

Moin

BREMERHAVEN

DEIN **KOSTENLOSES** STADTMAGAZIN
FÜR BREMERHAVEN UND UMZU
JAN/FEB 2026

TOLLE
**Gewinn-
spiele**
INKLUSIVE!

Zwei Schwestern – ein Team!

LAURA & REBECCA DITTMANN
VON DEN FISCHTOWN LADIES
IM INTERVIEW

Deine Highlights 2026

Das sind die Top-Events
in der Region

Im Brennpunkt:

Bremerhaven muss sparen –
hier wird jetzt gekürzt

STELLENMARKT

.....

**Veranstaltungen
und Termine**

.....

RATGEBER-THEMEN

NYCEGUYSNYCE
GUYSNYCEGUYS

ENDLICH GRÜNKOHL!



FELLNASEN
WILLKOMMEN

NYCEGUYSNYCE
GUYSNYCEGUYS
NYCEGUYSNYCE
GUYSNYCEGUYS
NYCEGUYSNYCE
GUYSNYCEGUYS
NYCEGUYSNYCE
GUYSNYCEGUYS
NYCEGUYSNYCE
GUYSNYCEGUYS
NYCEGUYSNYCE
GUYSNYCEGUYS



À LA CARTE & SATT

JETZT RESERVIEREN!

ÖFFNUNGSZEITEN: DI, MI, FR AB 17 UHR, SA AB 15.00 UHR & SO AB 12.00 UHR

GRÜNKOHL À LA CARTE

Bei uns in Langen bekommt ihr unseren leckeren NYCE GUYS Grünkohl als á la Carte Gericht. Für große Gruppen gibt's auch Grünkohl satt (bitte reservieren).



**NYCE
GUYS**

 BURGER BOWLS BAR 

Moin zusammen!

Der Sekt ist leer, die Party vorbei und draußen bürstet die Kehrmaschine die Böllerreste aus den Straßen. Das neue Jahr bringt seinen nicht wirklich neuen Alltag zurück ins Leben. Die ersten guten Vorsätze gehen schon wieder in die Hose, aber immerhin beginnt das Jahr mit einem Brückentag und der Arbeitsstress (bei geschickter Planung) somit erst am 5. Januar. Man muss sich auch an kleinen Dingen freuen können.

Viele kleine Freuden wollen wir dir auch mit unserer neuen Ausgabe machen. Mit spannenden Geschichten von der Stadt und ihren Bewohnern. Mit guten Nachrichten, wertvollen Tipps, einer wohl platzierten verbalen Respektschelle und natürlich wieder mit attraktiven Verlosungen.

Der Winter ist die Zeit, in der mir die Wetterberichte am meisten auf den Sack gehen. In meinem Alter neige ich schneller zum Frieren, ich habe keinen Schlitten zum Rodeln und hasse es, jedes Mal watscheln zu müssen wie ein Pinguin, nur um auf dem Weg zum Einkaufen nicht mehrmals auf das spiegelglatte Pflaster zu fallen. Vor mei-

ner Wohnung ist der Winterdienst zum Glück geregelt, aber nicht selten sieht man vor manchen Häusern auch ungeräumte Wege. Welche Risiken die nicht nur für Fußgänger bergen, sondern auch für Anwohner, die sich nicht an die Räumspflicht halten, haben wir in einem Tipp zusammengefasst.

Es gibt in der Stadt aber auch eine Gruppe von Frauen, die vom Eis gar nicht genug kriegen können: Die Fischtown Ladies, die Eishockeyspielerinnen des REV Bremerhaven, jagen den Puck zurzeit in der Verbandsliga Nord. Zwei von ihnen, die Schwestern Laura und Rebecca Dittmann, haben wir zum Deichtalk hinter die Bande gebeten. Dort sprachen sie mit uns über den Spaß am Spiel und die Sorgen, die das Eishockey im Schatten des überall präsenten Profisports plagen.

Nicht wenige dieser Sorgen haben mit Geld zu tun, unter anderem mit dem Geld, das normalerweise die Stadt in die Sportförderung investiert. Nicht nur dort wird allerdings gerade brutal gekürzt. Durch ihren gesamten aktuellen Haushalt fährt die Seestadt den Rasenmäher

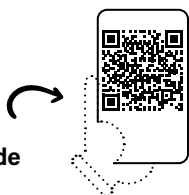
mit der ganz großen Schnittbreite. Wir haben auf und hinter diese Streichliste geschaut.

Digitalisierung könnte den Behörden künftig viel Geld sparen. Wir haben uns mit dem Bremerhavener Startup neuralflo getroffen, das mit künstlicher Intelligenz Verwaltungen entlastet. Sportlich sind wir außerdem mit den Rollstuhlbasketballern von Bremerhaven United unterwegs und stellen den neuen Manager ihrer „Fußgänger“-Kollegen, der Eisbären Bremerhaven, vor. Und natürlich haut auch Snoopy wieder seinen Blick auf die Stadt raus.

Wir wünschen dir ein glückliches und erfolgreiches Jahr 2026!

*Deine
Moin Bremerhaven
Redaktion*

Schreib uns, was dich bewegt,
unter post@moin-bremerhaven.de



Folge uns auf Facebook und Instagram!



Inhalt

JAN/FEB 2026



15

**KULTUR OP PLATT:
DIE NIEDERDEUTSCHE
BÜHNE**



41

**NEURAFLOW STARTET
MIT KI DURCH**

56

**#TEAMSPIRIT: ROLL-
STUHLBASKETBALL**



73

**GESETZE: DAS
ÄNDERT SICH 2026**

5 News aus Bremerhaven

Leben & Lieben

- 7 Bremerhaven in Zahlen: Wissenschaft made in Fischtown
- 8 Deichtalk mit den Eishockey-Schwestern Laura und Rebecca Dittmann
- 12 Im Brennpunkt: hier streicht und kürzt Bremerhaven jetzt
- 15 Die Niederdeutsche Bühne Waterkant im Interview + Gewinnspiel

Genuss & Freizeit

- 18 Genuss-Kolumne mit Joschka Traue von Fry High
- 20 Veranstaltungen in der Region: das sind die Top-Events 2026
- 23 Open Air im Doppelpack mit der Stadthalle Bremerhaven

24 Bürgerclub Bremerhaven stellt Jahresprogramm vor

25 Auf zur Grünkohl-Tour – unser Guide für echte Nordlichter

27 Besondere Momente erleben im PIER 6

28 Unsere Veranstaltungs-Highlights

29 MOIN Bremerhaven Veranstaltungskalender

36 Rätselseite + Impressum

Jobs & Wirtschaft

37 Business-Talk mit den Lebensmittel-Logistikern von Brüssel & Maass

41 Startup neuraflow revolutioniert mit KI die Bürokratie

44 Der aktuelle Stellenmarkt

45 Mit persönlicher Beratung zurück ins Berufsleben

Bauen & Wohnen

46 Starkregen – so legst du Haus und Garten trocken

50 Deine Heimwerker-Projekte für den Winter

53 Räumen und Streuen: das ist Pflicht

Sport & Gesundheit

55 Dr. Arendt Dental zeigt die Vorteile von Zahnkorrekturschienen

56 #teamspirit: Rollstuhl-Basketball bei Bremerhaven United

59 Verein Lichtblicke unterstützt und berät in schwerer Zeit

60 So helfen die Sander Apotheken beim Rauchstopp

61 Weniger Bildschirmzeit, mehr Freude: Digital Detox

66 Mit CorpuSana zum fitten und gesunden Rücken

67 Pflegegrad beantragen: das sind die Vorteile

71 Private Pflegeversicherung: Das rät der Experte

72 Eisbären-Geschäftsführer Max Melching im Interview + Gewinnspiel

Tipps & Trends

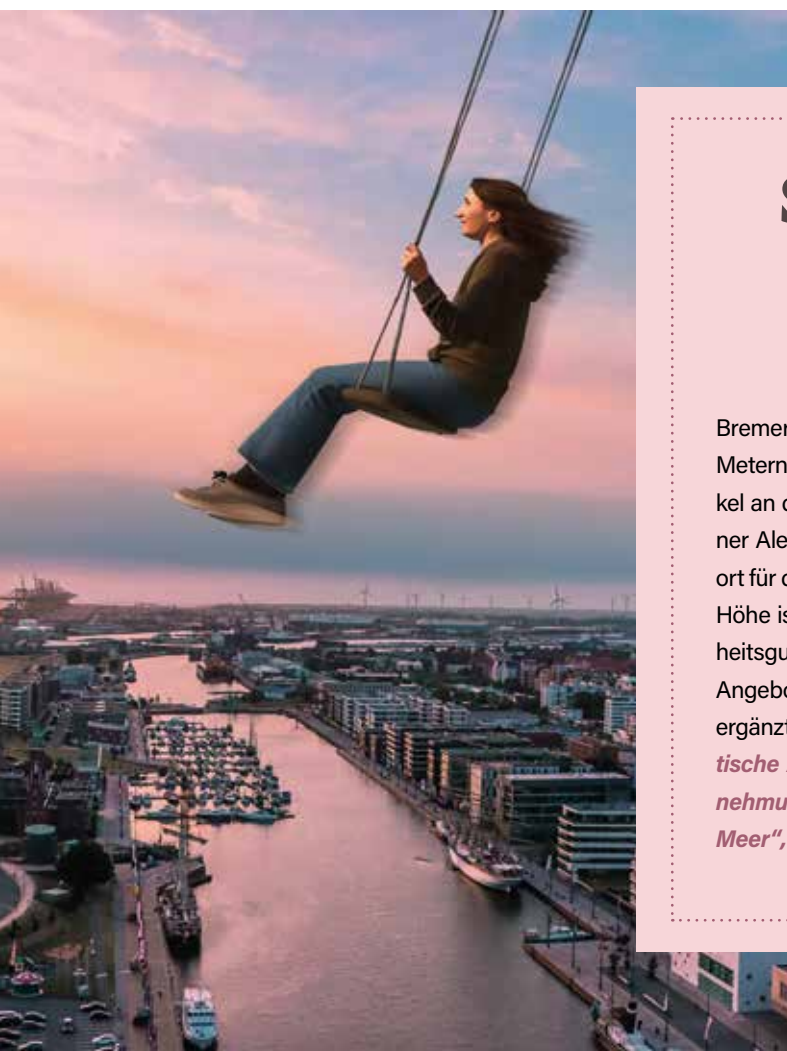
73 Neue Gesetze und Regelungen – das gilt im neuen Jahr

76 Experte Guido Wurtz erklärt Neuerungen im Arbeitsrecht

77 So machst du euren Valentinstag unvergesslich

80 Second Hand: Darauf solltest du beim Kauf achten

82 Snoopys Kolumne: Neues aus Bremerhaven und umzu



SPEKTAKULÄRES *SCHAUKELN*

AM SAIL-CITY-HOTEL

Bremerhaven bekommt ab Ostern 2026 eine besondere Attraktion in 86 Metern Höhe. Das Berliner Unternehmen bungee.de bringt eine Schaukel an der Aussichtsplattform des Sail-City-Hotels an. Neben dem Berliner Alexanderplatz ist Bremerhaven dann der zweite dauerhafte Standort für die sogenannte High-Swing-Schaukeln. Dieses Erlebnis in luftiger Höhe ist laut Betreiber absolut sicher. Geschultes Personal und Sicherheitsgurte sollen Unfälle unmöglich machen. In der Zukunft könnte das Angebot durch Bungeesprünge und Abseilen an der Hochhausfassade ergänzt werden. „*Solche Erlebnisse erweitern nicht nur das touristische Angebot, sie schaffen auch neue Perspektiven für die Wahrnehmung Bremerhavens als moderne, erlebnisorientierte Stadt am Meer*“, sagt Michael Gerber, Geschäftsführer der Erlebnis Bremerhaven.



BUND BEWILLIGT REKORDSUMME FÜR DEN HAFEN

So viel Geld hat der Bund noch nie in ein Projekt im Bundesland Bremen investiert: Gut 1,35 Milliarden Euro sollen in den kommenden Jahren in die Modernisierung und Weiterentwicklung der Infrastruktur im Bremerhavener Hafen fließen. Die Mittel dafür kommen aus dem Verteidigungshaushalt. 150 Millionen Euro stehen schon in diesem Jahr zur Verfügung. Bremerhaven soll vor allem als militärischer Umschlagplatz für die NATO gestärkt werden, doch auch die zivile Infrastruktur profitiert von den Maßnahmen. Laut bremenports stehen unter anderem die Ertüchtigung von Kaje und technischen Anlagen sowie der Ausbau von Verkehrsverbindungen, Energieinfrastruktur und Digitalisierung auf dem Programm. Das stärke Bremerhaven als leistungsfähigen Universalhafen und sichere über die kommenden Jahre tausende von Arbeitsplätzen in der Region.



Schiffahrtsmuseum

BEKOMMT MILLIONEN FÜR DIE SANIERUNG

Seit 2018 ist der sogenannte Scharoun-Bau des Deutschen Schiffahrtsmuseums geschlossen. Dieses Hauptgebäude soll saniert werden und eine ganz neue Dauerausstellung erhalten. Doch lange fehlte es an Mitteln für das umfangreiche Vorhaben. Jetzt scheint die Finanzierung zu stehen: Der Bremer Senat beschloss Ende November, die Hälfte der Sanierungskosten aus Landesmitteln zu übernehmen. Die andere Hälfte kommt vom Bund. Wie hoch der Betrag genau ausfällt, gab die Pressestelle des Bremerhavener Magistrats nicht bekannt. Laut Radio Bremen handelt es sich um insgesamt fast 64 Millionen Euro. Der Umbau soll 2027 beginnen und bis 2032 abgeschlossen sein. Auch die Außenanlagen des Schiffahrtsmuseums sollen mit dem Geld neu gestaltet werden. 2024 war bereits die neue Dauerausstellung im sanierten Bangert-Bau eröffnet worden. Auch die Kogge-Halle steht für Besucher offen. Die Museumschiffe sind über den Winter geschlossen und können wieder ab Mitte März besichtigt werden.

TIF:

SPENDEN RETTEN SPIELZEIT 2026

Moin
BREMERHAVEN

In der Ausgabe 5/25 hatten wir uns mit Jörg Göddert, Leiter des Theaters im Fischereihafen (TiF), zum Deichtalk getroffen. Er erzählte uns, dass es 2026 finanziell „richtig schwierig“ für die Spielstätten werden könnte. Etwa 30.000 Euro fehlten, um die Kosten im neuen Jahr zu decken. In den vergangenen Monaten sind zahlreiche Spenden durch Besucher zusammengekommen. Der Sänger Hans Neblung hat für den 15. Januar ein Benefiz-Konzert angekündigt.

Außerdem veranstalten der Gitarrist Jörg Seidel, Instant Impro und das Komiker-Duo Podewitz eine Gala zum 30-jährigen Bestehen des Theaters. Die Einnahmen aus beiden Veranstaltungen gehen ans TiF.

**Damit ist die kommende
Spielzeit gesichert.**



Bremerhaven in Zahlen:

Forschung
MADE IN FISCHTOWN

11

Forschungseinrichtungen

*gibt es in Bremerhaven – von
Windenergieforschung über Logistik
bis Meeresbiologie*



2.921

Studenten

WAREN 2025 AN DER HOCHSCHULE
BREMERHAVEN EINGESCHRIEBEN



180 Meter

*Durchmesser hat das
Fraunhofer-
Institut betriebene
Forschungs-Windrad
am Lunedeich*

RUND

1.600

Menschen arbeiten hier in
Forschung und Entwicklung

2

FORSCHUNGSSCHIFFE

haben hier ihren
Heimathafen:
Die „**Polarstern**“
und die „**Walther
Herwig III**“



DIE *POWER*- *SCHWESTERN* AUF DEM EIS

DEICH-TALK MIT REBECCA
UND LAURA DITTMANN VON
DEN FISCHTOWN LADIES

Bei den Fischtown Ladies trifft norddeutscher Biss auf echte Eishockeyliebe. Die Geschwister Laura und Rebecca Dittmann sind ein Teil dieser Geschichte – Rebecca (24) als Stürmerin, Laura (30) als Mannschaftskapitänin und 2. Vorsitzende des Vereins. Im Interview erzählen die Schwestern, wie sie zum Eishockey kamen, was Social Media für ihr Team verändert hat und warum ihr Sport in Bremerhaven trotz steigender Aufmerksamkeit noch immer auf dünnem Eis steht.



Rebecca, Laura, wie kamt ihr zum Eishockey?

Laura: Bei mir kam das über die Schule. Als ich in der 6. Klasse war, gab es ein Projekt namens „Schule und Eishockey“, um die Kinder an den Sport heran zu führen. Und da unser Vater damals schon ein großer Eishockey-Fan war, fand ich das cool. Im Projekt habe ich dann an den Nachmittagen angefangen, Eishockey zu spielen. Etwa um die gleiche Zeit wurde auch die Frauenmannschaft wieder ins Leben gerufen und ich wurde vom Trainer angesprochen, ob ich mitmachen möchte.

Rebecca: Ich bin durch Laura dazu gekommen. Ich habe mitverfolgt, wie sie im Verein spielt. Ich bin als kleiner Fan mit den Fischtown Ladies mitgefahren und so quasi auch mit der Frauenmannschaft aufgewachsen. Angefangen habe ich auch mit „Schule und Eishockey“.

Wie habt Ihr die Entwicklung im Damen-Eishockey in den vergangenen Jahren erlebt?

Laura: Als ich anfing, habe ich da noch gar nichts von mitbekommen, außer vielleicht von der Frauen-Nationalmannschaft. In den

letzten Jahren ist es aber viel präsenter geworden und wird mehr wahrgenommen, zum Beispiel dadurch, dass Spiele jetzt via Internet übertragen werden und auch mehr Werbung dafür gemacht wird. Rebecca macht auch die Insta-Seite und dadurch, dass wir da so aktiv sind, haben wir den Fokus aufs Frauen-Eishockey schon ein bisschen gefördert.

Wie würdet ihr eure Mannschaft in drei Worten beschreiben?

Rebecca: Ich muss kurz überlegen (*schmunzelt*)... laut, ich würde schon sagen familiär und durchmischt, vom Alter her.

Mit den Fischtown Pinguins hat Bremerhaven eine Spitzenmannschaft, die auch europäisch spielt. Ist das für euch eher eine Belastung, weil es die Aufmerksamkeit von Fans und Sponsoren komplett abzieht? Oder ist es eher ein Vorteil, weil die Nachwuchsarbeit strukturelle Voraussetzung in der DEL ist?

Laura: Ich würde sagen, sowohl als auch. Die meisten denken, wir sind ein Verein und von den Sponsoren, die zur Profimannschaft kommen, kriegen wir dann auch was ab. Aber der REV ist nur der Stammverein, die Fischtown Pinguins sind eine eigenständige GmbH. Aber ich glaube schon, dass ein paar Sponsoren so auch auf uns aufmerksam werden. ➤

Rebecca Dittmann

KURZ & KNAPP

MEINE STÄRKEN

(Trainer Marvin Fruck schmunzelnd von hinten: Überleg dir genau, was du sagst!) Organisation, Social Media, außerdem bin ich auch ein bisschen für die gute Laune da.

MEINE SCHWÄCHEN

Laut, die Rückwärtsbewegung auf dem Eis und hinnehmen, was der Trainer sagt.

MEIN LEBENSMOTTO

Alles kann, nichts muss.

DAS MAG ICH BESONDERS AN BREMERHAVEN

Eishockey

WAS ICH UNBEDINGT NOCH MACHEN WILL

Erster werden in der Liga. Vorher hör ich nicht auf (*lacht*).

Zuletzt war ja ein großes Thema, dass die Nachwuchsarbeit in Gefahr ist, weil das Fördergeld aus der Stadtkasse fehlt. Befürchtet ihr, dass auch für das Frauen-Eishockey in Bremerhaven Schluss sein könnte?

Laura: Ohne Förderung von der Stadt können wir den Vereinsbetrieb und den Spielbetrieb nicht aufrechterhalten, das muss man so klar sagen. Der Verein könnte natürlich die Mitgliedsbeiträge erhöhen bis ins Unermessliche, aber dann wandern die Mitglieder auch in großer Zahl ab. Deshalb sind wir schon auf die Sportförderung und auf Sponsoren, Spenden oder ähnliches angewiesen.

Wie ist generell das Verhältnis zum Profibereich? Gibt es von dort Impulse oder Unterstützung? Oder ist die Wahrnehmung dort eher, dass es da halt noch den Stammverein gibt, den man als Pflichtübung mit durchzieht?

Laura: Ich nehme oft wahr, dass der Stammverein da sein muss, damit die Profis bestehen können. Die Profis helfen zum Beispiel bei den Kids' und Girls' Days aus und sind dann mit auf dem Eis. Aber ich sehe das schon eher als eine Art Pflichtprogramm und weniger eine konstruktive Zusammenarbeit.

Im Februar fand in Bremerhaven das Qualifikationsturnier für die Olympischen Spiele 2026 statt. Wie habt ihr an diesen Tagen erlebt und hat das für euch einen nachhaltigen Effekt gehabt, zum Beispiel, dass mehr Zuschauer zu euren Spielen kommen? Oder



Laura (links) und Rebecca Dittmann

mehr Mädchen sich für Eishockey interessieren?

Rebecca: Wir haben uns natürlich riesig gefreut und haben auch ein Spiel als Mannschaft zusammen besucht. Auswirkungen auf uns habe ich jetzt so erstmal nicht wahrgenommen. Aber ich denke schon, wenn so etwas nach Bremerhaven kommt, werden einige Mädels auch noch aufmerksamer auf diesen Sport. Es bringt sicherlich immer was Positives mit sich.

Laura: Ich fand es auf jeden Fall schön zu sehen, dass die Nationalmannschaft in Bremerhaven war und wir sie mal live sehen konnten. Und ich denke schon, dass Frauen-Eishockey dadurch präsenter wird und vielleicht bei kleinen Mädels die Lust am Sport noch mehr weckt.



Was braucht es, damit Frauen-Eishockey in Bremerhaven wachsen kann?

Laura: Auf jeden Fall mehr Trainingszeiten, um das Team zu festigen und besser zu werden. Dazu ist dann aber auch eine zweite Eisfläche nötig, weil wir einfach zu viele Mannschaften hier haben. Wir haben auch viele Anfragen von Mädels, die gern mal mittrainieren wollen, so dass man womöglich auch noch eine zweite Mannschaft aufmachen könnte – wenn es die Eiszeiten denn hergeben würden. Aber das ist momentan leider utopisch.

Wie schafft ihr es sonst, junge Mädchen ans Eishockey heran zu führen? Oder rennen die euch schon die Bude ein?

Rebecca: Auf jeden Fall durch Social Media! Seit wir auf Insta und Tik Tok präsent sind, ist es für viele Mädels einfacher, an uns heranzutreten, das merkt man schon.

Der Sport wird dadurch auch nahbarer, weil man mal hinter die Kulissen schauen kann. Auch durch unseren Girl's Day, den wir immer sehr groß und intensiv planen, haben wir schon viele Mädels motiviert, sich den Sport mal genauer anzugucken.

Was ist euer Ziel für diese Saison?

Laura: Wir sind von der Leistung her noch eine sehr durchmischte Mannschaft und unser Ziel ist auf jeden Fall, als Team zusammenzuwachsen und entsprechend zu spielen. Wir müssen uns da erstmal fangen, kann man so sagen. Unser Ziel geht auf jeden Fall in Richtung Tabellenspitze. Ob das so umsetzbar ist, werden wir sehen.

Und wo seht ihr euch und den Verein sportlich in fünf oder zehn Jahren?

Laura: Das kommt darauf an, wie es in Zukunft weiter geht. Momentan können wir mit unseren Trainingszeiten nicht richtig

auf Leistung gehen. Wenn es so bleibt wie jetzt, werden wir wahrscheinlich in der Liga bleiben und uns keine hohen Ziele stecken können. Mit einer zweiten Eisfläche würde das natürlich anders aussehen. Es kommen auch viele Mädels aus dem Nachwuchs nach, die zum Teil spielen, seit sie vier Jahre alt sind. Da wäre das Potenzial schon da, eine richtig leistungsstarke Mannschaft aufzubauen.

Der Gedanke, sich nicht weiter entwickeln zu können, weil die Strukturen es nicht hergeben, wäre wahrscheinlich auch ziemlich frustrierend, oder?

Beide: Auf jeden Fall. Definitiv

Wenn ihr euch für den Verein etwas wünschen könntet – egal ob realistisch oder völlig utopisch – was wäre das?

Laura: In erster Linie die zweite Eisfläche, damit könnten wir ganz viel bewirken. Und natürlich auch, dass der Sport präsenter wird und Frauen-Eishockey noch mehr in den Fokus rückt und weiter gefördert wird.

Rebecca: Da schließe ich mich an. Die zweite Eisfläche ist eigentlich unumgänglich. Und definitiv, dass wir noch viele Mädels begeistern können, mit Eishockey anzufangen.

Laura und Rebecca, vielen Dank und viel Erfolg für die Saison!

Wenn Ihr die Ladies auf dem Eis anfeuern wollt, auf Seite 28 findet ihr die nächsten Heimspiel-Termine.

HARTE EINSCHNITTE FÜR BREMERHAVEN

IM BRENNPUNKT: SPARKURS DER STADTVERWALTUNG

Bremerhaven muss sparen: das ist erstmal nichts Neues. Doch die kommenden Jahre werden für die Stadt – und ihre Bewohner – eine besondere Herausforderung. Insgesamt 87 Millionen Euro will der Magistrat bis 2030 in den Ausgaben kürzen oder zusätzlich einnehmen. Wir haben uns angeschaut, wo der Rotstift angesetzt und was teurer wird.

