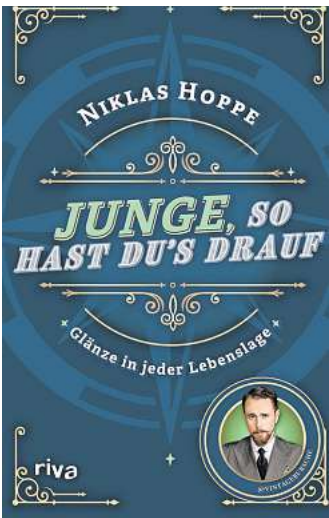


BUCHTIPP

Von Handküssen und anderen Lifehacks für junge Männer



Cover: Verlag

Das Buch „Junge, so hat du's drauf“ wendet sich an Leser auf dem Weg ins Erwachsenwerden, an junge Männer, denen, wie dem Autor selbst, niemand gezeigt hat, wie man richtig flirtet, sich richtig rasiert, einen Haushaltsplan aufstellt, ein Waschbecken repariert oder gar Socken stopft. Es ist kein Geschichtenbuch, sondern ein ganz praktischer Ratgeber. Und der beginnt mit solchen Themen wie Achtung und Anerkennung. Der Autor gibt Ratschläge, wie man respektiert wird und was im Umgang mit anderen Menschen besser zu vermeiden ist. Von der Selbstbetrachtung wird ebenso geschrieben wie von der Wirkung auf Fremde. Dann folgen ganz praktische Empfehlungen zum richtigen Vorstellen, zur Gesprächsführung, zur Konfliktlösung.

Alles Schnee von gestern? Ganz im Gegenteil, abgesehen davon, dass gute Komplimente heute noch gefragt sind, will auch der Umgang mit Kommen-

taren im Internet gelernt sein. Von dort ist es nur ein Schritt zum „Dating-Leben“, zum Anbahnen, Ausgestalten und Beenden von Beziehungen.

Zum Ratgeber gehören auch die gegenständlichen Seiten des Lebens. Es kann nicht schaden, zu wissen, wie Nudeln, Reis, Kartoffeln und – ganz wichtig für das Erwachsenenleben – richtig Kaffee gekocht werden. Wer lehrt schon den Unterschied von Robusta- und Arabica-Bohnen? Die Schule nicht.

Ordnung in der Wohnung zu halten, ist eine Herausforderung, wenn der wohlbehütete junge Mann bei den Eltern auszieht. Niklas Hoppe erklärt, wie man eine Wohnung sauber hält, richtig lüftet, eine Heizung entlüftet. Seine Tipps und Trick sind ganz konkret und enden noch nicht beim Bohren, Dübeln und Ölen quietschender Türen. In acht Kapiteln, in denen es sich auch um Kleiderschränke, das Binden einer Krawatte, Handyfotos, Fahrräder, Alkohol und Nikotin dreht, vermittelt Hoppe sein Wissen von Mann zu Mann. Der Autor, der auf Instagram und YouTube mit über 200 000 Followern seine Leidenschaft für klassische Mode und Lifestyle teilt, ist selbst Vater von zwei Kindern. Er spricht seine jungen Leser immer direkt an, geht auch auf ihre möglichen Zweifel und Unsicherheiten ein. Und immer wieder überrascht er mit Bonustipps und unterhaltsamem und bildendem „unnützen Zusatzwissen“. Er fordert auf: „Glänze in jeder Lebenslage!“ Mit diesem Ratgeber fällt das leichter. *rv*

■ Hoppe, N.: **Junge, so hast du's drauf.** Riva Verlag, München, 2025.

De Landbreefdraeger

Der Wochenspiegel veröffentlicht in loser Folge Texte auf Plattdeutsch. Unterstützt werden wir dabei vom Verein für Niederdeutsch im Land Brandenburg e.V. sowie vom Plattdeutschen Stammtisch Wittstock. Dafür vielen Dank! Und Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, viel Vergnügen beim Lesen! *Ihr Wochenspiegel-Team*



Sön Landbreefdraeger was een wichtigen Kierl up't Döörp. He holl de Verbindung mang de Döörpers un van Hus to Hus. He wusst ok, wat in de wiede Welt so los wier.

Een Fernkieker hemm de Lüd dunnemals noa nich hett, un in de Tiedung stunn ok nich allens in. De Breefdraeger övernoahm de Verbindung van wichtige Informaschionen för de Lüd.

