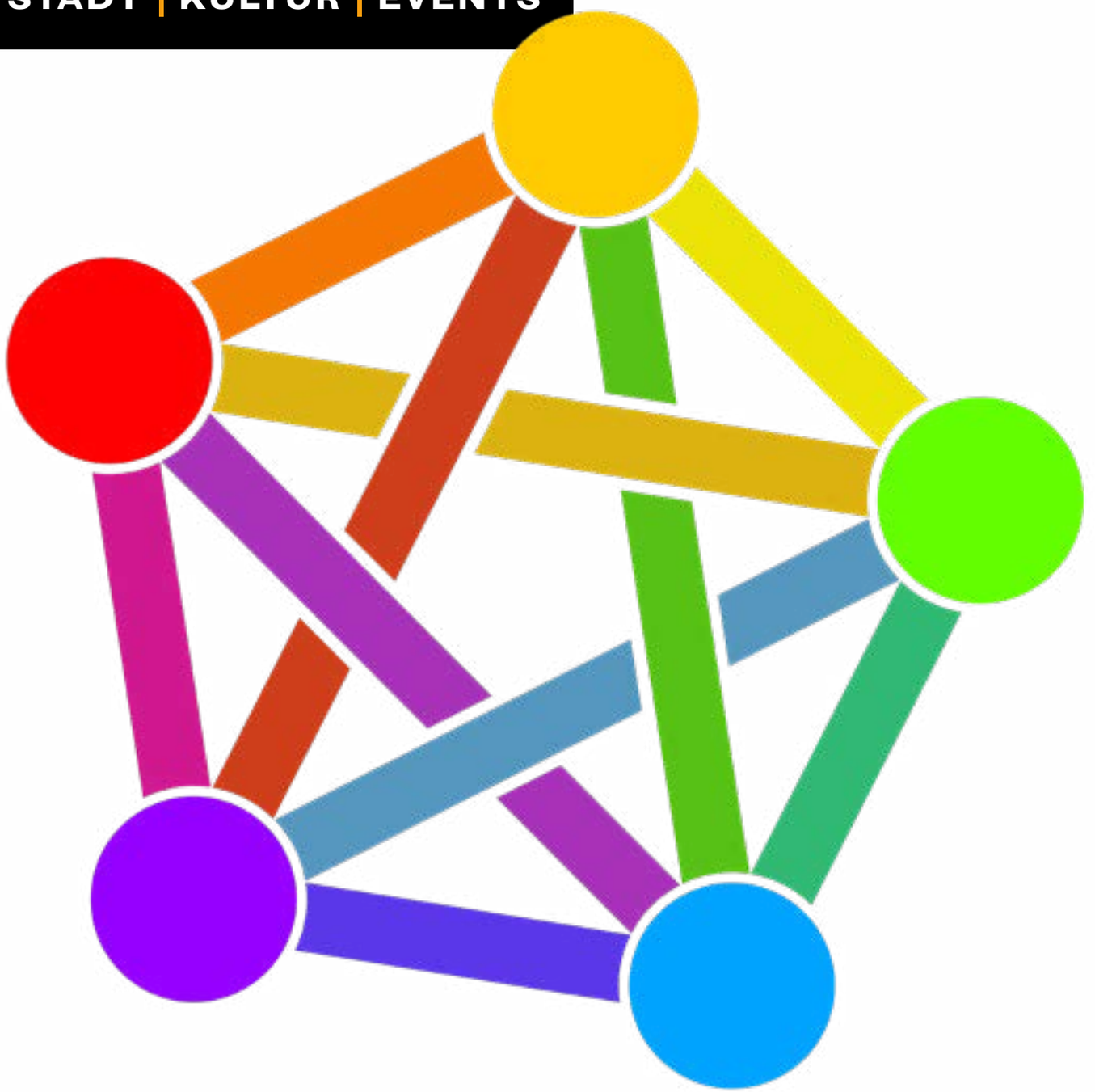
Ausgabe 297 | März | 2026

STUZ

STADT | KULTUR | EVENTS



Fuck Meta: Go Fediverse
Ade AFD: Griaß di Prüf.
Love: Endless dates

MARCELO BRODSKY

MEMORY IN ACTION

26.3.–28.6.2026 WWW.WIESBADEN.DE/KUNSTHAUS

WIESBADEN
Kulturamt

KUNSTHAUS
Wiesbaden

Villa Musica
RHEINLAND-PFALZ

Sa., 21.3.
19 Uhr
Landesmuseum
Mainz

Brahms:
Klarinettenquintett op. 115
Werke von Bartok, Hahn und
Prokofjew

KLARINETTEN QUINTETT

Pablo Barragán & Stipendiaten

Staatstheater
Mainz

Meister Floh

nach E.T.A. Hoffmann

www.staatstheater-
mainz.com

Staatstheater
Mainz

Werther

nach Johann Wolfgang von Goethes
Briefroman

www.staatstheater-
mainz.com

Magazin

5 STUZ-News

6 Prüf-Demos

7 Kommunalwahl

8 Mainz-Sozial-Digital e.V.

10 Konservatismus

11 Altkleiderchaos

12 Hochsensibilität

13 Wilde Tiere

14 Rebus & Weit hergeholt

Kultur

16 Highlight des Monats

17 Terminkalender

20 Das Velvets Theater

22 Die Kunstarche in Wiesbaden

24 Highlights: Konzerte

26 Kultur4tel im Doppel

28 Highlights: Bühne

Der Rest

30 Der letzte Schrei & Kleinanzeigen

Online

stuz.de

@stuz_magazin

rheinhessen.social/@stuz

IMPRESSUM

Kontakt:
Fon: (0 61 31) 23 65 70
oder 32 996 10
Fax: (0 61 31) 23 65 35
Mail: info@stuz.de
Netz: stuz.de
STUZ erscheint im Turnus Media Verlag, Inhaber Michael Süss, Kreyßigstraße 19, 55118 Mainz
Fon: (0 61 31) 32 996 10
Mail: ms@stuz.de
Redaktionsleitung: Tim Porzer, Michael Süss (V.i.S.d.P.)
Der Letzte Schrei: Michael Süss
Illustrationen: Nikolas Hönig (Rebus/Weit hergeholt)
Layout/Grafik: Moritz Arndt
Titelfoto: Logovorschlag für das Fediverse Eukombos, CC0, via Wikimedia Commons

Leitung Termine: Marc Pandikow
Kalender: Tim Porzer, Eva Szulkowski
Redaktionsmitglieder:
Ingo Bartsch, Marc Bracht, Janina Dillmann, Julius Ferber, Caroline Alberta Glabacs, Paula Herrmann, Matthias Krambs, Konstantin Mahlow, Hendrik Mitter, Sina Möhlenkamp, Ulrich Nilles, Isabel Page, Inken Paletta, Marc Pandikow, Anja Baumgart-Pietsch, Rebekka Schäfer, Eva Szulkowski
Korrekturen:
Leonie Marzouk, Sarah-Nina Marzouk
Druck:
L.N. Schaffrath Medienvertrieb GmbH, Pariser Straße 1, 60486 Frankfurt am Main
Verteilung:
STUZ findet Ihr an rund 3.200 Auslageorten in Mainz, Wiesbaden, Ingelheim, Bingen, Oppenheim, Nieder-Olm und Rheinhessen sowie an allen Unis und Fachhochschulen im Verbreitungsgebiet.

