

Carlini, Dodo Leo & Martin feiern Geburtstag

magaScene: Drei Künstler, sechs Alben, **ZEHN JAHRE PURE LEIDENSCHAFT**

Wir befinden uns in einem lauschigen Proberaum in Garbsen. Vier Personen nippen genüsslich an ihrem Corretto, einem starken Espresso, verfeinert mit Grappa. Eine Bandtradition zu Beginn jeden Treffens, die wir heute natürlich auch nicht brechen wollen. Wir sind hier, um den drei Herren Marino Carlini, Dodo Leo und Thomas Martin, besser bekannt unter ihrem Bandnamen Carlini, Dodo Leo & Martin mal etwas Geschichte zu entlocken, denn die Band feiert ihr zehnjähriges Bestehen.

Wie fing denn nun alles an? Die drei waren vor ihrem Bandprojekt alle gestandene Einzelkünstler. „Dodo und ich waren 2014 gemeinsam auf Tour. Also nicht als Duo, sondern jeder mit seinem eigenen neuen Album. Thomas sah uns 2014 im legendären Tante Minchens in Hannover, und dort entstand auch die Idee, gemeinsam etwas auf die Beine zu stellen“, erzählt Marino. Die Idee fiel bei allen sofort auf fruchtbaren Boden. Dodo hatte aber eine Bedingung: Wenn ein Musiker seine Songs präsentierte, dann sollten die anderen beiden ihn begleiten. Anfang Januar 2015 wurde dann das erste Mal gemeinsam geprobt. Thomas war begeistert: „Ich wollte immer mit Leuten arbeiten, die alle singen können. Drei hauptamtliche Sänger, die auch einen Satzgesang hinbekommen? Großartig!“ Dodo ergänzt: „Wir haben sofort gemerkt, dass wir uns ideal ergänzen, es hat gleich gefunkt.“

Bereits im Juni 2015 wurden dann bei Robby Ballhause drei erste Songs und ein Video auf-



Carlini, Dodo Leo & Martin feiern Geburtstag

Foto: Georg Schröder

genommen. Im März 2016 kam bereits das erste Studioalbum und die passende Tour dazu. Mittlerweile sind die drei Musiker als Carlini, Dodo Leo & Martin in ganz Deutschland unterwegs, und auch Shows in Tschechien, Österreich, der Schweiz und den Niederlanden standen schon auf dem Programm. Das Bandkonzept ist dabei eher ungewöhnlich. Jeder Künstler schreibt seine eigenen Songs, die dann von den anderen beiden musikalisch unterstützt werden und das an wechselnden Instrumenten. So entsteht

eine abwechslungsreiche, spannende Mischung. Ein Erfolgsrezept, das alle immer noch begeistert.

Ihre Shows spielt die Band möglichst in kleinem, intemem Rahmen. Festival-Shows von 30 oder 40 Minuten Länge passen einfach nicht zur Band. „Wir wollen unser Publikum mitnehmen. Da brauchen wir eine kleine Aufwärmphase, um uns kennenzulernen. Eine normale Show bei uns hat zwei Sets von je einer Stunde. Es ist interaktiv, und wir reden auch mal ein wenig. Das funktioniert dann aber

meist sehr gut“, so Dodo. Die Live-Shows von Carlini, Dodo Leo & Martin sind ein Erlebnis. Das kann ich aus eigener Erfahrung berichten. Eine große, gut gelaunte Party, bei der es die drei Vollblutmusiker verstehen, ihr Publikum zu begeistern. Laut Band ist der ideale Ort ein kleiner Laden mit rund 100 Zuschauern. Da sind sich alle einig und Marino bringt es auf den Punkt: „Gib uns einen kleinen Laden mit Leuten, die sich auf uns einlassen. Dann wird das ein geiler Abend.“

Ihr könnt Euch selbst davon



Stadtmagazin für Hannover
magaScene

Viele weitere, spannende Neuigkeiten aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an über 500 Ausgelegstellen in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.

überzeugen: Am 12.6. sind Carlini, Dodo Leo & Martin in der Marlene zu sehen und feiern mit Euch ihr Jubiläum. Dort präsentieren sie auch das Album „Chronicle“. Wir können Euch dieses Date nur wärmstens ans Herz legen. Wird super!

Stempel sammeln bei den Olympischen Spielen für Kids

Startschuss fällt um 10 Uhr am Nordufer des Maschsees

HANNOVER. Am morgigen Sonntag, 4. Mai, finden die Olympische Spiele für Kinder statt und sie versprechen, ein ereignisreiches Fest für junge Sportbegeisterte zu werden.

In diesem Jahr präsentieren sich Hannover 96, der TKH, die RECKEN, die Hannover Indians, die HannoverGrizzlies und die Hannoverische Sportjugend, um Kindern ab dem Lauffalter zu einem Tag voller Bewegung und Spaß einzuladen. Das gemeinsame Ziel der Veranstalter ist es, die Bewegung von Kindern zu fördern und sie für das gemeinsame Sporttreiben zu begeistern.

