeitszeit weiterhin acht Stunden beträgt.

Muss der Arbeitgeber die Arbeitszeit dokumentieren?

Ja, der Arbeitgeber ist gesetzlich dazu verpflichtet, die Arbeitszeiten – einschließlich Pausen und geleisteter Überstunden – minutengenau zu erfassen. Dies dient auch dazu, die Vergütungspflicht von Überstunden eindeutig nachzuweisen.



Foto: Freepik

Wer entscheidet über die Vergütung von Überstunden?

Nach arbeitsrechtlichen Regelungen darf der Arbeitgeber entscheiden, ob Überstunden durch Freizeit oder Geld ausgeglichen werden – es sei denn, der Arbeits- oder Tarifvertrag gibt hierzu explizite Vorgaben. In jedem Fall haben Beschäftigte Anspruch auf angemessene Vergütung.

Können Überstunden in Freizeit abgebummelt werden?

Das „Abfeiern“ von Überstunden ist nur dann möglich, wenn der Arbeitgeber zustimmt oder wenn ein Arbeits- oder Tarifvertrag diese Option vorsieht. Anderenfalls liegt die Entscheidung allein beim Arbeitgeber.

Was bedeutet die Klausel „Überstunden sind mit dem Gehalt abgegolten“ im Arbeitsvertrag?

Solche Formulierungen sind häufig rechtlich problematisch. Das Bundesarbeitsgericht sieht pauschale Abgeltungsklauseln als unzulässig, da sie für Beschäftigte nicht klar genug definieren, wie viele Überstunden durch das Gehalt bereits abgegolten sind. Solche Klauseln sind nur gültig, wenn ausdrücklich eine Höchstgrenze festgelegt ist. Unwirksame Regelungen führen dazu, dass der Arbeitgeber die Überstunden zusätzlich vergüten muss. Eine weitere wichtige Einschränkung: Solche Vereinbarungen dürfen weder den Mindestlohn unterlaufen noch Teilzeitkräfte unzulässig weit über ihre vertraglich festgelegte Arbeitszeit hinaus belasten.

Tipp: Falls Sie unsicher sind, ob Ihre Überstundenregelungen rechtlich korrekt sind, bietet die Arbeitnehmerkammer Bremen eine arbeitsrechtliche Beratung für ihre Mitglieder an.

arbeitnehmerkammer.de

WEIL DU RECHTE HAST

beraten wir Dich rechtsverbindlich, wenn es im Job Probleme gibt.



Wir sind auf Deiner Seite.



Arbeitnehmerkammer
Bremen

Heiztechnik der Zukunft

Neue Hilfestellung von energiekonsens verbindet Wärmepumpen- und Dämmberatung in einem Termin



Foto: energiekonsens

Die gemeinnützige Klimaschutzagentur energiekonsens bietet ab sofort ein neues Beratungsformat an, das die Dämm- mit der Wärmepumpen-Visite für Hauseigentümer:innen in einem Termin verbindet. Bei der Vor-Ort-Beratung stehen die Gebäudehülle und die Wärmepumpen-Eignung gemeinsam im Fokus. Der Umstieg auf eine Wärmepumpe in Verbindung mit einer energetischen Dämmung gehört zu den effektivsten Maßnahmen, um sofort den ökologischen Fußabdruck und langfristig auch die laufenden Kosten eines Hauses zu senken. Mit der Kombi-Visite werden Fehlinvestitionen vermieden, Eigentümer:innen bekommen

außerdem eine klare Orientierung für ihre nächsten Schritte.

So läuft die Kombi-Visite ab

Vor Ort klären qualifizierte Energieberater:innen, wie gut Dach, Fassaden, Keller und Fenster des Hauses gedämmt sind und ob beziehungsweise welche Wärmepumpe zur Beheizung geeignet wäre. So erhalten Interessierte praxisnahe Empfehlungen für Dämmmaßnahmen und Heiztechnik sowie Hinweise zu Fördermöglichkeiten.

Das Angebot richtet sich an Privatpersonen mit Wohnhäusern mit bis zu zehn

Einheiten im Land Bremen und kann einmal pro Objekt in Anspruch genommen werden. Dank der Förderung durch energiekonsens zahlen Eigentümer:innen lediglich 80 Euro Eigenanteil für die Kombi-Visite. Bei guter Vorbereitung durch die Besitzer:innen dauert die Visite etwa zwei Stunden und liefert eine kompakte Entscheidungsgrundlage für anstehende energetische Sanierungen.

Interessierte können sich auf der Homepage für die Visite anmelden. Die Nachfrage zum Frühjahr steigt, eine frühzeitige Terminsicherung wird empfohlen. (SM)

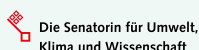
Infos: www.energiekonsens.de/kombi-visite



Mehr Durchblick für Ihre Modernisierung

Ihr Einstieg in die energetische Sanierung mit der kombinierten Dämm- und Wärmepumpen-Visite.

Gefördert von:



Sichern Sie sich Ihren Beratungstermin unter
energiekonsens.de/kombi-visite



AUSGEBUDDALT UND AUFGETISCHT

Frühlingsanzeiger

Wann beginnt der Frühling? Am 1. oder 20. März? Oder wenn es die Spatzen von den Dächern pfeifen? Jeder hat recht – auf seine Weise.

Es gibt wohl keine Jahreszeit, die von Gärtnerinnen und Gärtnern so herbeigesehnt wird, wie der Frühling. Nach einem Winter wie diesem wahrscheinlich noch mehr als sonst: Endlich geht es wieder los, das Säen und Pflanzen, das Jäten, Gießen und Ernten! Dazu herrliches Vogelgezwitscher, Hummelbrummen und Bienensummen – da geht sogar das Kompostsieben leichter von der Hand.

Der Frühling ist die Zeit der Erwartungen und des Neubeginns. Jetzt können wir die Beete frisch einsäen, die Balkonkästen mit neuen Pflanzen bestücken und von reichen Ernten und überwältigender Blütenpracht träumen. Doch wann beginnt er eigentlich, der Frühling?

Nun, das kommt darauf an, wen Sie fragen. Da gibt es zum einen den astronomischen Frühlingsanfang, der durch die Tag- und Nacht-Gleiche bestimmt wird. Je nach Jahr und Zeitzone ist dies der 19., 20. oder 21. März. Die Meteorologen mögen es lieber einheitlich. Für sie beginnt jede Jahreszeit immer mit dem Monatsersten und umfasst genau drei Monate. Der meteorologische Frühling beginnt demnach jedes Jahr am 1. März und dauert bis zum 31. Mai – unabhängig von Sonne, Mond und anderen Sternkonstellationen.

Die Natur jedoch schert sich nicht um unseren Kalender. Sie hat ihren ganz eigenen Takt, nach dem sie durch das Jahr tanzt. Ihr Rhythmus ist kein Geheimnis, sondern lässt sich an der Abfolge und Entwicklung von Erscheinungen ablesen: der Blüte, Fruchtreife und dem Blattfall bei bestimmten Pflanzen. Die Phänologen haben daher nicht nur einen Frühling, sondern gleich drei: So läuten Schneeglöckchen mit ihren Blüten den Vorfrühling ein, begleitet von Hasel und Salweide. Blühen Ahorn, Schlehe und Forsythie ist der Erstfrühling angebrochen. Und wenn Apfel (siehe Foto) und Flie- der sich mit Blüten schmücken, ist der Vollfrühling da.

Sehr charmant, finde ich. Doch was tun, wenn auf dem Stadtbalkon weder das eine noch das andere wächst? Vor einigen Jahren habe ich mir einen eigenen Taktgeber ausgesucht: den mehrjährigen Schnittknoblauch (*Allium tuberosum*). Wenn seine grünen Blattspitzen aus der Erde gucken, kann die Saison auf dem Balkon beginnen.