Mit einem Schlag wurde Bremerhaven zum 1. Januar 2020 schuldenfrei. Damals übernahm das Bundesland Bremen 1,7 Milliarden Euro Schulden von der Seestadt. So mussten nicht mehr jedes Jahr Unmengen von Geld allein für die Zinsen ausgegeben werden. In dem Zuge verpflichtete sich die Seestadt aber auch, ihren Haushalt künftig möglichst ohne Kredite zu finanzieren.

Deshalb gab es auch keine Zustimmung der Landesregierung, als Bremerhaven seinen Haushalt für 2025 vorlegte. Der Senat machte eine Finanzierungslücke von rund 50 Millionen Euro darin aus – und genehmigte ihn erstmals in der Geschichte des Bundeslandes nicht. Denn ohne neue Schulden hätte dieser Haushalt nicht finanziert werden können.

Einen umfangreichen Sparkurs hat der Bremerhavener Magistrat schon 2024 beschlossen. Zustimmung vom Bremer Senat für den Haushalt 2025 gab es erst im November in Verbindung mit weiteren Sparmaßnahmen.

SOZIALABGABEN UND PERSONALKOSTEN STARK GESTIEGEN

„Den Vorzügen der Entschuldung vor fünf Jahren stehen aktuell die Lasten aus den Sanierungsaufgaben des Stabilitätsrats sowie eine hin und wieder eingeschränkte finanzwirtschaftliche Flexibilität gegenüber“, kommentiert Bürgermeister und Stadtkämmerer Torsten Neuhoﬀ (CDU) unsere Nachfrage. Besonders belastet ist die Stadtkasse durch gestiegene Ausgaben im Sozialbereich und hohe Personalkosten. 2025 zahlte der Magistrat fast 70 Millionen Euro mehr an Gehältern als 2022, rund 1000 zusätzliche Stellen sind dort seit 2015 entstanden. Deshalb will die Stadtverwaltung bis 2029 insgesamt 101 Stellen abbauen.

Ausgenommen sind von diesen Kürzungen Kitas und Polizei. Auch die Schulen müssen keine Stellenstreichungen befürchten, da Lehrer beim Bundesland angestellt sind. Für Aufsehen sorgte der angekündigte Wegfall von 25 der insgesamt 85 Stellen bei der städtischen Tourismus-Gesellschaft Erlebnis Bremerhaven. In diesem Zuge schließt die Tourist-Info am Schaufenster Fischereihafen, damit bleibt nur noch die an den Havenwelten.

Der Magistrat plant zusätzlich, Stellen in der Verwaltung nicht neu zu besetzen, wenn Mitarbeiter in den Ruhestand gehen. Digitalisierung soll künftig einige Stellen überflüssig machen. Im Haushalts-sicherungskonzept kündigt der Magistrat aber auch an, dass „das Dienstleistungsangebot gegenüber den Bürgerinnen und Bürgern in Einzelfällen beeinträchtigt wird. Ebenso ist es möglich, dass die Arbeitsbelastung punktuell zunimmt“.

SCHULEN NUR NOCH ALLE ZWEI TAGE GEPUTZT

Zusätzlich gekürzt wird an den Kosten für Reinigungspersonal an den Schulen. Bisher wurden sie in Bremerhaven täglich geputzt, jetzt nur noch jeden zweiten Tag. Das soll jährlich rund 950.000 Euro einsparen. Außerdem kostet das Schulmittagessen künftig deutlich mehr: 2,30 Euro statt 1,50 Euro. 180.000 Euro soll das der Stadt pro Jahr bringen. Gestrichen ist ab dem Schuljahr 2026/27 die Schülerbeförderung für Kinder mit sonderpädagogischem Bedarf. Damit gewinnt die Stadt pro Jahr rund 1,2 Millionen Euro, allerdings müssen die Eltern ihre oft körperlich behinderten Kinder selbst täglich zur Schule bringen und abholen.

Hart trifft der Sparkurs darüber hinaus die Kultur in der Seestadt. 924.000 Euro weniger erhält das Stadttheater in den kommenden beiden Jahren insgesamt, danach dauerhaft 600.000 Euro pro Jahr. Der Kunstverein Bremerhaven, Betreiber von Kunsthalle und Kunstmuseum, muss auf 20.000 Euro pro Jahr verzichten. Die Stadtbibliothek, die Volkshochschule und das Historische Museum erhöhen ihre Beiträge beziehungsweise Eintrittspreise, um mehr Einnahmen zu schaffen.

PARKGEBÜHREN STEIGEN, BUSSE FALLEN AUS

Auf den Straßen machen sich die Einschnitte ebenfalls bemerkbar. Die Gebühren in den Parkhäusern sind bereits gestiegen. In den Havenwelten zahlten Kurzparker bisher 50 Cent für 25 Minuten, jetzt für lediglich 15 Minuten. Dauerparken kostet laut Pressestelle des Magistrats etwa acht Prozent mehr.

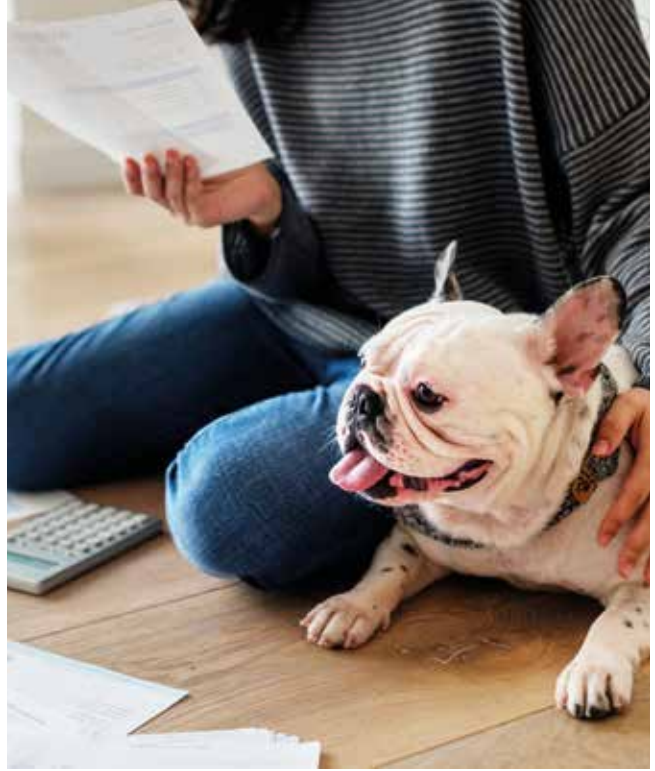


Zum Januar 2026 sind auch die Gebühren für Kurzparker auf öffentlichen Parkplätzen demnach um rund 30 Prozent gestiegen. Die Buslinien Hafenliner und 517 fahren für zunächst drei Jahre nicht mehr – Zukunft ungewiss. 300.000 Euro will der Magistrat beim Ausbau des Radwegenetzes sparen, 100.000 Euro beim Ausbau von Wohnstraßen und Parkplätzen.

Und auch Hundehalter müssen künftig tiefer in die Tasche greifen – zumindest, wenn sie mehr als einen Vierbeiner anmelden. Für den ersten Hund gilt seit Januar weiterhin die Hundesteuer von 90 Euro pro Jahr, für einen zweiten werden jetzt aber 120 Euro und für jeden weiteren 150 Euro jährlich fällig. Was unser Redaktionshund Snoopy davon hält, liest du auf Seite 82.

Der Sparplan des Magistrats umfasst noch deutlich mehr Posten. Sie alle aufzulisten, würde diesen Artikel sprengen. Es bleibt die Frage, wie es danach weitergeht. „Die aktuellen Sanierungsmaßnahmen sind auf eine langfristige Sicherung des Haushalts der Stadt Bremerhaven angelegt“, erklärt Bürgermeister Torsten Neuhoff. Allerdings sind weitere künftige Kürzungen alles andere als ausgeschlossen: „Aktuell ist allerdings schon jetzt absehbar und durch den Senat der Freien Hansestadt Bremen in seiner Genehmigung des Haushalts 2025 der Stadt Bremerhaven deutlich gemacht, dass weitere Konsolidierungsmaßnahmen zur strukturellen Stabilisierung notwendig sein werden“, ergänzt Neuhoff.

LE



KOMMUNEN IN SCHIEFLAGE

Mehr als 24,8 Milliarden Euro fehlten 2024 in den Haushalten der deutschen Städte, Gemeinden und Landkreise – so viel waren es noch nie seit der Wiedervereinigung. 2023 waren es laut statistischem Bundesamt nur 6,6 Milliarden Euro. Ein Grund dafür sind die gestiegenen Kosten für Sozialleistungen. Nicht nur in Bremerhaven, sondern in vielen Kommunen kreist deshalb gerade der Rotstift. Ende des vergangenen Jahres schickten Vertreter aus 13 Landeshauptstädten einen Brandbrief an die Bundesregierung. Die stellte eine Neuordnung der Finanzen und milliarden-schwere Hilfen in Aussicht.

 **Scheiben-Doktor**

SCHEIBE KAPUTT?

CUXHAVEN

Poststraße 97 · 27474 Cuxhaven
Tel. 04721 - 66 52 60

BREMERHAVEN

Langener Landstr. 279 · 27578 Bremerhaven
Tel. 0471 - 98 13 320

 www.scheiben-doktor.de



Von Döntjes bis Dürrenmatt

DIE NIEDERDEUTSCHE BÜHNE WATERKANT MACHT
THEATER OP PLATT MIT LEIDENSCHAFT



Die Niederdeutsche Bühne Waterkant gehört zu Bremerhaven wie Hein Mück und Altleher Hahnentritt. Seit über 100 Jahren gibt es sie, seit mehr als 50 Jahren führt sie ihre Stücke fest im Kleinen Haus des Stadttheaters auf. Und doch haben viele Bremerhavener sie gar nicht so richtig „auf dem Schirm“. Dat gifft dat ja wohl nich, dachten wir uns da und haben Meike Wiemken und Wolfgang Wellbrock von der „Waterkant“ zum Schnack in die Redaktion eingeladen.

Liebe Meike, lieber Wolfgang, Plattdeutsch hat ja oft den Ruf, etwas für die Älteren zu sein. Viele denken noch ans Ohnsorg-Theater mit Heidi Kabel, was immer lief, wenn wir früher lieber „Wetten dass..?“ oder „Disco“ mit Ilja Richter sehen wollten. Ihr habt schon einen Thriller aufgeführt und momentan bringt ihr eine Rock-Revue auf die Bühne. Erreicht Ihr damit auch neue und jüngere Zuschauer?

MW: Auf jeden Fall! Wobei wir mit dem Stadttheater den Vorteil haben, dass die Hochschule nebenan ist und der eine oder andere Dozent bei uns mitmacht. Der quatscht die Leute auch mal auf uns

mit an. Für die Studenten ist dann interessant, den mal auf der Bühne zu sehen. Und mancher denkt sich „Hm, wenn der das kann, kann ich das vielleicht auch.“

Also holt ihr damit junge Leute nicht nur ins Publikum, sondern auch auf die Bühne?

MW: Ja, das Interesse an der Sprache wächst, so wie das Interesse an der Arbeit auf und hinter der Bühne. Es dürfte gern noch mehr sein. Was uns dringend fehlt, sind Männer in allen Altersgruppen. Es wird immer schwieriger, die Stücke zu besetzen. In den Stücken kommen ja immer irgendwie Männer mit vor (beide lachen). Wer auch immer Bock hat: Melden, melden, melden! Man muss nicht



...

Mit "Wi rockt op platt" begeisterte die "Waterkant" ihr Publikum im vergangenen Herbst.

unbedingt Platt sprechen können. Das bringen euch unsere Plattdeutsch-Paten bei. Sie betreuen jüngere und neue Mitglieder, die mit der Sprache noch nicht so vertraut sind.

Was ist an nicht alltäglichen Stücken als nächstes dran?

MW: Im April kommt „Die Physiker“ von Dürrenmatt in Plattdeutsch auf die Bühne.

WW: April und Frühjahr ist allerdings nicht unbedingt die Haupttheaterzeit. Aber Dürrenmatt ist dann ja zum Beispiel auch als Stoff in der Schule interessant.

MW: Man kann dem Publikum letztlich nicht in die Köpfe gucken, wie es ankommen wird. Es gibt Stoffe, die hier einfach nicht gehen. Und trotzdem werden wir uns immer wieder trauen, auch schwierige Inhalte anzugehen. Einfach, weil wir es können.

Bei drei Aufführungen pro Jahr ist ja auch noch genug Platz für die Komödien...

MW: Vier! Wir spielen drei Stücke im Theater, aber wir sind eine der wenigen Bühnen, die keine Sommerpause haben. Die Zeit nutzen wir für leichte Kost, bei unseren Herdabenden im Geestbauernhaus. Da werden vier Sketche gespielt, mit Musik zwischendurch, vorweg gibt etwas zu Trinken und eine Bratwurst auf die Hand... einfach ein unterhaltsamer leichter Abend.

Wie ist das Verhältnis des „Hobby-Theaters“ zu den Profis im Stadttheater?

MW: Super. Das mag daran liegen, dass wir die Auswahl der Stücke immer relativ gut treffen. Und daran, dass wir einfach unser Bestes geben. Wie die Profis stecken wir unser Herzblut rein, um das Bestmögliche auf die Bühne zu stellen. Da kommt der eine oder andere nach einem Acht-Stunden-Arbeitstag noch mal zu drei Stunden Probe, dreimal die Woche.

WW: Wobei man sagen muss, wenn man in die Probe kommt, ist man sofort in einer anderen Welt. Man legt den Schalter um und diese drei Stunden vergehen wie von selbst. Es ist ja ein Hobby und da ist die Zeit im Prinzip gar nicht lang genug.

Mit dem Stadttheater haben wir ein tolles, kollegiales Miteinander. Ob in der Schneiderei oder in der Maske (wenn wir die nicht gerade selbst machen) und mit den professionellen Schauspielern ist der Umgang nett, offen und zugewandt.





☞ Auch beim Treffen in der Redaktion verbreiteten Meike Wiemken und Wolfgang Wellbrock gute Laune.

Inwieweit hilft das Theater bei der Rettung der plattdeutschen Sprache?

MW: Sie wird alltäglicher. Bei den Neu-lingen merken wir, wie die in den Proben neugierig werden: „Wo heet dat? Wo mutt ik dat seggen...?“ Für dieses Herankommen an die Sprache, dieses sich trauen, zu fragen – ist unser Theater der richtige Ort.

Martin Kemner vom Stadttheater bietet außerdem einmal im Monat Impro auf Platt für die Mitglieder der NdB Waterkant an, er selbst spricht wenig bis gar kein Platt. Martin leitet das Impro ein und dann kann man einfach loslegen. Wenns nicht ganz passt, schietegol! Trau Dich! Es macht irre Spaß!

WW: Das ist ein tolles Format, das auch uns weiterbringt. Improvisationstalent brauchst du auf der Bühne ja immer mal. Und momentan sind wir die einzige Niederdeutsche Bühne mit diesem Format.

Vielen Dank, Meike und Wolfgang. Weiterhin viel Erfolg und Hool di fuchtig!

JS

buehne-waterkant.de



Gewinnspiel

Wenn auch du Bock auf Plattdeutsch hast, nimm an unserem Gewinnspiel teil. Wir verlosen 3 x 2 Gutscheine für einen plattdeutschen Herdabend auf dem Geestbauernhof. Um mitzumachen, musst du nur folgende Frage beantworten:

**WAS BEDEUTET
„PLÜSCHMORS“
AUF HOCHDEUTSCH?**

Sende die Lösung per E-Mail unter Angabe deiner Postleitzahl an gewinnspiel@moin-bremerhaven.de. Einsendeschluss ist der 22. Februar.

Wir wünschen dir viel Glück und „Munner blieven!“

Treffen wir uns morgen zum Frühstück?

Brötchengeber
gut und günstig genießen

Unsere Öffnungszeiten
Mo. - Fr. 6:30 - 16:00 Uhr
Sa. 7:00 - 12:00 Uhr

Schon ab 5.70 €

Lebenshilfe
Bremerhaven
www.lebenshilfe-bremerhaven.de

Adolf-Kolping-Straße 24
27578 Bremerhaven
Tel. 0471 8005050

Abbildung ähnlich

MIT ALLEN
Sinnen

DIE GENUSS-
KOLUMNE VON
JOSCHKA TRAUE

Winterzeit ist Grünkohlzeit
– auch bei den Pommes-Ex-
perten von Fry High. Betreiber
Joschka Traue erklärt, warum
Grünkohl und Pommes so gut
zusammenpassen.

ZWISCHEN POMMES-SCHALE UND MUTTI-TOPF

UNSERE GRÜNKOHLFRITTEN

Als wir vor fünf Jahren mit Fry High gestartet sind, war die Welt im Stillstand. Corona, geschlossene Läden, leere Plätze – und wir in einem grauen Foodtruck auf zugigen Parkplätzen mit einer klaren Mission: Pommes neu denken. Pommes nicht als Beilage, sondern als Hauptsache. Ehrlich, direkt, ohne Theater. Streetfood ohne Show, dafür mit Substanz.

Ich bin hier oben groß geworden und vertraue auf zwei Dinge: ehrliches Essen und Bauchgefühl. Beides hat uns zu unserem persönlichsten Gericht geführt: den Grünkohlfritten.

Als die Idee erstmals aufkam, Grünkohl auf unsere Karte zu holen, war mein Reflex Ablehnung. Grünkohl gehörte für mich an den Tisch meiner Kindheit, dampfend aus dem großen Topf meiner Mutter – nicht in eine Pommes-Schale aus dem Foodtruck. Doch dann kam der Moment, in dem ich es einfach probiert habe. Und plötzlich ergab alles Sinn. Man isst Grünkohl schließlich seit jeher mit Salzkartoffeln oder Bratkartoffeln. Und was sind Pommes am Ende anderes als bessere, knusprigere Bratkartoffeln? In diesem Bissen war klar: Das hier ist kein Stilbruch, sondern die logischste Weiterentwicklung, die man sich hätte ausdenken können.

Das Ergebnis ist bis heute unverändert ehrlich. Unten eine ordentliche Portion heißer, knuspriger Fritten – das Herz von



Fry High. Darauf eine satte Kelle hausgemachter Grünkohl nach dem Originalrezept meiner Mutter, langsam gekocht, würzig, genau richtig zwischen saftig und kräftig. In den Kohl mischen wir Kasslerwürfel und Pinkel, oben drauf kommen Mettenden direkt aus dem Topf. Wer mag, setzt noch einen Klecks Senf obendrauf. Deftig, bodenständig, sättigend. Natürlich gibt es auch eine vegane Variante, ohne den Charakter des Gerichts zu verwässern.



Was als halb verrückte Idee begann, entwickelte sich schneller, als ich gedacht hatte. Ein erstes Foto auf Social Media, skeptische Blicke vor dem grauen Truck, Sprüche wie: „Joschka, willst du mir DAS jetzt echt verkaufen?“ Dann der erste Bissen – und die Leute kamen wieder. Heute gehören die Grünkohlfritten zur Wintersaison im Bad 2 wie beschlagene Scheiben, Chlorluft und das Quietschen nasser Sohlen auf Fliesen.

Ich bin stolz auf dieses Gericht, weil es zeigt, wofür ich Fry High gegründet habe: Essen, das keine Auszeichnungen braucht, um zu wirken. Küche, die Heimatgefühl mitbringt, ohne stehen zu bleiben. Kein

Show-Food, sondern ehrlicher Genuss, der direkt über den Magen ins Herz geht. Und wenn ich sehe, wie jemand mit roter Nase aus dem Schwimmbad kommt, sich eine Pommes-Schale mit Grünkohlfritten holt und grinst, dann weiß ich: Genau dafür stand ich vor fünf Jahren im grauen Foodtruck – und genau dafür mache ich das bis heute.

Fry High – First Class Fritten

Im Bad 2 an der Schillerstraße 144

**Folge uns
auf Instagram**



BYE BYE, LANGEWEILE!

DAS SIND DIE VERANSTALTUNGS-HIGHLIGHTS
IN BREMERHAVEN UND DER REGION

Live-Musik, Sport, Shopping und Schiffe gucken: 2026 ist der Veranstaltungskalender in Bremerhaven und umzu wieder prall gefüllt. Wir haben ihn einmal genau unter die Lupe genommen und gesammelt, worauf du dich im neuen Jahr besonders freuen kannst.

4. JANUAR:

NEUJAHRSEMPFANG IM SCHAUFENSTER FISCHEREIHAFEN

Die Werbegemeinschaft Schaufenster Fischereihafen lädt am ersten Sonntag des neuen Jahres wieder ein: 2026 Berliner und 2026 Gläser Sekt schenkt sie ihren Besuchern ab 11 Uhr.

7. FEBRUAR:

WINTER BLUES FESTIVAL NO. 14

Ein Ticket, fünf Bühnen: Nationale und internationale Bluesbands spielen in fünf Lokalen im Schaufenster Fischereihafen gegen die kalte Winterstimmung an.



☞ The ReBeatles stehen für eine authentische Beatles-Show.

13. FEBRUAR: THE MUSIC OF HANS ZIMMER & OTHERS

In der Stadthalle Bremerhaven intoniert das Hollywood Film Orchestra bekannte Filmmusiken – von James Bond über den König der Löwen bis zu Dune – mit Lichtshow, Laserprojektionen und Filmausschnitten.

28. MÄRZ: THE REBEATLES

Die Instrumente, das ikonische Outfit, der Sound: Alles ist bei den ReBeatles genau wie beim Original. Die deutsche Tribute-Band tourt seit 30 Jahren international und spielt am 28. März im Apollo.

17. APRIL: ALADIN - DAS MUSICAL

Zu einer Reise voller Magie und Musik lädt das Theater Liberi in der Stadthalle Bremerhaven ein. Das Musical verspricht spannende und humorvolle Unterhaltung für die ganze Familie.

17. MÄRZ: FEUERWERK DER TURNKUNST

Europas erfolgreichste Turnshow macht mit ihrem aktuellen Programm „Wyld“ Station in der Stadthalle Bremerhaven. Die Veranstalter versprechen Weltklasse-Akrobatik und eine eindrucksvolle Show.

21. MÄRZ: KARAT - TOUR 2026

Seit fünf Jahrzehnten stehen KARAT auf der Bühne – im März in der Bremerhavener Stadthalle. Mit dabei haben sie ihre zahlreichen Hits wie „Über sieben Brücken mußt du gehn“.



Stadthalle
Osterholz-Scharmbeck

Konzerte - Comedy - Kultur

17.01. Maybebop
Muss man mögen

18.01. Bastian Bielendorfer
GameChanger

24.01. Ohnsorg-Theater
Wi sünd de Ne'en –
Wohngemeinschaften

03.02. Osan Yaran
„Aus Prinzip!
Live“

**05.02. Thomas Schaaf
& Daniel Cottäus**
Lesung –
DeichStube on Tour

**06.02. Joja Wendt &
Axel Zwingerberger**
Boogie Woogie
Legends – Live

**21.02. Die große
Onkelz Nacht**
Mit der Coverband
Stainless Steel

**27.02. Sonia Liebing
& Die Junx**
Schlagergold
und junge Sterne

Stadthallen OpenAir
Freitag, 28.08.2026
Sarah Connor
Wilde Nächte



**28.02. G.G. Anderson
& Bata Illic**
Schlagerlegenden

**07.03. Creedence
Clearwater Revived**
Big Wheel Keep On
Turnin' Tour 2026

Tickets & Infos

Nordwest Ticket CTS-Eventim
0421 - 36 36 36 0421 - 35 36 37

www.stadthalle-ohz.de



25. UND 26. APRIL:**FISCHPARTY IM SCHAUFENSTER
FISCHEREIHAFEN**

Leckere Fischgerichte in allen Formen stehen im Mittelpunkt dieser Traditionsveranstaltung. Dazu gibt es Live-Musik, Mitmach-Aktionen und ganz viel maritimes Flair.

1. BIS 10. MAI:**FRÜHJAHRSMARKT**

Mehr als 60 Schausteller bieten auf dem Wilhelm-Kaisen-Platz wieder rasante Fahrten, lustige Spiele und köstliche Speisen – inklusive Höhenfeuerwerk und Familientag!

3. MAI:**BLÜTENFEST IN GEESTEMÜNDE**

Der Frühling und seine Pflanzenpracht werden rund um den Konrad-Adenauer-Platz gefeiert. Dazu gehören zahlreiche Blumenhändler, Marktstände und ein Musik-Programm.

4. JUNI BIS MITTE SEPTEMBER:**MUSIKSOMMER IM FISCHEREIHAFEN**

Ob lokale Bands oder Tribute-Künstler, Pop, Rock oder Reggae: Jeden Donnerstag im Sommer gibt es im Fischereihafen kostenlos Live-Musik von 19 bis 22 Uhr.

5. UND 6. JUNI:**THE ROCK HOUSE FESTIVAL**

Hard & Heavy wird es wieder bei diesem Metal-Festival auf einem ehemaligen Gutshof bei Loxstedt. Mit dabei sind unter anderem Knorkator, Varg, Massive Wagons und Mr. Irish Bastard.

6. UND 7. JUNI:**DRACHENFESTIVAL UND
BÜRGERBUMMEL**

Mehr als 40 Drachenflieger lassen ihre farbenfrohen Kreationen über dem Weserdeich steigen – dazu gibt es ein Mitmachprogramm für Kinder, einen verkaufsoffenen Sonntag und viele Stände und Aktionen in der Fußgängerzone.

13. JUNI:**LANGE NACHT DER KULTUR**

Ein vielfältiges Programm mit Kunst, Musik und Workshops, verteilt über Dutzende abwechslungsreiche Orte in der Stadt: Hier zeigt sich Bremerhavens Kulturszene.