He wusst, wer in'd Döörp Geburtstag hett, wohenn de Lüd in Urlaub förn daeten, wer bi wem to Besök kaem un wer övernacht starvt wier. He wusst ok, wer met wem kroamt un welke Diern een Kind kreenen daet.

He verkünn' ok dett Wichtigste, wat de Gemeinderoat so in de Döörpers beschloaten hett, un gaew dato sien Kommentar aff. Wenn bi Möllers un Schultens de Sau farkelt hett, wusst de Breefdraeger, wovöl Farken doar wiern un wer se kreenen sult. Düsse Geschäfte har he ok met affwickelt.

De Lüd wiern em dankboar för düsse Deenste. Hinnert Schapp in de Kök stunn denn ok för denn Breefdraeger öwerall een Buddel Köm. Männigmoal, wenn et völ gode Nachrichten gaew, mütt oll Schulten de Landbreefdraeger sovöl Köm drinken, dett he ens up'n Feldwech mang twee Döörpers met sien Fohrroad koppöwer in Busch suste. De Breefdasch flöcht in groten Boagen dörch de Luft. De Scheeper, de up't Rosendoal sien Schoap höjen dä, hett em bie'd Upkrappen hulpen.

Jo, sön Landbreefdraeger har et nich eenfach fröher. He was denn ganzen Dach unnerwegs. Ok manch Been van de Bux harrn em de Köters affreten. Eenmoal hemms em hinnen rinnerfoat, doar kiekte em sogar de blanke Back van Sattel runner.

Hüt giwt et sonne Breefdraegers nich mier. De Neitied hett se wechfecht. De Lüd vertelln sik awer ümmer no davon.

Se setten ehr doarmet een Denkmoal un holl'n se in gode Erinnerung.

Upschreewen van Annemarie Ostermeier

Junges Grün in der Waldgärtnerei Kyritz

KYRITZ. Zu einem Markttag für Gemüse-Jungpflanzen lädt die Waldgärtnerei Kyritz für Samstag, den 9. April, ein. Zwischen 9 und 16 Uhr dreht sich alles um „Junges Grün“. Die Besucher können sich außerdem auf handgemachte Osterdekorationen und ein Waldgarten-Buffer freuen.

Um 10 Uhr gibt es anlässlich der Neueröffnung der Waldgärtnerei, die im Eichenweg 69 in Kyritz zu finden ist, eine kleine Ansprache.

Für 10.30 und 14.30 Uhr sind Führungen durch die Waldgärtnerei Kyritz unter dem Motto „Alles, was essbar ist“ geplant. *WS*

VERANSTALTUNGSKALENDER VOM 29. MÄRZ BIS ZUM 4. APRIL

KINDER & JUGEND

Wittstock

Jugendzentrum „Alte Schlosse-rei“ Eisenbahnstr. 2: **Sa., Di.-Fr.** 13-19 Uhr geöffnet; **Do.** 15 Uhr Siebdruckworkshop für Kinder und Jugendliche von zehn bis 18 Jahre

KURSE & WORKSHOPS

Wittstock

Treffpunkt Röbeler Vorstadt Clara-Zetkin-Str. 7: **Mo.** 9-10, 10-11 Uhr, **Fr.** 10-11 Uhr Handykurse für Interessierte 60+; **Fr.** 9 Uhr Sturzprävention, Anmeldung unter Tel. 03394/475916
Volkssolidarität Tel. 03394/47590, Poststr. 11: **Mi.** 9 Uhr Sturzprävention, Anmeldung unter Tel. 03394/475916

SENIOREN

Wittstock

Treffpunkt Röbeler Vorstadt Clara-Zetkin-Str. 7: **Di., Do.** 13-16 Uhr Karten spielen, Rommé
Volkssolidarität Tel. 03394/47590, Poststr. 11: **Di.** 9-11 Uhr Plauderstübchen; **Di.** 12.30-15.30 Uhr Karten spielen

SOZIALES

Wittstock

Bürgerhaus Dranse Dranser Dorfstr.: **Mi.** 18 Uhr Tanzkurs Kreistänze und Standardtänze
Schwimmhalle im Freizeitzentrum Tel. 03394/433240, Rheinsberger Str. 6: **Sa., So.** 9-17 Uhr, **Di., Mi.** 15-20.30 Uhr, **Do., Fr.** 15-21.30 Uhr geöffnet