Anzeigen:
Michael Süss (ms@stuz.de), Marc Bracht (mb@stuz.de)
Fon: 06131 32996 10
Mobil: 0173 3189181
Mail: anzeigen@stuz.de

Abo: Ein Jahr für nur 29,99 Euro, Abschluss jederzeit; abo@stuz.de oder telefonisch unter (0 61 31) 32 996-10
Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Wollt ihr mitmachen? Wir suchen immer Schreiber:innen, Studis, Spätberufene und Lernbegierige, die interessiert sind, an unserem Magazin mitzuarbeiten. Auch Praktika sind möglich. Bitte formlose Bewerbung per Mail an Michael Süss, ms@stuz.de.
Habt ihr Themen oder Fragen? Bitte per Mail an **info@stuz.de**

LIVE
Im Kulturclub schon schön

MÄRZ
APRIL
2026

DI 03.03. **TUVABAND** (NOR) INDIE **SUPPORT: ANNA SOLEIL** Spendenbasis
FR 06.03. **EL FLECHA NEGRA** CUMBIA, REGGAE, SKA
SA 07.03. **CHRISTIAN KJELLVANDER** (SWE) DARK-FOLK
DI 10.03. **PREYRS FT. AMY MONTGOMERY** (UK) Spendenbasis
MI 11.03. **HAIL THE SUN** (USA) POST-HARDCORE, PROG-ROCK
DO 12.03. **THE MYSTERY LIGHTS** (USA) GARAGE, PSYCH-ROCK
FR 13.03. **BEAUTY & THE BEATS** DANCE, ELECTRONIC
SA 14.03. **HERBST** INDIE-POP
DI 17.03. **JULIE PAVON** (DK) HOUSE, ELECTRO-POP Spendenbasis
FR 20.03. **PASSION MANGO** (CAN) INDIE-ROCK **SUPPORT: TIGER REALLY**
DI 24.03. **AMBER & THE MOON** INDIE-FOLK Spendenbasis
FR 27.03. **POLAR** (UK) METALCORE, HARDCORE
SA 28.03. **RETROGOTT & HULK HODN** HIP-HOP, RAP
DI 31.03. **DAS GÜNTHER** ART-PUNK Spendenbasis
DI 07.04. **ONE SENTENCE. SUPERVISOR** (CH) KRAUTPOP Spendenbasis
MI 08.04. **PSYCHONAUT** (B) POST-METAL, PROGRESSIVE METAL
FR 10.04. **ZERRE** THRASH-METAL
SA 11.04. **EASY EASY** SURF-POP, INDIE
DI 14.04. **LUKAS OSCAR** (AT) INDIE, SINGER-SONGWRITER Spendenbasis

Montags ist Jazz (Ganz schön Jazz/Tonkult jammt)
Mo & Di: Eintritt frei (Spendenhut geht um)
Gesamtes Programm & Tickets: **www.schon-schoen.de**

Große Bleiche 60–62, 55116 Mainz

schon schon

SCHLACHTHOF WIESBADEN MURNAUSTR.1 65189 WIESBADEN

SCHLACHTHOF WI

01.03. SO **ROSMARIN / SUPPORT: LENGE**
03.03. DI **VPT - DIE DREI ??? & DER FLUCH DES RUBINS**
05.03. DO **DEAD PIONEERS / BAD ASSUMPTION**
05.03. DO **SHIRLEY HOLMES** (KREATIVFABRIK WI)
09.03. MO **AVATAR / SUPPORT: ALIEN WEAPONRY U.A.**
10.03. DI **ON! AKA TATSG**
12.03. DO **THE HIRSCH EFFEKT**
13.03. FR **FIT FOR A KING + SPECIAL GUESTS**
15.03. SO **GODSPEED YOU! BLACK EMPEROR**
16.03. MO **LOST SOCIETY / SUPPORT: AWAKE AGAIN**
17.03. DI **MAXÏMO PARK / SUPPORT: ART BRUT**
17.03. DI **CHE SUDAKA**
18.03. MI **HEINZ STRUNK**
18.03. MI **NILS KEPPEL**
19.03. DO **FJØRT**
19.03. DO **LEFTOVERS**
21.03. SA **KASI & ANTONIUS**
26.03. DO **DOCTOR KRÁPULA**
01.04. MI **SPRINTS / SPECIAL GUEST: MARATHON**
05.04. SO **KREATOR / CARCASS / EXODUS / NAILS** (JHH FFM)
21.04. DI **SMASH INTO PIECES**
29.04. MI **KARNIVOOL / SPECIAL GUEST: INTERVALS**
07.05. DO **MACHINE HEAD**
09.05. SA **BLOND / SUPPORT: YUNG FSK18**
03.06. MI **WE ARE ONE - FESTIVAL**
10.06. MI **THE ADICTS**
12.06. FR **FAT FREDDY'S DROP**
15.06. MO **BASEMENT / SUPPORT: GLARE**
16.06. DI **AUDIO88 & YASSIN**
21.06. SO **HOLLYWOOD UNDEAD**
22.06. MO **TOUCHÉ AMORÉ**
25.06. DO **WE CAME AS ROMANS / CATCH YOUR BREATH**
29.06. MO **SLEAFORD MODS - OPEN AIR**
01.08. SA **BLACK LABEL SOCIETY / SACRED REICH U.A.**

Unser komplettes Programm findet ihr im Internet unter **schlachthof-wiesbaden.de**

artist

Fr 06.03. | 20:00 Uhr
Unüberwindliche Entfremdung des Selbst?
guttural growling | multimedia performance

Do 12.03. | 20:00 Uhr
Kraabel / Edwards
Improvisierte Musik

Fr 20.03. | 20:00 Uhr
Stones
Songs at the edge

Di 24.03. | 20:00 Uhr
Improvisohrium
offene Bühne

walkmühle
artist-wiesbaden.de

Shalom am Rhein

1000 Jahre Judentum in Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz
GENERALDIREKTION KULTURELLES ERBE

Ausstellung
ab 15. Januar 2026
Landesmuseum Mainz
www.landesmuseum-mainz.de

KULTURBÄCKEREI

■ 13.03 | 19.30 Uhr
LiteraturLIVE!
3 Autor:innen, 3 Stimmen – Lesung und Gespräche

■ 17.03. | 15.00 - 17.00 Uhr
Mittagskino
Filme zur besten Zeit des Tages

■ 20.03. | 17.00 - 19.00 Uhr
ATELIER für ALLE
Kulturprojekte gemeinsam gestalten: Auftakttreffen!