Melanie Öhlenbach schreibt als ausgebildete Journalistin und Buchautorin am liebsten über die Themen Balkongärtnern und Nachhaltigkeit. Nebenbei unterrichtet sie als Dozentin unter anderem an der Bremer Volkshochschule.

Fokuswoche Geld

Verbraucherzentralen stärken Finanzwissen

Anhaltende Diskussionen über das Rentenniveau und womöglich steigende Altersgrenzen verunsichern viele Menschen. Auch die Reform der gescheiterten Riester-Rente steht erneut an. Orientierung bietet die Fokuswoche Geld der Verbraucherzentralen vom 2. bis 6. März.

Mithilfe von kostenfreien Online-Vorträgen vermitteln Expert:innen unabhängiges Finanzwissen für unterschiedliche Lebenssituationen – von Altersvorsorge bis Versicherungen. Im Mittelpunkt steht die Frage: Wie sichere ich mich finanziell ab – heute und langfristig? „Gerade jetzt brauchen Verbraucherinnen und Verbraucher klare, anbieterunabhängige Informationen und praktische Hilfestellung“, so Anke Behn, Finanzexpertin der Verbraucherzentrale Bremen. Sie betont: „Wer Finanzprodukte versteht, kann sie gezielt und rentabel einsetzen.“ Die Fokuswoche richtet sich an alle, die ihre Finanzen sicher und informiert gestalten möchten. (SM)

Info: www.verbraucherzentrale.de/fokuswoche-geld



Foto: Fotolia

Bauerland 6, 28259 Bremen
 58 00 19

Siegfried Buhl

Lack • Karosserie • Mechanik
Autolackier- und Karosseriefachbetrieb GmbH

Mechanik • Smart-Repair • Elektronik
 Reifenwechsel m. Einlagerung • TÜV und AU
 Unfallreparatur • Abholservice • Glasreparatur
 Ersatzwagen • Schadensabwicklung
 Fahrzeuglackierung • Dellendrücken ohne Lack

Über 50 Jahre Dienst am Kunden!

Markisen
Rolladen
Insektenschutz
Garagen-Rolltore

Meister-
Betrieb seit
1985!

KÖNE

ROLLADEN • MARKISEN • STUDIO

Findorffstr. 40 – 42
28215 Bremen

37 18 37
www.koene.de

Ausstellung: Montags bis freitags 9 – 13 und 14 – 18 Uhr

Dichte Fenster, mehr Komfort

Mit Dollex effektiv gegen Zugluft und Energieverlust

Seit über 20 Jahren sorgt Dollex in Bremen und Umgebung für dichte Fenster und Türen. Mit Erfahrung und Know-how im Service und im Verkauf passender Dichtungen – direkt oder online – ist das Unternehmen erste Adresse für effektive Zugluftbekämpfung.

Gerade in der kalten Jahreszeit machen sich undichte Fenster schnell bemerkbar: Es zieht, die Heizkosten steigen, die Gemütlichkeit sinkt. Dabei lässt sich das Problem oft einfach lösen: durch einen professionellen Dichtungswechsel. Dieser kostet nur einen Bruchteil eines Fensterneueinbaus, spart Energie und verlängert die Lebensdauer bestehender Fenster. Denn meist ist nur die alte Gummidichtung verschlissen, während Fenster und Türen selbst noch in gutem Zustand sind. Auch alte Holzfenster können dank der Profis von Dollex nachträglich abgedichtet werden: Eine eingefräste Nut ermöglicht den Einbau moderner Dichtungen – ideal für erhaltenswerte oder denkmalgeschützte Elemente. Wer lieber selbst aktiv wird, findet sowohl online als auch im Geschäft an der Neidenburger Straße umfangreiche Tipps, passendes Material und eine fachkundige Beratung. Für nahezu jedes Fenster oder jede Tür gibt es die richtige Dichtung – präzise ausgewählt, einfach anzubringen und dauerhaft wirksam.

Dollex bietet fundierte Beratung, präzise Ausführung und einen umfassenden Einbau-Service.

Weitere Infos: www.dollex.de

Mit Stil und Präzision

Küchenarbeitsplatten von W-K-Winterhoff



Foto: Rosethis

Küchenarbeitsplatten prägen Stil und Funktion einer Küche. Sie sind Arbeitsplatz, Designobjekt und Treffpunkt zugleich – daher ist die Materialwahl entscheidend. Naturstein begeistert durch einzigartige Strukturen und macht jede Platte zum unverwechselbaren Unikat.

Quartzkomposit verbindet den Look von Stein mit technischer Präzision, hoher Widerstandsfähigkeit und Pflegeleichtigkeit. Keramik überzeugt durch extreme Härte, Hitzebeständigkeit und puristische Optik – ideal für stark genutzte Bereiche.

Die W-K-Winterhoff GmbH aus Bremen fertigt hochwertige Arbeitsplatten aus Naturstein, Quartzkomposit und Keramik. Das Unternehmen steht für langjährige Erfahrung, moderne Fertigungstechnologie und kompromisslose Qualität – von der Auswahl der Rohmaterialien bis zur finalen Kontrolle. Individuelle Maßanfertigungen, exakte Kantenbearbeitung und präzise Ausschnitte für Spülen oder Kochfelder sind selbstverständlich. Ziel: langlebige Arbeitsflächen, die Design und Funktion perfekt vereinen.

Weitere Infos: www.w-k-winterhoff.de

Ausführung von kompletten Dacharbeiten

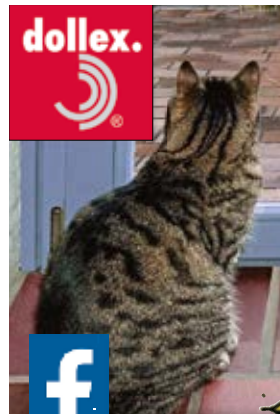
Steildach • Flachdach • Dach-Begrünung
Energetische Dachsanierung
Schornsteinsanierung
Veluxfenster
Dachrinnen

Seit über 115 Jahren

KOCH & KARCZEWSKI
Meisterbetrieb
Gegründet 1908



28865 Lilienthal • Moorhauser Landstr. 43 • ☎ 0 42 98/12 97 • Fax 6621
www.koch-karczewski.de • koch.karczewski@t-online.de



dollex.

Goodbye Zugluft

Intelligent sanieren für Deine Umwelt + Dich...

Mehr Wärme, weniger Heizkosten, Energie + CO₂ mit neuen Dichtungen für Fenster u. Türen... vom Profi...

Beratung, Einbau, Verkauf: 04 21-37 94 166-0
Dollex. Bremen, Neidenburger Str. 6, www.dollex.de

**NATURSTEINZENTRUM
BREMEN**

W-K-WINTERHOFF GMBH

BÄDER KÜCHEN TREPPEN WOHNEN GEWERBE



In den Freuen 90 • 28719 Bremen • Telefon 0421/ 64 20 61 • www.w-k-winterhoff.de

Lebens(t)räume aus Naturstein

KÜCHEN-TALK

Kayra und Kübra Torunlar

von Twins Waffle

Mit der Idee, frische Waffeln am Stiel mit leckeren Soßen und verschiedenen Toppings anzubieten, haben sich die 18-jährigen Zwillinge Kayra und Kübra Torunlar 2024 als mobile Waffel-Caterer selbstständig gemacht. Mit ihrem pinken Foodtruck sind sie auf Events präsent und können für Feierlichkeiten gebucht werden.

