

Adressenliste und Informationen zur Sendung:

Redaktion Nordtour
Postfach 45 60
30044 Hannover
E-Mail: nordtour@ndr.de

Nordtour

Sendetermin: Sonnabend, 07.01.2023, 18.00 bis 18.45 Uhr

(Wiederholung: 08.01.2023, 2.10 Uhr & 6.00 Uhr, 12.01.2023, 7.20 Uhr)

Moderation: Nadja Babalola

Bremer Überseemuseum zeigt Ausstellung zum Thema Baumwolle

Baumwolle ist so alltäglich, dass die meisten von uns nicht mal merken, dass sie überall in unserem Leben ist. Wirklich überall und nicht nur in der Jeans. Dass wir sie sogar essen, zeigt jetzt eine Ausstellung im Bremer Überseemuseum: „100% Cotton“. Und was die flauschige Pflanze noch kann und ob sie in Zukunft sogar in unseren Autos verbaut wird - all das erfährt man dort.

Übersee-Museum Bremen

Bahnhofsplatz 13

28195 Bremen

Telefon: 0421-160380

office@uebersee-museum.de

Mit Tourguide Olaf durchs Hütelmoor

Olaf Schätzchen bietet Touren aller Art durch die Rostocker Heide an, per Pedale, per Paddel, per Pedes. Jetzt im Winter wandert er vor allem mit Gästen durch Deutschlands größten Küstenwald, erzählt ihnen, wer Schnatermann und Markgraf waren und erkundet historische Wasserwege und Schlachtfelder. Von Beruf ist er Agrarwissenschaftler, aber schon immer passionierter Wanderer. Sogar für den Mecklenburger Bergsteigerclub organisiert er Touren. Sein Konzept: Er bietet keine starren Touren an, sondern er lässt sich gerne vom Wege abbringen. Je nachdem, was seine Gäste so alles interessiert. Er kennt den Küstenwald mit seiner Fauna und Flora, aber auch seiner Sagenwelt wie seine Westentasche.

Tourguide Olaf

Olaf Schätzchen

Mobil: 0177-3078771

schaetzchenolaf@gmail.com

Musik aus Norddeutschland: Appletown Washboard Worms - die älteste Boyband der Welt

Zusammen sind sie fast 400 Jahre alt: Die Mitglieder der Appletown Washboard Worms machen seit 40 Jahren Musik und ein Ende ist nicht abzusehen. Sie kommen aus unterschiedlichen Musikrichtungen und so ist ihr Bühnenprogramm eine bunte Mischung aus Country, Jazz und Folk. Die kleinen Bühnen in Norddeutschland sind ihr Zuhause, im Laufe der Zeit sind auch Comedy-Elemente ins Programm gewandert.

Wir haben die Musiker auf der Bühne und hinter den Kulissen begleitet - ein Stück norddeutsche Musikgeschichte.

Kontakt für Buchungen:

Wolfgang Hilke

Am Rethberg 8

21279 Appel

Telefon: 04165-8423

Mobil: 0173-8265690

hilke.wolfgang@ewe.net

Neapolitanische Lebensart mit Geschichte in Hamburg

In seinem Café Favorita in Hamburg-Hoheluft mit neu angeschlossenem Feinkostlokal bietet Antonio Ardente – für Stammgäste einfach nur „Toni“ - allerlei Köstlichkeiten aus Bella Italia an. Gerade jetzt rücken wieder alle zusammen, um bei ihm Cappuccino, Pasta oder Cantuccini zu genießen. Manche Köstlichkeit holt er direkt aus Kampanien, anderes entsteht in der Nachbarschaft, z. B. wenn Roberto sardisches Brot backt oder Monica die Zutaten für die beliebten Amarettini und Cantuccini zusammen mischt, die zu jedem italienischen Frühstück gehören. Und für das schauen auch Hamburger und Hamburg-Besucher gern früh morgens am Eppendorfer Weg vorbei. Jede und jeder fühlt irgendwie, dass in all den Leckereien eine lange Tradition und persönliche Geschichte steckt, für die man nicht mal die Alpen überqueren muss.

Favorita – Italienisches Café mit Spezialitäten-Verkauf

Eppendorfer Weg 215

20253 Hamburg

Telefon: 040-42949768

info@favorita-cafe.com

Zum Jahreswechsel: Schlaglicht auf die Wechseljahre

Wenn der Jahreswechsel ansteht, wird gefeiert. Wenn für die Frau die Wechseljahre anstehen, wird gelitten. Oder ändert sich da gerade was? Gewinnt das Tabu-Thema gerade eine neue Freiheit? In Hamburg befassen sich Frauen rund um die Autorin Silke Burmester intensiv mit dem Thema Wechseljahre. Sie schreiben darüber, machen Fotos oder organisieren Meetings mit Gleichgesinnten. Ihr Ziel dabei: Eine neue Perspektive auf das Thema zu eröffnen, um selbstbewusst und mit Humor damit umzugehen. Denn, so die Frauen, mit Verbündeten sind die Wechseljahre leichter zu meistern.