KIRCHE

Babitz

Dorfkirche Babitz Babitzer Str. 44: **So.** 11 Uhr Gottesdienst, Lätare

Bantikow

Kirche So. 9.30 Uhr Passionsandacht



Erleuchtet und verstrahlt

Kerim Pamuk hat nicht nur eine freche Zunge, sondern auch eine spitze Feder. Der Kabarettist und Buchautor mit den türkischen Wurzeln ist am Sonntag, dem 13. April, erneut zu Gast in Olafs Werkstatt in Neustadt (Dosse) und präsentiert ab 15 Uhr sein aktuelles Programm „Erleuchtet und verstrahlt“. Eingeklemmt zwischen Weltuntergangspropheten und „Alles super, weiter so!“-Deppen spricht er über den wahren ersten Artikel des Grundgesetzes: „Die Reservierung des Deutschen ist unantastbar!“, über die Krimi-Sucht der Abend- und die Grill-Sucht der Morgenländer. Er erzählt von Wag-

ners frischfröhlichen Kurzopern und abgewaschenen Yoghurtbechern, die wir nach Malaysia schicken. Es geht um liebe deutsche Waffen als Exportschlager und Thai-Massagen als Importschlager. Kerim Pamuk zieht Bilanz, persönlich, politisch und manchmal panisch. Er präsentiert komisch und böse einen Nachmittag zwischen optimistischer Resignation und pessimistischer Euphorie. Wer den sympathischen Hamburger live und in Aktion erleben möchte, kann sich Karten unter Tel. 033970/14423 oder online auf www.olafs-werkstatt.de besorgen. Ab 14 Uhr werden Kaffee und Kuchen angeboten. *Text: WS, Foto: Lea Rieke*

Blumenthal

Ev. Kirche Blumenthal Str. der Solidarität: **So.** 10.30 Uhr Gottesdienst

Damelack

Kirche So. 9 Uhr Gottesdienst; **Mi.** 18.30 Uhr Wider Erwarten - Andacht in der Passionszeit

Dossow

Dorfkirche Dossow Dossower Dorfstr. 20: **So.** 9.30 Uhr Gottesdienst

Heiligengrabe

Stiftskirche Heiligengrabe Stiftsgelände: **So.** 10.15 Uhr Segnungsgottesdienst

Kyritz

Evangelisches Gemeindehaus Johann-Sebastian-Bach-Str. 51: **So.** 10.30-11.30 Uhr Gottesdienst im Rahmen der kreis-kirchlichen Predigtreihe „Was ist Wahrheit?“

Rehfeld

Kirche So. 14 Uhr Gottesdienst

Stüdenitz

Ev. Kirche Stüdenitz Lohmer Str.: **So.** 10.30 Uhr Gottesdienst mit Kinder-gottesdienst

Wittstock

Catharina-Dänicke-Haus Tel. 03394/402747, Gröperstr. 20: **So.** 9.30 Uhr Gottesdienst
St.-Marien-Kirche Wittstock Kirchplatz 1: **Mi.** 18 Uhr Friedensan-dacht

Wusterhausen

Sankt Peter und Paul Kirchstr. 1: **So.** 10.30 Uhr Gottesdienst mit Kirchkaffee

BERATUNG & HILFE

Wittstock

Familienzentrum „Elki“ Burgstr. 46: **Mo.** 14-18 Uhr, **Di., Do.** 10-18 Uhr, **Mi.** 13-16 Uhr Beratung, kreatives Gestalten, Spiel-/Buchver-leih, Unterstützung beim Home-schooling, Anmeldung unter Tel. 03394/404752 und 0152/ 01599212, zusätzliche telefonische Sprechzeiten: Mo 18-20 Uhr, Mi 11-13 Uhr

Kontakt- und Beratungsstelle der Awo Markt 8: **Sa.** 9.30-13 Uhr, **Di.** 10-18 Uhr, **Do.** 12-18 Uhr, **Fr.** 10-13 Uhr tel. erreichbar unter 03394/444213 und per E-Mail: kbs.wittstock@awo-opr.de, Mo und Mi Gesprächstermine.