■ 27.03. - 29.03 | 15.00 - 19.00 Uhr
Bokeh (hearables)
Ausstellung von Johannes Schropp. Vernissage am 26.03., ab 18.00 Uhr

K-LAB | Karoline-Stern-Platz 11
info@kulturbaeckerei-mainz.de
www.kulturbäckerei-mainz.de

MAGAZIN

FOTO: ANNEGRET HIRSCHMANN

STUZ-News

von Caroline Alberta Glabacs

Der Sound von morgen

Bühne frei für die pop rlp masterclass 2026/27. Ab sofort können sich junge Solo-Performer:innen und Bands aus Rheinland-Pfalz für das kostenfreie Spitzenförderprogramm bewerben. Vier ausgewählte Acts erwartet ein Jahr lang intensives Coaching, Profi-Workshops und wertvolle Kontakte in der Branche. Das Highlight stellt der Dreh einer eigenen hochwertigen Live-Session als Karrierestart dar. Wer sein musikalisches Schaffen auf das nächste Level heben will, kann sich bis zum Start der neuen Runde online bewerben: pop-rlp.de/masterclass

Konekt ist wie Konfekt

Die Konekt Rhein-Main findet am 26. März ab 15 Uhr in der alten Lokhalle in Mainz statt. Die Unternehmer-Netzwerkmesse versteht sich nicht nur als klassische Messe, sondern will darüber hinaus ein dauerhaftes Netzwerk bieten. „Von Industrie und Einzelhandel über Handwerk bis hin zu Institutionen, Verbänden und Hochschulen, hier trifft man sich auf Augenhöhe," so der Veranstalter. Infos: konekt-deutschland.de

Grüner Strom für GWW-Mieter

Die GWW stellt die Weichen für eine sozial gerechte, wirtschaftlich stabile und klimafreundliche Energieversorgung ihrer Mieterschaft. Seit 1. Januar existiert dafür die GWW Immo Service GmbH. Die GWW betreibt rund 50 Photovoltaikanlagen. In Zukunft sollen die gezielt für Mieterstrommodelle ausgelegt werden. Während sich Investitionen bei ausschließlicher Netzeinspeisung häufig erst nach mehr als 20 Jahren amortisieren, verkürzt sich dieser Zeitraum bei der direkten Nutzung durch die Mieterschaft deutlich. Davon profitieren sowohl die Wohnungsunternehmen als auch die jeweiligen Quartiere.

Mitreden erwünscht

Wie rollt es sich morgen durch Mainz? Die Stadt plant ihre Mobilität bis 2035 neu und auch du sitzt am Steuer! Noch bis zum 2. März kannst du online mitbestimmen, wie wir uns künftig zu Fuß, per Rad, Bus oder Auto bewegen. Deine Alltagserfahrung ist dabei wertvoller als jedes Gutachten. Markiere kritische Orte direkt im digitalen Stadtplan oder teile deine Ideen in der Umfrage. Deine Chance, die Stadt mobil, sicher und klimafreundlich zu gestalten. Hier geht es zum Online-Formular: mobilitaetsplan-mainz.de

Mainz boostet die Kunst

Im Rahmen der Initiative „Mainz Art Boost" vergibt der städtische Kunstbeirat 2026 erstmals Stipendien für kreative Köpfe, die den Mainzer Kunstdiskurs bereichern. Ob freischaffende Künstler:innen, Kurator:innen oder Journalist:innen – wer das regionale Schaffen sichtbar macht, kann sich bis zum 15. März um Förderungen bis zu 3.000 Euro bewerben. Ohne Altersbeschränkung, aber mit viel Leidenschaft für zeitgenössische Kunst, wird hier Vielfalt gewürdigt. Bewerbung unter: mainzartboost.de

Polly ist Kunst

Mit dem Projekt Polly ist in Mainz eine neue Plattform für junge künstlerische Positionen entstanden. Ziel ist es, temporär leerstehende Räume in Mainz kulturell zu nutzen und in Ausstellungsräume zu verwandeln. Das Projekt ist eine Kooperation zwischen Studis der Kunsthochschule Mainz und deren Förderverein. Die erste Ausstellung läuft noch bis zum 13. März in der Leichhofstraße 6. Gezeigt werden Arbeiten von Joël Müller, Lilith Nikolai, Michelle Raitses, Jan Aziz und Jil Bertels. Kuratiert wird der Raum von Sina Ebert, Joël Müller, Lilith Nikolai und Jil Bertels, die alle Studis der Kunsthochschule Mainz sind.

Mainzer Wärmeplanung

Am 11. März von 18.00 bis 21.00 Uhr findet ein Bürgerforum zur Kommunalen Wärmeplanung (KWP) in der Rheingoldhalle statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Parallel dazu läuft die öffentlichen Beteiligung des Kommunalen Wärmeplans vom 2. bis zum 27. März. Eine Bürgerbeteiligung ist erwünscht, zudem ist die Einsicht in den Wärmeplan im Mainzer Umweltladen möglich. Zielgebung ist die Klimaneutralität der Erzeugung von Wärme. Infos: mainz.de/waermeplanung

Scherz, Satire und tiefere Bedeutung

Die Goldenen Zwanziger stehen für Aufbruch im 20. Jahrhundert und sind das Motto für den Kultursommer dieses Jahr. Der Kultursommer 2027 wird sich humoristischen Formen nähern: „Scherz, Satire und tiefere Bedeutung" lautet die Überschrift in Anlehnung an die Komödie von C.D. Grabbe weitere 100 Jahre zuvor, aus dem Jahr 1822. „Ich freue mich schon jetzt auf viele spannende Projektideen, die sich mit hintergründigem Humor, Ironie und Satire auseinandersetzen", betont Geschäftsführerin Teneka Beckers. Anträge der Künstler können ab Juli eingereicht werden. Info: kultursommer.de

Orientierung im Krisenfall

Das Online-Portal psychNAVi Rheinland-Pfalz startet in diesem Jahr mit neuen Services durch. Eine optimierte Startseite und ein interaktiver Beratungswegweiser führen Hilfesuchende nun Schritt für Schritt zum passenden Angebot. Zudem sind die Informationen jetzt in 14 Sprachen verfügbar. Damit baut das Portal Hürden für Menschen mit geringen Deutschkenntnissen ab und bietet eine intuitive Navigation durch das psychiatrische Hilfesystem des Landes. Zugriff unter: psychnavi-rlp.de

We will, we will prüf you!