Welches ist eure liebste Waffelkreation?

Wir lieben alles, was schön schokoladig ist. Deshalb ist unsere Lieblingswaffel, die mit heller und dunkler Schoko-Soße, dazu Schoko-Kitkat und knusprigen Kügelchen als Topping.



Foto: FR

Was hat euch dazu bewegt, als Schülerinnen ein eigenes Unternehmen zu gründen?

Schon mit 16 Jahren waren wir uns einig, dass wir arbeiten und unser eigenes Geld verdienen möchten. Unsere Eltern sind beide selbstständig und haben uns motiviert. Am Anfang war es aufregend. Heute sind wir stolz darauf, was wir uns aufgebaut haben.

Ohne festen Standort bewahrt ihr euch eure Flexibilität. Wo zaubert ihr demnächst eure Waffelkreationen?

Aktuell lieben wir es, flexibel unterwegs zu sein, aber spätestens im Frühjahr planen wir einen festen Stand. Der Standort steht aber noch nicht fest. Im März werden wir außerdem auf der Mobilitätsmesse Dreirad.de dabei sein. Auf Instagram und Tiktok teilen wir regelmäßig, wo es unsere Waffeln gibt.

In welcher Stadt oder bei welcher Veranstaltung könntet ihr euch „Twins Waffle“ auch gut vorstellen?

Zunächst sehen wir Twins Waffle weiterhin in Bremen. Wir wären auch gerne auf einer Kirmes vertreten. Das würde perfekt zu unserem Konzept passen. Natürlich kann man uns auch weiterhin für Geburtstage, Hochzeiten und andere Events buchen. Unser Credo: Ob große Veranstaltung oder kleine Feier – wir haben überall riesigen Spaß und lieben es, Teil besonderer Momente zu sein.

Beratet ihr euren Vater – der selbst Gastronom ist – inzwischen, wenn es um Instagram und Tiktok geht?

Wir unterstützen uns gegenseitig sehr. Natürlich holen wir uns bei Fragen zur Gastronomie Tipps von ihm und beraten ihn im Gegenzug im Bereich Social Media. Dieser Austausch ist für uns alle sehr wertvoll.

Aktuell strebt ihr euer Abitur an. Wo seht ihr Twins Waffle in fünf Jahren?

In fünf Jahren wird es Twins Waffle auf jeden Fall noch geben. Ob wir uns nach dem Abitur für ein Studium oder eine Ausbildung entscheiden, steht noch offen, aber unser Waffelwagen wird uns weiterhin begleiten. Für uns ist Twins Waffle mehr als nur ein Geschäft. Es ist unser Hobby, unsere Leidenschaft und ein gemeinsamer Traum.

Mehr Infos unter www.tiktok.com/@twins_waffle und www.instagram.com/twins_waffle

Da hat was aufgemacht

Neue Lokale, Restaurants und Cafés

Leib & Seele im Schnoor

Im Leib & Seele setzt Bala Shammit mit seiner deutsch-mediterranen Küche eine Gastrotradition an einem bekannten Standort fort. In dem denkmalgeschützten Gebäude hat schon das Schröters Leib & Seele seine Gäste über Jahrzehnte kulinarisch verwöhnt. Der erfahrene Gastronom und Koch setzt auf frische Zutaten aus der Region, handwerkliches Können und guten Geschmack. Auf der Speisekarte stehen neben Jakobsmuscheln mit Artischocken, Wildgerichten und Bremer Hochzeitssuppe auch Pizza und Burger. (SM)

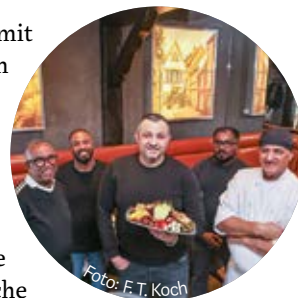


Foto: F.T. Koch

Im Schnoor 12-14, Mo-So 11.30-22 Uhr

Osaka im Zentrum

Mit über 100 verschiedenen Spezialitäten – von Sushi und Sashimi über warme Teppanyaki-Gerichten bis hin zu raffinierten Vorspeisen und landestypischen Desserts – verspricht jeder Besuch im Osaka eine kulinarische Reise durch Japan. Damit die Gäste möglichst viele Speisen ausprobieren können, bietet das japanische Restaurant ein All-you-can-eat-Konzept an: Per Tablet können die Gäste direkt vom Platz verschiedene Gerichte aus der Speisekarte bestellen und ihre eigenen Menüvariationen gestalten. (SM)



Foto: R. Schütz

Knochenhauerstr. 16-17, Mo-So 12-22 Uhr

Herr Nilsson Godis im Hbf

Über ein süßes Stück Schweden im Norden können sich Bahnreisende und Zuckerjunkies jetzt im Hauptbahnhof freuen: Mit Herr Nilsson Godis finden sie zwischen den Gleisen 2 und 3 ein wahres Süßigkeitenparadies vor. Zu entdecken gibt es eine frische Auswahl an Süßem, Sauren und Lakritze. Das Herzstück des Candyshops sind die bauchigen Bonbongläser und Klapp-Candyboxen mit über 150 losen Süßigkeiten. Nach dem Pick-and-Mix-Konzept können sich die Naschkatzen („Godisgris“) hier ihre süßen Favoriten zusammenstellen. Dazu werden Kaffee- und Matcha-Spezialitäten angeboten. (SM)



Foto: R. Schütz

Im Hauptbahnhof Gleis 2/3, Mo-So 8-20 Uhr

Genussvolle Feiertage

Das Parkhotel lädt zum stilvollen „Osterbrunch Deluxe“ inklusive Crémant-Empfang ein

Feiertage sind bekanntlich Familientage und dazu gehört natürlich auch ein gemeinsames Essen. Für die anstehenden Ostertage bietet ein gemeinsamer Brunch eine schöne Gelegenheit, um mit der Familie und Freunden entspannt und gemütlich in den Tag zu starten. Unter dem Motto „Osterbrunch Deluxe“ können sich die Gäste im Parkhotel Bremen am Ostersonntag und Ostermontag kulinarisch verwöhnen lassen und dabei den Ausblick in den aufblühenden Bürgerpark genießen.

Der exklusive Osterbrunch wird mit einem prickelnden Crémant-Empfang eingeläutet. Anschließend erwartet die Feinschmecker ein liebevoll zusammengestelltes Buffet mit kulinarischen Köstlichkeiten.

Das Angebot kostet für Erwachsene 79 Euro pro Person. Im Preis erhalten sind ein Glas Crémant, Wasser, Kaffeespezialitäten, ausgewählte Teesorten und Säfte.

Osterbrunch am Sonntag und Montag, 5. und 6. April, 12.30 bis 15.30 Uhr. Telefonische Reservierung unter 0421 / 3408660. Weitere Informationen unter: www.hommage-hotels.com/parkhotel-bremen



Foto: Parkhotel Bremen

GENIESSEN IM PARKHOTEL BREMEN

Am Ostersonntag und Ostermontag laden wir Sie zu unserem großen Osterbrunch ein. Starten Sie mit einem prickelnden Crémant-Empfang und freuen Sie sich auf ein liebevoll zusammengestelltes Brunchbuffet mit kulinarischen Köstlichkeiten.

Sichern Sie sich jetzt Ihren Platz für ein unvergessliches Osterfest im Parkhotel Bremen!

5. April und 6. April 2026, 12:30 bis 15:30 Uhr

EUR 79 pro Person inkl. einem Glas Crémant, Wasser, Heißgetränken, Säften.