Treffpunkt Röbeler Vorstadt Clara-Zetkin-Str. 7: **Mo.** 13-15 Uhr, **Mi.** 16-18 Uhr Selbsthilfwerkstatt

TOURIST-INFORMATION

Kyritz

Kultur- und Tourismusbüro Tel. 033971/85255, Maxim-Gorki-Str. 32: **Mo., Mi., Do.** 10-16 Uhr, **Di.** 10-17 Uhr, **Fr.** 9-14 Uhr geöffnet

Wusterhausen

Touristinformation Tel. 033979/87760, Am Markt 3: **Sa.** 10-16 Uhr, **Di.** 13-18 Uhr, **Do., Fr.** 10-17 Uhr geöffnet

Alle Angaben ohne Gewähr

Frühlingskonzert

Wittstocker Blasorchester lädt für den 27. April zu einem Konzert in die Wittstocker Stadthalle ein

WITTSTOCK/DOSSE. Frischer Wind wird durch die Wittstocker Stadthalle wehen, wenn das Blasorchester Wittstock am Sonntag, dem 27. April, mit einem Frühlingskonzert in die neue Saison startet. Das Konzert in der Stadthalle Wittstock, Ringstraße 28, beginnt um 14.30 Uhr. Das Blasorchester präsentiert sein abwechslungsreiches Repertoire und wird auch sicher dieses Mal für seine treuen Fans neue Melodien dabei haben.

Als Gäste sind die Nachwuchsmusiker der Bläserklasse der Diesterweg-Grundschule Wittstock dabei. Die Bläserklas-



se wurde erst kürzlich gegründet und tritt zum ersten Mal auf. Karten inklusive Kaffee und Kuchen gibt es im Vorverkauf und sind bei Kultur und Tourismus, Am Bahnhof 2, Tel. 03394/429556, erhältlich.

Das rbb-Fernsehen berichtet in seiner Sendung „Der Tag in Berlin & Brandenburg“ am 3. April ab 19 Uhr live von der Probe. *WS*

Das Wittstocker Blasorchester gibt am Sonntag, dem 27. April, in der Wittstocker Stadthalle ein Frühlingskonzert.
Foto: Blasorchester Wittstock

HIER FINDEN SIE HILFE		IHRE MEDIABERATUNG		IMPRESSUM			
NOT- UND SERVICENUMMERN		Giftnotruf Brandenburg: 030/1 92 40		Wochenspiegel Karl-Marx-Straße 64 16816 Neuruppin Telefon: 03391/45 75 34 Fax: 03391/45 75 32 info.opr@wochenspiegel-brb.de www.wochenspiegel-brb.de		Vertrieb MAZ Nordwest Zeitungs-Vertriebs-GmbH Telefon: 03877/923251	
Polizei:	110	Kinder- und Jugendtelefon:	0800/1 11 03 33	Dorina Konert Kyritz 03877/92 32 25 dorina.konert@wochenspiegel-brb.de		Druck Pressdruck Potsdam GmbH Friedrich-Engels-Str. 24, 14473 Potsdam	
Feuerwehr:	112	Elterntelefon:	0800/1 11 05 50	Christine Lorenz Wusterhausen, Neustadt Tel. 03391/45 75 27 christine.lorenz@maz-online.de		Gültige Mediadaten unter maz.mediadaten.online/angebote/ wochenspiegel-brandenburg/ Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernehmen wir keine Haftung.	
Behördenruf:	115	Blutspenden: www.blutspende-nordost.de www.drk-blutspende.de		Ingo Scholz Wittstock, Heiligengrabe Tel. 03395/76 21 30 ingo.scholz@maz-online.de		Aktuelle Druckauflage: 23 750	
Krankentransport: 0331/1 92 22		BEREITSCHAFTSDIENSTE		Verlag Brandenburg Media GmbH & Co. KG			
Zahnärztl. Notdienst: 0331/3 70 10		Ärzte: 116 117 Augenärzte: 01805/5 82 22 35 15		Geschäftsführung Ingo Höhn			
Apotheken: 0800/0 02 28 33		KARTEN- UND HANDY-SPERRUNG		Verkaufsleitung Christel Walter		Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis: „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.	
Frauenhaus und Frauenberatungsstelle: 03391/23 03		EC- und Kreditkarten: 116 116		Mediaberatung Christine Lorenz, Ingo Scholz			
Telefonseelsorge: 0800/1 11 01 11, 0800/1 11 02 22				Redaktion Dr. Ute Sommer (verantw.)			
Weißer Ring, Außenstelle OPR, Opfer- beratung und Opferhilfe: 0173/43 84 47 2				Newsdesk Dominik Bahgat (db) redaktion.opr@wochenspiegel-brb.de			
Alzheimer-Beratungsstelle: 0180/3 22 45 22		Alle Angaben ohne Gewähr.		Wir beraten Sie gern!		<div></div>	