Der Startschuss fällt um 10:00 Uhr am Nordufer des Maschsees, wo die Vereinsmaskottchen die jungen Sportlerinnen begrüßen. Zwischen 10 und 15 Uhr haben die kleinen Athlet*innen dann die Mög-

lichkeit, an drei verschiedenen Standorten (Maschsee Nordufer sowie Turn-Klubb zu Hannover, Maschstraße 16 und Vereinszentrum Hannover 96, Stadionbrücke 9) insgesamt fünf unterschiedliche Disziplinen auszuprobieren und dafür Stempel zu sammeln. Mit mindestens vier von fünf gesammelten Stempeln erhalten die Kinder einen exklusiven Turnbeutel.

Neben Mitmach-Aktionen und dem Kennenlernen verschiedener Sportarten können sich die Kinder auf gesunde Snacks und tolle Preise freuen.

Die Vereine laden alle Kinder herzlich ein, dabei zu sein und gemeinsam einen unvergesslichen Tag voller Spiel, Spaß und Sport zu erleben. Die Teilnahme ist kostenlos. Stempelkarten erhalten die Kinder in den o.g. Standorten.



Carlos (5) freut sich über ein Foto mit den Maskottchen
Foto: TKH

Harter Stuhl? Achtung vor Hämorrhoiden!



Hämorrhoiden zählen zu den häufigsten Begleiterscheinungen von hartem Stuhl bzw. regelmäßiger Verstopfung. Lassen Sie es gar nicht so weit kommen!

„Ich habe Hämorrhoiden“ – Worte, die niemand von uns gerne in den Mund nehmen möchte. Tatsache ist jedoch: Wir alle haben Hämorrhoiden.

Dabei handelt es sich schlichtweg um Blutgefäße rund um den Darmausgang. Wer umgangssprachlich von Hämorrhoiden spricht, meint damit vielmehr eine schmerzhaft Vergrößerung dieser Blutgefäße. Besonders häufig treten diese aufgrund von zu starkem Pressen beim Toilettengang auf. Um gegenzusteuern, setzt man am besten bereits an, bevor

es überhaupt erst dazu kommt und entsprechende Salben oder Zäpfchen nötig werden. Und zwar bei einer gut funktionierenden Verdauung.

HARTEM STUHL ENTGEGENSTEUERN

Ein synthetisches Abführmittel kann zwar helfen, akute Verstopfung zu beseitigen, aller-

dings sollte ein solches nur in absoluten Ausnahmefällen verwendet werden. Bei häufigem Gebrauch kann sich der Darm nämlich daran gewöhnen. Das kann so weit gehen, dass er irgendwann ständig den Reiz von außen braucht, um sich entleeren zu können. Ärztliche Leitlinien empfehlen daher im ersten Schritt eine sanfte Alternative: nämlich die

Erhöhung der Flüssigkeits- und Ballaststoffzufuhr.

WIE HELFEN BALLASTSTOFFE?

Bei Ballaststoffen handelt es sich um bestimmte Pflanzenbestandteile. Anders, als ihr Name vermuten lässt, sind sie aber keineswegs eine „Last“. Im Gegenteil: Bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quelleffekt rasch die Darmbewegung an und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz.

BALLASTSTOFFE RICHTIG ZUFÜHREN

Also einfach etwas mehr Gemüse und Obst essen und die Sache mit dem harten Stuhl hat sich erledigt? So einfach ist es leider nicht – vor allem wenn man schnell etwas gegen eine Verstopfung tun möchte. Studien haben gezeigt, dass vor allem spezielle Ballaststoffmischungen einen positiven Effekt auf die Verdauung haben und einen klaren Vorteil gegenüber einzelnen Ballaststoffen aufweisen.* Am meisten Sinn macht es deshalb auf eine solche Kombination in möglichst hoher Dosierung aus der Apotheke zurückzugreifen. Diese sind sehr gut verträglich, haben keinen Gewöhnungseffekt und können somit, wann immer Bedarf besteht, eingenommen werden.

INNOVATION AUS ÖSTERREICH

Ein solches Mittel, mit dem immer mehr Anwender besonders gute Erfahrungen gemacht haben, ist Dr. Böhm® Darm aktiv. Das fruchtige Trinkpulver ist eine ideal dosierte 5-fach Kombination pflanzlicher

Ballaststoffe aus Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras und Yaconwurzel. Es wirkt sanft und natürlich und sorgt insbesondere dank der Flohsamen wieder für eine leichte und regelmäßige Darmentleerung:

1. Der Stuhl wird weicher, wodurch die Darmentleerung erleichtert wird.
2. Die Darmbewegung wird angeregt.

3. Die Gleitfähigkeit wird erhöht, wodurch der Stuhl leichter den Darm passieren kann.

Einen spürbaren Effekt merkt man bereits nach der Einnahme von 1–2 Sachets.**

*Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.
** PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)

Die Lösung bei hartem Stuhl



- ✓ Angenehm weicher Stuhl dank Flohsamen
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)

Für Ihren Apotheker: Dr. Böhm® Darm aktiv
PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)