21. JUNI:**SPORTMEILE IM SCHAUFENSTER
FISCHEREIHAFEN**

Bremerhavens Vereine präsentieren ihr Angebot und laden zum Ausprobieren ein. Mit Programm für Groß und Klein.

10. BIS 12. JULI:**BREMERHAVENER MATJESTAGE**

Im Schaufenster Fischereihafen dreht sich für drei Tage alles um den eingelegten Hering. Es gibt das längste Matjesbrötchen der Welt, eine bunte Festmeile und zahlreiche Aktionen.

16. BIS 19. JULI:**DEICHBRAND FESTIVAL**

Das große Musik-Event an der Nordsee verwandelt Wanhöden wieder für vier Tage in den Party-Hotspot. Als Headliner sind bisher Rise Against, SDP, Scooter und Sido bestätigt.



Das Drachenfestival am Weserdeich ist nicht nur für kleine Besucher ein besonderes Erlebnis.



Das Deichbrand ist für viele Musik-Fans das Highlight in der Region.

12. BIS 16. AUGUST:

MARITIME TAGE

Bremerhaven sagt Ahoi! Segel- und Motorschiffe aus aller Welt legen im Neuen Hafen an, drumherum gibt es Live-Musik, Showprogramm und Leckerbissen. Mit von der Partie sind unter anderem die „Alexander von Humboldt II“, die „Nao Victoria“, die „Pascual Flores“ und die „Gulden Leeuw“.

ANZEIGE

Jängehaut TRIFFT PARTYLAUNE

STADTHALLE PRÄSENTIERT OPEN-AIR-DOPPELPACK FÜR 2026

Die Stadthalle Bremerhaven gibt früh Vollgas: Für die Open Air Saison stehen bereits zwei Highlights fest. Stimmungsvoll wird es auf jeden Fall bei beiden, wenn auch ganz unterschiedlich.

Den Auftakt macht am 4. September Max Giesinger. Mit Hits wie „80 Millionen“, „Wimpernschlag“ und den Songs seines neuen Albums „Glück auf den Strassen“ sorgt er für einen gefühlvollen Spätsommerabend unter freiem Himmel – perfekt, um den Alltag mal kurz auszublenden.

Einen Tag später, am 5. September, kommt dann Malle nach Bremerhaven! Pietro Lombardi, Schürze, Julian Benz, Spektakel,

DJ Cashi, Buddy Ogün, Nancy Franck und Caro Winter bringen die volle Playa-Power an die Wesermündung. Von „Layla“ bis „Mama Laudaaa“ treffen hier die größten Partykracher auf echte Mallorca-Atmosphäre.

Zwei Abende, zwei Welten – Grund genug, dir beide Termine im Kalender zu markieren. Tickets gibt's im Vorverkauf der Stadthalle.

stadthalle-bremerhaven.de



21. BIS 30. AUGUST:**BREMERHAVENER FREIMARKT**

Fahrgeschäfte, Spielbuden und Imbiss-Stände locken wieder auf den Wilhelm-Kaisen-Platz. Highlights sind das Höhenfeuerwerk und der Familientag.

28. AUGUST:**SARAH CONNOR – OPEN AIR**

Auf ihrer Tour „Wilde Nächte“-Tour sorgt Sarah Connor auf dem Außengelände der Stadthalle Osterholz-Scharmbeck für Energie, Emotionen und unvergessliche Momente..

4. SEPTEMBER:**MAX GIESINGER – OPEN AIR**

Der Singer und Songwriter transportiert in seinen gefühlvollen Liedern die Leichtigkeit des Sommers – unter freiem Himmel vor der Stadthalle Bremerhaven.

4. BIS 6. SEPTEMBER:**WEINFEST**

Weinhändler und Gastronomen laden zur Verköstigung auf dem Theodor-Heuss-Platz ein. Dazu gibt es Live-Musik.

5. SEPTEMBER:**MALLE-OPEN-AIR**

Für richtige Urlaubs-Party-Stimmung sorgen beim Open-Air auf dem Wilhelm-Kaisen-Platz unter anderem Pietro Lombardi, Schürze, Julian Benz, Spektakel und Buddy Ogün.


6. SEPTEMBER:**GLOMB CITY MARATHON**

Bremerhaven wird zur Rennstrecke für sportliche Höchstleistungen. Neben Marathon und Halbmarathon stehen auch Firmenläufe und Kinderläufe auf dem Programm.

27. SEPTEMBER:**HERBSTFEST GEESTEMÜNDE**

Nach einem Jahr Pause lockt das Stadtfest wieder auf den Konrad-Adenauer-Platz und in die Grashoffstraße. Dort warten Händler, Bühnenprogramm und Infostände auf die Besucher.

8. NOVEMBER:**MATINEE DES SPORTS**

Die Mitglieder des Turnkreises Bremerhaven präsentieren im Stadttheater ihr Können – in allen Altersgruppen und vielen verschiedenen Sparten. 

ANZEIGE



Wo Geschichte auf Geselligkeit trifft

VERANSTALTUNGS-HIGHLIGHTS DES BÜRGERKLUB BREMERHAVEN

Der Bürgerklub Bremerhaven – seit 1860 der älteste Verein der Seestadt – zeigt auch in diesem Jahr, wie lebendig Tradition sein kann. Offen für alle, versteht sich der Klub als Treffpunkt für Kultur, Geselligkeit und gemeinsame Erlebnisse. Herzstück ist der monatliche Stammtisch im „Westfälischen Hof“, bei dem Gäste jederzeit willkommen sind.

Das neue Programm bietet eine bunte Mischung aus Kulinarik, Kultur und Ausflügen: Los geht's am 3. Januar mit dem Neujahrsfrühstück in der „Gastronomie am Blink“, gefolgt vom Krimidinner „Mordstäuschung“ in Hamburg am 24. Januar. Am 7. Februar steigt die beliebte Grünkohlparty mit Wanderung und Tanz, bevor am 15. Februar eine Theaterfahrt zur Opernloft-Inszenierung von „Carmen“ führt.

Im Frühjahr und Sommer stehen Reisen nach Weimar (22.–25.4.), Buxtehude und Jork (10.5.), eine Theaterfahrt nach Oldenburg (24.5.) sowie eine Tagesfahrt nach Langeoog am 4. Juli an. Den Abschluss bildet vom 15. bis 18. Oktober eine Tour nach Cochem an der Mosel.

Alle Veranstaltungen sind für jedermann unter der Telefonnummer 0471-88711 buchbar – ganz im Sinne des offenen Bürgerklubs.

GRÜNKOHL AHOI!

WAS ZU EINER RICHTIG GUTEN KOHLTOUR
IN BREMERHAVEN GEHÖRT

Wenn die Luft ein bisschen beißt und der Wind vom Wasser her pfeift, dann ist das für Kenner genau die richtige Zeit für eine Kohltour. Zwischen Hafenkante, Geestrücken und Wurster Nordseeküste wird dann gewandert, geschnackt, gelacht – und natürlich Grünkohl gegessen, bis auch der Letzte satt und selig ist. Aber was macht eine gelungene Kohlfahrt bei uns im Norden eigentlich aus?

1. DIE RICHTIGE CREW

Eine Kohltour lebt von den Leuten. Such dir deine beste Truppe zusammen – Arbeitskollegen, Freundeskreis oder Sportkameraden – Hauptsache, alle haben Lust auf einen Tag voll alberner Spiele, einen „Kurzen“ an jeder Kreuzung und norddeutscher Geselligkeit im Allgemeinen. Und natürlich muss dem eingeschworenen Kohlvolk auch ein repräsentatives Königspaar entspringen. Ob ausgespielt, als Letzter beim Essen oder schlicht von den Organisatoren ausgeklüngelt – die Krönung von Kohlkönig und -königin ist Pflichtprogramm nach dem Essen.

2. STARTPUNKT: BREMERHAVENER KLASSIKER

Richtig stilecht beginnt die Tour an Orten, die Seestadt-Charme pur versprühen: etwa am Weserdeich, im Bürgerpark oder am Schaufenster Fischereihafen. Von hier aus kannst du die Route je nach Gruppe kurz, lang oder „mal sehen, wo wir landen“ wählen. Wichtig ist nur, ausreichend Pausen für die unvermeidliche Bollerwagen-Getränkekontrolle einzuplanen. Ruft ein Teilnehmer „Kreuzung“, weil der Weg sich verzweigt, muss bei einem „Kurzen“ die Fortführung der Route oder auch irgendetwas anderes besprochen werden.





☞ Auf die richtigen Getränke kommt es auch bei einer Grünkohltour an.

3. DER BOLLERWAGEN

Der Bollerwagen ist das logistische Herzstück jeder Grünkohltour. Wo wüsste man das besser als am Logistikstandort Bremerhaven? Folgendes sollte euer Bollerwagen auf jeden Fall haben:

- ☐ stabile Reifen für Kopfsteinpflaster und Parkwege
- ☐ Heißgetränke für die Frostnasen
- ☐ ein paar Snacks – aber nicht zu viele, sonst lohnt sich später das Essen nicht
- ☐ eine mobile Entertainment-Einheit, sprich Bluetooth-Box für musikalische Begleitung

4. SPIELE UNTERWEGS

Kohltour ohne Spiele? Unvorstellbar. Der Klassiker dabei ist das Boßeln, das Ungeübte und Außerfriesische vor echte sportliche Herausforderungen stellen kann. Generell ist es beliebt, Dinge vor sich her zu werfen: Ob Besen, Gummistiefel oder Teebeutel – der Fantasie sind da keine Grenzen gesetzt. Gespielt wird meist in zwei Gruppen und die, deren „Waffe“ als erste ins Ziel kommt, hat gewonnen. Wichtiger als der Triumph ist allerdings, dass niemand kalt bleibt – weder körperlich noch stimmungstechnisch. Ebenfalls beliebt sind kleinere Battles, die

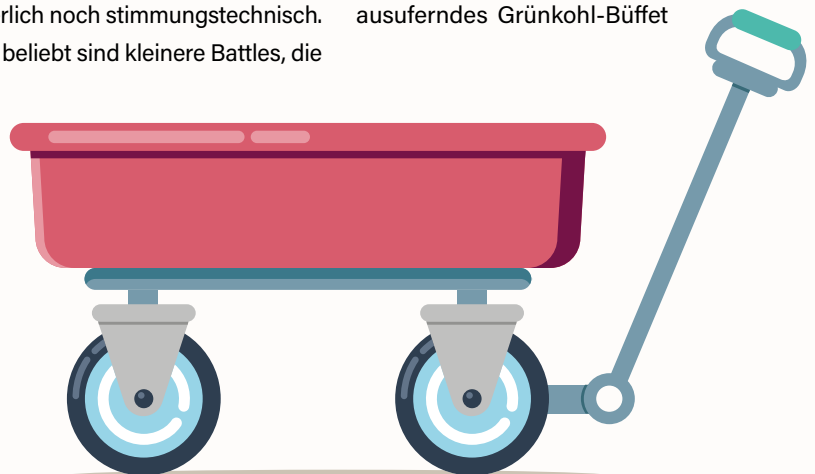
man an windgeschützten Ecken etwa im Speckenbütteler Park oder entlang der Geeste-Promenade ausfechten kann.

5. DER HÖHEPUNKT: GRÜNKOHL SATT!

Am Ziel wartet schließlich das grüne Gold des Nordens, schmackhaft zubereitete Friesenpalme. Und hier hat Bremerhaven einiges zu bieten: Vom urigen Lokal im Fischereihafen bis zur Landgaststätte Richtung Luneplate oder Wurster Nordseeküste findest du jede Menge Adressen, die Grünkohl mit Pinkel, Kochwurst und Kassler mit Liebe servieren. Wichtig ist eine rechtzeitige Reservierung – in der Saison sind die besten Tische schneller weg als eine Boßelkugel im Graben.

6. GRÜNKOHL-PARTYS: KOHLTOUR ALL INCLUSIVE

Wer möglichst wenig Planungsstress für die Kohltour möchte – oder einfach Bock auf noch mehr Gesellschaft hat – findet in Bremerhaven mittlerweile auch große Grünkohl-Partys. Mehrere Locations hauen dafür Rundum-sorglos-Pakete raus: Für einen Pauschalpreis gibt's ein ausuferndes Grünkohl-Büffet



mit allem, was dazu gehört, Getränke inklusive. Und danach legt ein DJ auf, bis die Tanzfläche glüht und zum Hüftgold aus dem reichhaltigen Essen noch ein Muskelkater in den Beinen kommt.

Hier treffen ganze Kohltour-Truppen zusammen – ein bisschen wie ein Klassentreffen des Nordens, nur mit mehr Pinkel und weniger Smalltalk. Ideal für Gruppen, die nach dem Vollfuttern nicht nach Hause wollen, sondern weiterfeiern.

Wer nicht gleich mit der ganzen Tour drauflos will, kann auch erstmal vorkosten. Grünkohl à la carte gibt's zum Beispiel täglich im NYCE GUYS in Langen. Die Teller werden

prall gefüllt, mit allerlei deftigen Beilagen – nach Anmeldung auch für größere Gruppen.

7. UND DANACH?

Die Mutigen ziehen weiter in ihre Lieblingskneipe. Die Satten rollen nach Hause und träumen schon vom nächsten Jahr – denn eine Kohltour ist keine einmalige Sache, sondern ein norddeutsches Ritual. Und es muss ja nicht bei einer Tour im Jahr bleiben. Vielleicht meldet sich schon nächste Woche die alte Schulklasse oder die WhatsApp-Elterngruppe mit der nächsten Grünkohltour-Einladung.

Eine Grünkohltour in Bremerhaven ist wie ein Spaziergang durch die norddeutsche

Seele: rau, herzlich, ein bisschen bekloppt – und immer ein guter Grund, auch den arschkältesten Winter zu feiern. Also schnapp dir deine Crew, mach den Bollerwagen klar und los geht's! JS



Genuss, der in Erinnerung bleibt im PIER 6

ANZEIGE

Im PIER 6 weiß man, was Gäste glücklich macht. Kein Wunder: Als „Gastgeber des Jahres 2023“ hat das Team schon einmal gezeigt, wie herzlich, kreativ und zugleich bodenständig Gastronomie sein kann.

Direkt am Neuen Hafen vereint das Restaurant moderne Interpretationen deutscher Klassiker mit aufmerksamen Service und einer Lage, die kaum schöner sein könnte. „Wir achten auf ein stimmiges Preis-Leistungs-Verhältnis und ein Ambiente, das zum Wohlfühlen einlädt“, sagt Geschäftsführer Nico Flathmann.

ALLES FÜR DEIN BESONDERES EVENT

Ein Highlight im Veranstaltungskalender sind die beliebten Küchenpartys: Hier warten vielfältige Buffetstationen, Live-

Grillaktionen und eine Atmosphäre, die sofort ins Gespräch bringt. Doch auch wer einen runden Geburtstag, eine Hochzeit oder eine Firmenfeier plant, ist im PIER 6 bestens aufgehoben. „Wir greifen auf ein verlässliches Netzwerk aus regionalen Partnern zurück – von Produzenten über Floristen bis hin zu Fotobox-Anbietern“, erklärt Flathmann. Jeder Anlass wird maßgeschneidert geplant, inklusive eines individuellen Angebots. Für private Feiern empfiehlt das Team eine Vorlaufzeit von etwa vier Wochen. JS

restaurant-pier6.de



Kalender

JAN/FEB 2026

Kategorien im Überblick

-  Sport
-  Kultur
-  Wissen
-  Party
-  Natur
-  Familie
-  Shopping



DIE HEIMSPIELE DER FISCHTOWN LADIES Eishockey

Eisarena Bremerhaven,
Wilhelm-Kaisen-Platz 1

03.01.2026, 20.30 Uhr
REV – ASV Penguins

10.01.2026, 11.00 Uhr
REV – Hamburger SV

06.02.2026, 20.00 Uhr
REV – ASV Penguins

15.02.2026, 18.00 Uhr
REV – Crocodiles FTV
Hamburg

22.02.2026, 18.30 Uhr
REV – Crocodiles FTV
Hamburg

Der Eintritt ist frei | Zutritt über
den Seiteneingang der Halle



MY WEDDING DAY Hochzeitsmesse

am 31.01. und 01.02.2026
11 bis 18 und 10 bis 17 Uhr
Tanzschule Beer,
Schiffdorfer Chaussee 178c

Ein bisschen Glitzer, ein
Hauch von Aufregung und
ganz viel Vorfreude:
Bei „My Wedding Day“ in
Bremerhaven entdecken
Paare kreative Ideen für
Hochzeit, Feier & Fest.
Zwischen liebevoll gestal-
teten Ständen, Schnupper-
Stylings und charmanten
Gesprächen lässt sich
spielerisch herausfinden,
was zum eigenen Traumtag
passt. Einfach hinkommen,
stöbern, verlieben!



TRANSIT 64 Lesung

25.02.2026 | 19.30 Uhr
in der Volkshochschule
Bremerhaven

Marlene Dietrich als
Bundespräsidentin?
Vor dem Hintergrund des
Kalten Krieges haben
Heinz Bude, Bettina Munk
und Karin Wieland aus
Fakten, Fiktion und Bildern
eine irrwitzige Geschichte
von Freiheit, Diktatur,
Widerstand, Exil und An-
passung im 20. Jahrhundert
geschrieben, die sie zum
Auftritt der Literarischen
Wochen in der Volkshoch-
schule vorstellen.



VOLKS HOCHSCHULE
BREMERHAVEN VHS



WOHLFÜHLTAG Information und Austausch

28.02.2026 | 13 bis 16 Uhr
Timeport II
Barkhausenstraße 2

Ein Moment zum
Durchatmen: Der Verein
Lichtblicke lädt am 28.
Februar von 13 bis 16 Uhr
zu einem Wohlfühltag in
den Time Port II ein.
Krebserkrankte Frauen
und andere Besucher:innen
können hier in geschützter
Atmosphäre neue Kraft
schöpfen – mit
Angeboten wie Kosmetik,
Perückenberatung, Yoga,
Büchern und Schmuck.
Im kleinen Café entsteht
Raum für Gespräche
und Austausch.
Der Eintritt ist frei.

Regelmäßige Termine

Montag

Digital-Café

15.00 Uhr | Stadtbibliothek im
Hanse Carré | Bürgermeister-
Smidt-Str. 10 | jeden Montag

Dienstag

Job Café im Jobcenter

09.00 Uhr | Foyer des
Jobcenters Bremerhaven |
Grimsbystr. 1a | jeden vierten
Dienstag im Monat

Digitale Sprechstunde

15.00 Uhr | Stadtbibliothek im
Hanse Carré | Bürgermeister-
Smidt-Str. 10 | jeden Dienstag

Mittwoch

Frauen-Sprachcafé

15.00 Uhr | Stadtbibliothek
Bremerhaven | Bürgermeister-
Smidt-Str. 10 | jeden Mittwoch

Theatersnack zur Mittagszeit

12.30 Uhr | Stadtbibliothek
Bremerhaven | Bürgermeister-
Smidt-Str. 10 | jeden ersten
Mittwoch des Monats

Wochenmarkt

Geestemünde

07.00 bis 13.00 Uhr |
Konrad-Adenauer-Platz

Donnerstag

Sprachcafé

17.00 Uhr | Stadtbibliothek
Bremerhaven | Bürgermeister-
Smidt-Str. 10 | jeden Donnerstag

Kreatives Schreiben in der Stadtbibliothek

11.00 Uhr | Stadtbibliothek
Bremerhaven | Bürgermeister-
Smidt-Str. 10 | jeden ersten
Donnerstag des Monats

Freitag

Blick hinter die Kulissen des Stadttheaters

16.00 Uhr | Stadttheater
Bremerhaven | Theodor-
Heuss-Platz 10 | jeden ersten
Freitag im Monat

Tag der offenen Tür

15.00 Uhr | Tierschutz Bremer-
haven e.V. | Vieländer Weg 137 |
jeden ersten Freitag des Monats

SternenNächte im BAD 2

20.00 Uhr | BAD 2 | Schiller-
straße 144 | jeden ersten
Freitag des Monats

Wochenmarkt Langen

07.00 Uhr | Lindenhof-Zentrum |
Debstedter Str. | jeden Freitag

Wochenmarkt

Bad Bederkesa

08.00 Uhr | Bad Bederkesa |
Mattenburger Str. | jeden Freitag

Kino in der Amtsscheune

18.30 Uhr | Geestland |
Amtsstr. 8 | jeden ersten Freitag
des Monats

Samstag

Wochenmarkt

Geestemünde

07.00 bis 13.00 Uhr |
Konrad-Adenauer-Platz

Mehrtägige Termine

FR 16.01 BIS SO 18.01

hanseBAU &

Bremer Altbautage

10.00 bis 18.00 Uhr | Messe Bremen
| Findorffstr. 101

FR 30.01 BIS SO 01.02

Bremen Classic Motorshow

09.00 Uhr | Messe Bremen |
Findorffstr. 101

SA 14.02 BIS SO 15.02

Edelsteintage Bremen

11.00 Uhr | Messe Bremen |
Findorffstr. 101

SO 22.02 BIS DI 24.02

GASTRO IVENT

10.00 Uhr | Messe Bremen |
Findorffstr. 101

SO 22.02 BIS DI 24.02

fish international

10.00 Uhr | Messe Bremen |
Findorffstr. 101

SA 31.01 BIS SO 01.02

Hochzeitsmesse

My Wedding Day

10.00 Uhr | Tanzschule Beer |
Schiffdorfer Chaussee 178c

FR 04.01 BIS SA 05.01

Ausstellung „Die schönsten deutschen Bücher“

8.30 bis 18.00 Uhr | Buchhand-
lung Huebener | An der Mühle
34

SA 17.01 BIS SO 18.01

Probierteller-Wochenende mit Köstlichkeiten im

Miniaturoformat

12.00 bis 18.00 Uhr | Engels-
bäckerei | Im Bocksacker 9 |
Hagen im Bremischen



LIEBE VERANSTALTER,

Macht euer Event sichtbar! Ob Workshop,
Konzert oder Straßenfest – schickt uns eure Termine
an termin@moin-bremerhaven.de und bringt
Bewegung in den Veranstaltungskalender.
Gemeinsam gestalten wir ein lebendiges
Bremerhaven!



Wiederkehrende Termine

03.01. BIS 25.02.

Ein Volksfeind

Stadtheater Bremerhaven |
Kleines Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

22.01 | 19.30 Uhr

30.01 | 19.30 Uhr

19.02 | 19.30 Uhr

03.01. BIS 25.02.

Die Bagage

Stadtheater Bremerhaven |
Kleines Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

03.01 | 19.30 Uhr

23.01 | 19.30 Uhr

25.02 | 19.30 Uhr

06.01. BIS 28.02.

Die Möwe

Stadtheater Bremerhaven |
Großes Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

06.01 | 19.00 Uhr

10.01 | 19.30 Uhr

16.01 | 19.30 Uhr

25.01 | 15.00 Uhr

01.02 | 18.00 Uhr

05.02 | 19.30 Uhr

21.02 | 19.30 Uhr

28.02 | 19.30 Uhr

12.01. BIS 14.01.

4. Sinfoniekonzert «Wahl- verwandtschaften»

Stadtheater Bremerhaven |
Kleines Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

12.01 | 20.00 Uhr

13.01 | 19.30 Uhr

14.01 | 19.30 Uhr

26.01. BIS 26.02.

Sweeney Todd

Stadtheater Bremerhaven |
Großes Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

26.01 | 18.30 Uhr

31.01 | 19.30 Uhr

06.02 | 19.30 Uhr

15.02 | 18.00 Uhr

26.02 | 19.30 Uhr

09.02. BIS 10.02.

5. Sinfoniekonzert «Brücke ins Reich der Mitte»

Stadtheater Bremerhaven |
Großes Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

09.02 | 20.00 Uhr

10.02 | 19.30 Uhr

10.02. BIS 26.02.

Bookpink

Stadtheater Bremerhaven |
Kleines Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

10.02 | 19.00 Uhr

15.02 | 18.00 Uhr

26.02 | 19.30 Uhr

11.02. BIS 27.02.

Gefährliche Liebschaften

Stadtheater Bremerhaven |
Großes Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

11.02 | 19.00 Uhr

14.02 | 19.30 Uhr

19.02 | 19.30 Uhr

22.02 | 19.30 Uhr

27.02 | 19.30 Uhr

18.01. BIS 20.02.

Die Csárdásfürstin

Stadtheater Bremerhaven |
Großes Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

18.01 | 18.00 Uhr

20.02 | 19.30 Uhr

07.01. BIS 05.02.

Fünfter sein

Stadtheater Bremerhaven |
JUB | Columbusstr. 2

07.01 | 10.30 Uhr

08.01 | 10.30 Uhr



09.01 | 10.30 Uhr
25.01 | 16.00 Uhr
26.01 | 10.30 Uhr
27.01 | 10.30 Uhr
28.01 | 10.30 Uhr
02.02 | 10.30 Uhr
03.02 | 10.30 Uhr
04.02 | 10.30 Uhr
05.02 | 10.30 Uhr

09.01. BIS 27.02.

Führung: Kaum zu glauben



Tourist-Info Hafeninsel |
H.-H.-Meier-Str. 6

09.01 | 16.00 Uhr
23.01 | 16.00 Uhr
13.02 | 16.00 Uhr
27.02 | 16.00 Uhr

07.02. BIS 28.02.

Der Macho Man

Piccolo teatro | Bürgermeister-
Smidt-Str. 200

07.02 | 19.30 Uhr
08.02 | 18.00 Uhr
13.02 | 19.30 Uhr
14.02 | 19.30 Uhr
15.02 | 18.00 Uhr
20.02 | 19.30 Uhr
21.02 | 19.30 Uhr
22.02 | 18.00 Uhr
28.02 | 19.30 Uhr

17.01. BIS 28.02.

De Witwenclub

Stadttheater Bremerhaven |
Kleines Haus | Theodor-
Heuss-Platz 10

17.01 | 19.30 Uhr
24.01 | 19.30 Uhr
01.02 | 18.00 Uhr
21.02 | 19.30 Uhr
22.02 | 15.00 Uhr
27.02 | 19.30 Uhr
28.02 | 19.30 Uhr

03.01. BIS 17.01.

**I Capuleti e i Montecchi -
Romeo und Julia**

Stadttheater Bremerhaven |
Großes Haus | Theodor-Heuss-
Platz 10

03.01 | 19.30 Uhr
11.01 | 18.00 Uhr
17.01 | 19.30 Uhr

02.01. BIS 20.02.

**Führung "Seemannsgarn,
Legenden und Meer"**

Havenwelten | beim Klimahaus |
H.-H.-Meier-Str. 1

02.01 | 17.00 Uhr
16.01 | 17.00 Uhr
30.01 | 17.00 Uhr
06.02 | 17.00 Uhr
20.02 | 17.00 Uhr

10.01. BIS 28.02.

Grünkohlpartys 2026

Apollo | Georgstr. 73

10.01 | 18.00 Uhr
17.01 | 18.00 Uhr
24.01 | 18.00 Uhr
31.01 | 18.00 Uhr
06.02 | 18.00 Uhr
07.02 | 18.00 Uhr
14.02 | 18.00 Uhr
21.02 | 18.00 Uhr
22.02 | 18.00 Uhr
27.02 | 18.00 Uhr
28.02 | 18.00 Uhr

01.01. BIS 05.01.

**Führung Sonderausstellung
"Verlockung Weltall."**

Deutsches Auswandererhaus
Bremerhaven | Columbusstr. 65

01.01 | 14.00 Uhr
03.01 | 14.00 Uhr
05.01 | 14.00 Uhr



05.01. BIS 27.11.

**Kochshow "Original"
mit Fischbuffet**

Fischkochstudio |
Am Schaufenster 6

05.11 | 11.30 Uhr
27.11 | 10.30 Uhr

15.01 | 10.30 Uhr
16.01 | 10.30 Uhr
19.01 | 10.30 Uhr
20.01 | 10.30 Uhr
21.01 | 10.30 Uhr
22.01 | 10.30 Uhr
08.02 | 16.00 Uhr
09.02 | 10.30 Uhr
10.02 | 10.30 Uhr

13.01. BIS 10.02.

**Troja! Blinde Passagiere
im trojanischen Pferd**

Stadttheater Bremerhaven |
JUB | Columbusstr. 2

13.01 | 10.30 Uhr
14.01 | 10.30 Uhr



Tagestermine

SONNTAG 01.01.