Süße Ostergrüße

Handgefertigtes Naschwerk aus der Konditorei des Café Knigge

Hier ein detailreich gefertigtes Marzipanpäckchen, dort eine Auswahl feinsten Schokoladeneier – bereits der Anblick der kleinen Kunstwerke lässt so manchem Leckermäulchen das Wasser im Munde zusammenlaufen. Das Schaufenster des Café Knigge im Herzen des Stadtzentrums mit seinem bunten Sortiment an Süßwaren steht ganz im Zeichen der Osterzeit.

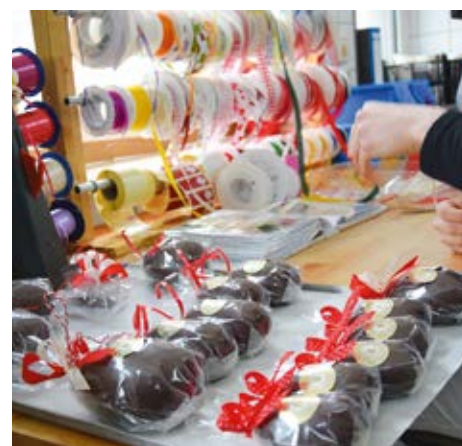
Bis zu den Feiertagen in der ersten Aprilwoche hat das Team wie jedes Jahr allherhand zu tun. So entstehen in der oberen Etage des Traditionscafés in der Sögestraße viele köstliche Kreationen, die anschließend ihren Weg in die Osternester finden.

Zum Osterfest ergänzt das Team seine Klassiker um einige sündhafte Neuheiten. Wie für alle Knigge-Produkte gilt auch für dieses Sortiment ein hoher Standard.

Aus besten Zutaten werden die Naschereien ausschließlich von Hand in der hauseigenen Konditorei hergestellt. Ob Marzipan, Nugat oder Krokant – die Schokoladeneier aus dem Café Knigge sind mit allerlei süßen Inhalten gefüllt, die das kulinarische Herz höher schlagen lassen. Auch modellierte Figuren wie Küken, Enten und Hasen erfreuen sich in den ersten Wochen der Frühlingssaison großer Beliebtheit.

Geführt wird das Familienunternehmen in der vierten Generation von Andreas und Harald Knigge. Wer es für seine Oster Einkäufe nicht in die Bremer Innenstadt schafft, kann diese ebenso gut von zu Hause aus tätigen, denn das Knigge-Sortiment ist ebenfalls im Onlineshop zu finden.

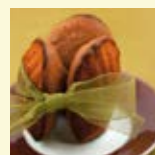
Infos: www.knigge-shop.de



Fotos: KW



**Osterpräsente
Bremer
Spezialitäten
Firmengeschenke
Hochzeitstorten**



Ob klassische Spezialitäten wie unser echter Bremer Klaben oder individuell gestaltete Pralinen mit Firmenaufdruck – versenden Sie österliche Grüße auf ganz individuelle Art!

Unsere Produkte werden per Hand frisch und liebevoll in unserer Backstube in der Sögestraße hergestellt. Gern senden wir Ihnen unser Programm zu. Nutzen Sie auch unseren zuverlässigen Lieferservice – weltweit!

Konditorei Knigge OHG

Sögestraße 42/44 • 28195 Bremen • Telefon (0421) 1 30 60
info@knigge-shop.de • www.knigge.shop

TRAU(M)TAGE

Hochzeitsmesse im ATLANTIC Hotel Landgut Horn

Unter dem Motto „Echte TRAU(M)TAGE wollen perfekt vorbereitet sein“ öffnet die beliebte Hochzeitsmesse im stilvollen ATLANTIC Hotel Landgut Horn erneut ihre Türen. Künftige Ja-Sager:innen haben die Möglichkeit, in die Welt der schönsten Hochzeitstrends einzutauchen und sich für ihren großen Tag inspirieren zu lassen.



Foto: ATLANTIC Hotel Landgut Horn

Nach dem großen Erfolg im vergangenen Jahr erwarten die Besucher:innen wieder inspirierende Ideen, kreative Konzepte und persönliche Beratung aus erster Hand. Über 30 Ausstellende aus verschiedenen Branchen präsentieren von Braut- und Abendmode über Schmuck, Kosmetik, Frisuren, Fotografie, Blumendekoration, Papeterie und DJ-Musik bis hin zu Catering und Hochzeitsplanung alles, was den eigenen großen Tag unvergesslich machen kann. Dazu bietet die Messe für Ausstellende und Besucher:innen gleichermaßen die Gelegenheit, um sich kennenzulernen und auszutauschen.

Zwischen all den schönen Hochzeitstrends stellt sich das ATLANTIC Hotel Landgut Horn selbst als exklusive Hochzeitslocation vor. „Wir freuen uns sehr, dass wir unser vollständig renoviertes Hotel anlässlich der ‚TRAU(M)TAGE‘ auch als attraktive Hochzeitslocation vorstellen können. Unsere Gäste profitieren von unserer jahrelangen Event-Erfahrung und unserem großen Portfolio an Dienstleistenden“, sagt Hoteldirektor Tim Langer. Neben Räumlichkeiten für bis zu 120 Personen und einem neu gestalteten Wintergarten bietet das Hotel im wunderschönen Garten die Möglichkeit einer freien Trauung.

Ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm ergänzt die Präsentationen der Ausstellenden und hält für die Besucher:innen wertvolle Tipps zur Hochzeitsplanung bereit. Passend dazu gibt es vor Ort Schmink-Tipps. Live-Musik, Zauberei und weitere Überraschungen runden das Programm ab. Das Küchenteam des Restaurants Chalet verwöhnt die Gäste mit kleinen Snacks und sorgt somit für das leibliche Wohl.

Sonntag, 8. März, 10-18 Uhr, ATLANTIC Hotel Landgut Horn, Eintritt frei. Weitere Infos: www.trautage-bremen.de

Frühlingsstart im Theatro

Osterbrunch und Eröffnung der Außenterrasse

Der Osterbrunch im Theatro gilt als das Highlight an den kommenden Feiertagen! Am Ostersonntag und Ostermontag kann in den stilvollen Räumlichkeiten mit Blick auf den Goetheplatz wieder nach Herzenslust geschlemmt werden. Das reichhaltige Buffet lädt dazu ein, gemeinsam mit der Familie und Freunden zu genießen. Bei Frühstücksklassikern, warmen Spezialitäten, süßen Leckereien sowie Kaffeespezialitäten, Säften und Sekt bleiben keine Wünsche offen. Wer dabei sein möchte, sollte sich schnell entscheiden, denn erfahrungsgemäß ist der Osterbrunch schnell ausgebucht.

Im März können sich die Gäste außerdem auf die neue Bärlauch-Saisonkarte mit vielen leckeren Kreationen freuen. Dazu wird passend zum Start in den Frühling die Außenterrasse eröffnet. Schon jetzt vormerken: Am Muttertag, 10. Mai, findet der beliebte Brunch das letzte Mal vor dem Herbst statt. Eine schöne Gelegenheit, um sich selbst und die eigene Mutter zum Beispiel bei einer leckeren Erdbeerbowle zu verwöhnen.