Ein AfD-Parteiverbot wird seit Jahren kontrovers diskutiert. Eine neue Demonstrationsreihe will mit einem neuen Ansatz dauerhaft Druck machen. Auch im STUZ-Gebiet tut sich etwas.

von Julius Ferber

Es ist ein Problem, vor dem Demonstrationen seit jeher stehen: Schmissige Parolen zum gemeinsamen Skandieren finden. Gerade den neuen PrüF-Demos – kurz für „Prüfung rettet übrigens Freiheit“ – tut es jedoch gut, dass zu diesem Zweck bekannte Lieder umgedichtet werden. So etwa die in der Überschrift des Artikels genannte Abwandlung von Queens „We will rock you!“. Denn zugegeben: Die einzige Forderung, die die Demonstrant:innen stellen, kommt etwas sperrig daher. „Die Landesregierung soll im Bundesrat beantragen, dass alle Parteien, die vom Verfassungsschutz als rechtsextremer Verdachtsfall oder als gesichert rechtsextrem eingestuft werden, vom Bundesverfassungsgericht überprüft werden sollen“, ist auf der PrüF-Webseite zu erfahren.

Was heißt das im Detail? Betont wird nicht das Verbot der besagten Parteien, sondern das notwendige Prüfverfahren, ohnehin der verfassungsrechtlich einzige Weg zu einem Parteiverbot. Anstoßen können das der Bundestag, die Bundesregierung oder der Bundesrat. Das Bundesverfassungsgericht überprüft mit einem solchen Auftrag ausgestattet, ob die betreffende Partei die freiheitlich-demokratische Grundordnung abschaffen will. Außerdem wird geprüft, ob sie realistische Chancen hat, dieses Ziel zu erreichen. An dieser zweiten Voraussetzung scheiterte 2017 das NPD-Verbotsverfahren. Der PrüF-Protest zielt auf den Bundesrat als Länderkammer ab. Die Demonstrationen können sich somit auf die 16 deutschen Landeshauptstädte konzentrieren, in denen die jeweiligen Landesregierungen sitzen.

DEMOtivation

„Viele gucken gerade die ganze Zeit darauf, was die anderen machen, und wir gucken aus meiner Sicht viel zu wenig darauf, was wir selbst tun können“, sagt Initiator Nico Semsrott im Erklärvideo zur Kampagne auf YouTube. Der Satiriker und ehemalige Europaabgeordnete, dessen Markenzeichen ein schwarzer Kapuzen Hoodie ist, möchte das ändern. Semsrotts neueste Jobbezeichnung ist daher DEMOtivationstrainer. Er will die Masse der Menschen, die gegen Rechtsextremismus ist, dazu bewegen, so lange zu demonstrieren, bis der Bundesrat beim Bundesverfassungsgericht „die Prüfung der großen rechtsextremen Partei beantragt hat“, schildert Semsrott das Ziel. Die AfD, um die es in erster Linie geht, wird bei alledem nicht beim Namen genannt. Laut Semsrott liege das daran, dass ihr keine weitere Bühne geboten werden solle und in der Forderung potenzielle Verfassungsfeinde insgesamt gemeint seien.

Auf Social Media unterstützen bekannte Gesichter wie Ärzte-Schlagzeuger Bela B und Moderatorin Ruth Moschner die Kampagne. In Reels äußern sie ihre Verwunderung darüber, dass gerade in Deutschland, wo eigentlich fast alles einer sorgfältigen Prüfung unterzogen wird (Föhn, Fahrradhelm, Brillenreiniger), Parteien nicht auf ihre Verfassungsmäßigkeit überprüft werden. Auch darüber hinaus gewinnt die Kampagne an Präsenz: Semsrott war zuletzt in der Satiresendung „Die Anstalt“ zu Gast und stellte PrüF beim Kongress des Chaos Computer Clubs vor.

Mainz ab März dabei

Demonstriert wird einmal pro Monat, immer am zweiten Samstag. In Berlin, Düsseldorf, Hamburg, München und Stuttgart gab es im Februar bereits Demonstrationen. Ab dem 14. März ist auch Mainz dabei, nachdem hier im November schon eine Solidaritätsdemo parallel zum offiziellen Auftakt in Hamburg stattfand. Semsrott hat Norbert Schön, Betreiber des Mainzer Clubs „schon schön“, gefragt, ob dieser bei PrüF dabei sein will. „Ich war von Anfang an Feuer und Flamme“, berichtet Schön. Jetzt nutzt er mit seinem Team seine Kontakte und Erfahrungen im Kulturbetrieb, um die Demonstrationen zu gestalten. „Die Idee ist, dass sich Kulturschaffende darum kümmern. Diejenigen, die Ahnung haben, wie man für gute Stimmung sorgt.“ Auf dem Programm für März steht unter anderen: Absinto Orkestra. „Knackig optimistisch, so, dass die Leute Bock haben wiederzukommen“, wünscht sich Schön die Demonstrationen und hofft, dass etwas Konstruktives entsteht. Weitere Unterstützung bei der Organisation leistet ein Team der Aktivist:innen-Initiative Mainz4Democracy. Einige der Mitstreiter:innen sind von Semsrotts Aufruf motiviert hinzugekommen. Auf der anderen Seite des Rheins in Wiesbaden befindet sich die Organisation noch im Aufbau.

WTF

Erste Demo in Mainz: 14. März, 14 Uhr.
Der Startpunkt wird noch bekanntgegeben.
Wer sich einbringen will, meldet sich unter: **mail@pruef-rlp.de**
Petition: **innn.it/pruef-rlp**
Kontakt zur Organisation in Wiesbaden: **kontakt@hessen.pruef-demos.de**

Drei Prozent auf alles außer FDP!