Neujahrskonzert Teufelsgeiger

17.00 Uhr | Stadttheater
Bremerhaven | Großes Haus |
Theodor-Heuss-Platz 10

FREITAG 02.01.

Führung Seemannsgarn, Legenden und Meer

17.00 Uhr | Tourist-Info
Hafeninsel | H.-H.-Meier-Str. 6

Neujahrskonzert Teufelsgeiger

19.30 Uhr | Stadttheater
Bremerhaven | Großes Haus |
Theodor-Heuss-Platz 10

SAMSTAG 03.01.

Bremen Vier COMEDY CLUB

19.30 Uhr | Apollo | Georgstr. 73



**Einfach bestellt,
schnell geliefert!**

Online oder telefonisch
0471 94 47 70
oder den QR-Code
scannen!

Filiale »Geestemünde«
Grashoffstraße 7

Filiale »Lehe«
Pferdebade 6

Filiale »Mitte«
Bgm.-Smidt-Straße 34



sander
apotheken



SONNTAG 04.01.

Neujahrsempfang „Prosit Neujahr“

11.00 Uhr | Schaufenster
Fischereihafen

Verkaufsoffener Sonntag

13.00 Uhr | Gewerbepark
Bohmsiel

Fischtown Pinguins vs. Iserlohn Roosters

14.00 Uhr | Eisarena Bremer-
haven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

DIENSTAG 06.01.

Klönschnack adfc Bremerhaven

19.00 Uhr | Apollo | Eine Welt
Laden | Neue Straße 5

Stammtisch Bürgerklub Bremerhaven

18.00 Uhr | Westfälischer Hof |
Rheinstr. 16

MITTWOCH 07.01.

Bremen Vier Comedy Club

19.30 Uhr | Apollo | Georgstr. 73

DONNERSTAG 08.01.

Mittagsblick - 15 Minuten Kunst und Suppe

12.30 Uhr | Kunstmuseum
Bremerhaven | Caspar David
& Co.

FREITAG 09.01.

Eiskönigin 1 & 2

18.30 Uhr | Stadthalle Bremerha-
ven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

Fischtown Pinguins vs. Nürnberg Ice Tigers

19.00 Uhr | Eisarena Bremer-
haven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

SAMSTAG 10.01.
Eisbären Bremerhaven vs. PS Karlsruhe LIONS

18.00 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

Wi rockt op platt

19.30 Uhr | Stadttheater Bremerhaven | Kleines Haus | Theodor-Heuss-Platz 10

Fischer & Jung - Die Herren der Schöpfung

20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

SONNTAG 11.01.
Gerths Bagaasch

17.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

Eiskönigin 1&2 -
Musik Show auf Eis

18.30 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

DONNERSTAG 15.01.
Vortrag Bundespolizei: Ausbildung oder Studium

16.00 Uhr | Berufsinformationszentrum BIZ | Grimsbystr. 1

Mathias Tretter

20.00 Uhr | CAPITOL | Hafenstr. 156

Hans Neblung - Benefizkonzert

20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

FREITAG 16.01.
Fischtown Pinguins vs. Kölner Haie

19.30 Uhr | Eisarena Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1


SAMSTAG 17.01.
Dobranotch

20.00 Uhr | Pferdestall | Gartenstr. 5

Podewitz - Jahrsager

20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

SONNTAG 18.01.
Bremer Kaffeehaus
Orchester - Champagner-
laune! - Neujahrskonzert

15.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

Fischtown Pinguins vs. Schwenninger Wild Wings

19.30 Uhr | Eisarena Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1


FREITAG 23.01.
Tan Çağlar

20.00 Uhr | CAPITOL | Hafenstr. 156

instant impro

20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

SAMSTAG 24.01.
Sherlock und der Fluch der Ashtonburrys

19.00 Uhr | ATLANTIC Hotel Sail City | Am Strom 1

Die große bunte Schlagershow

19.30 Uhr | Piccolo teatro | Bürgermeister-Smidt-Str. 200

SONNTAG 25.01.
Eisbären Bremerhaven vs. Knights Kirchheim

15.00 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

Sherlock und der Fluch der Ashtonburrys

18.00 Uhr | ATLANTIC Hotel Sail City | Am Strom 1

Die große bunte Schlagershow

18.00 Uhr | Piccolo teatro | Bürgermeister-Smidt-Str. 200

DIENSTAG 27.01.
Fischtown Pinguins vs. Grizzlys Wolfsburg

19.30 Uhr | Eisarena Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

DONNERSTAG 29.01.
Vortrag: KI im Bewerbungsprozess: Tipps

16.00 Uhr | Berufsinformationszentrum BIZ | Grimsbystr. 1

FREITAG 30.01.
Führung Seemannsgarn, Legenden und Meer

17.00 Uhr | Tourist-Info Hafeninsel | H.-H.-Meier-Str. 6

The Art of Guitar - Jörg Seidel und Joscho Stephan spielen gemeinsam im Projekt "Nacht der Jazzgitarren" 🗺️
20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

SAMSTAG 31.01. Die große Grünkohlparty 🗺️
18.00 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

Dunkel Dinner im PIER 6 🗺️
18.30 Uhr | Restaurant PIER 6 | Barkhausenstraße 6

Vollmond-Lounge featuring Strange Country 🗺️
20.00 Uhr | Pferdestall | Gartenstr. 5

Werner Momsen - Momsen, Tiere, Sensationen 🗺️
20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

Ü30 Party Bremerhaven - Ladys Night Special 🗺️
21.00 Uhr | storms söben | Lutherstr. 7

SONNTAG 01.02. Eisbären Bremerhaven vs. Bayer Giants Leverkusen 🗺️
15.00 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

Willie Kimbrough singt Elvis Presley 🗺️
17.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

DIENSTAG 03.02. Wo kommt nur der Schimmel her? Was tun? 🗺️
17.30 Uhr | Klima Bau Zentrum, Theodor-Heuss-Platz 1-3

Stammtisch Bürgerklub Bremerhaven 🗺️
18.00 Uhr | Westfälischer Hof | Rheinstr. 16

DONNERSTAG 05.02. Wie geht es weiter mit dem GEG 🗺️
14.00 Uhr | Klima Bau Zentrum, Theodor-Heuss-Platz 1-3

FREITAG 06.02. Isabel Varell - Die guten alten Zeiten sind jetzt 🗺️
20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

SAMSTAG 07.02. Comedy Flash 🗺️
20.00 Uhr | Pferdestall | Gartenstr. 5

90er Party - Neon Edition 🗺️
21.00 Uhr | storms söben | Lutherstr. 7

SONNTAG 08.02. Eisbären Bremerhaven vs. Paderborn Baskets 🗺️
15.00 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

MONTAG 09.02. Energetische Sanierung Schritt für Schritt 🗺️
19.00 Uhr | VHS Bremerhaven

DIENSTAG 10.02. Roland Jankowsky "Es wird Tote geben - Overbeck reloaded" 🗺️
20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

DONNERSTAG 12.02. KOMPASS - Ausbildungsbörse 🗺️
08.30 Uhr | Agentur für Arbeit | Grimsbystr. 1



**Bürgerklub
Bremerhaven
von 1860 e.V.**

SIND SIE EIN KULTUR-INTERESSIERTER GESELLIGER MENSCH?
Dann sind Sie bei uns richtig!

Melden sie sich bei Thomas Pfeifer telefonisch unter 0471 832 21 oder buergerklub.bremerhaven@mail.de

Braunsberger Str. 2 | 27580 Bremerhaven

2. Komische Nacht in Geestland 🗺️
18.00 Uhr | Stadt Geestland

FREITAG 13.02. The Lowest Pair (US) 🗺️
20.00 Uhr | Pferdestall | Gartenstr. 5

The Music of Hans Zimmer & Others 🗺️
20.00 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

SAMSTAG 14.02. Romantisches Candlelight Dinner im PIER 6 🗺️
18.30 Uhr | Restaurant PIER 6 | Barkhausenstraße 6

SONNTAG 15.02. Peuker liest Seegeschichten von Poe 🗺️
15.00 Uhr | Pferdestall | Gartenstr. 5

Grünkohlwanderung ADFC Bremerhaven 🗺️
15.00 Uhr | Start: Hemingway | Georg-Büchner-Str. 19

DONNERSTAG 19.02. Vortrag: Polizei Bremerhaven: Duales Studium 🗺️
16.00 Uhr | Berufsinformationszentrum BIZ | Grimsbystr. 1

FREITAG 20.02. Stadtteilkonferenz Geestmünde 🗺️
18.30 Uhr | Ernst-Barlach-Haus | Am Holzhafen 8

SAMSTAG 21.02. Eisbären Bremerhaven vs. Phoenix Hagen 🗺️
18.00 Uhr | Stadthalle Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

Butter Funk Family (US) 🗺️
20.00 Uhr | Pferdestall | Gartenstr. 5

Marco Brüser & FRIENDS

(VOL. 14) 📅

20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

SONNTAG 22.02.

Lars Redlich - Unaufhaltsam unterhaltsam! 📅

20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

MONTAG 23.02.

Haussanierung in Zeiten von Starkregen, Hitze und Co. ☁️

19.00 Uhr | VHS Bremerhaven

DONNERSTAG 26.02.

Vortrag: Studium beim Zoll ☁️

16.00 Uhr | Berufsinformationszentrum BIZ | Grimsbystr. 1

Rüdiger Hoffmann - Andererseits... 📅

20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

Fischtown Pinguins vs. Adler Mannheim 🏒

19.30 Uhr | Eisarena Bremerhaven | Wilhelm-Kaisen-Platz 1

SAMSTAG 28.02.

instant impro 📅


20.00 Uhr | Theater im Fischereihafen | Am Schaufenster 6

Spaziergang "Speckenbüttel – Ausflugsort einst und jetzt" ☁️

14.00 Uhr | Parktor Speckenbüttel | Parkstraße



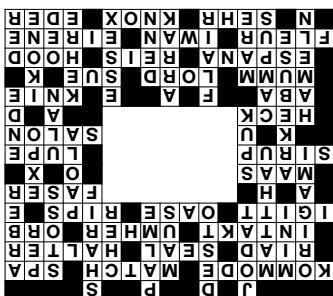
kleine Rätsel - Pause

Kasten- möbel	japan. Papier- falt- kunst	ugs.: winzig	US-Schau- spieler (Walter) † 2000	Salz der Jod- säure	Binde- wort (je - ...)	kleines Nagetier	Tropen- baum	US-Schau- spielerin und Sängerin	ägypt. Schau- spieler (Omar) †	Aufprall	durch, mittels (lat.)	zwei Berge im Bayer. Wald		
→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→		
Haupt- stadt von Saudi- Arabien	→	6	→	Fell des Seebären	→	→	Fahr- zeug- eigen- tümer	→	→	→	→	→		
unver- sehr, unbe- schädigt	→	→	→	→	9	ringsum, im Umkreis	→	→	Bad im Spessart Königin v. Belgien	→	2	→		
→	→	→	→	frucht- bare Wüsten- stelle	→	→	ge- ripptes Gewebe	→	→	→	Weltaus- stellung (Kzw.)	→		
Ausruf des Ekels	→	Haken- büchse im 15. u. 16. Jh.	Gespens- ter- treiben	 <p>Mehr Zeit für Sie.</p> <p>Alle Infos unter hoops-pflegeteam.de</p> <p>Hoops PFLEGETEAM</p>				→	→	→	→			
Strom in West- europa	→	→	→					Textil- grund- stoff	→	früherer Lanzen- reiter	→	Schluss		
→	→	→	→					Ver- größe- rungs- glas	→	→	→	→		
einge- dickter Saft	Ratten- fänger- stadt	Univer- sitäts- gelände	→					→	→	→	→	→		
Hinter- schiff	→	7	→					Gesell- schafts- zimmer	→	Turn- übung	→	Heili- genbild der Ost- kirchen		
arab. mantel- artiger Umhang	→	→	ital., latei- nisch: Meer	Fluidum, Atmo- sphäre (franz.)	→	orient. Reis- brannt- wein	→	bekannt- lich, wie man weiß	Graf- schaft in England	→	Bein- gelenk	→		
umgangs- sprachl.: Mut, Schneid	→	→	→	brit- tischer Adels- titel	→	→	3	→	frz. Schrift- steller † 1857	→	→	inhalts- los, lang- weilig	→	be- stimmter Artikel
spa- nischer Name Spaniens	→	→	→	→	→	Getreide- art	→	→	→	engl. Volksbal- ladenheld (Robin)	→	→	→	→
→	5	→	→	→	→	→	→	→	griech. Göttin des Friedens	→	→	→	→	→
franzö- sisch: Blume	→	in hohem Grade	→	→	→	US-Gold- schatz- depot (Fort ...)	→	→	→	Fulda- Zufluss mit Talsperre	→	4	→	® 0126-1715

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Lösung

Horizont



IMPRESSUM

MOIN Bremerhaven Verlag GROTE MEDIA GmbH, c/o havenstudios Deck 4, Kantstraße 4, 27568 Bremerhaven, T 0471 983370, www.grote-media.de, Geschäftsführung: Jan Grotelüschen; **Herausgeber** Jan Grotelüschen (v.i.s.d.P.); **Redaktion** Lennart Edel, Jens Schöning, post@moin-bremerhaven.de; **Art Direction** KELLING Agentur für Marketing und Kommunikation & Co. KG, Sarah Huhle, Judith Beusing, Jule Christoffers, Neele Bremer **Druckauflage** 30.000 Expl. im Auslagevertrieb **Fotos** KELLING (S. 6), GROTE (S. 14, 15, 38, 39, 40, 82), Bremenports (S. 6), Erlebnis Bremerhaven (S. 5), Relphoto (S. 1, 8, 11), Bremerhaven United (S. 2, 56, 58, 59), Dr. Arendt (S. 55), Thomas Anthes (S. 60), Guido Wurtz (S. 76), Helmut Gross (S. 22), Robin Schmiedebach (S. 23), The ReBeatles (S. 21), Brüssel & Maass (S. 37, 39, 40), FryHigh (S. 19), Marc Köhler (S. 2, 15), Manja Herrmann (S. 16), Niederdeutsche Bühne (S. 17), Neuraflow (S. 2, 41, 42), Toni Burkhardt (S. 30, 31), Michael Müller (S. 33), CorpuSana (S. 66), Eisbären Bremerhaven (S. 53), Adobe Stock (S. 12, 13, 14, 18, 19, 20, 25, 26, 27, 28, 32, 35, 38, 46, 48, 49, 50, 52, 53, 55, 58, 61, 62, 64, 67, 68, 69, 71, 74, 75, 77, 79), FreePik (S. 5, 80, 81), Unsplash (S. 2, 73), Envato Elements (S. 23, 45, 60, 76, 78); **Anzeigen** vertrieb@grote-media.de, es gilt die Anzeigenpreisliste vom 1. Oktober 2025; **Druck** Evers-Druck GmbH; **Erscheinungsweise** 6x im Jahr; Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung. Für unverlangt eingehende Manuskripte und Fotos übernehmen wir keine Gewähr. Wir legen großen Wert auf die Gleichberechtigung der Geschlechter. Im Sinne einer leichteren Lesbarkeit wird in den Texten meist nur eine Schreibweise gewählt. Die betreffende Formulierung bezieht sich immer auf alle Geschlechter. **Hinweis** Alle Angaben ohne Gewähr. Irrtümer, Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Für Richtigkeit und Vollständigkeit wird keine Haftung übernommen. Für externe Links (z.B. QR-Codes) haftet der Betreiber der jeweiligen Angebote.

LEBENSMITTEL- LOGISTIK AUS *TRADITION*

BUSINESS-TALK MIT FRANK UND ANN CHRISTIN
BRÜSSEL VON DER SPEDITION BRÜSSEL & MAASS



Seit mehr als 70 Jahren sorgt Brüssel & Maass dafür, dass Lebensmittel sicher, pünktlich und frisch ankommen – von Bremerhaven aus in die ganze Welt. Was einst als klassischer Speditionsbetrieb begann, ist heute ein hochmodernes Logistikunternehmen mit klarer Haltung: nachhaltig denken, zuverlässig handeln und dabei nie den menschlichen Faktor aus dem Blick verlieren. Wir sprachen mit den Geschäftsführer Frank Brüssel und Betriebsleiterin Ann Christin Brüssel über Nachhaltigkeit, Gemeinwohl und wie man in einer globalisierten Branche lokal verwurzelt bleibt.

MOIN Bremerhaven: Herr Brüssel, Frau Brüssel, die Firmenadresse im Fischereihafen und die Kühllaster auf dem Hof deuten schon darauf hin, welche Art Ladung bei Brüssel & Maass am häufigsten bewegt wird. Was ist die besondere Herausforderung beim Transport von Fisch und Lebensmitteln und wie heben sie sich da vom Wettbewerb ab?

Frank Brüssel: Die besondere Herausforderung ist, die Qualität und Temperatur vorzuhalten. Die Besonderheit bei uns ist, dass unsere Lkws sogenannte Bi-Temp-Fahrzeuge mit zwei getrennten Temperaturbereichen sind. Damit können Tiefkühlware bei minus 25 Grad und Frischware bei zwei Grad gleichzeitig transportiert werden. Da heben wir uns einerseits schon ab, andererseits werden die Wettbewerber auch gerade weniger. Wir schwimmen derzeit alle auf einer Welle, die nicht so viel Spaß macht, wie man global so merkt.



MB: In über 75 Jahren Unternehmensgeschichte hat sich die Logistikwelt rasant entwickelt. Sie ist globaler, schneller und digitaler geworden und die Anforderungen höher. Wie behauptet man sich da als mittelständisches, familiengeführtes Unternehmen aus Bremerhaven?

FB: Der Markt ist im Wandel, das merkt man natürlich auch im Fischereihafen. In solchen Zeiten hilft uns die jahrelange Erfahrung, rechtzeitig zu sehen, was auf uns zukommt und die Situation zu meistern. Mein Lieblingsspruch ist immer: „Die Familie Brüssel kann Krise“.

Ann Christin Brüssel: Wichtig ist sicherlich auch, dass wir ein Unternehmen sind, das nicht wegguckt oder solche Situationen mit „Ach, das wird schon“ auszusitzen versucht. Wir sehen immer, was wir machen können, zum Beispiel auch im Bezug auf Digitalisierung, und gehen neue Wege im Rahmen unserer Möglichkeiten mit.

MB: Wie weit kommt der Fisch aus Bremerhaven eigentlich so in der Welt herum? Was ist die längste Strecke, die er zurücklegt?

FB: Bundesweit. Wir arbeiten hier für den größten Fisch- und Lebensmittelhersteller und verteilen die Ware bundesweit in den Handel und teilweise auch in die Gastronomie. Neben dem Fischtransport sind wir auch noch in der Lagerlogistik aktiv und lagern seit 30 Jahren Verpackungsmaterial für die Fischproduzenten wie Iglo und Frosta. Wir haben seit einem Jahr ein 5000 Quadratmeter großes, hochmodernes Regallager in Schiffdorf angemietet, für das wir ein älteres Lager aufgelöst haben. Aus dem Lager beliefern wir unsere Kunden täglich.

» Unsere Stärke liegt darin, die Qualität verlässlich vorzuhalten – egal ob bei minus 25 oder zwei Grad. «

MB: Brüssel & Maas ist in der Region bekannt geworden für seine Bemühungen um Nachhaltigkeit und mehr Umweltverträglichkeit, etwa bei den Antrieben. Was haben Sie in den vergangenen Jahren dabei erreicht?

FB: Transformation ist ja ein großes Thema und unser Gewerbe mit seinen Diesel-Lkws ist dafür ja besonders geeignet. Aber wie wir das alles umsetzen werden, bleibt spannend. Es wird nicht einfacher. Wenn ich hier zum Beispiel Ladestationen für zehn E-Lkws hätte und die gleichzeitig anschließen würde, dann hätte der Fischereihafen vermutlich keinen Strom mehr.



reibungslos. Das Hauptproblem, egal ob wir über Wasserstoff, Gas oder Elektro reden, ist für uns in der Logistik, dass wir die Kosten einfach nicht kalkulieren können.

An E-Antrieben wird wohl kein Weg mehr vorbeiführen, aber ich bin da noch verhalten. Denn das wird auch logistisch eine Herausforderung werden, wenn zum Beispiel ein Fahrer eine Tour nach Freiburg hat und unterwegs aber noch eine Pause zum Laden einbauen und die passende Ladestelle dafür finden muss, die uns auch nicht mit den Kosten abzockt.

Wir versuchen in der Tat ziemlich viel, mein Bruder Ulf ist in den Themen Transformation und Nachhaltigkeit voll drin. Aber wir merken auch immer wieder, wie wir an unsere Grenzen stoßen. Klar ist, dass ein zwei Jahre alter Lkw weniger verbraucht als ein sechs Jahre alter. In dem Sinne ist eine moderne Flotte ein entscheidender Schlüssel. Wobei ich glaube, dass die Lkw-Produzenten das

noch besser steuern könnten. Wir haben auch mal eine Studie der Hochschule zu Wasserstoffantrieben mitgemacht. Das ist grundsätzlich eine tolle Idee, aber technisch einfach noch nicht effizient umsetzbar. Das ist immer wieder ein Thema, aber da kann man erstmal einen Haken dran machen. Bei Bremerhaven Bus scheint es zu klappen, aber mit ganz anderen Fahrprofilen und da nicht immer

ACB: Wir müssen uns auch auf Energieeffizienz zertifizieren lassen, dort sind wir auf aktuellem Stand, auch wenn uns die Bürokratie immer mal wieder ausbremst. Was neue Antriebe angeht, wollen wir E-Lkws gerade in den Umfuhren unserer eingelagerten Ware an die Kunden im Umkreis von 10 bis 15 Kilometern testen. Denn hier im Nahbereich oder für Fahrten etwa nach Cuxhaven macht E-Mobilität tatsächlich Sinn.




TAGUNGSRÄUME IN BREMERHAVEN

Anfragen: 0471 309 669 - 0
bremerhaven@havenhostel.de

Bürgermeister-Smidt-Straße 209
27568 Bremerhaven



*Brüssel & Maass lagert und
transportiert Verpackungsmaterial für
große Fischproduzenten
wie Iglo und Frosta*



MB: Vor dem Hintergrund des Fachkräftemangels ist sicher auch in der Logistik der Nachwuchs ein Thema. Wie können sie da punkten und was lockt Jugendliche in die Logistik und zu Brüssel & Maass?

FB: Wir waren ja mal Ausbildungsbetrieb des Jahres 2018 und hatten in der Spitze von knapp 100 Mitarbeitern über 20 Auszubildende. Wir haben das Level mittlerweile etwas heruntergefahren, auch weil wir festgestellt haben, dass wir 20 Azubis hier nicht mehr steuern können. Wir bilden aber immer noch angemessen aus, würde ich sagen. Wir bilden sowohl kaufmännische Mitarbeiter als auch Berufskraftfahrer und Lagerfachkräfte aus.