Telefonische Reservierungen unter 0421 / 32 60 48 oder per E-Mail an info@theatro.de



Foto: Theatro

THEATRO

Das Caféhaus



Montag-Freitag: 12:00 - 24:00 Uhr
Samstag & Sonntag: 10:00 - 24:00 Uhr
Reservierungen: Tel.: 0421 326048
info@theatro.de

Reinald Grebe

Kabarettist und Liedermacher
Do., 5. März, 20 Uhr, Schlachthof

Lena Jonsson Trio

Schwedische Volksmusik
Fr., 6. März, 19.30 Uhr, Sendesaal

Beauty & The Beats

Temporeicher Elektropop
Sa., 7. März, 20 Uhr, Lila Eule

Glenn Miller Orchestra

Big-Band-Swing

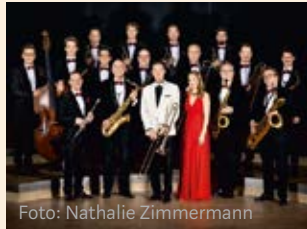


Foto: Nathalie Zimmermann

Di., 10. März, 20 Uhr, Glocke

Sascha Korf

Comedy
Mi., 11. März, 19.30 Uhr, Fritz Theater

Nick & June

Indie-Pop/Folk
Mi., 11. März, 20 Uhr, Lagerhaus

Blaufuchs

Punkrock aus Hildesheim
Fr., 13. März, 20 Uhr, Zollkantine

Sophia

Deutsche Singer-Songwriterin
Di., 17. März, 19 Uhr, Modernes

The Hirsch Effekt

Progressive Rock
Do., 19. März, 19 Uhr, Tower

Megaloh

Deutschrap mit Afrobeats



Foto: Arnaud Ele

Fr., 27. März, 20 Uhr, Schlachthof

Kavka

Deutschsprachiger Punk-Rap
Sa., 28. März, 20 Uhr, Lagerhaus

„Der Tower ist 'ne mega Location!“

Romano im Interview zu seinem neuen Album „Körper“

Neu Platte, neue Energie: Romano meldet sich mit „Körper“ zurück – einem Album über Zunge, Beine, Herz und alles dazwischen. Im Interview spricht der Berliner über Entdeckungslust, schräge Ideen und warum Bremen für ihn der perfekte Ort zum Schwitzen ist.

Romano, Sie sind bekannt für einen wilden Genre-Mix – Schlager, Rap, Metal, Techno. Wenn Sie heute auf sich selbst schauen: Wer ist Romano 2026?

Ich fühl mich bis heute eher wie so ein Beobachter. Ich bin ja noch in der DDR groß geworden, hab da die Wendezeit mitbekommen – das war total prägend. Plötzlich hieß es: Die alten Geschichtsbücher stimmen nicht mehr, die Lehrer wechseln, neue Werte, alte raus – so eine Art Anarchie, aber auch eine totale Freiheit. Und in dieser Zeit kam alles auf einmal: Rap, Metal, Techno. Ich war wie ein kleiner Entdecker, der alles aufsaugt. Diese Offenheit hab ich mir irgendwie bewahrt. Ich mag's, Sachen zu entdecken, statt mit dem Zeigefinger zu sagen: Das ist der richtige Weg. Ich weiß das ja selbst nicht. Ich geh einfach – und wenn's mal durch 'ne Pfütze geht, gehört das auch dazu.

Am 20. Februar ist Ihr neues Album „Körper“ erschienen. Was war der Ausgangspunkt dafür?
Das kam eigentlich ganz spielerisch. Ich war bei 'nem Freund, wir hatten zwei, drei Bier und ich hab grad an einem Song über die Zunge gearbeitet. Ich fand das Wort irgendwie geil, dieses Z, das U, die ganze Eigenart daran. Und mein Produzent meinte dann: „Wenn du schon bei der Zunge bist, kannst du ja gleich weitermachen.“ Daraus ist „Körper“ entstanden – zwölf Stücke, zehn Songs und zwei Gedichte, über verschiedene Körperteile. Jeder Song hat so seinen eigenen Charakter. Es hätte locker noch weitergehen können – Leber, Ellenbogen, Zehennägel (lacht). Vielleicht kommt irgendwann noch Teil zwei.

Ein Konzeptalbum über Körperteile – das ist heute eher ungewöhnlich. Warum dieses Format?

Bei mir war's einfach ein künstlerischer Spaß. Mit meinem Produzenten Siriusmo hab ich schon ewig zusammengearbeitet – wir beide ticken ähnlich. Uns war wichtig, dass das Ganze nicht wie 'ne Biologie-Lektion klingt. Es geht weniger um das Organ als um das, was es auslöst: Selbstbeobachtung, Emotion, Humor. Zum Beispiel im Song „Ohren“ hab ich zig Versionen gemacht, bis es so klang, dass man spürt: Das



Foto: Marcus Zumbansen

Problem sind gar nicht die anderen – ich selbst bin oft mein Lautstärkeregler.

In „Beine“ benutzen Sie militärische Bilder, es klingt fast wie ein Antikriegslied im Kinderlied-Gewand. Woher kommt das?

Das hängt mit meinem Vater zusammen. Er war beim Fernsehen der DDR Sprengmeister und Leiter der Waffenkammer – als Kind fand ich das total faszinierend. Ich bin durch die Requisitenräume gelaufen, hab mit Säbeln gespielt und Ritterhelme aufgesetzt. Später wurde mir klar, was Krieg wirklich heißt. Ich hab verweigert und Zivildienst auf einer Krebsstation gemacht. Mein Vater hat mich damals in den Arm genommen und gesagt: „Lieber Menschen helfen, als 'n Panzer putzen.“ Das war so ein Moment, der sich eingegraben hat. Deshalb ist der Song eigentlich 'ne Kriegskritik – aber mit meiner Art, das leicht absurd zu verpacken.

Ein Song, der heraussticht, ist „Tabanaka“. Was hat es damit auf sich?

Den Titel hab ich erfunden (lacht). Ich war öfter in Sizilien und hab dort in Kirchen diese goldenen Reliquien gesehen – Hände, Haare, Finger in Glaskästen. Total skurril und beeindruckend. Ich hab gelesen, dass irgendwo in Rom ein Fuß der Maria Magdalena liegt. Und dann dachte ich: Das ist ein super Ausgangspunkt für 'ne Geschichte. Also hab ich mir den „Fuß des Tabanaka“ ausgedacht – heilig, glänzend, und irgendwie doch gruselig. Live kann man's super mitsingen oder mitbrüllen.

Apropos live – im März treten Sie im Tower auf. Was erwartet das Publikum dort?

Brüche! Das ist das, was meine Shows besonders macht: Du weißt nie, was als Nächstes kommt. Vielleicht 'ne Ballade, dann plötzlich 'n Metal-Brett, dann wieder etwas völlig Zärtliches. Es wird darüber hinaus den einen oder anderen „körperlichen“ Gag auf der Bühne geben. Ich mag's, wenn's lebendig bleibt. Und der Tower ist 'ne mega Location! Ich war da schon mal: eng, stickig, alles nah dran – so liebe ich das. Ich mag, wenn man dem Publikum ins Gesicht sieht, wenn's schwitzt und lacht. Das ist für mich das echte Konzertgefühl. (KW)

Mittwoch, 11. März, 20 Uhr, Tower

Feurige Rhythmen

Meisterwerke der
spanischen Klassik:
Sinfonia Leipzig unter der
Leitung von Knut Andreas

Foto: Nanah d'Luize

Die Sinfonia Leipzig unter der Leitung von Knut Andreas präsentiert eine musikalische Reise durch die spanische Klassik – feurig, farbenreich und voller Emotionen, gekrönt von Ravels „Bolero“. Neben den schwungvollen Tänzen aus der Oper „Carmen“ von Georges Bizet ist Gerónimo Giménez' temperamentvolle Zarzuela-Ouvertüre „La Boda de Luis Alonso“ zu hören. Ebenso entführt der „Danza ritual del fuego“ aus „El amor brujo“ von Manuel de Falla das Publikum in die mystische Welt der spanischen Folklore. Weitere Höhepunkte sind Pablo de Sarasates virtuose Geigenpassagen sowie der weltberühmte „Bolero“ von Maurice Ravel, dessen hypnotischer Rhythmus und steigende Intensität das Publikum in Trance versetzen. (SM)

Sonntag, 19. April, 16 Uhr, Glocke



VERLOSUNG

Wir verlosen 2x2 Tickets unter www.stadtmagazin-bremen.de

IHR RECHT – EINFACH ERKLÄRT

Die gesetzliche Rente – ab wann und in welcher Höhe?