Am 15. März wird in Hessen, also auch in Wiesbaden, kommunal gewählt. Kleinstparteien haben nach wie vor die Chance auf den Einzug ins Stadtparlament. Sind die aber auch wählbar? Wir checken die, die 2021 oder vermutlich diesmal unter drei Prozent liegen werden, außer der FDP.

Partei des Fortschritts (PDF)
Mensch, das klingt doch gut, fast wie eine Gegenteil-FDP, vor allem wenn alle überall den Stillstand spüren. Ein Blick ins Parteiprogramm: Oh, äh, gibt es ja gar nicht, dafür aber eine Homepage mit Werten. Auch wenn die PDF ihre eigene Harmlosigkeit zum Programm erklärt, gemäß dem Motto: „Wir reden zusammen und fragen nett." Diese Partei muss sofort verboten werden, bevor sie jemand aus Versehen wählt! Nein, es sind definitiv keine Extremisten oder Hobbyfaschos und sie schließen andere beschissener Parteien aus, außer der FDP! Dummerweise aber die Anarchistische Pogo-Partei Deutschlands, die einzige Alternative für Dosenbierfetischisten und Studis über 40 Semester, also unserer Hauptlesergruppe. Wählbar für Verwaltungsbeamte, die die Buchstaben X bis Z betreuen.

Die Gerechtigkeitspartei – Team Todenhöfer
Wem Sarah Wagenknecht oder die FDP zu zugeknöpft rüber kommt, der liebt Jürgen Todenhöfer als „James Dean der Senioren". Er trägt nicht nur die alten Lederjacken von seinem zu klein geratenem großen Bruder Peter Kraus auf, sondern appelliert und schwadroniert im Parteiprogramm. Todenhöfer will natürlich alles besser machen, vornehmlich durch die eigene Erscheinung. So stampft und trampelt er mit den Füßen, aber ihm fehlt die Beißleiste eines Sauerländers. Der Kelch der Mitbestimmung wird an ihm vorüberziehen, aber hier und da darf er aus Fettnäpfchen naschen. Wählbar für schmachtende CDU-Rentnerinnen und Ex-Lover von Sahra Wagenknecht.

Bündnis Sahra Wagenknecht – Vernunft und Gerechtigkeit (BSW)
Ist es nun frech oder gerechtfertigt Sahra kleiner zu machen als sie scheint? Ist sie denn überhaupt noch im BSW oder hat sie eine neue Partei gegründet, die sich explizit gegen den BSW ausspricht? Vermutlich würde bei einem Austritt das BSW die 10-Prozent-Marke knacken, ein Fluch der ihr die Sympathien der SPD einbringt. Könnte sie bei den Sozen nicht soviel Unmut schüren, dass der Mitleideffekt greift? „Ne?, ach so!, mit der SPD hatten alle schon Mitleid, na dann geh doch zur FDP! Wählbar für vernagelte Pazifisten, rauchende Kommunisten und schräge Vögel die nisten.

PRO AUTO – Die Bürgerlichen!
Diese Partei passt doch so sehr zu Wiesbaden, dass man sich wundert, dass diese noch bei den Kleinstparteien zu finden ist. 1,6 Prozent gab es 2021. Nach Jahren der Baustellen, Pförtnerampelschaltungen und Fahrradwegerweiterungen müsste Pro Auto seinen Stimmenanteil auf mindestens 50 Prozent erhöhen. Doch leider wird diese innovative Verbotspartei (Gegen City-Bahn, Radwege, Scooter) von der FDP gnadenlos gecovert. Inzwischen hat sich die FDP schamloserweise in „Fortbewegung durch Personenkraftwagen" umbenannt. Wählbar für alle, die weniger Angst vorm Russen haben als vor der mörderischen Straßenbahn aus dem Hinterwald.

Bürgerliste Wiesbaden (BLW)
Die Partei wirkt wie der Erstbesuch bei den neuen Schwiegereltern in spe. Wichtig: Saubere Hose am besten mit Bundfalte, gebügeltes Hemd und für die Dame das Hauses lieber eine Topfpflanze als Schnittblumen. Und wenn du beruflich noch ausreichend solide bist, kein FDP-Mitglied, darfst' nicht nur Enkelchen produzieren, sondern auch Schwiegermamas Blüten im Garten bestäuben. Dabei wird man den Verdacht nicht los, dass Mutti irgendwo 'ne Grasspflanze mit hochzieht. Parteiprogramm in Kürze: „Es wäre doch schön, wenn alles schön wäre." Wählbar für konservative Kiffer, Erbschleicher, sowie Miss Daisys Chauffeur.

Partei für Arbeit, Rechtsstaat, Tierschutz, Elitenförderung und basisdemokratische Initiative (DIE PARTEI)
Es ist die ernsthafteste Partei im diesjährigen Kommunalwahldschungelcamp. Während andere Kleinstparteien die Maße eines Vorsitzenden auf maximal 1,6 Meter begrenzen, dürfen Mitglieder der Kleinstpartei die Partei sogar über 1,9 Meter große werden. Entsprechend ambitioniert ist das Wahlprogramm, gleich ob Kommunal oder Lokal ist das Ziel immer die Weltherrschaft. Das geht soweit, dass das Out-Of-The-Box-Denken zur Verweigerung jeglicher Transportgefäße beim China Imbiss führt. Wählbar ist DIE PARTEI für Menschen mit türkisfarbenen Hintergrund, orangefarbenem Aftershave oder khakifarbenen Luftmatratzen.

FWG Wiesbaden e.V.
Die Hauptaufgabe der Freien Wähler ist sich von der FWG Wiesbaden e.V. abzugrenzen oder war es genau andersherum? Programmatisch bedient sich die FWG ungeniert am Programm von PRO AUTO respektive der FDP was zu der Frage führt: Warum gibt es nun zwei Kopien einer Nahverkehrsverweigerungspartei? Hier könnte die Autolobby doch viel Geld sparen, das sie in die Entwicklung neuer, ineffizienterer Benzinmotoren für spezielle übergroße Innenstadt-SUVs stecken könnte! Außer Dinge zu verhindern gibt es nichts, und auch die kostenloses Benzinpröbchen gibt es nicht mehr am Wahlstand. Wählbar für Immobilienmakler, Kreuzfahrschiffskapitäne und Tupperwarenpartyveranstalter.