ACB: Was Fachkräftemangel angeht, ist es aus meiner Sicht deutlich schwieriger, die richtigen Auszubildenden zu finden als ausgelernte Fachkräfte. Nicht nur im

gewerblichen Bereich, sondern auch im Büro. Wir haben gerade einen Arbeitnehmer-Markt, auf dem sich auch die Schulabgänger ihre Ausbildungsplätze aussuchen können. Und die meisten suchen sich dann große Konzerne aus. Bei den Kraftfahrern hatten wir dieses Jahr mal Glück, aber grundsätzlich ist das ein sehr schwieriger Bereich.

MB: Zum Schluss ein kleiner Blick nach vorn von der vierten Generation: Wie stellen sie sich Brüssel & Maass in den Vierziger Jahren vor?

ACB: ich bin tatsächlich noch sehr positiv gestimmt, auch wenn alle sagen, Logistik ist eine schwierige Branche. Das merke ich auch, aber ich denke, dass es Themen wie eben die Nachhaltigkeit gibt, wo wir uns für die Zukunft gut aufstellen können. Wir müssen auch sehen: Was macht der Fisch? Bleiben wir beim Fisch oder kommen vielleicht mal andere Produkte hinzu? Wenn man mit all diesen Herausforderungen mitgeht, wird es sicherlich weiter gut laufen. Man darf auch nie den Spaß daran verlieren, neue Dinge auszuprobieren und vor allem nicht den Kopf in den Sand stecken, wenn es mal nicht so rund läuft.

Frau Brüssel, Herr Brüssel, vielen Dank für das Gespräch!



wisoak
 in Bremerhaven

BERUFLICHE FORT- UND WEITERBILDUNG

Wirtschaft & Management
Gesundheit & Soziales
IT & Digitales · Sprachen
Politik & Kultur

Informationen: 0471-595-0 oder wisoak.de

JETZT NOCH ANMELDEN:
 Fachkraft (m/w/d) für Leitungsaufgaben in der Pflege
 Neu: Industriemeister:in IHK

STARTUPS IN BREMERHAVEN

neuraflow erschafft digitale Helfer

Kontakte mit Behörden verbinden viele Menschen mit Bürokratie, komplizierten Vorgängen und langen Wartezeiten. Das junge Bremerhavener IT-Unternehmen neuraflow hat sich zur Aufgabe gemacht, das zu ändern. Seine Gründer Dustin Klepper und Pascal Nobereit – beide 23 Jahre alt – nutzen künstliche Intelligenz (KI), um Abläufe in Verwaltungen zu automatisieren. Mehr als 100 Kommunen arbeiten bereits mit ihnen zusammen.

Wer auf www.bremerhaven.de, die Website der Stadtverwaltung geht, kann mit Hein Mück ins Gespräch kommen. Dieser automatisierte Chatbot stellt sich selbst als „Assistent der Stadt Bremerhaven“ und „freundlichen, allwissenden Verwaltungsangestellten“ vor. Ihre Fragen können die Nutzer einfach in ein Textfeld eingeben oder einsprechen. Hein Mück ist einer der von neuraflow erstellten Chatbots.

Geschäftsführer Dustin Klepper hat ihn selbst gerade erst genutzt, um sich innerhalb der Stadt umzumelden. Er fragte ihn, wie das in Bremerhaven funktioniert. „Ich hatte innerhalb von zehn Sekunden meine Antwort und musste mich nicht durch die Website navigieren oder bei der Verwaltung anrufen“, berichtet er. Ummelden geht inzwischen sogar komplett online und ohne Behördengang – ein Paradebeispiel für gelungene Digitalisierung in der Verwaltung. „Da muss sich kein Mensch drum kümmern und die Angestellten haben mehr Kapazitäten für andere Aufgaben“, ergänzt Dustin Klepper.

CHATBOTS BEARBEITEN MEHR ALS 80.000 ANFRAGEN

Hein Mück hat inzwischen deutschlandweit viele von neuraflow erstellte digitale Kollegen. Unter anderem in Bonn, Rostock, Bergisch Gladbach, Moers und Herford.

In mehr als 100 Kommunen haben diese Chatbots über 80.000 Anfragen bearbeitet. Mittlerweile geht das nicht nur über die Website, sondern zusätzlich telefonisch. Ihre Antworten sucht sich die KI aus den digitalen Datenquellen der Verwaltungen, aus Veranstaltungskalendern und Newslettern. Deshalb weiß Hein Mück zum Beispiel auch, was heute im Stadttheater gespielt wird und ob es interessante Konzerte in der Stadt gibt.

„Unsere Kunden sind zwar die Kommunen, wir dienen aber dem Bürger“, erklärt Dustin Klepper. Der Chatbot sucht nicht nur Antworten auf die eingegebenen Fragen, sondern ergänzt zusätzliche Informationen. „Wenn zum Beispiel jemand fragt, was die Anmeldung eines Hundes kostet, ergänzen wir, wo und wie der Hund angemeldet werden kann“, ergänzt er.





☞ Pascal Nobereit (links) und Dustin Klepper: das Gründerduo hinter neurafLOW.

GRÜNDUNG AUS DER HOCHSCHULE HERAUS

Ihr erster Chatbot hat im September 2023 seine Arbeit in der Stadt Nettetal am Niederrhein aufgenommen, erinnern sich die beiden Gründer. Idee und Konzept für ihr Unternehmen entstanden im Rahmen

des Studiengangs „Gründung, Innovation, Führung“ an der Hochschule Bremerhaven. Dort lernten sich Dustin Klepper und Pascal Nobereit kennen, wurden Freunde und schließlich Kollegen. Heute ist KI durch die weitverbreitete Nutzung von ChatGPT überall Thema, 2023 begann der Boom

gerade erst. „Damals war das super neu. Wir haben einen Fuß in die Tür bekommen, indem wir die Technologie verteilt haben. Heute wollen wir uns abheben, indem wir wirklich Innovator sind“, erläutert Pascal Nobereit. Er konzentriert sich bei neurafLOW auf die technischen Aspekte.

Die ersten Anwendungen machten den Nutzen von KI-Assistenten schnell deutlich und immer mehr Kommunen zogen nach. 2024 folgte aus dem Studium heraus die Firmengründung. Heute arbeiten 16 Menschen für neurafLOW – fest angestellt oder freiberuflich. „Die Firma ist zusammen mit der Zahl der Auftraggeber und den Auf-

Weiterbildung, Karriereplanung, Wiedereinstieg oder Berufswechsel? Termin vereinbaren!

Nach der Pause - Zurück ins Berufsleben

Berufsberatung für Berufserfahrene

Wir beraten Sie auf Ihrem Weg zurück in Ihren bisherigen Beruf - egal ob in Teilzeit oder Vollzeit. Ein anderer Beruf passt nun besser zu Ihnen? Wir unterstützen; neutral, kostenfrei und unverbindlich.

Kontakt: bremerhaven.berufsberatung-im-erwerbsleben@arbeitsagentur.de oder QR-Code nutzen ↓

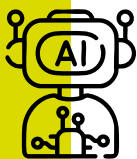


Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit
Bremerhaven

bringt weiter.





KÜNSTLICHE INTELLIGENZ

Die EU definiert künstliche Intelligenz (KI) als maschinengestütztes System, das für einen autonomen Betrieb ausgelegt ist, sich anpassen und aus Eingaben Ziele ableiten und Informationen herausgeben kann. In den 1950ern begann die Wissenschaft, sich mit KI zu befassen. Bereits 1966 entstand der erste Chatbot zu Forschungszwecken. 1997 gelang es dem Computersystem, den amtierenden Weltmeister Garry Kasparov im Schach zu besiegen. Im November 2022 machte das US-Unternehmen OpenAI den Chatbot ChatGPT kostenlos und öffentlich zugänglich.

» Unsere Kunden sind zwar die Kommunen, **wir dienen aber dem Bürger** «

gaben gewachsen“, fasst Dustin Klepper zusammen. Er sieht noch Raum für viel mehr Wachstum.

ZIEL: VERWALTUNG NEU AUFBAUEN

neuraflow betreibt neuerdings auch ein Büro in Berlin und engagiert sich dort am GovTech Campus, einer Kooperation des Innenministeriums, der Bundesländer sowie Wissenschaft, Wirtschaft und Zivilgesellschaft. Ziel von GovTech ist es, öffentliche Verwaltungen zu modernisieren und Dienstleistungen für Bürger und Unternehmen einfacher zu gestalten. „Mit der Technik von heute lässt sich schon sehr vieles machen. Es liegt am politischen Willen und auch am Mindset“, sagt Pascal Nobereit.

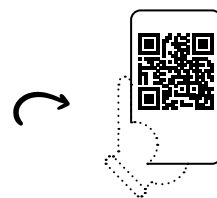
Denn bisher hilft neuraflow nur dabei, schon bestehende Prozesse in den Verwaltungen zu verbessern. „Gerade machen wir Bürokratie ja nur etwas leichter. Wir wollen Strukturen in den Verwaltungen aber von Grund auf neu aufbauen und

Prozesse automatisieren“, kündigt Pascal Nobereit an. Ziel sei es, dass die KI ganze Abläufe in der Verwaltung übernimmt und anschließend ein Mitarbeiter nur kurz nachprüft, ob alles korrekt ist. Das könnte nicht nur Behördengänge beschleunigen, sondern auch viel Steuergeld einsparen.

Für diesen nächsten Schritt braucht es Expertise und enge Vernetzung mit den Verwaltungen. Genau wie die künstliche Intelligenz lernt das junge Unternehmen mit jeder Anfrage. Die bereits gut angenommenen Chatbots bei den Kommunen schaffen Vertrauen in die Arbeit von neuraflow für größere Projekte. „Wenn wir die Bürokratie in Deutschland ein bisschen abbauen können, dann sind wir wirklich Teil von etwas Wichtigem“, erklärt Dustin Klepper seine Motivation.

LE

neuraflow.de



arbeitnehmerkammer.de

WEIL DU WICHTIG BIST

beraten wir Dich bei allen Fragen rund ums Arbeitsleben.



Wir sind auf Deiner Seite.

A Arbeitnehmerkammer
Bremen

TOP-JOBS IN UND UM BREMERHAVEN

FINDEN UND GEFUNDEN WERDEN

Hier findest du den aktuellen Stellenmarkt mit Jobs für Bremerhaven und umzu. Vielleicht ist ja auch dein Traumjob dabei. Und wenn du für deinen Betrieb noch talentierte und tatkräftige Mitarbeiter brauchst, kannst du hier auch dein eigenes Inserat platzieren.

Wir wünschen dir viel Erfolg bei der Jobsuche und beim Recruiting.

JETZT
ANGEBOTE
SICHERN!

AB
329 €*

*ab 329,00 € je Print-Ausgabe möglich, Online: Unbegrenzt

havenhostel
DEUTSCHLAND

**WIR SUCHEN
ENGAGIERTE
TEAMPLAYER FÜR
UNSERE HOTELS!**
[M/W/D]

Jetzt initiativ bewerben!



bewerbung@havenhostel.de



WIR SUCHEN DICH!

- Elektriker/Elektroniker
- Meister in Elektrotechnik



KOMM IN
UNSER
TEAM!

W. bach
by
ImSerTec

NACH DER PAUSE – ZURÜCK INS BERUFSLEBEN

Du hast über einen längeren Zeitraum Angehörige gepflegt oder hast Elternzeit genommen. Aktuell stehst du vor dem Wiedereinstieg. Wir begleiten dich bei diesem Prozess und klären gemeinsam mit dir die Rahmenbedingungen. Die Berufsberatung im Erwerbsleben berät kostenfrei, neutral und unverbindlich. Gemeinsam besprechen wir in Ruhe, wohin dein weiterer beruflicher Weg gehen kann.

Für das berufliche Comeback sind viele Faktoren zu beachten. Mit der unabhängigen und individuellen Beratung durch die Berufsberatung im Erwerbsleben kann der Wiedereinstieg Schritt für Schritt geplant werden.

GEMEINSAM GUTE ANTWORTEN FINDEN

Gemeinsam finden wir gute Antworten auf Fragen wie: Wer unterstützt den Wiedereinstieg im privaten Umfeld? Wie sehen die individuellen und die rechtlichen Rahmenbedingungen aus? Wie sicher fühlst du dich mit deinen vorhandenen beruflichen Kenntnissen? Oder ist eher der Wunsch nach etwas komplett Neuem im Kopf – und du brauchst dabei Unterstützung? Wir nehmen uns gerne Zeit für dich!

Kontakt und Infos



TELEFONISCHE SPRECHZEIT:

0421 / 178 2345

Dienstag 8 bis 11 Uhr

Donnerstag 15 bis 18 Uhr

E-MAIL:

Bremerhaven.Berufsberatung-
im-Erwerbsleben@Arbeitsagentur.de

ANZEIGE

ERLEBE CATERING NEU

MIT BS GASTRO-SOLUTION

Unsere stylischen „Küchen auf vier Rädern“ verwandeln jede Firmenfeier, Hochzeit oder Party in ein kulinarisches Highlight. Doch wir können noch mehr:

Auch direkt in deiner Location bieten wir Catering auf höchstem Niveau. Unser kreatives Team übernimmt für dich die gesamte Planung – von Menüauswahl über Timing bis Service – damit du dich ganz auf deine Gäste konzentrieren können.

Zahlreiche Gerichte stehen zur Auswahl: saftige Burger, vegetarische Bowls, deftige Eintöpfe oder knusprige Falafel – ganz nach deinem Wunsch. Ob elegant oder rustikal, unsere Küche sorgt dafür, dass deine Gäste noch lange von deinem Event schwärmen.

Auch für Business-Lunch oder Firmen-Meetings sind wir für dich da: Ab 30 Portionen liefern wir direkt ins Büro – auf Wunsch mit Buffet inklusive Salaten, Desserts und Getränken.

Miete einfach unseren Foodtruck oder bestelle Catering in deine Location – und wir verwandeln deine Veranstaltung in ein Geschmackserlebnis, das in Erinnerung bleibt. Kontaktiere uns – wir freuen uns darauf, Ihre Feier unvergesslich zu machen!



MEHR ZU UNSEREN
FOODTRUCKS



info@bsgastro-solution.de | 0160 923 574 87

**Alles
für dein
nächstes
Event.**

BS
GASTRO-SOLUTION



KÜHLER KOPF *STATT NASSE FÜSSE*

WIE DU DEIN HAUS VOR STARKREGEN
UND GRUNDWASSER SCHÜTZT

Der Winter an der Küste bringt nicht nur Wind und salzige Luft, sondern auch durchnässte Böden und hohe Grundwasserstände. Was jetzt harmlos scheint, kann im Frühjahr zur ernststen Gefahr werden. In Bremerhaven und Umgebung nehmen die Schäden durch Starkregen und steigendes Grundwasser zu. Wer frühzeitig vorsorgt, hält sein Zuhause trocken – auch wenn der Sommerregen kommt.

TIDE, TORF UND TÜCKEN

Bremerhaven liegt tief. Große Teile der Stadt entstanden auf ehemaligem Marschland, durchzogen von Klei- und Torfschichten, die Feuchtigkeit speichern und Wasser nur langsam abgeben. In Stadtteilen wie Wulsdorf, Surheide und Lehe ist der Grundwasserspiegel in den letzten Jahren gestiegen, nachdem jahrzehntelang Wasser abgepumpt wurde. Dazu kommt das typische Küstenklima: milde Winter, aber zunehmende Regenmengen. Fachleute warnen, dass solche Extreme künftig häufiger auftreten. Für Hausbesitzer steigt damit auch die Gefahr, im Keller nasse Füße zu bekommen.



*»Im Herbst 2023
fiel in Bremerhaven
mehr als doppelt so
viel Niederschlag
wie üblich.«*

DIE BESTE ZEIT ZUM HANDELN

Der Winter bietet die ruhigste Phase, um Schäden zu entdecken und Schwachstellen auszubessern, bevor die Gewittersaison beginnt. Ein Rundgang ums Haus genügt, um erste Risiken zu erkennen: Läuft das Gelände vom Gebäude weg ab? Schon ein leichtes Gefälle lässt Regenwasser sicher abfließen. Prüfe Dachrinnen und Fallrohre auf Verstopfungen – im Winter sammeln sich dort oft Laub und

Wir suchen neue Mitarbeiter und Auszubildende



**ANDREAS
ONKEN**

BEDACHUNG

Seeborg 7 • 27572 Bremerhaven
Tel. (0471) 700 49 40 • Mobil (0151) 147 034 18
www.reetdach.com

Sand. Regenwasser, das an der Fassade abläuft, findet schnell den Weg ins Mauerwerk. Auch Kellerfenster und Lichtschächte verdienen Aufmerksamkeit. Bei Starkregen kommt hier das Wasser oft zuerst ins Haus. Abdeckungen, Dichtungen oder erhöhte Aufsatzrahmen schaffen hier Sicherheit. Ebenso wichtig ist eine Rückstausicherung im Abwassersystem – sie verhindert, dass Wasser aus der Kanalisation ins Haus gedrückt wird.

WIE DU NASSE WÄNDE TROCKEN BEKOMMST

Viele Bremerhavener Altbauten leiden unter feuchten Wänden. Die Ursachen sind vielfältig: undichte Abdichtungen, seitlich eindringendes Sickerwasser oder aufsteigende Feuchtigkeit. Bei leichten Fällen hilft oft eine Innenabdichtung mit Dichtschlämmen, die das Mauerwerk versiegeln. Bei stärkerem Wasserdruck führt allerdings kein Weg an einer Außenabdichtung oder einer funktionierenden Drainage vorbei. Gegen Feuchte von

unten schützt eine nachträgliche Horizontalsperre, die das Wasser am Aufsteigen hindert.

Ein wertvolles Hilfsmittel ist die grundwasser- und geotechnische Planungskarte des Bremerhavener Umweltschutzamtes. Sie zeigt, wie hoch der Grundwasserspiegel in deinem Stadtteil liegt – und welche Bauweise dort am sinnvollsten ist.

VERSICHERUNG, TECHNIK UND GUTES RAUMKLIMA

Nur etwa ein Fünftel der Hausbesitzer hat eine Elementarschadenversicherung – dabei sind Rückstau- und Überschwemmungsschäden längst keine Seltenheit mehr. Eine Er-

weiterung der Police lohnt sich, um im Ernstfall finanziell abgesichert zu sein. Auch Technik kann helfen: Wassermelder oder Smart-Home-Sensoren registrieren Feuchtigkeit frühzeitig und schlagen Alarm, bevor Schäden sichtbar werden. Und auch im Alltag gilt: richtig lüften und heizen. Gerade in den feuchten Wintermonaten sollte die Luft regelmäßig, aber kurz ausgetauscht werden – nicht dauerhaft gekippt, sonst dringt Feuchtigkeit ein.

KÜSTENKLIMA VERLANGT KLUGE PLANUNG

Wer in Bremerhaven baut oder saniert, muss mit dem Wasser leben – aber nicht in ihm. Neubauten profitieren von der „Weißen Wanne“ aus wasserundurchlässigem Beton. Für bestehende Gebäude gilt: Regelmäßige Wartung von Abdichtung, Drainage und Entwässerungssystemen ist die beste Investition gegen Feuchteschäden.



In Dachrinnen sammeln sich
oft Laub und Sand.

In Bremerhaven gehört das Wasser zum Alltag – ob als Regen, Nebel oder aufsteigendes Grundwasser. Doch Hausbesitzer können viel tun, um ihr Heim zu schützen. Wer jetzt, in den Wintermonaten, Dachrinnen reinigt, Lichtschächte abdichtet und Drainagen prüft, ist bestens gewappnet für die feuchte Jahreszeit. Denn wer im Winter vorsorgt, bleibt im Frühjahr trocken.

JS



Checkliste

GEGEN FEUCHTIGKEIT

- Geländegefälle vom Haus weg vorhanden?
- Regenrinnen und Fallrohre sauber und frei?
- Kellerfenster und Lichtschächte abdichtet?
- Rückstausicherung installiert?
- Drainage funktionsfähig und regelmäßig gespült?
- Versicherungsschutz für Rückstau und Überschwemmung enthalten?
- Feuchtigkeitssensor oder Wassermelder im Keller vorhanden?

URBANCZYK
FENSTER UND TÜREN

www.urbanczyk-fenster.de

WIR BERATEN, LIEFERN & MONTIEREN

- Isolierung
- Komfort
- Sicherheit

ERFAHRUNG UND PROFESSIONALITÄT

Wir bieten Fenster, Türen und Rollläden höchster Qualität an.

DACHDECKER G. BALKE
Meisterbetrieb

Dacharbeiten aller Art,
Reparaturen bis zur
Neueindeckung
Flachdacharbeiten aller Art
KOSTENLOSE BERATUNG VOR ORT -
SICHERN SIE SICH IHREN TERMIN!
0173 - 3427547 Ich freue mich auf Ihren Anruf!

HEIMWERKER- PROJEKTE FÜR DIE KALTE JAHRESZEIT

MIT HAMMER UND
AKKUSCHRAUBER GEGEN
DEN WINTERBLUES



Wenn draußen Schnee fällt und das Thermometer in den Keller rutscht, verlagert sich der Tatendrang vieler vom Gartenhaus in die heimische Werkstatt. Der Winter ist die perfekte Zeit, den Hammer zu schwingen, Neues zu bauen oder Altes zu verschönern. Heimwerken macht nicht nur Spaß, sondern vertreibt auch den Winterblues – und heraus kommt etwas Handfestes, das den Alltag verschönert.

ORDNUNG SCHAFFEN MIT STIL

Während im Sommer alles nach draußen drängt, ruft der Winter nach Struktur. Ein klassisches Einstiegsprojekt ist ein selbstgebautes Regalsystem. Mit ein paar Brettern, Holzdübeln und etwas Farbe lassen sich individuelle Regale gestalten – ob für die Werkstatt, den Flur oder das Wohnzimmer. Besonders angesagt sind Kombinationen aus hellem Holz und schwarzen Metallwinkeln – ein Mix aus skandinavischer Leichtigkeit und Industrial Chic. Wer sich etwas mehr zutraut, kann ein modulares System bauen, das sich später erweitern lässt.

FÜR DIY-EINSTEIGER: KEINE ANGST VOR SCHIEFEN REGALEN

Ein guter Start sind Projekte, die schnell sichtbaren Erfolg bringen: ein Schlüsselbrett, ein Vogelhäuschen oder ein schlichtes Wandregal. In vielen Baumärkten gibt es mittlerweile Zuschnittservice und kleine DIY-Workshops – ideal, um das nötige Grundwissen mit nach Hause zu nehmen – und vielleicht auch den einen oder anderen Geheimtipp von erfahrenen Bastlern.

Das wichtigste Werkzeug: Geduld. Und ein Maßband, das man wirklich benutzt, bevor man sägt. Mit einem ordentlichen Akkuschrauber, Schleifpapier in mehreren Körnungen und einem guten Pinsel lässt sich schon vieles bewerkstelligen. Und falls doch mal etwas schiefgeht, ist das einfach „Vintage-Charme“.

KLEINE MÖBEL MIT GROSSEM EFFEKT

Der Winter ist die Zeit der Gemütlichkeit – und was wäre gemütlicher als ein selbstgebauter Couchtisch oder ein Hocker aus Restholz? Alte Paletten, übrig gebliebene Dielen oder eine ausgediente Tür lassen sich mit ein wenig Schleifpapier, Beize und Fantasie in stilvolle Möbelstücke verwandeln. Wichtig ist, das Holz vorher gründlich zu reinigen und zu glätten. Eine Schutzschicht aus Wachs oder Öl sorgt nicht nur für Langlebigkeit, sondern bringt auch die Maserung zum Leuchten. Ein Tipp für Fortgeschrittene: Ein Beistelltisch mit integriertem Fach für Bücher oder Zeitschriften – praktisch und individuell zugleich.

LICHT INS DUNKEL BRINGEN

Im Winter zählt jedes Bisschen Helligkeit. Warum also nicht eigene Lampen basteln? Ein alter Einmachglas-Deckel, ein Stück Holz als Sockel und eine hübsche Glühbirne mit sichtbarem Filament – schon entsteht ein originelles Lichtobjekt. Auch Makramee-Lampenschirme erleben gerade ein Comeback. Mit Baumwollschnur, Geduld und einem YouTube-Tutorial lassen sich eindrucksvolle Boho-Lampen zaubern, die warmes Licht in kalte Abende bringen.

Achte aber natürlich bei allen Elektroarbeiten auf die Sicherheit – hol dir bei Zweifeln Rat von einem Fachmann, bevor du den Strom anschließt.



ERLEBEN SIE DIE GRÖSSTE OFENAUSSTELLUNG IM NORDEN



Poststraße 2 • 27616 Beverstedt • T. 04747 231 •
doescher.eu • Mo - Fr: 8:30 - 12 Uhr & 14 - 18 Uhr
Sa: 8:30 - 12:30 Uhr

Plissees • Rollos • Vertikaljalousien • Insektenschutz

Innenliegender Sicht- und Sonnenschutz direkt vom Hersteller



ROOMSCRAFT SICHT- UND SONNENSCHUTZ GMBH
Am Lüneideich 110 b • 27572 Bremerhaven • T 0471 926 95 300
info@roomscraft.de • www.roomscraft.de





Auch praktisch: Ein Schuhregal mit Sitzbank für den Eingangsbereich – ideal, um nicht schon beim Anziehen der Winterstiefel gleich auf den Hosenboden zu fallen.

NACHHALTIG BASTELN – UPCYCLING-IDEEN

Statt Neues zu kaufen, lässt sich vieles aus alten Materialien erschaffen. Aus Weinkisten werden Wandregale, aus ausgedienten Gläsern dekorative Windlichter. Alte Pullover verwandeln sich mit etwas Geschick in Kissenhüllen oder Wärmflaschenbezüge. Besonders beliebt sind derzeit Projekte mit Altholz – jedes Stück erzählt seine eigene Geschichte und bringt Wärme und Charakter ins Zuhause. Ein einfaches, aber effektvolles Projekt: Ein Serviertablett aus alten Schranktüren oder Restholz. Mit zwei Griffen und einem frischen Anstrich wird daraus ein echter Hingucker – perfekt für den Sonntagskaffee auf dem Sofa.