Di., 10. März 2026, 18 – 19.30 Uhr

Kultursaal der Arbeitnehmerkammer
Bürgerstraße 1, 28195 Bremen

Anmeldung erforderlich:
recht@arbeitnehmerkammer.de



Arbeitnehmerkammer
Bremen

Glamour und die große Liebe

„Pretty Woman – Das Musical“ im Metropol Theater

Mit über elf Millionen Kinozuschauer:innen wurde „Pretty Woman“ zum Kultfilm und machte Julia Roberts und Richard Gere zu Weltstars. Auch Roy Orbisons Titelsong wurde ein Nummer-1-Hit. Jetzt kommt die romantische Liebesgeschichte erstmals ins Metropol Theater. „Pretty Woman – Das Musical“ begeistert mit Humor, Herz und der mitreißenden Musik von Weltstar Bryan Adams. Die Geschichte: Edward, ein erfolgreicher Geschäftsmann, trifft auf Vivien, eine junge Frau, die ums Überleben kämpft – Zwei Welten prallen aufeinander, und doch entsteht eine Liebe, die bis heute berührt. Glamour trifft Romantik, wenn Vivien ihr schwarzes Lackoutfit gegen das legendäre rote Kleid tauscht. (SM)



Foto: William Rutten

Dienstag bis Sonntag, 17. bis 22. März, Metropol Theater

TOP-EVENTS

Boulanger Trio
Beethoven I
Sa., 21.3.2026, 19.30 Uhr
Sendesaal Bremen



Yumi Ito
Distant Voices
Fr., 10.4.2026, 19.30 Uhr
Sendesaal Bremen



Männer und Frauen...
Duett Surprise
Fr., 15.5. bis Mo., 25.5.2026
Packhaustheater Bremen



nordwest-ticket.de



Nordwest
TICKET

Abschied von der Bühne

Letztes Liveerlebnis mit Howard Carpendale

Foto: Christoph Hardt



Howard Carpendale startet seine große Abschiedstournee und präsentiert seine größten Hits sowie persönliche Favoriten. Bei diesem besonderen musikalischen Highlight können Fans den Sänger auf einer emotionalen Zeitreise durch sein Lebenswerk erleben. Der charismatische Sänger, der seit mehr als fünf Jahrzehnten zu den größten Ikonen der deutschsprachigen Musik gehört, lädt sein Publikum ein, ihn noch einmal in dieser Form live auf der Bühne zu erleben. „Diese Tour wird für mich ein ganz besonderer Abschnitt – und ich möchte, dass die Menschen spüren, dass wir gemeinsam etwas Einmaliges erleben“, erklärt Carpendale. „Ich bin in der besten Verfassung, die ich je hatte, und genau so möchte ich mich verabschieden.“ (SM)

Dienstag, 14. April, 20 Uhr, ÖVB-Arena

Mit Humor und Gesang

Marlene Jaschke: „Hier bin ich Mensch“



Foto: Jaschke

Marlene Jaschke, bekannt als Hamburger Original, feiert in diesem Jahr ihr 40-jähriges Bühnenjubiläum und widmet sich neuen Herausforderungen. Im Rahmen eines Literaturkreises setzt sie sich dieses Mal intensiv mit Goethes Faust auseinander und erkundet gemeinsam mit ihrer Freundin Hannelore die Frage, „was die Welt im Innersten zusammenhält“.

Seit vier Jahrzehnten verzaubert die charmante Dame mit dem roten Hut ihr Publikum und gibt humorvolle Einblicke in ihr Leben in der Buttstraße 5b sowie in ihren Arbeitsalltag als Chefsekretärin im Schraubengroßhandel.

Nun steht eine musikalische Entdeckungsreise auf dem Programm, bei der mit Humor und Gesang auch das eine oder andere Familiengeheimnis gelüftet wird. Ein zentraler Gast des Abends ist Herr Griepenstroh, der Orgelspieler der St.-Trinitatis-Gemeinde, dessen Auftritt ein fester Bestandteil bleibt.

Ein Abend voller Witz und bewegender Momente lädt dazu ein, das Menschsein in all seinen Facetten zu erleben. (SM)

Freitag, 11. September, 20 Uhr, Glocke

Gitte Haenning & Band

„Ich bin stark“: 80 Jahre Leidenschaft und Rock'n'Roll

Ein besonderer Konzertabend erwartet alle Fans der dänischen Star-Künstlerin Gitte Haenning. Anlässlich ihres 80. Geburtstags lädt die legendäre Sängerin mit ihrem Programm „Ich bin stark“ dazu ein, ihre größten Hits noch einmal live zu erleben.

Bereits als Achtjährige stand Gitte gemeinsam mit ihrem Vater auf der Bühne – ein beeindruckender Beginn für eine Karriere, die nun auf über sieben Jahrzehnte Bühnenerfahrung zurückblickt. Ihre Musik spiegelt ihr Leben wider: Sie ist geprägt von Lebenskraft und Leichtigkeit, von Tragik und Komik, und bleibt dabei so nah an der Wirklichkeit wie kaum eine andere.

Mit ihrem unwiderstehlichen Humor und ihrer Leidenschaft für den Rock'n'Roll verzaubert Gitte ihr Publikum immer wieder aufs Neue. Ihre zeitlosen Songs berühren, motivieren und erinnern an das Wesentliche im Leben: die Liebe und das Leben selbst. (SM)

Sonntag, 7. Juni, 19 Uhr, Gustav-Heinemann-Bürgerhaus Vegesack



Foto: Frank Wartenberg

07.06.26
BREMEN

80

GITTE HAENNING
— ICH BIN STARK —



MARLENE JASCHKE
HIER BIN ICH MENSCH

11.09.26
BREMEN








Klangfeuerwerk

Lucas und Arthur Jussen in der Glocke

Wenn sich die klavierspielenden Brüder Lucas und Arthur Jussen mit den Spitzenschlagzeugern Alexej Gerassimez und Emil Kuyumcuyan zusammentun, dann fliegen musikalisch die Funken. Alle vier kennen sich bereits von früheren Tourneen.

Das Publikum darf sich auf ein eingespieltes Team freuen, dessen Experimentierfreude, Rhythmusgefühl und herausragende Virtuosität ein echtes Feuerwerk an Tasten und Drumsticks verspricht. Neben Originalkompositionen für diese außergewöhnliche Besetzung, unter anderem von Steve Reich und Paul Lansky, stehen auch Bearbeitungen von Repertoireklassikern wie Leonard Bernsteins „Symphonic Dances from West Side Story“ und George Gershwins „Rhapsody in Blue“ auf dem Programm. (SM)

Dienstag, 17. März, 20 Uhr, Glocke



Foto: Ilesaja Hitzka

30 Jahre voller Magie

Lord of the Dance mit neuer Inszenierung



Foto: Wolfgang Wilde

Im Frühjahr 2026 kehrt Lord of the Dance zurück und feiert sein 30-jähriges Jubiläum – mit einer mitreißenden Tour voller Tanz, Tradition und moderner Inszenierungen. Die weltbekannte irische Tanzshow von Michael Flatley verzaubert seit Jahrzehnten Millionen Zuschauer:innen auf der ganzen Welt und lädt zu einer packenden Reise in eine Welt voller Mythen und Fantasie ein. 40 talentierte Tänzer:innen präsentieren eindrucksvolle Choreografien, begleitet von keltischer Musik, faszinierenden Kostümen und modernsten Lichteffekten. Mit über 150.000 Taps pro Vorstellung nimmt die Show das Publikum mit auf eine ganz besondere Zeitreise. Ein Erlebnis, das Fans der ersten Stunde und Neulinge gleichermaßen begeistert. (SM)

Dienstag, 14. April, 20 Uhr, Halle 7

GOP.