Freie Wähler
Weil sich alle irgendwie was mit Frei nennen, benennen sich die Freien Wähler selber lieber als „die Orangenen". Sie sind nicht so sympathisch wie Orang-Utans, auch nicht so knackig wie Karotten, allerdings sympathischer als alle anderen Parteien, die was mit Frei im Titel tragen. Das liegt vor allem an ihrem Internetauftritt, der einfach keine Aufreger bietet, der vor allem das Ostfeld zum Thema hat, jener mysteriöse Stadtteil, der nur gebaut werden kann wenn eine Straßenbahn als Zulieferer eingeplant wird. Will diese Partei gar nichts verhindern oder was? Wählbar für: Leute die nicht ins Ostfeld ziehen wollen, Menschen, die einem großen Vorrat an der aus dem Trend geratenen Farbe Orange im Keller haben.

Ein Netz für alle

Mangelnder Datenschutz, algorithmische Filterblasen, Zensur und Kontrolle: Die Kritik an Instagram, Facebook, TikTok und anderen großen Plattformen wird lauter. Immer mehr Menschen hinterfragen, welchen Preis sie für die Nutzung sozialer Netzwerke zahlen. Ein Mainzer Verein zeigt, wie digitale Unabhängigkeit jenseits der großen Tech-Konzerne möglich sein kann.

von Janina Dillmann

Viele kennen das Phänomen aus dem Alltag: Kaum sucht man online nach einem bestimmten Produkt, wird es kurze Zeit später als Werbung in den sozialen Netzwerken angezeigt. Was einmal gesucht wurde, begleitet einen fortan quer durch das Internet. Das Beispiel verdeutlicht, wie personenbezogene Daten massenhaft erfasst, ausgewertet und wirtschaftlich verwertet werden. Welche Inhalte wir auf den gängigen Plattformen sehen, entscheiden längst nicht mehr wir selbst, sondern die Unternehmen, denen diese Netzwerke gehören.

Dieser Entwicklung möchte sich ein Mainzer Verein entgegenstellen. „Mainz Sozial Digital e.V." setzt sich für digitale Selbstbestimmung und die Förderung alternativer sozialer Medien ein. Gegründet wurde der Verein mit Sitz in der Walpodenstraße Ende 2025. „Große Tech-Konzerne, häufig im Besitz einzelner Milliardäre, betreiben zentralisierte Plattformen, die die Kontrolle über Daten, Inhalte und Nutzerverhalten in wenigen Händen bündeln", erklären die Vereinsgründer Fabian Köster und Alrun Schleiff ihre Motivation. Der Verein zählt derzeit drei Vorsitzende und knapp zehn Mitglieder. Sein Schwerpunkt liegt auf Bildungs- und Beratungsangeboten sowie dem Ausbau einer alternativen digitalen Infrastruktur für die Stadt Mainz.

Was ist das Fediverse?

Doch wie sehen diese alternativen sozialen Medien konkret aus? Vereinfacht gesagt handelt es sich um ein Netzwerk aus vielen unabhängigen, miteinander verbundenen Servern. Gemeinsam bilden sie das sogenannte „Fediverse", ein Kunstwort aus „federated" (föderiert) und „universe" (Universum). Der bekannteste Dienst innerhalb dieses Netzwerks ist Mastodon: Ein Microblogging-Dienst ähnlich wie X (vormals Twitter), in dem Nutzer:innen Kurznachrichten bis zu 500 Zeichen veröffentlichen können. Daneben existieren weitere Plattformen, die an bekannte soziale Medien erinnern: PeerTube etwa an YouTube, Pixelfed an eine frühere Form von Instagram. Das Besondere dabei ist ihre Vernetzung untereinander: All diese Dienste können miteinander kommunizieren. Wer beispielsweise einen Account auf Mastodon besitzt, kann auch Inhalten anderer Dienste folgen. Vorstellen kann man sich das wie beim Verschicken von E-Mails: Wer beispielsweise einen Gmail-Account besitzt, kann auch mit Outlook-Nutzer:innen kommunizieren und andersherum.

Das Fediverse versteht sich als soziales Netzwerk im eigentlichen Sinne. Es gibt keinen zentralen Konzern, der bestimmt, welche Inhalte sichtbar sind oder welche Beiträge Reichweite erzielen. Stattdessen existieren viele eigenständige Server, sogenannte „Instanzen", die miteinander vernetzt sind. Regeln, Moderation und thematische Ausrichtung werden lokal festge-

BILD: LOGOVORSCHLAG FÜR DAS FEDIVERSE, EUKOMBOS, CC0, VIA WIKIMEDIA COMMONS

legt, häufig gemeinschaftlich und transparent. Nutzer:innen können sich so gezielt in digitalen Gemeinschaften einbringen, die ihren Ansprüchen, Interessen, politischen Perspektiven oder Themengebieten entsprechen und bei Bedarf die Instanz wechseln. Darüber hinaus behalten Nutzer:innen durch klare Einwilligungs- und Löschrichtlinien die Kontrolle über ihre Daten. Anstelle von Algorithmen, die darauf optimiert sind, Nutzer:innen möglichst lange auf der Plattform zu halten, erscheinen Beiträge chronologisch oder nach individuell gewählten Filtern. Das Fediverse lebt damit vom aktiven Mitmachen, von gemeinschaftlicher Verantwortung und von Mitbestimmung.

Eine Wall für Mainz

Angesichts der Vielzahl an Instanzen stellt sich für Einsteiger:innen allerdings schnell die Frage: Wo soll man anfangen? Die Vorstandsmitglieder von Mainz Sozial Digital e.V., Köster und Schleiff, haben darauf eine konkrete Antwort gefunden: Für Mainz betreiben sie mittlerweile eine eigene Instanz namens mainz.social, die einen niedrigschwelligen Einstieg ins Fediverse mit klarem Lokalbezug bietet. Statt sich durch unzählige Instanzen orientieren zu müssen, finden Mainzer:innen hier eine thematisch und regional kuratierte Umgebung. Wer sich mit mainz.social nicht identifiziert, kann jedoch auch andere Instanzen wählen. Ob lokale Server wie rheinhessen.social, große Server wie mastodon.social, deutschsprachige Communities wie chaos.social oder thematisch spezialisierte Angebote: Die Vernetzung mit anderen Nutzer:innen funktioniert in jedem Fall.

Ergänzt wird die Mainzer Instanz durch die sogenannte mainz.social.wall, deren Ziel es ist, Informationen aus Mainz an einem Ort zu bündeln. Zu diesem Zweck hat Köster unter anderem einen Bot entwickelt, der automatisch Beiträge regionaler Medien oder Mainzer Institutionen auf der Wall veröffentlicht. Perspektivisch sollen weitere Bots folgen, etwa mit Informationen direkt aus den Stadtrats- und Ortbeiratssitzungen. Denkbar wären auch kurze Videoausschnitte aus politischen Debatten, beispielsweise Redebeiträge des Oberbürgermeisters. Das Fediverse würde damit für Mainzer:innen nicht nur zu einer Alternative zu kommerziellen Plattformen, sondern zu einem Werkzeug mit echtem lokalpolitischem Mehrwert werden. Informationen, die bislang oft schwer zugänglich sind, könnten so niedrigschwellig und transparent bereitgestellt werden.