PROJEKTE FÜR DIE SEELE

Nicht jedes Winterprojekt muss groß oder aufwendig sein. Manchmal reicht es, kleine Dinge mit den Händen zu erschaffen – etwa selbstgegossene Kerzen, handgemachte Seifen oder einfache Holzdekorationen für die Fensterbank. Solche Arbeiten entspannen, erden und schenken das gute Gefühl, etwas Eigenes geschaffen zu haben.



Der Winter ist keine Zeit des Stillstands – sondern die Saison für Ideen, die im Sommer keine Zeit fanden. Wer jetzt Hammer, Pinsel oder Säge in die Hand nimmt, erlebt, wie kreativ und erfüllend Heimwerken sein kann. Ob funktional, dekorativ oder einfach nur schön – das nächste Projekt wartet schon in deiner Wohnung. Und wenn draußen der Schnee fällt, kannst du drinnen mit Stolz sagen: selbst gemacht!

JS

idealtransport

Umzüge - Lagerung - Kleintransporte
Küchenmontagen - Beiladungen
Aktenlagerung



Bundesverband Möbelspedition und
Logistik (AMÖ) e.V.

... damit Ihr Umzug nicht
im **CHAUOS** endet!

Schiffdorfer Chaussee 41 27574 Bremerhaven

Tel.: 0471 - 92 12 556 / Mobil: 0172 - 42 35 344

Fax: 0471 - 92 12 558 / e-mail: umzuege@idealtransport.de

Ihr zuverlässiger Partner für unsere Region.
Vom Aufmaß bis zum Einbau alles aus einer Hand -

HOCHWERTIGE TÜREN UND FENSTER FÜR IHR HAUS ODER UNTERNEHMEN.

WINGU BAUELEMENTE GMBH & CO KG · Buchstr. 61
27570 Bremerhaven · 047195108720 · info@win-gu.de



DEIN EINSATZ, *wenn es* RUTSCHIG WIRD

SCHNEERÄUMEN UND STREUEN:
DAS SIND DEINE PFLICHTEN IM WINTER

Mit dem Winter kommt auf Hauseigentümer, aber auch auf so manche Mieter, die Pflicht zu, die Gehwege vor ihrer Haustür frei von Schnee und Eis zu halten. Denn laut Bremischem Landesstraßengesetz liegt die Verantwortung für die Gehwege direkt vor dem eigenen Grundstück bei den Anliegern. Legt sich anderenfalls dort jemand lang, kann es schnell unangenehm und womöglich teuer werden. Wir erklären dir, wie du auf der sicheren Seite bleibst.

WER MUSS WAS RÄUMEN UND STREUEN?

Grundsätzlich ist der Eigentümer eines Hauses verantwortlich für den Fußweg vor dem Grundstück. Der kann diese Pflicht

aber auch vertraglich auf seine Mieter übertragen (zum Beispiel im Mietvertrag) oder einen Dienstleister (Hausmeister oder Winterdienst) damit beauftragen. Trotzdem behältst du als Eigentümer eine gewisse Überwachungsfunktion: Wenn du jemanden beauftragst, musst du kontrollieren, ob der seiner Arbeit auch nachkommt.

WANN, WIE UND WOMIT?

Die gesetzlich festgelegte Räum- und Streupflicht gilt laut Bremer Stadtreinigung werktags von 7 bis 20.30 Uhr und an Sonn- und Feiertagen von 9 bis 20 Uhr. Dabei zählen Wege als ausreichend geräumt, wenn 1,50 Meter Breite schneefrei sind. Eine Bahn mit der Schneeschaufel

zu ziehen, reicht also nicht. Du musst auf dem Weg zurück ins Haus mindestens noch eine weitere, sehr wahrscheinlich sogar eine dritte freimachen. Salz darfst du nicht uneingeschränkt einsetzen. Für Privatanlieger ist es laut Bremer Stadtreinigung nur bei Glatteis oder Eisregen erlaubt. Als Alternativen kannst du Sand, Splitt oder Granulat nehmen. Wird trotzdem unsachgemäß Salz eingesetzt, kann das sogar ein Bußgeld nach sich ziehen.

UND WENN MAN ES EINFACH LÄSST?

Gar keine gute Idee! Wenn du deiner Räum- beziehungsweise Streupflicht nicht nachkommst und jemand vor deinem Haus ausrutscht, kannst du unter Umständen haftbar gemacht werden. ☹

Bei einem Sturz kann der Geschädigte Schadenersatz für Verletzungen verlangen. Zusätzlich ist je nach kommunaler Satzung ein Bußgeld möglich, etwa bei unsachgemäßer Glättebekämpfung. Eine Privathaftpflicht (bei deinem eigenen Haus) oder eine Haus- und Grundbesitzer-Haftpflicht (wenn du vermietest) kann solche Szenarien abdecken. Wenn du einen Winterdienst beauftragst, reicht das nicht automatisch, um jegliche Haftung loszuwerden – du musst den Dienstleister sorgfältig auswählen, ihn anweisen und kontrollieren. Wenn dein beauftragter Räum- oder Streudienst nicht arbeitet, musst du ihn abmahnen und notfalls doch selbst Hand an die Schneeschaufel legen.

Für die Gehwege vor deinem Haus trägst du als Anlieger eine große Verantwortung in der dunklen Jahreszeit. Sie sicher und begehbar zu halten ist mehr als eine Gefälligkeit: Es ist gesetzlich geregelt. Wer sich dran hält, schützt nicht nur andere, sondern vermeidet im Zweifel auch Ärger mit dem Gesetz und teure Haftungsfälle.

Und: Ein bisschen Vorbereitung – etwa durch die Auswahl eines Dienstleisters oder geeigneter Streumittel – spart dir im Winter Sorgen und schont deine Nerven.

JS



TIPPS FÜR DICH DAMIT ES NICHT SCHIEFGEHT

- ✦ Prüfe deinen Mietvertrag beziehungsweise deine Hausordnung, ob dort geregelt ist, wer räumt und streut.
- ✦ Wenn du einen Winterdienst beauftragst, achte auf eine gute Haftpflichtversicherung seitens des Dienstleisters.
- ✦ Dokumentiere deine Ausgaben beziehungsweise deinen Nachweis, dass du geräumt hast (zum Beispiel mit Fotos oder Rechnungen). Das kann im Fall eines Unfalls wichtig werden.
- ✦ Verwende umweltfreundliche Streumittel wie Splitt oder Sand – nicht nur, weil es oft vorgeschrieben ist, sondern auch, um Baumwurzeln nicht zu schädigen.
- ✦ Wenn du berufstätig bist, im Urlaub oder krank wirst, organisiere eine Vertretung oder eine Ersatzlösung (zum Beispiel Nachbar, professioneller Dienstleister).

KOMFORTABEL UND
DISKRET:

Mit der Zahnkorrekturschiene

zum Wunschlächeln

Bitte lächeln! Oder doch lieber nicht? Viele Menschen leiden unter Fehlstellungen der Zähne und verstecken ihr Lächeln deshalb. Fehlstellungen können außerdem zu Beschwerden beim Sprechen oder Kauen führen. Individuell gefertigte Zahnkorrekturschienen aus Kunststoff bringen die Zähne dauerhaft wieder in Reihe. Dabei sind sie im Gegensatz zu Zahnspangen fast unsichtbar und lassen sich zum Essen oder Zähneputzen einfach herausnehmen.

Für Zahnfehlstellungen gibt es viele Ursachen. Mehr als die Hälfte der Menschen in Deutschland ist von ihnen betroffen. Oft werden sie schon in der Kindheit und Jugend korrigiert. Aber auch viele Erwachsene leiden unter Zähnen, die zum Beispiel zu weit auseinander, zu eng oder schief stehen. Zahnkorrekturschienen, auch Aligner genannt, bieten eine komfortable Lösung – und das in jedem Alter.



Dr. Eduard Arendt,
Zahnarzt und Implantologe

» Wir fertigen einen 3D-
Scan der Zähne an und
erstellen ein individuelles
Behandlungskonzept «,

erläutert der Bremerhavener
Zahnmedizin-Experte
Dr. Eduard Arendt.

Auf dieser Basis entstehen dann personalisierte Zahnkorrekturschienen aus transparentem Kunststoff. Sie liegen direkt auf den Zähnen an und üben leichten Druck aus, um sie in die gewünschte Position zu bewegen. Alle ein bis zwei Wochen wird die Schiene gegen eine neue ausgetauscht, welche die Zähne weiter korrigiert. So wandern sie Stück für Stück an ihren idealen Platz.

Die Schiene sollte rund 20 Stunden am Tag getragen werden. Da sie aber fast unsichtbar und leicht herausnehmbar ist, schränkt sie den Komfort kaum ein. Die Dauer der Anwendung hängt von der Art der Fehlstellung ab – meist ist sie in zwei bis sieben Monaten abgeschlossen. „Kompetente Beratung und professionelle Begleitung sind die Grundlage für ein optimales Ergebnis“, weiß Dr. Eduard Arendt. Er und sein Team sorgen mit umfassender Expertise und viel Erfahrung für ein Lächeln, das niemand mehr verstecken möchte.

LE

arendtdental.de



KORBJAGD AUF RÄDERN:

ROLLSTUHLBASKETBALL BEI BREMERHAVEN UNITED

Gleichzeitig Europa- und Weltmeister: der deutsche Basketball erlebt gerade einen Höhenflug. Weniger bekannt sind die Erfolge im Rollstuhlbasketball. Die Herren holten bei der Europameisterschaft 2025 in Sarajevo Bronze, die Damen liegen im Paralympics-Medaillenspiegel insgesamt auf Platz 2. Rollstuhlbasketball wird auch in der Seestadt gespielt. Das Team von Bremerhaven United trainiert für seinen Start in den Liga-Betrieb.



Zentrum für Schmerztherapie

Schmerztherapie zwischen Hamburg und Bremen

Liebe Patientinnen und Patienten,

Sie leiden unter chronischen Schmerzen, sind bereits in dauerhafter medizinischer Betreuung, haben vielleicht sogar schon mehrfach die Behandlung gewechselt und vielerlei teils auch belastende Untersuchungen bewältigen müssen? Trotz aller Mühen sind Ihre Schmerzen nicht gelindert? Die Schmerzen haben zudem auch Einfluss auf Ihr

Gesamtbefinden und Ihr Seelenleben? In solchen Fällen ist eine spezialisierte, schmerztherapeutische, ganzheitliche Behandlung sinnvoll. Bei uns werden Sie von einem ganzen Team bestehend aus Experten aus Medizin, Psychologie, Physio- und Ergotherapie und Pflege betreut.

Sekretariat:

T. 04761 980-6880 / F. 04761 980-6881

www.octamed.de

OctaMed Klinik Bremerörde

Gartenburger Straße 117 | 27452 Bremerörde



SCHMERZTHERAPIE ELBE WESER



Trainer Dilaver Berber (links)
hat das Rollstuhlbasketball-
Team bei Bremerhaven
United aufgebaut.

„Eine Herzensangelegenheit“ nennt Trainer Dilaver Berber sein Rollstuhlbasketball-Team. „Mein Vater saß selbst im Rollstuhl“, erläutert der Bremerhaver. Dilaver Berber spielt seit 30 Jahren Basketball und hat viele Mannschaften trainiert. Schon lange wollte er ein Angebot für Rollstuhlfahrer schaffen. Vor drei Jahren initiierte er es bei Bremerhaven United – als erstes Projekt dieser Art im Land Bremen. Zwölf Spieler gehören inzwischen zum Team. Davon brauchen fünf abseits des Spielfelds keinen Rollstuhl. Mitspielen können Menschen mit und ohne Handicap, Frauen und Männer, Jugendliche und Senioren – die Sportart ist sehr inklusiv. „Alle trainieren zusammen, lachen zusammen und wachsen als Team. Das schafft neue soziale Kontakte, stärkt das Selbstvertrauen und fördert ein inklusives Miteinander, das weit über den Sport hinausgeht“, erklärt Dilaver Berber.

BASKETBALL AUS ANDERER PERSPEKTIVE

Beim Training sitzt auch Dilaver Berber in einem Rollstuhl, damit er möglichst nah an der Realität seiner Spieler ist. „Die sind sehr schnell unterwegs. Ich bin meistens nach dem Aufwärmen schon geschafft“, erklärt der Trainer und lacht. Denn der Sport geht auf ganz andere Muskeln als die „Fußgänger-Variante“. Die Arme werden gleichzeitig durch das Antreiben des Rollstuhls und das Werfen belastet. Da haben Menschen, die jeden Tag im Rollstuhl unterwegs sind, einen Vorteil. Die Wurftechnik ist außerdem komplett anders. Beim Standbasketball entsteht der Wurf aus der gesamten Körperbewegung, während im Rollstuhlbasketball vor allem Rücken und Arme gefordert sind. Das gleichzeitige Fahren erschwert die Ballkontrolle. Die Perspektive auf den 3,05 Meter hohen Korb und das Spielfeld verändert sich im Sitzen ebenfalls komplett.



Thiele Dental-Technik
Gesellschaft mbH

- Veneers, Einzelkronen, Teilkronen, Brücken, Inlays
- Aufbiss-Schienen
- Kombi-Arbeiten
- Kunststoff-Technik
- Modellguß-Technik
- Kieferorthopädie
- Implantat-Technik
- VMK-Metallkeramik (EM oder NEM)
- Vollkeramik
- Cad-Cam
- Kusto-Verblend-Technik
- Teleskop- und Geschiebetechnik
- Laser- und Galvanotechnik
- Reparaturen aller Art (Unterfütterungen, Bruchreparatur, Erweiterungen Metall/Kunststoff)

... das komplette Spektrum der
Zahntechnik wird abgedeckt!

Thiele Dental Technik GmbH · Neue Straße 28a · 27576 Bremerhaven
0471 55020 · thiele-dentaltechnik.de · thiele.dental-technik@nord-com.net



„WEIL GESUNDHEIT
VERTRAUENSSACHE IST.“

Parkstr. 3 • 27580 Bremerhaven
0471 - 8 58 59

www.zondag-physiotherapie.de



Bremerhaven United

- ◆ Fußball, Basketball, Rollstuhlbasketball, Linedance
- ◆ Gegründet im Jahr 2015
- ◆ Vereinsfarben: Schwarz, Weiß, Gold
- ◆ Vereinssitz: Wurster Str. 204

**bremerhaven-
united.de**



Sprungwürfe und Dunks fallen beim Rollstuhlbasketball weg. Dadurch ist die Spielart aber nicht weniger dynamisch. Fahrtwege werden blockiert, schnelle Pässe gespielt, unter dem Korb taktiert. Das Regelwerk unterscheidet sich kaum vom Vorbild.

Gespielt wird auf einem regulären Basketballfeld. Zwei Teams à fünf Spielern treten in vier zehn Minuten langen Vierteln gegeneinander an. Wer den Ball führt, muss nach zwei Schiebekontakten dribbeln - sonst verstößt er gegen die Regeln. Das angreifende Team muss innerhalb von 24 Sekunden werfen. Der Sport braucht allerdings spezielle Rollstühle. Ihr Rahmen ist verstärkt, um den großen Be-

Präzise Würfe, Taktik, schnelle Pässe: Dafür steht Rollstuhlbasketball.

lastungen standzuhalten. Ein Kippschutz verhindert Unfälle. Die Räder sind angeschragt, damit sich die Spieler bei einem Zusammenstoß nicht die Finger klemmen. Zusätzliche Bügel schützen die Beine. Zehn dieser Rollstühle hat Bremerhaven United inzwischen angeschafft. „Das war eine finanzielle Herausforderung“, erinnert sich der Trainer. Eine einzige dieser Spezialanfertigungen kostet mindestens 3000 Euro. Unterstützung gab es vom Amt für Menschen mit Behinderungen in Bremerhaven und vom Hersteller.

PASSENDE TRAININGSZEITEN FEHLEN

Erste Spielerfahrungen haben die Sportler bereits gesammelt. 2024 trafen die Sportler bei einem von Bremerhaven United organisierten Benefiz-Spiel für die Deutsche Krebshilfe vor rund 250 Zuschauern auf die Rollstuhlbasketballer der Achim Lions. Auch Freundschaftsspiele gegen die „Fußgänger“ aus den anderen Teams von Bremerhaven United gehören zum Programm.



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.





Die Rollstuhlbasketballer wären jetzt eigentlich bereit für den Ligabetrieb. „Wir haben eine sehr motivierte Mannschaft zusammen“, sagt Dilaver Berber. Allerdings gibt es Hindernisse: Einerseits fehlt es an Trainingszeiten in einer geeigneten Halle. Aktuell treffen sich die Spieler jeden Sonn-

tag um 16 Uhr in der Schule am Ernst-Reuter-Platz. Mindestens einen zweiten Termin pro Woche bräuchten sie laut Trainer, um fit für Liga-Spiele zu sein. Doch auch nach langer Suche und vielen Gesprächen ist dafür noch kein Raum gefunden.

Andererseits bedeuten Liga-Spiele einen großen logistischen Aufwand. In der Landesliga spielen zum Beispiel Teams aus dem Emsland, Osnabrück und Hamburg. Weite Fahrten, für die außerdem Transporter mit genug Platz für die Rollstühle benötigt werden. Hier suchen die Bremerhavener noch nach Sponsoren. Das Team hofft, im kommenden Jahr endlich richtig durchstarten zu können – und diese besonders inklusive Sportart dauerhaft in der Seestadt zu etablieren.



ROLLSTUHL-BASKETBALL

Weltweit spielen rund 25.000 Menschen in 80 Ländern Rollstuhlbasketball. In Deutschland gibt es die erste und zweite Rollstuhl-Basketball-Bundesliga, drei Regionalligen, fünf Oberligen und vier Landesligen. Rund 2500 Männer und Frauen sind hierzulande in der Sportart aktiv.

VEREIN LICHTBLICKE E.V.:

Für ein erfülltes Leben trotz

Krankheit

Die Diagnosen Krebs oder Organversagen stellen das ganze Leben auf den Kopf. Die erste Frage, die sich stellt, ist: „Werde ich überleben?“. Hier ist der Bremerhavener Verein Lichtblicke e.V. Ansprechpartner und Beratungsstelle für Betroffene und Angehörige.

Wir sind für dich da und bieten dir und deiner Familie kostenlose Beratung rund um die Themen Krebs, Organversagen und Organspende. Unser erfahrenes Team aus langjährigen, mit viel Herz engagierten Mitarbeitern ist spezialisiert auf die

Psychoonkologie – also die seelische Unterstützung in diesem Ausnahmezustand. Zu unserem Programm gehören Informatikveranstaltungen genauso wie gemeinsame Spaziergänge oder Singen.

Wir freuen uns, am Samstag, 28. Februar, wieder unseren Wohlfühltag anbieten zu können: einen Tag voller Leichtigkeit, Überraschungen, interessanter Aussteller und vieler unterhaltsamer Gespräche – von 13 bis 16 Uhr im TimePort 2 an der Barkhausenstraße 2. Du bist herzlich eingeladen!

**LICHT
BLICKE**

VEREIN LICHTBLICKE E.V.

Schifferstraße 17 | 0471/391 3869
info@lichtblicke-bremerhaven.de

Öffnungszeiten Beratungsstelle:

montags von 15 bis 17 Uhr,
dienstags und donnerstags
von 10 bis 12 Uhr

lichtblicke-bremerhaven.de



WIE DU MIT **NIKOTIN-ERSATZPRODUKTEN** DAUERHAFT RAUCHFREI WIRST

Mehr als 11 Millionen Menschen in Deutschland rauchen – und die meisten davon würden gerne damit aufhören. Die gesundheitlichen Folgen sprechen schließlich eine klare Sprache. Der Rauchstopp ist einer der beliebtesten Neujahrsvorsätze. Doch oft scheitert die Entwöhnung schon nach wenigen Tagen. Ersatzprodukte aus der Apotheke helfen dir dabei, dauerhaft von Zigaretten oder Vapes loszukommen.



Thomas Anthes,
Apotheker und Inhaber der Sander Apotheken

Wer regelmäßig raucht, ist süchtig nach Nikotin – sowohl körperlich als auch psychisch. Raucher werden durch den Entzug oft nervös und reizbar. Stimmungsschwankungen und Schlafstörungen können auftreten. Die ersten Tage und Wochen sind dabei oft die schwierigsten. Rückfälle passieren meist innerhalb der ersten zwei Wochen.

Die Chance auf einen erfolgreichen Rauchstopp steigt laut verschiedenen

Studien um 50 bis 70 Prozent, wenn Nikotinersatz-Präparate genutzt werden. Das können zum Beispiel Kaugummi, Pflaster oder Sprays aus der Apotheke sein. „Nikotin-Ersatzprodukte unterstützen den Körper bei der langsamen Entwöhnung. Sie enthalten nur reines Nikotin und nicht die zahlreichen zusätzlichen Giftstoffe aus dem Zigarettenrauch“, erläutert Thomas Anthes von den Sander Apotheken in Bremerhaven.

NIKOTIN-ERSATZPRODUKTE AUS DER APOTHEKE

- ♦ **Kaugummi und Lutschtabletten:** Sie eignen sich gut bei geringerer oder situationsbedingter Abhängigkeit. Bei großem Verlangen nimmst du ein Kaugummi oder eine Lutschtablette.
- ♦ **Spray/Inhaler:** Besonders geeignet für zuvor starke Raucher. Der Konsum ähnelt dem Rauchen, ist aber deutlich weniger schädlich.

- ♦ **Pflaster:** Sie geben gleichmäßig über viele Stunden Nikotin über die Haut ab. Bei akutem Verlangen können sie durch Kaugummi, Tabletten oder Sprays ergänzt werden.

Die Produkte sind in der Apotheke frei verkäuflich. „Da es viele verschiedene Formen und Dosierungen gibt, ist eine gründliche Beratung wichtig“, betont Thomas Anthes. Sprich am besten auch mit deinem Hausarzt, bevor du die Entwöhnung startest. Die Nikotin-Dosierung wird nach und nach gesenkt, bis das Verlangen überwunden ist. Und du das nächste Jahr ohne einen Gedanken an Zigaretten starten kannst.

LE

sander-apotheken.de



WEG VOM BILDSCHIRM:

Digital Detox

statt **Dauerstress**



The advertisement for Parkhaus Fitness Club features a large background image of a modern gym interior with large windows overlooking a lush green forest. In the foreground, several people are exercising on treadmills and elliptical machines. The gym's logo, a stylized leaf, is positioned above the text "PARKHAUS FITNESS CLUB". In the bottom left corner, there is a green banner with the social media handle "@PARKHAUSFITNESSCLUB" and icons for Instagram, Facebook, YouTube, and a globe. In the bottom right corner, a yellow banner reads "JETZT MITGLIED WERDEN:" above a QR code.

@PARKHAUSFITNESSCLUB

PARKHAUS
FITNESS CLUB

JETZT MITGLIED WERDEN:




Dampfbad

Kaminsauna

Kelosauna

Aufgüsse

Wärme, die gut tut.

Saunieren im BAD 2

Gönn dir eine entspannende Auszeit und entdecke wechselnde Aufgüsse, verwöhnende Anwendungen und verführerische Düfte.

www.baeder-bhv.de

BAD2

Pling – das Smartphone brummt, der Bildschirm leuchtet. Wir sind heute überall erreichbar und ständig online. Das macht unser Leben in vielen Bereichen leichter – hat aber auch negative Folgen. Wer ständig durch sein Smartphone scrollt, kann unter Stress, Schlafstörungen und fehlender Konzentration leiden. Dann ist es Zeit für ein „Digital Detox“ – also die „Entgiftung“ von digitalen Medien.

Durchschnittlich 150 Minuten schauen Menschen in Deutschland täglich auf ihr Smartphone – also rund 17,5 Stunden pro Woche. Das belegt eine Umfrage des Branchenverbands Bitkom aus dem Jahr 2024. Je jünger die Befragten, desto mehr Zeit verbrachten sie am Handy. Allerdings sind längst nicht nur Kinder und Jugendliche von einem problematischen Umgang mit dem Smartphone betroffen: 25 Prozent aller Nutzer bis zum Alter von 44 Jahren zeigen dabei ein ungesundes Verhalten, wie eine Studie der Macromedia University München aus dem Jahr 2025 belegt.

Das Internet steckt voll von Informationen und Inspirationen. Sei es ein Nachrichtenartikel auf Social Media, ein kreatives Tutorial



» Je mehr Informationen
wir scrollen, desto
weniger davon erreichen
uns wirklich. «

auf YouTube oder eine Kurznachricht von der besten Freundin. Diese Vielfalt ist aber oft zu viel für uns: Das Gehirn kann diese Flut an Informationen nicht mehr richtig verarbeiten und gerät in Dauerstress. Besonders anstrengend ist das „Second Screening“, also zum Beispiel gleichzeitig eine Serie zu schauen und parallel am Smartphone zu lesen oder zu spielen.

WENIGER KONZENTRATION UND SCHLAFSTÖRUNGEN

Die Folgen von zu viel Bildschirmzeit sind vielfältig. Die Aufmerksamkeitsspanne des Gehirns wird kürzer. Konzentriertes Arbeiten fällt dadurch schwerer – Ständige Reize, wie Vibrationen oder das „Pling“, verstärken den Effekt und sorgen für Unterbrechungen. Zwischenmenschliche Beziehungen können genauso leiden wie unser Körper. Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Augenbeschwerden sind häufige Symptome. Bestimmte Social-Media-Plattformen fördern mit ihrem Belohnungssystemen außerdem Suchtverhalten.