Kids FÜR NIX
 Eintritt frei für Kinder in den Ferien!

zweifach magisch

bezaubernd artistisch

27. März bis 21. Juni 2026

GOP.

Variété-Theater
Bremen

variete.de

KOOPMANN

JETZT TICKETS SICHERN!

27.03.26 BREMEN
RALF SCHMITZ

09.06.26 BREMEN
SKUNK ANANSIE

25.06.26 BREMEN
DR. MARK BENECKE

17.07.26 BREMEN
MADSEN

25.08.26 BREMEN
SASCHA GRAMMEL

08. & 09.10.26 BREMEN
HELGE SCHNEIDER

28.10.26 BREMEN
FISCHER-Z

17.11.26 BREMEN
TINA DICO

28.10.26 BREMEN
FISCHER-Z

17.11.26 BREMEN
TINA DICO

Koopmann-Concerts.de
 Tickets unter eventim.de, 0421 353637 oder an allen bekannten Vorverkaufsstellen!

Die Vielfalt der Magie

Sonderausstellung im Übersee-Museum bis 7. April

Foto: Musée des Confluences / Olivier Garcin



Willkommen in der Welt der Magie! Zwischen Ritualen, Glaube und Zauberkunst lockt die Sonderausstellung „Magie“ im Übersee-Museum mit rund 400 Exponaten zu allen Facetten der Magie von damals bis heute.

Gezeigt werden die unterschiedlichsten Artefakte aus der Natur-, Völker- und Handelskunde, die von Ritualen und modernem Spiritismus in Europa, Asien und Afrika erzählen. Der Ausstellungsrundgang gleicht einem Spaziergang durch die Magie und führt die Besucher:innen durch Märchenwald, Zaubershow, Geisterwelt und Schamanismus bis zum Wunschbaum und Spiegelkabinett.

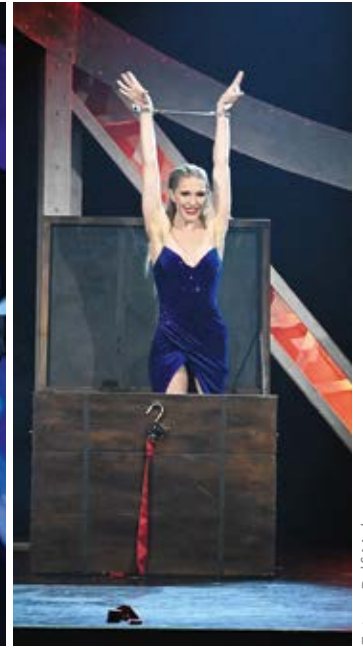
Die Zeitreise reicht von den Ursprüngen der Magie in Babylon und Ägypten über das Mittelalter bis hin zur Zauberkunst der Neuzeit – samt Elementen der „lustigen Physik“ und schillernden Effekten aus der modernen Showmagie.

Ein besonderes Lokalkolorit liefert ein Videoprojekt mit sechs Bremerinnen, die als Heilerinnen und Schamaninnen von ihren Projekten berichten. (SM)

Sonderausstellung „Magie“ im Übersee-Museum bis 7. April. Mehr Informationen unter www.uebersee-museum.de.

Doppelt verzaubert

Die neue Show im GOP: „zweifach magisch“



Fotos: Ralf Mohr

Es wird magisch im GOP Variété-Theater Bremen: Ende März feiert die neue Show „zweifach magisch – bezaubernd artistisch“ Premiere. Bis zum 21. Juni erleben die Besucher:innen ein Programm, das klassische Magie und moderne Artistik auf eindrucksvolle Weise verbindet. Das international erfolgreiche Illusionsduo Jay & Jade begeistert mit spektakulären Bühnenillusionen, bei denen Menschen zu schweben scheinen, Gegenstände verschwinden und Vögel wie aus dem Nichts erscheinen. Ergänzt wird das Programm durch eine Auswahl preisgekrönter Artistinnen und Artisten, die mit kraftvoller Akrobatik, Balancekunst und Tanz faszinieren. So entsteht eine Show, die mit visueller Raffinesse, Lichtinszenierungen und Livemusik überrascht. In den Osterferien vom 20. März bis zum 6. April gilt zudem die Familienaktion „Kids für Nix“: Ein Kind bis einschließlich 14 Jahre erhält in Begleitung eines voll zahlenden Erwachsenen freien Eintritt in die aktuelle Show (je nach Verfügbarkeit, nicht kombinierbar mit anderen Angeboten). (SM)

Premiere: Freitag, 27. März, 20 Uhr, GOP Variété-Theater Bremen. Die Show „zweifach magisch“ ist dort bis zum 21. Juni zu sehen. Infos und Spielzeiten unter: www.variete.de/bremen

MAURICE RAVEL

BOLERO

HIGHLIGHTS
 BIZET CARMEN SUITE NR. 1 & NR. 2 – HABANERA
 DE FALLA EL AMOR BRUJO:
 DANZA RITUAL DEL FUEGO
 DE SARASATE ZIGEUNERWEISEN

SINFONIA LEIPZIG
 KNUT ANDREAS – Dirigent
 ANTONIO PALANOVIC – Violine



eventim

WELTKONZERTE

19.04.²⁶
16⁰⁰

DIE GLOCKE · BREMEN

„Krieg und Frieden“

Interview mit Armin Petras, neuer Intendant des Theater Bremen, Regisseur und Autor



Foto: Jörg Landsberg

Mit seiner Bühnensfassung von Lew Tolstois Monumentalwerk „Krieg und Frieden“ wagt sich Armin Petras an ein Unterfangen von wahrhaft epischen Ausmaßen. Schon mehrfach hat der Regisseur und Autor Werke des russischen Schriftstellers dramatisiert – diesmal bringt er mit dem Schauspielensemble des Theater Bremen eine Geschichte auf die Bühne, die zwischen Liebe, Macht und Tod oszilliert und die alles Menschliche in den Blick nimmt.

Herr Petras, Sie haben bereits „Anna Karenina“ und „Auferstehung“ auf die Bühne gebracht. Wie sind Sie an „Krieg und Frieden“ herangegangen?

Armin Petras: Das war tatsächlich der dritte Tolstoi, den ich bearbeitet habe – und sicher der größte Brocken. Ich lese da, anders als ein normaler Leser, immer mit der Frage: Was lässt sich auf die Bühne bringen, was nicht? Das Projekt begleitet mich seit rund vier Jahren, vom ersten Lesen bis zur fertigen Fassung. Es ist ein gewaltiger Text, aber auch ein faszinierender Kosmos über das Menschsein im Ausnahmezustand.

Was war Ihnen bei der Dramatisierung besonders wichtig?

Mir ging es vor allem um die zentrale Frage: Was ist Krieg – und wo findet er statt? Nur an der Front? Oder auch zu Hause, in der Familie, am Arbeitsplatz? Tolstoi beschreibt ein gesellschaftliches Klima, in dem Gewalt und Konkurrenz bis ins Private reichen. Genau das wollten wir spürbar machen. Und natürlich ist das Stück durch die aktuellen Konflikte – Ukraine, Gaza – plötzlich wieder erschreckend gegenwärtig geworden.