WTF

Die **STUZ** findet Ihr ebenfalls im Fediverse. Seit über einem Jahr sind wir auf Mastodon persönlich aktiv und nicht nur als Bot, der Meldungen bereitstellt. Über Mastodon könnt Ihr auch direkt mit uns in Kontakt treten. Schreibt uns gerne an: Eure Anfragen und Anregungen landen bei uns im Redaktionsteam und werden beantwortet.

Ob mit oder ohne Account im Fediverse, unser Feed ist für jeden zugänglich und einsehbar. Besucht uns doch mal. Wenn Ihr selbst Fedinauten seit oder es werden wollt, folgt uns, um keine Inhalte mehr zu verpassen unter: **rheinhessen.social/@STUZ**

Niemand wird allein gelassen

Gerade für Einsteiger:innen kann das Fediverse zunächst unübersichtlich wirken. Da es keine Algorithmen gibt, die Inhalte automatisch vorsortieren, müssen Nutzer:innen ihren Feed selbst gestalten. Mainz Sozial Digital e.V. unterstützt dabei mit konkreten Tipps: Hashtags abonnieren, interessanten Accounts folgen oder sogenannte „Starterpakete“ nutzen. Von letzteren gibt es allein für Mainz bereits acht. Wer digital unabhängig werden möchte, aber persönliche Hilfe benötigt, kann diese beim „Digital Independence Day“ erhalten, der immer am ersten Sonntag im Monat in der Offenen Werkstatt Mainz stattfindet.

Natürlich bleibt ein Einwand: Die meisten Menschen sind weiterhin auf den großen Plattformen aktiv, das Fediverse ist im Vergleich dazu noch klein. Doch es wächst und gewinnt gerade in Zeiten politischer Unsicherheit und transatlantischer Spannungen an Bedeutung. Und vor allem: Seine Communities sind bemerkenswert engagiert. Das zeigte sich Ende letzten Jahres, als die Stadt Mainz ihren Mastodon-Account wegen angeblich zu hohen Aufwands einstellen wollte. Die Proteste waren so laut, dass sie es sogar in den Podcast „Lage der Nation“ schafften. Nach deren Nachfrage, wie hoch der Aufwand eines zusätzlichen Social-Media-Kanals tatsächlich sei, knickte die Stadt ein – der Account bleibt. Der Rat von Köster und Schleiff für alle Unentschlossenen ist pragmatisch: Niemand muss Instagram sofort löschen. Wer jedoch parallel ins Fediverse einsteigt, kann Schritt für Schritt selbst bestimmen, welche Inhalte den eigenen digitalen Alltag prägen.

volksbanking.de/meindepot

Zukunft, wie sie dir gefällt – mit deinem meinDepot

Das **meinDepot** für alle bis einschließlich 30 Jahre. Forme deine Zukunft, wie du sie dir wünschst – mit Vision und Weitblick.

- Kostenlose Depotführung
- Kostenlose Sparplanausführung mit einer Mindestsparrate von 10 Euro
- Pauschale Ordergebühren* für Einzel-Orders bei Tradegate und Quotrix von nur 4,90 Euro

*Unser detailliertes Preis- und Leistungsverzeichnis findest du hier:

KI-generiertes Bild

Volksbank Darmstadt Mainz

Konservative als Bewahrer der Demokratie?

Was bedeutet eigentlich „konservativ“? Was den Begriff im Kern ausmacht und wo die Verantwortung konservativer Parteien im Umgang mit Rechtsradikalismus liegt, erklärt die Mainzer Politikwissenschaftlerin Prof. Dr. Claudia Landwehr im Interview mit STUZ-Autor Hendrik Mitter.

STUZ: Was bedeutet für Sie der Begriff „konservativ“?
Claudia Landwehr: In dem Begriff steckt das Wort „konservieren“. Im politischen Kontext bedeutet das, gesellschaftlichen Wandel zumindest zu bremsen und das zu bewahren, was man als wertvoll erachtet.

Nun ist das, was man bewahren möchte, stets im Wandel. Ist „konservativ“ ein relativer oder gar inhaltsleerer Begriff?
Was genau konservativ bedeutet, ändert sich über die Zeit, denn die Gesellschaft ist immer in einem Wandlungsprozess. Eine Position, die heute konservativ ist, könnte vor 30 Jahren relativ progressiv gewesen sein. Aber dahinter steht trotzdem die gleiche Grundhaltung: eine gewisse Skepsis gegenüber Ideen der sozialen Steuerung und radikalem Wandel. Insofern ist es kein inhaltsleerer Begriff. Dennoch kann sich das, was man bewahren möchte, über die Zeit ändern.

Der konservative amerikanische Politikwissenschaftler, Patrick Deneen, plädiert dafür, dass Konservative mehr Marx lesen sollten, um zu begreifen, dass Konservatismus nicht mit der revolutionär-fortschrittlichen Dynamik des Kapitalismus einhergehen könne. Hat er da Recht?
Was den Konservatismus auszeichnet, ist eine Skepsis gegenüber Fantasien der globalen Steuerung von Wirtschaft und Gesellschaft, wie sie sich häufig auf progressiver Seite finden. Damit einher geht auch eine gewisse Skepsis gegenüber einem stark ausgebauten Wohlfahrtsstaat. Für Konservative ist das Subsidiaritätsprinzip zentral, der Vorrang der kleineren Einheit: Probleme sollten so weit wie möglich in der Familie bewältigt werden und nicht durch staatliche Interventionen. Jetzt haben wir in Deutschland einen Wohlfahrtsstaat, der viele konservative Elemente beinhaltet: das Äquivalenzprinzip in der Rentenversicherung, unsere Gesundheitsversorgung, Dinge, die sich seit dem späten 19. Jahrhundert etabliert haben. Der Wunsch, diese konservativ geprägten wohlfahrtsstaatlichen Errungenschaften zu erhalten, ist ein Wunsch, der sich auch bei vielen linken Akteur:innen findet, besonders in der klassischen Sozialdemokratie.