Liken, teilen, kommentieren: Positive Reaktionen bei Facebook, Instagram, TikTok und ähnlichen Apps sorgen dafür, dass dein Gehirn das Glückshormon Dopamin ausschüttet. Wenn diese Reaktionen aber

STUDIE BELEGT POSITIVE WIRKUNG

Eine 2025 veröffentlichte Studie der Universität im österreichischen Krems hat den Effekt von höchstens zwei Stunden Smartphone-Nutzung am Tag auf die psychische Gesundheit untersucht.

Nach drei Wochen verbesserte sich dabei die Stimmung der Probanden deutlich: Depressive Symptome gingen um 27 Prozent zurück, Stress um 16 Prozent. Die Schlafqualität stieg um 18 Prozent und das allgemeine Wohlbefinden um 14 Prozent. Nach dem Ende der Beschränkung auf zwei Stunden stieg die Bildschirmzeit der Teilnehmer wieder an und die positiven Effekte ließen nach.

soulfit
MOMENTS OF SAUNA



4 SAUNEN
DAMPFBAD
GASTRONOMIE
SOLARIEN

ANKOMMEN
ABSCHALTEN
GENIEßEN

SOULFIT-CUXHAVEN.DE   

URLAUB FÜR DIE SEELE

ausbleiben, kann es das genaue Gegenteil bewirken. Außerdem gewöhnt sich das Gehirn schnell an diese Glücksmomente und möchte sie immer wieder erleben. So kann Abhängigkeit entstehen.

Ein weiterer Stressfaktor ist das sogenannte „Doomscrolling“. Social Media – wie die Medien allgemein – steckt voll von schlechten Nachrichten, Krieg und Krisen. Es ist zwar richtig, davor nicht völlig die Augen zu verschließen. Aber zu viele negative Eindrücke können zu psychischer Überlastung, depressiven Verstimmungen und Schlafstörungen führen. Gerade Vor dem Einschlafen solltest du dich nicht zu sehr damit auseinandersetzen.

Viel Zeit mit sozialen Medien ist besonders für Kinder und Jugendliche riskant. Da ihr Gehirn noch nicht voll entwickelt ist, sind sie besonders anfällig für die negativen Auswirkungen von digitalen Medien wie Sucht und Depressionen. Einen drastischen Schritt ist deshalb die Regierung in Australien gegangen: Ab diesem Jahr gilt dort für alle unter 16 Jahren ein Social-Media-Verbot. Auch in Deutschland und in der EU wird jetzt darüber diskutiert.

EINEN GESUNDEN UMGANG TRAINIEREN

Das gängige Mindestalter für die meisten Social-Media-Plattformen liegt bei 13 Jahren. Oft wird zusätzlich das Einverständnis der Erziehungsberechtigten benötigt. Bei jungen Nutzern sind außerdem vielfach die Funktionen der

App eingeschränkt. Fakt ist aber auch, dass sich die Sicherheitsvorkehrungen oft leicht umgehen lassen. Eltern sollten die Konten am besten gemeinsam mit ihren Kindern einrichten und ein Auge auf ihre Aktivitäten haben. Gleichzeitig können sie zeigen, wie ein gesunder Umgang mit digitalen Medien aussieht. Aber wie viel Zeit am Smartphone ist zu viel? Die meisten Experten empfehlen weniger als zwei Stunden täglich für Erwachsene und Jugendliche. Ein eigenes Smartphone sollten Kinder erst ab etwa zwölf Jahren bekommen, raten Pädagogen. Studien zeigen, dass sich zu viel Zeit mit digitalen Medien negativ auf die Entwicklung ihres Gehirns auswirkt. Hier sollten die Eltern aber auch als Vorbild handeln.

Weniger Zeit am Handy schafft mehr Zeit für alles andere. Du kannst dich besser auf dein Umfeld und deine Aufgaben konzentrieren. Entspannung fällt leichter, der Stressfaktor schwindet. Digital Detox bietet einen Neustart für den bewussten und selbstbestimmten Umgang mit digitalen Medien.

LE



TIPPS FÜR DEIN „Digital Detox“

Willst du deine eigene Bildschirmzeit reduzieren? So geht es ganz einfach:

- ✦ Gehe ins Schwimmbad, die Sauna oder das Fitness-Studio. Das Smartphone bleibt im Spind – und du kannst dich auf dich selbst konzentrieren.
- ✦ Sport und Yoga helfen dir dabei, dich bewusst zu entspannen. Es gibt sogar spezielle „Digital Detox“-Angebote.
- ✦ Deaktiviere Push-Nachrichten. Lege dein Smartphone außer Sicht- und Griffweite.
- ✦ Verbanne dein Smartphone aus bestimmten Räumen, etwa aus dem Schlafzimmer oder dem Esszimmer.
- ✦ Lege Zeiten fest, in denen du komplett auf dein Smartphone verzichtest – zum Beispiel morgens nach dem Aufstehen oder eine Stunde vor dem Zubettgehen.
- ✦ Suche dir „analoge“ Alternativen – vielleicht Hobbys, die du in letzter Zeit etwas vernachlässigt hast. Lies Bücher oder Print-Magazine statt im Internet.
- ✦ Sag Familie und Freunden Bescheid, dass du nicht mehr jederzeit erreichbar bist und nicht sofort auf Text- oder Sprachnachrichten antwortest.

URLAUB ZU HAUSE in der OLantis SaunaWelt

4 INDOOR- UND 3 OUTDOOR-SAUNEN
DAMPFBAD · RUHERÄUME
AUGUSSPROGRAMM

FÜR MEHR
INFORMATIONEN
QR-CODE SCANNEN



SAUNAGARTEN MIT AUSSENPOOL
GASTRONOMIE · PANORAMABAR

STADT | LAND | FLUSS

olantis
HUNTEBAD

Am Schloßgarten 15
26122 Oldenburg
Telefon 0441 - 36 13 16-0
info@baeder-oldenburg.de

Aktuelle Infos unter
www.olantis.com

Bildquellen: Thomas Weber · Harry Köster

pro familia
Land Bremen

Informationsabend für werdende Eltern

Behördengänge vor und nach der Geburt -
Vom Mutterschutz bis Elterngeld Plus

29. Januar 2026, um 18 Uhr

23. April 2026, um 18 Uhr

25. Juni 2026, um 18 Uhr

(Einzelne 10 €, Paare 15 €)

Wir bieten außerdem ein **individuelles Beratungsangebot** zu Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft wie auch über **finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten** für Schwangere an.

pro familia Beratungsstelle Bremerhaven



Borriesstr. 3–5, 27570 Bremerhaven
Telefon (0471) 287 22
bremervhaven@profamilia.de
www.profamilia.de/bremervhaven

SO KLAPPT'S MIT DEN
NEUJAHRSVORSÄTZEN:

DER WEG ZUM STARKEN RÜCKEN IN 2026

CORPUSANA-FITNESSSTUDIO-INHABER JOEL DANY ERKLÄRT,
WIE ES GEHT – UND LÄDT ZUM NEUJAHRS-DEAL EIN!

Jedes Jahr beginnt mit den gleichen Vorsätzen: Mehr Sport machen. Rücken stärken. Abnehmen. Gesünder leben. Doch spätestens nach ein paar Wochen ist der Alltag wieder da – und die Rückenschmerzen gleich mit. Dabei ist ein starker Rücken die Basis für alles, was uns im Leben wichtig ist: Energie, Beweglichkeit und Wohlbefinden.

DAS RICHTIGE KONZEPT ZUM LANGFRISTIGEN DURCHHALTEN

Genau hier setzt CorpuSana an. Seit über 20 Jahren unterstützt das Studio in Geesemünde Menschen dabei, fitter zu werden, den Rücken zu stärken – und macht es den Mitgliedern durch eine angenehme Trainingsatmosphäre leichter denn je, im Training dranzubleiben. Das beweist zumindest der langjährige, treue Kundenstamm des CorpuSana Fitnessstudios.

„Der Jahresanfang ist für viele ein Startschuss – aber gute Vorsätze allein reichen nicht“, sagt Studioinhaber Joel Dany. „Entscheidend ist neben Disziplin ein klarer Trainingsplan und echte Unterstützung durch Personal Training sowie regelmäßige Kraftfortschrittsmessungen beim Erreichen der Trainingsziele.“

Deshalb setzt CorpuSana auf persönliche Betreuung, individuelle Trainingspläne und eine angenehme Trainingsatmosphäre. Keine überfüllten Trainingsbereiche, keine anonymen Massen – hier kennt man sich persönlich. Schon beim Betreten des Studios wird man freundlich mit Namen begrüßt, Wünsche werden besprochen und Ziele gemeinsam definiert. „Unsere Mitglieder lieben das Persönliche. Und sie lieben, dass unser Fokus nicht auf Lautstärke oder Show liegt, sondern auf dem Wesentlichen: gesundem und nachhaltigem Krafttraining mit echten Ergebnissen.“

TIPP:
**BELOHNUNG NACH DEM
TRAINING KANN HELFEN,
DRANZUBLEIBEN**

„Aus Erfahrung hilft es auch manchen Mitgliedern, das Training mit einer Belohnung danach zu kombinieren. Wie zum Beispiel einem Gang in unsere finnische Sauna, dem Solarium oder dem Trinken eines Kaffees vor Ort.“



Joel Dany,
Inhaber CorpuSana

CorpuSana
Gesunde Kraft

Neujahrs-Deal
in den ersten 6 Monaten

29,90€
mtl.* ~~statt 39,90€~~
mtl.

*Sonderangebot nur für Neukunden: Mitgliedschaft mit 12 Monaten Laufzeit mit anschließend monatlicher Verlängerung. In den ersten 6 Monaten reduzierter Monatsbeitrag von 29,90€, ab dem 7. Monat 39,90€ monatlich. Einmalig fällt eine Service-Pauschale von 39,90€ an.



WIE DU EINEN PFLEGEGRAD BEANTRAGST _____

UND WAS DIE
VORTEILE SIND



Pflege • Betreuung • Wohnen
Miteinander!

Wir unterstützen Sie vielfältig aus einer Hand.

0471 95431-0

www.bew-bhv.de

*Rund um den Pflegegrad
gibt es viele hilfreiche
Beratungsangebote.*



Ob wegen Krankheit, durch einen Unfall oder einfach aufgrund des Alters: Viele Menschen können ihren Alltag irgendwann nicht mehr komplett selbst bewältigen. Wenn Unterstützung nötig wird, solltest du einen Pflegegrad beantragen. Wie das geht und wofür die einzelnen Pflegegrade stehen, liest du hier.

Alle gesetzlich Versicherten in Deutschland sind automatisch auch pflegeversichert. Und auch privat Versicherte müssen eine Pflegeversicherung abschließen. Wenn du Leistungen aus der Pflegeversicherung in Anspruch nehmen möchtest, benötigst du einen Pflegegrad.

Anzeichen dafür, dass dir oder deinen Angehörigen diese Unterstützung zusteht, sind zum Beispiel:

- ◆ Demenz oder geistige Beeinträchtigungen
- ◆ Chronische Krankheiten
- ◆ Körperliche Behinderungen oder Einschränkungen
- ◆ Probleme beim Waschen, Duschen oder Anziehen
- ◆ Schwierigkeiten beim Kochen, Essen oder Trinken
- ◆ Eingeschränkte Beweglichkeit
- ◆ Vergessen, Medikamente einzunehmen

Wenn einer oder mehrere dieser Punkte zutrifft, nimm Kontakt zu deiner Pflegekasse auf. Das ist bei gesetzlich Versicherten die Krankenkasse. Dort kannst du einen Pflegegrad beantragen – meist telefonisch, per Formular oder über Web-Portale. Für die Einstufung in einen Pflegegrad braucht die Kasse in der Regel zahlreiche Informationen über die Krankengeschichte und die persönlichen Lebensumstände. Außerdem muss der medizinische Dienst ein Gutachten anfertigen.

Für dieses Gutachten kommen Experten zum Antragsteller nach Hause, um sich ein genaues Bild zu machen. Wie sieht der All-



Albert-Schweitzer-Inklusiver Pflegedienste gGmbH in Bremerhaven – wir verstehen uns als ein Dienstleister für alle Menschen – unsere Angebote richten sich an **hilfsbedürftige Menschen** jeden Alters **mit oder ohne Behinderung**. Es ist uns ein Anliegen, das gleichberechtigte Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung, von Pflegebedürftigen und gesunden Menschen, von Jung und Alt zu unterstützen und zu fördern in ihrem eigenen zuhause. Wir schließen mit unserem Angebot eine Versorgungslücke und kombinieren

aufgrund unserer Arbeitsweise und dem zur Verfügung stehenden ausgebildetem Personal die **pflegerischen und pädagogischen Leistungen**.

Gern beraten wir Sie in unserem Büro oder beim Kunden vor Ort ausführlicher zum Thema „ambulante Pflege“, erklären Ihnen die Vorteile und beantworten alle Fragen. Nehmen Sie hierfür einfach Kontakt auf und vereinbaren Sie einen Termin in unserer Einrichtung.



0471 - 52 007 · info@asw-bhv.de · asw-bhv.de



tag aus? Wo wird Hilfe benötigt? Wie gut kann sich die Person selbst versorgen? Diese Fragen sind Grundlage für die Einstufung in einen Pflegegrad. Bei diesem Termin ist es wichtig, offen und ehrlich zu sein – kein falscher Stolz! Pflegeleistungen stehen jedem Versicherten zu und entlasten nicht nur ihn selbst, sondern auch die Angehörigen. Nach dem Gutachten durch den medizinischen Dienst wird die Höhe des Pflegegrads festgelegt. ➤



NOCH KAPAZITÄT IN DER PFLEGE FREI

HILFE FÜR SENIOREN

- ✓ Unterstützung und Pflege von „Senioren“ in gewohnter Umgebung
- ✓ qualifiziertes und motiviertes Team

SENIOREN-WG

- ✓ Wohngemeinschaft
- ✓ familiärer Umgang
- ✓ 24-Stunden-Betreuung
- ✓ ambulanter Pflegedienst nach Bedarf

Borriesstraße 19, 27570 Bremerhaven
T. 0471 / 97 24 99 77 | info@buschmanns-bremerhaven.de



Soziale Dienstleistungen Wulf

Ihr Spezialist für hauswirtschaftliche Dienstleistungen seit 2005!

Ab Pflegegrad I ist eine Abrechnung mit den Pflegekassen möglich. Wir informieren Sie gern!

SDW Bremerhaven / Cuxhaven

T 0471 - 9716 9716 (Mo. - Fr. 09.00 - 14.00 h)
oder www.sdw-wulf.de (Kontaktformular)



ÜBER 30 JAHRE HOMBRE

» Den Tagen mehr Leben geben. «

Hombre Hospizmodell Bremerhaven e.V.
Seit über 30 Jahren begleiten wir Menschen in ihrer letzten Lebensphase und deren Angehörige. Sie möchten Gutes tun? Wir freuen uns über Ihre Unterstützung! Mehr Infos unter: hospiz-bremerhaven.de

**Wir pflegen persönlich.
Für mehr Lebensqualität im Alter.**



Christliche HEIMSTIFTUNG Bremerhaven



Christliche Heimstiftung Bremerhaven Walther-Rathenau-Platz 6 | 27570 Bremerhaven
T: +49 (0)471 924550 | F: +49 (0)471 9245514 | E-Mail: info@chr-heimstiftung.de

PFLEGEGRAD 1

Steht für geringe Beeinträchtigungen. Die Pflegekasse zahlt monatlich bis zu 131 Euro, zum Beispiel für den Kauf von Hilfsmitteln wie Rollatoren, Duschhockern oder Haltegriffen. Es gibt keinen Anspruch auf einen Pflegedienst.

PFLEGEGRAD 2

Der Antragsteller ist im Alltag erheblich beeinträchtigt, die Selbstständigkeit stark eingeschränkt. Es gibt finanzielle Unterstützung für pflegende Angehörige oder ehrenamtliche Pflegepersonen in Höhe von bis zu 347 Euro. Außerdem zahlt die Kasse bis zu 796 Euro für Hilfe durch einen ambulanten Pflegedienst. Eine Haushaltshilfe kann beantragt werden.

PFLEGEGRAD 3

Es liegt eine schwere Beeinträchtigung vor. Meistens wird mehrmals täglich Unterstützung benötigt. Monatlich bis zu 599 Euro werden für pflegende Angehörige oder nahestehende Personen ausgezahlt. Außerdem stehen bis zu 1.357 Euro für einen Pflegedienst zur Verfügung. Dazu kommen Mittel für eine Haushaltshilfe.



ES GIBT IN DEUTSCHLAND FÜNF PFLEGEGRAD E

PFLEGEGRAD 4

Die Person ist schwer beeinträchtigt und kann ihren Alltag kaum noch selbst bewältigen. Sie braucht bei den meisten Tätigkeiten Hilfe. Meist wird hier die vollstationäre Pflege empfohlen. Die Kasse zahlt bis zu 800 Euro für pflegende Angehörige. Für die Betreuung durch Pflegedienste gibt es bis zu 1.859 Euro, dazu kommen bis zu 1.685 Euro für Tages- und Nachtpflege. Es besteht Anspruch auf Verhinderungs- und Kurzzeitpflege.

PFLEGEGRAD 5

Eine Person mit der höchsten Stufe hat besondere Anforderungen an die Pflege. Meistens muss sie durchgehend betreut werden und kann sich selbst kaum fortbewegen. Das Pflegegeld liegt bei bis zu 990 Euro monatlich, dazu kommen bis zu 2.299 Euro monatlich für den Pflegedienst beziehungsweise die Pflegeeinrichtung sowie bis zu 2.085 Euro für Tages- und Nachtpflege. Außerdem gibt es Zuschüsse für Wohngruppen oder stationäre Pflege.

Fit fürs Helfen – Lebensretter werden!

Erste-Hilfe-Ausbildung für den Erwerb des Führerscheins und **betriebliche Erste-Hilfe-Ausbildung** in Bremerhaven.

Die Schulung entspricht den Vorgaben der Unfallversicherungsverträge (DGUV) und der Fahrerlaubnisverordnung FEV.


JOHANNITER

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Altonaer Straße 11a, 27570 Bremerhaven,
Telefon 0471 98120-50,
johanniter.de/bremerhaven

Der Johanniter- Hausnotruf.

Zuhause und unterwegs
ein gutes Gefühl.

Jetzt bestellen!

johanniter.de/hausnotruf
0800 0019412 (gebührenfrei)

Für alle Pflegegrade gibt es einen Zuschuss von monatlich bis zu 25,50 Euro für einen Hausnotruf und einen Zuschuss für den barrierefreien Umbau der Wohnung oder des Hauses von bis zu 4.180 Euro – zum Beispiel für die Umgestaltung des Badezimmers, die Verbreiterung von Türen oder den Einbau von Rampen. Zusätzlich steht ein umfangreiches kostenloses Angebot für Beratungen und Fortbildungen zur Verfügung. Wenn sich die Beeinträchtigung verschlechtert, kann der Pflegegrad entsprechend erhöht werden. Dann wird ein neues Gutachten erstellt.

Schon der Pflegegrad 1 kann dir den Alltag also deutlich erleichtern und dich finanziell entlasten. Wenn du dir unsicher bist, ob dir Unterstützung zusteht, bekommst du Informationen über deine Krankenkasse. Oder nutze einen der zahlreichen kostenlosen Pflegegrad-Rechner im Internet. Der Pflegestützpunkt Bremerhaven an der Bürgermeister-Smidt-Straße 29-31 berät außerdem kostenlos, unabhängig und kompetent zu allen damit verbundenen Fragen.



ANZEIGE

Experten-Tipp der GuW AG:

MIT DER PRIVATEN PFLEGEZUSATZ-VERSICHERUNG RUNDUM ABGESICHERT

Zahlungen aus der gesetzlichen Pflegekasse reichen oft nicht aus, um ambulante oder stationäre Pflege vollständig zu finanzieren. Die Kosten dafür können das Ersparnis aufzehren oder Angehörige finanziell belasten. Wer das vermeiden will, sollte frühzeitig eine private Pflegezusatzversicherung abschließen.

Diese unterstützt mit zusätzlichen Zahlungen, sobald der Versicherte einen Pflegegrad erhält. Es gibt dafür verschiedene Modelle: von Tagessätzen bis hin zu monatlichen Renten. Die Konditionen lassen sich




GROTELÜSCHEN & WEBER AG
WERTOPTIMIERER

an die individuellen Voraussetzungen und Bedürfnisse anpassen.

Vorteile bringt das nicht nur bei einem Platz im Heim, sondern auch für die ideale Pflege und Unterstützung zu Hause – zum Beispiel durch eine Haushaltshilfe, barrierefreie Umbauten oder eine eigene Pflegekraft. Wir beraten Sie gerne und vermitteln Ihnen die optimale Pflegezusatzversicherung.

IHR EXPERTE BEI UNS:
Björn Frebe





MIT HERZBLUT AM SPIELFELD WIE AM SCHREIBTISCH

INTERVIEW MIT DEM NEUEN EISBÄREN-GESCHÄFTSFÜHRER MAX MELCHING

Max Melching kennt die Eisbären Bremerhaven aus nächster Nähe – erst als Coach der zweiten Mannschaft, jetzt als neuer Geschäftsführer. Für seinen Verein brennt er genauso wie für die Region. Jetzt will er die Eisbären sportlich und organisatorisch weiterentwickeln – mit klaren Ideen und viel Leidenschaft.

Moin Max, vor ein paar Monaten standest du noch an der Seitenlinie, jetzt führst du den Club. Wie fühlt sich das an?

Max Melching: (schmunzelt) Sehr gut. Zumal ich auch immer noch an der Seitenlinie stehe. Den Job als Coach der Nachwuchspis mache ich ja weiter. Der schöne Nebeneffekt ist, zum Coachen muss ich abends nur noch die Treppe vom Büro in die Trainingshalle runtergehen. Ansonsten war der Start sehr ereignisreich, besonders in sportlicher Hinsicht.

Ist deine Berufung auch als Signal zu sehen, Nachwuchs und Profis enger zusammen zu bringen?

Auf jeden Fall. Dazu hat auch Steven Esterkamp in der vergangenen Saison schon maßgeblich beigetragen, der die Durchlässigkeit des Nachwuchses in das Profitraining hinein extrem gefördert hat. Die Türen sind da vom ersten Tag an immer offen. So hatten wir in der letzten Saison schon vier bis fünf Nachwuchsspieler, die die ganze Saison über mit den Profis trainiert haben. Und in dieser Saison haben wir mit Anton Meyer und Daniel Amarante zwei Nachwuchsspieler, die auch schon starke Minuten in der Pro

A gespielt haben. Sowas steht und fällt natürlich ganz stark mit dem Trainerteam.

Die Eisbären sind für viele Bremerhavener ein Stück Identität. Wie möchtest du die Verbindung zu den Fans weiter stärken?

Auf jede erdenkliche Art und Weise. Die Eisbären gehören zu Bremerhaven – inzwischen sogar zum gesamten Bundesland Bremen. Wir sind der größte Basketballverein hier im Norden, deutschlandweit die Nummer 10 oder 11. Wir haben einen riesigen Zuspruch im Nachwuchs, die Kids rennen uns die Bude ein. Diese Begeisterung möchten wir bewahren. Das hängt natürlich am sportlichen Erfolg, noch mehr aber an der Art, wie wir spielen. Da sind wir wieder bei Steve und dem Team. Wir haben seit letztem Sommer ein sympathisches Team, das ganz tollen, schnellen Basketball spielt. Das macht natürlich nicht „klick“ und die Halle ist dreimal so voll, aber du merkst: Die Zuschauer, die kommen, gehen zufrieden und sie kommen wieder. Das ist ein Verdienst des Teams.

Wenn wir in einem Jahr wieder sprechen, woran würdest du erkennen, dass dein Start gelungen ist?

Dass wir auf jeden Fall die Playoffs erreicht haben. Dass wir Stück für Stück zu einem Team und einer Organisation geworden sind, die um den Aufstieg mitspielen kann – ohne das zu erzwingen, sondern indem wir auf organische Weise mit vielen jungen Nachwuchsspielern hineinwachsen. Wenn das im nächsten Frühjahr schon reicht, um aufzusteigen, ist das fantastisch. Wenn

nicht, ist das auch okay. Wir werden aber keine fünf Veterans verpflichten, um den Aufstieg zu erzwingen.

Gleichzeitig wollen wir uns natürlich auch organisatorisch professioneller aufstellen. Zusammen mit dem Zuspruch von Fans und Sponsoren leitet sich damit als letzter Schritt für mich ab, dass wir auch finanziell stabiler werden. Am Ende des Tages ist es die Begeisterung für den Basketball. Und die steht und fällt mit den Menschen, die ihn sehen wollen.

JS

**Vielen Dank, Max.
Und dir und dem Team viel Erfolg!**

FEUERE DIE EISBÄREN IN DER RÜCKRUNDE AN

Wir verlosen 1 x 2 Dauerkarten für die Rückrunden-Heimspiele, die am 25. Januar starten. Um teilzunehmen, beantworte folgende Frage:

WIE HIESS MAX MELCHINGS VORGÄNGER ALS EISBÄREN-MANAGER?

Schicke die Lösung unter dem Betreff „Eisbären“ und Angabe deiner Postleitzahl bis zum 16. Januar per E-Mail an gewinnspiel@moin-bremerhaven.de

Wir wünschen dir viel Glück und viel Spaß und eine erfolgreiche Rückrunde mit den Eisbären.