Buchhandlung Frau Büchert

Hartungstr. 22

20146 Hamburg

Telefon: 040-454340

Buchtipps zum Thema:

Silke Burmester, Mutterblues – Mein Kind wird erwachsen und was werde ich?, Kiwi-Verlag, ISBN-10: 3462049526

Sheila de Liz, Women on Fire: Alles über die fabelhaften Wechseljahre, Rowohlt Verlag, ISBN-10: 3499003171

Kunst aus Schrott

Diedel Klöver aus Rallenbüschen bei Varel liebt Schrott - und das dürfen Sie wörtlich nehmen! In seiner großen Werkhalle stapeln sich Anhänger, Wannen und Kisten voller Schrott, den er über Jahrzehnte gesammelt und zusammengetragen hat. Ob alte Hufeisen, Eisenkugeln oder Schrauben, hier findet man alles. Vor 20 Jahren hat er seine erste Figur aus alten Eisenstangen, Schrauben und Metallresten gebaut, seitdem bekommt der Schrott hier ein zweites Leben. Ob die alten Kaffeekannen, die zu Pinguinen werden, der Löwe aus alten Fahrradketten und Schrauben oder der Storch aus alten Zündkerzen, Diedel Klöver hat jede Menge Fantasie und denkt sich immer was Neues aus. Und wer mal gucken will, in seinem Garten gibt es eine kleine Ausstellung. Im Sommer öffnet dann auch noch ein kleines Café nebenan.

Diedel Klöver

Dangaster Str. 96b
26316 Varel
info@yard-art.de

Yogastudio bei Rostock bietet KundaDance zur Stressbewältigung

Die Weisheit des Fernöstlichen trifft auf den Bedarf der gestressten westlichen Welt. KundaDance heißt das neue Zauberwort. Und es ist endlich mal kein Powerworkout, das einem Angst macht, sondern eins, das schon beim Zugucken Spaß macht. Und so ist es für jeden praktikabel und das verspricht ein Dranbleiben.

Die Übungen beziehen sich alle auf die 7 Chakren des Körpers, die durch Tanzen, Atmen und Singen miteinander in Harmonie gebracht werden sollen. Stephanie Dahl gibt diese Stunden in ihrem Yogastudio bei Rostock, aber auch online. Auch sie selbst hat zum Yoga, Kundalini und KundaDance nach jahrelangem stressbeladenem Job gefunden. Es hat sie verändert wie nichts zuvor, sagt sie.

Stephanie Dahl

kundalini.mit.stephanie@web.de

Führung „Nordsee bei Nacht“ im Multimar Wattforum Tönning

In diesem Winter können Gäste im Multimar Wattforum in Tönning einmal im Monat die Nordsee bei Nacht erleben. Das Licht wird ausgeschaltet, und bei einer Führung mit Taschenlampen kann man in den Aquarien sehen, wie die nachtaktiven Meeresbewohner aus ihren Verstecken kommen. Eine Mitarbeiterin erklärt, was während der Nacht in der Nordsee so alles passiert.

Nationalpark-Zentrum Multimar Wattforum

Dithmarscher Straße 6a
25832 Tönning
Telefon: 04861-96200
info@multimar-wattforum.de

Ein Hotel mit Industriegeschichte in Kappeln

Die kleine Stadt Kappeln an der Schlei mit ihrem maritimen Flair ist ein beliebtes Ausflugsziel für Ostseurlauber. Der in den 1930er Jahren errichtete Getreidespeicher am Südhafen, der inzwischen unter Denkmalschutz steht, ist jetzt zum Hotel und Bistro umgebaut worden. Alte Mauern, historische Schütten und Silowände bleiben in den

individuell gestalteten Räumen sichtbar. Bauherr ist Bo Teichmann, Segler, Mitgeschäftsführer einer Werft und gebürtiger Kappeler.

Hotel Südspeicher

Bahnhofsweg 7
24376 Kappeln
Telefon: 04642-9999410
kontakt@suedspeicher.de

Kunsthau in Leer zeigt ostfriesische Kunst

Kunst war eigentlich gar nicht Erna van Scharrels Thema. Eine misslungene Bandscheiben-OP brachte sie über Umwege ins Museum. Heute bringt sie fremden Menschen Kunst näher - Ostfriesische Kunst.

Viele wüssten gar nicht, wie viele Künstlerinnen und Künstler eigentlich aus dieser Region kommen, sagt die gelernte Bürokauffrau. Dass ausgerechnet sie einmal Expertin für örtliche Kunst sein würde - davon ist Erna van Scharrel selbst überrascht. Und die 66-jährige denkt noch nicht daran, in Rente zu gehen.

Kunsthau Leer

Turnerweg 5
26789 Leer
Telefon: 0491-9261531
info@kunsthau-leer.de

Weltweit größte Regenwurmsammlung in Hamburg

Sie gilt als die größte Sammlung ihrer Art: In zehn langen Regalen beherbergt das Hamburger Museum der Natur die umfangreichste Regenwurmsammlung der Welt. 6.000 Präparate reihen sich dort Glas an Glas. Ihren Ursprung nahm die Sammlung bereits Ende der 1880er Jahre: Damals begann der Zoologe Wilhelm Michaelsen, Würmer auf der ganzen Welt zu sammeln und im Naturhistorischen Museum zu katalogisieren. Wir werfen einen Blick auf eine der skurrilsten Sammlungen der Stadt.

Museum der Natur Hamburg

Martin-Luther-King-Platz 3
20146 Hamburg
Telefon: 040-238317-555
museumdernatur@leibniz-lib.de

Die ARD/NDR Mediathek bietet viele Radio- und Fernsehbeiträge aus den NDR Programmen zum kostenlosen Abruf im Netz. Nutzer können sich ihr eigenes Programm zusammenstellen. Die ARD/NDR Mediathek erreichen Sie wie folgt: www.ardmediathek.de

Informationen zur Sendung finden Sie auch im Internet: www.ndr.de/nordtour oder im NDR Text ab Seite 530.

Vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Sendung. Nordtour gibt es jeden Samstag in der Zeit von 18.00 bis 18.45 Uhr im NDR Fernsehen. Die Sendung wird in der Regel sonntags um 6.00 Uhr im NDR Fernsehen wiederholt.

Freundliche Grüße | Ihr Nordtour-Team