Wie übersetzen Sie dies in eine theatralische Form?

Wir erzählen in einem Einheitsraum, aber sehr filmisch gedacht – mit schnellen Schnitten, mit Videos, fast ein bisschen wie bei einer Serie. Wir springen mitten in Szenen hinein und brechen sie manchmal abrupt ab. Dadurch entsteht Tempo, aber auch ein ständiger Perspektivwechsel zwischen Schlachtfeld und Wohnzimmer, zwischen öffentlicher und privater Front.

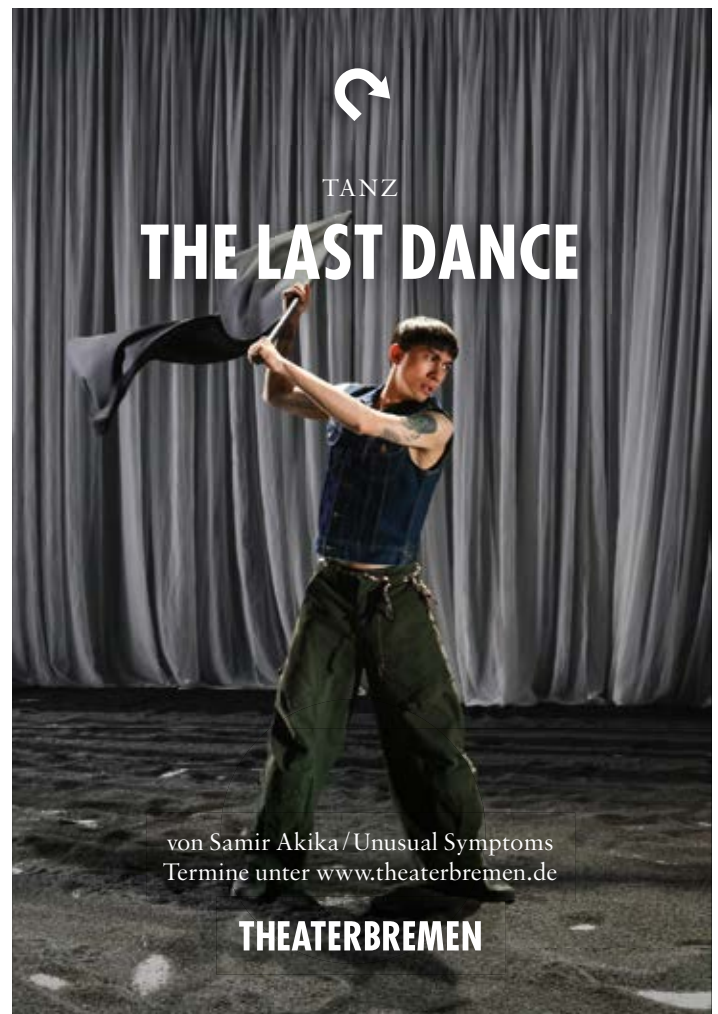
Fast das gesamte Ensemble steht auf der Bühne. Wie funktioniert so ein großes Projekt im Probenalltag?

Mit viel Humor und Geduld! (lacht) Natürlich ist im Winter immer jemand krank. Da wird jeden Morgen geschaut, wer da ist, und welche Szenen überhaupt geprobt werden können. Aber das Ensemble kennt sich gut und arbeitet sehr freundschaftlich. Man spürt, dass wir gemeinsam etwas Großes stemmen wollen – über 40 Rollen auf der Bühne, das ist schon opulent.

Tolstoi war ein Pazifist. Wie politisch ist Ihr Theater heute?

Theater ist immer politisch – selbst wenn es so tut, als wäre es das nicht. Mich interessiert, Konflikte auf der Bühne so radikal und emotional zu zeigen, dass das Publikum gezwungen ist, Stellung zu beziehen. Tolstoi schlägt uns Werte vor – Menschlichkeit, Zweifel, Verantwortung. Mein Ziel ist, dass sich das Publikum fragt: Welche Position nehme ich ein? (KW)

Premiere: Samstag, 7. März, 18 Uhr, Theater am Goetheplatz



Was bin ich? Ein Rätsel in Bildern

Raus aus den Winterstiefeln, rein in den Frühling! Der Monat März hat Aufbruchstimmung im Gepäck: Er bringt die erste Wärme und neue Energie, die Natur erwacht zu neuem Leben und bunte Blüten feiern ihr Frühjahrsfest. Wir haben in unserem Bilderarchiv gestöbert und einige frühlingshafte Impressionen aus

Bremen und der Region gefunden. Erkennen Sie die Motive? Dann schreiben Sie die gesuchten Begriffe in die Kästchen und nehmen Sie bis zum 15. März mit dem würzigen Lösungswort an der Verlosung unter www.stadtmagazin-bremen.de teil. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und einen sonnigen Start ins Frühjahr!



Fotos: KW (2), Cl, C. Kuhaup

1

			1			5	
--	--	--	---	--	--	---	--

2

			2						
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

3

					3	
--	--	--	--	--	---	--

4

	4					6			
--	---	--	--	--	--	---	--	--	--

Lösung:

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Auflösung Bilderrätsel Februar:

1. UNIVERSUM
 2. HEARTBREAK HOTEL
 3. ROLAND
 4. STANDESAMT
- Lösung: VALENTIN



VERLOSUNG

Wir verlosen 3×2 Tickets für die Weinmesse Bremen in Halle 5. Siehe dazu Seite 7.



Foto: Freepik

IMPRESSUM

STADTMAGAZIN BREMEN

Herausgeber & Verlag:

WESER-KURIER Mediengruppe
Magazinverlag Bremen GmbH
Martinistraße 43, 28195 Bremen
04 21 / 36 71-49 90
info@stadtmagazin-bremen.de

Geschäftsführung:

Mario Brokate (V.i.S.d.P.)

Redaktion:

Christina Ivanda, Femke Liebich,
Martin Märtens, Kristina Wiede

Autor:innen:

Jean-Julien Beer, Dirk Böhling,
Matthias Höllings, Melanie Öhlenbach

Grafik/Layout: B.O. Beckmann

Korrektorat: AdNord Media GmbH

Titelbild: Friedhard Neumann

Anzeigen:

Mario Brokate (verantwortlich),
Anja Höpfner, Anne Zeidler, Dieter Kück,
Per-Uwe Baad, Holger Arndt

Anzeigenannahme:

Tel 04 21 / 36 71-21 30 und -49 85

Abonnement:

€ 36,- für 12 Ausgaben
(inkl. MwSt. und Versand)

Druck:

Dierichs Druck+Media GmbH & Co. KG,
Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel

Der Inhalt dieses Magazins wurde auf umweltfreundlichem Papier gedruckt, das sowohl FSC-zertifiziert® ist als auch mit dem Blauen Engel ausgezeichnet wurde.

Urheberrechte:

Der Nachdruck von Beiträgen ist nur mit Genehmigung des Verlages und mit Quellenangabe gestattet.

Heim vorteil

Weil wir uns hier vor Ort um alles kümmern,
bekommst du mehr für deine Gesundheit. Entdecke
die besonderen Leistungen, die wir für dich haben:



**Aus Bremen.
Für Bremen.
Für dich.**

Stoffwechsel

Neue Styles für deine
ganze Familie.



dodenhof
ModeWelt

NEWYORKER



ONLY

d-strict
by dodenhof

snipes®

H&M



BIJOU **BB** RIGITTE

s.Oliver

TKmaxx

entdeckt bei
dodenhof