Das wird dein **gutes Recht**

DIESE NEUEN GESETZE UND
REGELUNGEN TRETEN 2026 IN KRAFT

Mit dem Jahreswechsel kommen in Deutschland wieder zahlreiche Gesetzesänderungen und Neuregelungen auf uns zu. Wir haben ein Blick darauf geworfen und zeigen dir, was du im nächsten Jahr beachten musst oder worauf du dich freuen kannst. ➤

*Die geringere Mehrwertsteuer
für Speisen könnte
Restaurantbesuche 2026
günstiger machen.*



MEHR GELD FÜR FAMILIEN UND BESCHÄFTIGTE

Schlecht bezahlte Jobs werden nächstes Jahr etwas weniger schlecht bezahlt. Ab 2026 steigt der Mindestlohn auf 13,90 Euro, was besonders spürbar hilft, wenn du einen Mini- oder Teilzeitjob hast. Familien können mehr Kindergeld erwarten. Pro Kind gibt es künftig 259 Euro statt bisher 255 Euro pro Monat. Dazu gibt es auch höhere Freibeträge bei der Steuer. So bleibt vom sauer verdienten vielleicht noch was für ein Wochenend-Eis oder am Monatsende für einen Ausflug oder ein schickes Abendessen auswärts.

GÜNSTIGER ESSEN

Auch im Restaurant könntest du nächstes Jahr noch etwas sparen. Weil der Mehrwertsteuersatz für Speisen dauerhaft bei 7 Prozent bleibt. Das macht Mittagstisch und Abendessen im Restaurant zumindest ein bisschen günstiger. Ein Gericht, das bisher 14,50 Euro kostete, könnte wieder in Richtung 13,90 Euro wandern. Kein Lotogewinn, aber ein nettes Signal – wenn der Restaurantbetreiber mitzieht und die Ersparnis weitergibt.



*»Ab 2026
steigt der Mindestlohn
auf 13,90 Euro «*

TEURER UNTERWEGS

Wenn du Pendler bist, musst du dafür voraussichtlich leider tiefer in die Tasche greifen. Das Deutschlandticket kostet ab Frühjahr 2026 nun 63 Euro. Schwacher Trost: Dein autofahrender Kollege hat es auch nicht besser, weil die CO₂-Abgabe und damit voraussichtlich der Spritpreis steigt. Wer viel fährt oder ein älteres Auto nutzt, merkt das sofort. Hier kann es sich durchaus lohnen, häufiger auf Bus, Bahn oder Rad umzusteigen, wenn es möglich ist.

ONLINEHANDEL WIRD VERBRAUCHERFREUNDLICHER

Du bestellst eine Jacke im Internet, die Farbe stimmt aber überhaupt nicht. Statt 20 Minuten nach dem Rückgabeformular zu suchen, gibt es ab Juni 2026 den neuen Widerrufsbutton. Jeder Internet-Shop muss ihn deutlich sichtbar auf seiner Seite haben. So kannst du künftig ebenso wie den Kauf auch die Rückgabe mit einem Klick erledigen.

Auch Reparaturen werden wichtiger: Geht das Tablet kaputt, muss der Hersteller erst eine Reparatur anbieten, wenn sie günstiger ist als ein Austausch. Das ist besser für dich, für dein Portemonnaie und auch für die Umwelt. Beim Kauf importierter Produkte hilft dir außerdem künftig ein Gesetz mit dem etwas sperrigen Namen „CO₂-Grenzausgleichssystem (CBAM)“. Onlinehändler müssen dann offenlegen, ob ihre Produkte aus Ländern mit lascheren Klimastandards kommen – vor allem bei Waren wie Metall, Zement oder bestimmten Elektronikkomponenten. Das hilft allen, die umweltbewusst einkaufen wollen.

TRANSPARENZ BEIM GEHALT

Du suchst einen Job und stöberst durch Jobportale – und endlich steht da, was du immer wissen wolltest: konkrete Gehaltsangaben. Ab 7. Juni 2026 müssen Unternehmen in ihren Stellenanzeigen die Gehaltsspanne nennen. Also etwa „2.700–3.100 Euro im Monat“ statt der üblichen hohlen Phrase „leistungsgerechte Bezahlung“. So weißt du sofort, ob sich das Bewerben lohnt und musst im Vorstellungsgespräch dein Gehalt nicht im Blindflug verhandeln.

Wenn du schon einen Job hast, darfst du künftig deinen Arbeitgeber fragen, was Kollegen in vergleichbarer Position verdienen – getrennt nach Geschlecht – und dein Chef muss dir diese Infos geben. So hast du eine solide Basis für ein faires Gespräch über Anpassungen. Unternehmen ab 100 Mitarbeitern müssen außerdem künftig regelmäßig einen Bericht über Gehaltsunterschiede zwischen Frauen und Männern veröffentlichen. Das schafft mehr Transparenz und mehr öffentlichen Druck für faire Bezahlung.

NEUE REGELN FÜR HAUSBESITZER – MIT WIRKUNG FÜR MIETER

Die alte Gastherme muckt, der Monteur seufzt, Teile gibt's kaum noch. Für Hausbesitzer kann das jetzt teuer werden. Mit der EU-Vorgabe und der anstehenden Anpassung des deutschen Gebäudeenergiegesetzes (GEG) läuft es darauf hinaus, dass fossile Heizungen – also Öl- und Gasheizungen – schrittweise aus dem Bestand verschwinden sollen. Bestehende Heizungen dürfen weiterlaufen, aber sobald sie nicht mehr repariert werden können, muss eine klimafreundliche Alternative wie Wärmepumpe oder Fernwärme her. Neubauten und größere Modernisierungen werden klar auf erneuerbare Energien verpflichtet.



Wenn du Mieter bist und dein Vermieter modernisiert, kann es kurzfristig teurer werden, weil er die Kosten auf die Miete umlegen kann. Langfristig sinken dafür Heizkosten und CO₂-Abgaben. Und eine sparsame Wärmepumpe ist meist günstiger im Dauerbetrieb als eine Öl- oder Gasheizung.

MELDEPFLICHTEN & DIGITALE VORGABEN FÜR E-COMMERCE

Du betreibst einen kleinen Onlineshop in Bremerhaven? Dann solltest du 2026 gut vorbereitet sein. Neue Melde- und Dokumentationspflichten treffen vor allem Händler, die online verkaufen. Shops müssen genauer dokumentieren, wo ihre Produkte herkommen und CO₂-intensive Waren brauchen mehr Nachweise. Und Prozesse wie Rechnungen, Steuerdaten oder Liefernachweise müssen digital sauber, revisionssicher und schnell abrufbar sein. Kurzum: Wer online verkauft, sollte 2026 rechtzeitig checken, ob sein Shop technisch up to date ist. Es geht um Sicherheit, Vertrauen und klare Abläufe. Ob beim Pendeln, Arbeiten, Shoppen oder Heizen: 2026 bringt viele kleine und große Veränderungen – aber alle greifen direkt in den Alltag ein. Wer sich früh informiert, hat später weniger Stress und mehr vom eigenen guten Recht.

JS

250 Euro für dich!*

Mach den **HUK-Check**.

Kundendienstbüro Jens Ahlers
Reitkamp 2, 27570 Bremerhaven
Tel. 0471 200056
jens.ahlers@HUKvm.de

Kundendienstbüro Mona Zager
Brahmsstraße 27, 27474 Cuxhaven
Tel. 04721 32425
mona.zager@HUKvm.de



* spart im Schnitt 250 €. Teilnahmebedingungen finden Sie unter [HUK.de/check](https://www.huk.de/check)

* Sparen Sie 250 Euro im Schnitt durch unseren Versicherungs-Check.
Alles zum HUK-Check jetzt unter [huk.de/check](https://www.huk.de/check)

„HEY BOSS, ICH BRAUCH' MEHR GELD“

TRANSPARENZ BEIM GEHALT: DAS MÜSSEN
BESCHÄFTIGTE UND ARBEITGEBER 2026 WISSEN

Mit der Umsetzung der EU-Entgelttransparenzrichtlinie bis zum 7. Juni 2026 verändert sich der Arbeitsmarkt spürbar. Sowohl Bewerbungsprozesse als auch interne Gehaltsstrukturen werden transparenter – und rechtlich anspruchsvoller. Arbeitsrechtler Guido Wurtz sieht darin einen „der größten Schritte hin zu faireren und nachvollziehbaren Lohnsystemen der letzten Jahre“.



Guido Wurtz,
Rechtsanwalt und Notar

WAS ÄNDERT SICH KONKRET?

In jeder Stellenausschreibung muss ab 2026 eine konkrete Gehaltsspanne stehen. Formulierungen wie „nach Vereinbarung“ reichen nicht mehr aus. „Unternehmen müssen sich früher festlegen und klar

definieren, welche Vergütung für welche Qualifikation vorgesehen ist“, erklärt Guido Wurtz.

Beschäftigte erhalten zudem ein erweitertes Auskunftsrecht: Sie dürfen erfahren, was Kolleginnen und Kollegen in vergleichbaren Positionen verdienen – aufgeschlüsselt nach Geschlecht. Für größere Arbeitgeber kommen regelmäßige Berichte zu geschlechtsspezifischen Lohnunterschieden hinzu.

WELCHE VORTEILE BRINGT DAS?

Für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer schafft die Reform vor allem eines: Sicherheit. Wer sich bewirbt, weiß sofort, ob sich ein Job finanziell lohnt. Und wer schon im Unternehmen ist, kann erstmals fundiert prüfen, ob die eigene Vergütung fair ist. „Die Zeiten, in denen Beschäftigte im Blindflug verhandeln mussten, sind damit vorbei“, so Guido Wurtz.

Davon profitieren aber auch die Arbeitgeber: „Transparente Strukturen erleichtern das Recruiting, stärken das Vertrauen und können schon im Vorfeld interne

Konflikte über unterschiedliche Bezahlungen reduzieren“, sagt Guido Wurtz. „Gleichzeitig erhöht sich die Attraktivität für Fachkräfte“.

WORAUF IST BESONDERS ZU ACHTEN?

Unternehmen müssen künftig saubere Dokumentationen, klare Gehaltsbänder und nachvollziehbare Eingruppierungen vorhalten. Unklare oder widersprüchliche Angaben können rechtliche Risiken erhöhen.

Beschäftigte sollten darauf achten, korrekt und schriftlich Auskunft zu verlangen und die Antwort sorgfältig zu prüfen.

Guido Wurtz fasst zusammen: „2026 wird ein Jahr, in dem Lohntransparenz nicht mehr Kür, sondern Pflicht ist. Wer rechtzeitig vorbereitet ist, verhindert Konflikte – und schafft Fairness.“

JS

werk-wurtz.de



So machst du euren Valentinstag unvergesslich

Ein Tag der Liebe und Herzenswärme, mitten im kalten Februar: Für viele Paare ist der Valentinstag ein ganz besonderes Datum im Kalender. Suchst du noch Ideen, damit er in diesem Jahr besonders schön wird? Wir haben Tipps für einen unvergesslichen Valentinstag gesammelt. ➤

Valentinstag **international**



- ✦ In Wales werden zum Valentinstag gerne selbstgeschnittzte „Liebeslöffel“ verschenkt – dekoriert mit Liebessymbolen wie Herzen und Schlössern.
- ✦ Der 14.02. ist in Südkorea nur einer von zwölf „Love Days“. Jeden Monat gibt es einen Tag mit speziellen Bräuchen rund um die Liebe.
- ✦ In Japan gibt es zwei Sorten von Schokolade, die zum Valentinstag verschenkt werden: Günstige „Pflichtschokolade“ ist für Arbeitskollegen und Bekannte, hochwertige „echte Gefühlsschokolade“ für die Liebste oder den Liebsten.
- ✦ Der 14.02. ist in Finnland der „Freundschaftstag“. Die Finnen beschenken dann alle, die sie liebhaben: Familie, Freunde, Nachbarn und Kollegen.
- ✦ Die Menschen in Ghana feiern am 14. Februar den „National Chocolate Day“. Das afrikanische Land ist einer der weltweit größten Kakao-Produzenten.



2026 fällt der 14. Februar auf einen Samstag! Also könnt ihr hoffentlich ganz entspannt in euren Valentinstag starten. Ein Klassiker ist da das Frühstück im Bett, mit frischen Brötchen. Oder ihr vermeidet die Krümel auf dem Laken und gönnt euch ein ausgedehntes Frühstück im Café oder Restaurant.

SCHÖNE ZEIT ZU ZWEIT

Und dann? Das schönste Geschenk ist gemeinsame Zeit. Das Wochenende eignet sich ideal für einen Ausflug oder einen Städtetrip. Vielleicht kannst du euren Kurzurlaub schon vorher planen und deine Liebste oder deinen Liebsten spontan damit überraschen. Oder ihr plant am Valentinstag gemeinsam euren nächsten Urlaub. Das weckt Vorfreude und macht trübes Wetter schnell vergessen. Liebe geht durch den Magen. Und gemeinsames

Kochen kann richtig viel Spaß machen. Wie wäre es mit einem Motto-Essen? Zum Beispiel kannst du versuchen, eine typische Speise aus eurem schönsten Urlaub oder aus eurem Lieblingslokal nachzukochen. Oder es gibt ein Überraschungsmenü, für das jeder selbst Vorspeise, Dessert oder einen Gang vorbereitet. Die Zutaten dafür könnt ihr zusammen ganz frisch bei einem Spaziergang über den Wochenmarkt einkaufen.

GANZ ROMANTISCH BOWLEN GEHEN

Magst du Dates lieber romantisch oder spaßig? Kombiniere doch beides! Erst könnt ihr zum Beispiel Bowlen, in einen Escape Room oder ins Kino gehen. Und anschließend folgt ein Candlelight-Dinner im Restaurant oder der gemeinsame Cocktail in der Bar. Viele Gastronomen in Bremerhaven haben ganz besondere Angebote für den Valentinstag.

Das erste Date ist ein magischer Moment. Wie wäre es mit einer Wiederholung? Macht doch am Valentinstag alles noch einmal genauso. Wo habt ihr euch getroffen, was hattet ihr an, gab es etwas Bestimmtes zu essen oder zu trinken? So könnt ihr gemeinsam schöne Erinnerungen wieder aufleben lassen – und habt bestimmt auch eine Menge zu lachen.

DAS PASSENDE GESCHENK

Blumen sind mit Abstand das beliebteste Geschenk zum Valentinstag. Rosen oder Tulpen gehen nach etwa einer Woche ein – eine gute Alternative ist eine schöne Topfpflanze. Davon hat der oder die Beschenkte sehr lange etwas und denkt bei jedem Gießen an dich. Die Pflanze kann wachsen und gedeihen wie eure Beziehung.



Ob romantisch oder mit Action:
Am Valentinstag könnt ihr eure
Liebe feiern.

Über Schokolade freut sich fast jeder. Ein besonderes Geschenk wird es, wenn du die Süßigkeiten selbst machst. Für einfache Pralinen brauchst du nur ein paar Zutaten aus dem Supermarkt und einen Kochtopf. Mit etwas Zeit und Geschick kannst du auch den Lieblings-Schokoriegel deines Valentins nachbauen – mit Liebe gemacht schmeckt er bestimmt noch besser. Ein Parfüm zu verschenken, kann schwie-

rig sein. Schließlich sind die Vorlieben bei Düften sehr individuell. Versuche es stattdessen mit einem Sample-Set, das verschiedene Proben enthält. So könnt ihr gleich gemeinsam testen, welcher Duft wem am besten gefällt.

Gemeinsame Erinnerungen wie Fotos von Urlauben oder Ausflügen schlummern oft auf unseren Handys. Wenn du sie als

Album oder Fotobuch zusammenstellst, könnt ihr sie immer zur Hand nehmen und gemeinsam durchblättern. Oder du druckst Fotos aus, kaufst ein Album und ihr gestaltet es gemeinsam – viel romantischer geht es nicht.

Wir wünschen dir und deiner oder deinem Liebsten viel Freude mit unseren Tipps und einen schönen Valentinstag!

LE

ALLES FÜR DEN SCHÖNSTEN TAG DEINES LEBENS

Was ist romantischer, als die eigene Hochzeit zu planen? Die Bremerhavener Hochzeitsmesse My Wedding Day findet am 31. Januar und 1. Februar in der Tanzschule Beer an der Schiffdorfer Chaussee 178c statt.

Dort beraten dich zahlreiche Aussteller von Floristik über Fotografie und Kosmetik bis zu Gastronomie und das erfahrene Team zu allen Details rund um den schönsten Tag deines Lebens.

myweddingday.de

MY WEDDING DAY
DEIN SCHÖNSTER TAG

My Wedding Day

Die größte Hochzeitsmesse in der Region

SAVE THE DATE

Sa. 31.01.26 & So. 01.02.26
Samstag 11.00 - 18.00 Uhr
Sonntag 10.00 - 17.00 Uhr
Eintritt frei

Tanzschule Beer Bremerhaven
 Schiffdorfer Chaussee 178 c/d
 27574 Bremerhaven

www.my-wedding-day.de

NACHHALTIG SPAREN:

SECOND-HAND-TIPPS FÜR KLEIDUNG UND MÖBEL

Egal, ob bei Kleidung, Accessoires oder Möbeln: Second Hand bleibt Trend. Die Vorteile sind klar: günstiger Preis, Nachhaltigkeit und authentischer Vintage-Look. Doch nicht alles aus zweiter Hand ist unbedingt ein Schnapper. Wir zeigen dir, worauf du vor dem Kauf achten solltest – und wo sich die Suche in Bremerhaven lohnt.

Der Online-Verkauf über Plattformen wie Kleinanzeigen oder Vinted boomt, doch noch lieber stöbern die Menschen in Deutschland offline nach Second-Hand-Artikeln. Das zeigt eine aktuelle Studie des Meinungsforschungsinstituts Civey. 33,9 Prozent der Befragten gaben dabei an, Angebote aus dem Internet zu bevorzugen. 42,1 ziehen aber Flohmärkte, Tauschbörsen und Second-Hand-Boutiquen vor. Denn das bietet dir echte Vorteile. Du kannst die Kleidung vor dem Kauf genau auf Macken prüfen und sogar anprobieren.

CHECK-LISTE

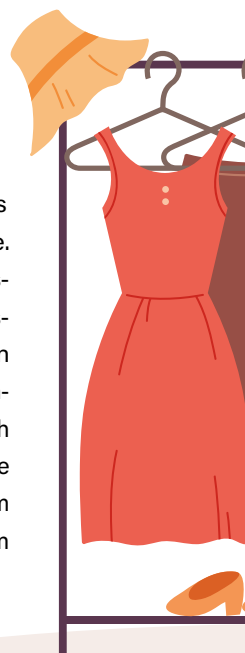
SECOND-HAND-KLEIDUNG

- ♦ Schau auf das Etikett: Aus welchem Material besteht die Kleidung? Naturmaterialien wie Wolle, Seide oder Baumwolle haben oft eine sehr lange Lebensdauer.
- ♦ Schäden verstecken sich oft unter den Achseln, am Kragen und an Säumen.
- ♦ Prüfe, ob Reißverschlüsse funktionieren.
- ♦ Getragene Fast-Fashion-Artikel von günstigen Modeketten lohnen sich

oft nicht, da sie nur eine geringe Lebensdauer haben.

- ♦ Manchmal landen auch gefälschte Markenartikel im Angebot. Wenn dich der Blick auf Logo, Nähte und Materialqualität skeptisch macht, lass lieber die Finger davon.
- ♦ Rieche am Stoff! Unangenehme Gerüche bekommst du oft nicht mehr heraus.

Viel Geld sparen und echte Schmuckstücke finden kannst du bei Second-Hand-Möbeln. Antike Schränke und hochwertige Vollholztische gehen im Internet teilweise für wenig Geld weg. Doch auch auf Flohmärkten oder in Möbelshops gibt es günstige Angebote. Manche künftigen Lieblingsmöbel brauchen nur ein bisschen Pflege, um wieder in neuem Glanz zu erstrahlen. Andere sind bereits fachmännisch wieder aufgearbeitet. Gerade Vollholzmöbel können dann im Vergleich zu neuen aus dem





Discounter fast ewig halten. Manche Möbel – so schön sie auch aussehen mögen – sind aber kaum oder nur schwierig zu retten.

CHECK-LISTE SECOND-HAND-MÖBEL

- ✦ Achte auf das Material! Vollholz kann mit etwas Pflege schnell wieder zum Strahlen gebracht werden. Furnier lässt sich schwer restaurieren
- ✦ Sind Risse im Holz, ist Material abgeplatzt?
- ✦ Wackelt das Möbelstück?
- ✦ Gehen Türen und Schubfächer auf und zu?
- ✦ Gibt es Schimmel oder Wasserschäden?
- ✦ Ist das Möbelstück vom Holzwurm befallen? Das erkennst du an kleinen Löchern im Holz. Der Holzwurm lässt sich nur schwer loswerden und kann andere Möbelstücke befallen.
- ✦ Schau immer auf die Rück- und Unterseite



SECOND HAND IN BREMERHAVEN

FLOHMÄRKTE

Flohmarkt Rotersand | Rudloffstraße 132 |
samstags und sonntags 6 bis 14 Uhr

Flohmarkthalle am Fischereihafen | Nansenstraße 6 |
samstags und sonntags 9 bis 15 Uhr

Flohmaxx auf dem IKEA-Parkplatz, Weserstraße 1 |
jeden dritten Sonntag im Monat, 8 bis 15 Uhr

**Flohmarkt vom Verein zur Förderung behinderter Kinder
und Jugendlicher** | An der Packhalle IX 2 |
an jedem ersten Sonntag im Monat, 9 bis 15.30 Uhr

KLEIDUNG

Fundus Second Hand | Georgstraße 80 |
montags bis freitags 9.30 bis 18 Uhr, samstags 9 bis 13 Uhr;
und Hans-Böckler-Straße 36b | montags bis freitags 9 bis 17
Uhr, samstags 9 bis 13 Uhr

Das Sparschwein – Second Hand Shop | Hafenstraße 71 |
montags bis freitags 10 bis 18 Uhr, samstags 10 bis 16 Uhr

ZeitRaum Clothing | Bürgermeister-Smidt-Straße 16-18 |
montags bis samstags 11 bis 18 Uhr

Die Kleiderbörse | Hans-Böckler-Straße 70 | montags bis
samstags 10 bis 18 Uhr

MÖBEL

BBU-Möbelshop | Georgstraße 50-52 |
dienstags bis freitags 9 bis 17 Uhr, samstags 9 bis 13 Uhr

Möbelfundgrube-Nord | Hafenstraße 101-103 |
dienstags bis freitags 9 bis 17 Uhr, samstags 9 bis 13 Uhr

Gut gebellt

Neues aus Bremerhaven und Umzu

Ein eisiges Wuff an euch alle,

ich weiß ja nicht, wie es euch geht, aber ich möchte bei diesen eisigen Temperaturen nur ungern das Haus verlassen. Allerdings meint mein Frauchen, ich wäre zu groß für das Katzenklo meiner Mitbewohner, also führt kein Weg an einem frösteligen Spaziergang vorbei.

Habt ihr außerdem gehört, dass seit dem 1. Januar die Hundesteuer erhöht wurde? Dabei ist es wichtig zu erwähnen, dass die Erhöhung erst ab dem zweiten Hund gilt. Für mich als Einzelhund bedeutet das also keine Einbußen in der Anzahl der Leckerlis, aber stellt euch mal vor, was das für all meine Freunde mit mehr als einem Hund im Haushalt bedeutet ...

Obendrein wird die Hundesteuer nun auch rückwirkend berechnet. Das bedeutet, wenn einer meiner Artgenossen bei dir einzieht, zum Beispiel am 17. eines Monats, dann wird die Hundesteuer nachträglich zum 1. des Monats fällig. Bisher war es immer so, dass die Steuer erst ab dem Folgemonat bezahlt werden musste. Die Stadt erhofft sich durch diese Staffelung und Erhöhung Mehreinnahmen in Höhe von rund 17.000€, das Ganze ist Teil eines umfangreichen Sanierungsmaßnahmenpakets.

Aus Hundesicht ist das völliger Unfug, wenn ihr mich fragt. Warum soll denn Hund A plötzlich weniger Steuer zahlen als Hund B? Wie denkt ihr darüber? Findet ihr die Anpassung gerechtfertigt?

Schreibt mir eure Meinungen gerne an:
snoopy@moin-bremerhaven.de

Lest zudem die spannende Lesermeinung aus der letzten Ausgabe. Ich glaube, ich muss unbedingt dafür sorgen, dass unser nächster Urlaub nach Bayern geht. Aber vielleicht besser im Sommer, da macht so ein Hundestrand viel mehr Spaß.

Bis dahin, zieht euch warm an. Ich tu's auch!

(Wie wir mit euren Daten umgehen, erfahrt ihr bei uns in den AGBs unter <https://moin-bremerhaven.de/agb/>)

Eine Leserstimme zur Frage:

»Was ist eure Lieblingshundewiese?«

»Da wir von Oberbayern und unweit von Gmund am Tegernsee kommen, ist unsere Lieblingswiese mit Hundestrand der Tegernsee bei Gmund.



Viele Grüße von Milow und seinem Herrchen Werner«

Erhöhung der Hundesteuer



Wir schnüffeln wieder,
 Euer Snoopy



Ab sofort –
E-Rezept per
Sander-App einlösen!

Einfach bestellt, schnell geliefert!

Online oder telefonisch:
sander-apotheken.de/shop
0471 94 47 70



sander
apotheken

Filiale »Lehe«
Pferdebade 6

Filiale »Geestemünde«
Grashoffstraße 7

Filiale »Mitte«
Bgm.-Smidt-Straße 34

0471 94 47 70
sander-apotheken.de

21.11.25
bis 1.3.26



ERDBEER WINTER



100 Tage Karls on Ice
Echteis-Schlittschuhbahnen
Winter-Shopping · Erdbeer-Leckereien



Cuxland | Loxstedt · Eintritt frei · karls.de