Könnte man kapitalismuskritische Linke auch als konservativ bezeichnen?
Wir verbinden Konservatismus in Deutschland stark mit den Unionsparteien, aber das heißt nicht, dass sie ein Monopol auf konservative Politik und Rhetorik haben oder dass nur sie an konservative Wähler:innen appellieren können. Gerade bei dem klassischen Arbeitermilieu gibt es auch einen ausgeprägten Konservatismus, an den auch andere Parteien prinzipiell appellieren können. Es gibt keine zwingende Verbindung zwischen einer bestimmten Partei und konservativer Politik.

Sie sagen, konservativ zu sein, bedeutet skeptisch oder ablehnend gegenüber Radikalität zu sein. Teile der AfD bezeichnen sich als konservativ, obgleich die Partei aggressiv, radikal und in Teilen extremistisch auftritt. Kann es etwas wie einen Extremkonservatismus geben?
Dem Konservatismus geht es ums Bewahren. Das Konservative kippt ins Reaktionäre, sobald man nicht mehr nur Bestehendes schützen möchte, sondern letztlich Nostalgie empfindet gegenüber einer häufig auch nur imaginieren Vergangenheit. Das sehen wir bei vielen Konservativen heute: man möchte ein bisschen zurück in die 80er Jahre und die fantasiert man sich als total harmonisch, friedlich. Reaktionär bedeutet nicht zwangsläufig extrem radikal, aber wenn diese Vergangenheit nur noch eine Fantasie ist und der einzige Weg zur Verwirklichung dieser Fantasie der zu sein scheint, rechtliche Errungenschaften oder demokratische Rechte infrage zu stellen, dann sind wir beim Rechtsradikalismus, der klassischen Konservativen sehr suspekt sein müsste.

Welche Rolle spielen dabei die anderen Parteien?
Konservative Parteien haben eine ganz wichtige Rolle dabei, genau diese Art von Autoritarismus zu verhindern, da sie dann doch programmatisch den rechtsextrem autoritären Kräften ein Stück weit näherstehen als etwa progressive Parteien. Daniel Ziblatt, ein progressiver amerikanischer Politikwissenschaftler, hat das für zwei Phasen beschrieben: Einmal die Übergangsphase von autoritären Regimen hin zu demokratischen Regimen, wo konservative Parteien es leisten müssen, dass sie diese vordemokratischen Eliten gewissermaßen einfangen für die Demokratie. Dort wo dies gelang, konnte sich die Demokratie dann auch konsolidieren. In der heutigen Zeit besteht aber ihre Rolle darin, die Rechtsextremen außen vor zu halten, also diejenigen, denen Wandlungsprozesse Angst machen, abzuholen und ihnen zu sagen: ja, wir haben das Ziel, euch vor dem Wandel zu schützen, wir wollen auch bewahren, aber wir wollen nicht zurück in eine Vergangenheit und erst recht nicht in eine imaginierte Vergangenheit, die oft der Vorstellung einer ganz homogenen Gesellschaft mit traditionellen Rollenbildern entspricht. Und deshalb ist für den Erfolg rechtsextremer Parteien und die Bewahrung der Demokratie das Verhalten konservativer Parteien besonders zentral. Und letztlich vielleicht wichtiger als das Verhalten progressiver Parteien.

FOTO: THE U.S. NATIONAL ARCHIVES, NO RESTRICTIONS, VIA WIKIMEDIA COMMONS

Altkleiderchaos – ein Dilemma mit System

Überquellende Altkleidercontainer, oft von Müllbergen umgeben, prägen das Stadtbild von Mainz und Wiesbaden. Doch was unternehmen die Städte dagegen? Und was können Verbraucher tun?

von Inken Paletta

Dieses Problem ist kommunenübergreifend zu beobachten“, bestätigt Cordula Zimper von der Kommunalen Abfallwirtschaft Mainz und Mainz-Bingen (KAW). In Mainz werden die Container deshalb wöchentlich geleert. Eine Umweltstreife meldet Müll, der von der KAW zeitnah beseitigt wird. Events und Aktionen, wie eine Kleidertauschbörse oder eine konsumkritische Entdeckungstour durch Mainz im April sollen die Mainzer Bürger für nachhaltigen Konsum und die richtige Entsorgung von Altkleidern sensibilisieren. Die Stadt Wiesbaden zeigte im Herbst 2025 die Ausstellung „Stoff zum Nachdenken“ im Wiesbadner Umweltladen. Es gab Lesungen zum Thema Textilproduktion und Aktionen zum Kleidertausch. Konkrete Maßnahmen gegen überfüllte Container nannte die Stadt Wiesbaden auf Anfrage jedoch nicht. Dabei steht fest: Die Lösung liegt nicht allein in der Verantwortung der Städte und Kommunen.

Warum quellen Container über?

Der Altkleidermarkt steckt in der Krise: Die globale Textilproduktion hat sich in 20 Jahren fast verdoppelt – angetrieben durch sogenannte Fast Fashion und eine zunehmende Wegwerfmentalität. Der Dachverband „FairWertung e.V.“ beziffert das jährliche Altkleideraufkommen in Deutschland auf etwa eine Million Tonnen. Laut dem Bundesumweltministerium kauft jeder Deutsche im Jahr rund 60 Kleidungsstücke, von denen viele nur kurz getragen werden. Fast Fashion überlastet Sammelstellen, Logistik und Recycling. Gleichzeitig brechen Absatzmärkte für Altkleider weg: In Afrika verdrängt Fast Fashion beispielsweise Second Hand Ware und der Krieg in der Ukraine beeinflusst die Exporte nach Osteuropa. Die Erlöse der Alttextilhändler sinken, während die Entsorgungskosten parallel steigen. Die Obdachlosenhilfe „Teestube Wiesbaden“ der Diakonie musste im Jahr 2025 wegen Überlastung zeitweise Altkleider ablehnen. Mittlerweile wird aber wieder saubere, gut erhaltene und jahreszeitlich passende Kleidung angenommen. Die seit 2025 geltende, neue EU-Abfallrahmenrichtlinie soll das Recycling fördern und die Müllverbrennung reduzieren. Sie verunsichert jedoch die Verbraucher. Vielen ist nicht klar, dass verschmutzte und komplett verschlissene Kleidung noch immer in den Restmüll gehört. Second Hand Mode wird oft auch als Ausrede für mehr Konsum genutzt: „Viele kaufen mehr mit dem Gedanken, die Kleidung später mit gutem Gewissen spenden zu können“, so Zimper von der KAW.

Die globalen Folgen von Fast Fashion

Laut dem Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung sind weltweit etwa 60 Millionen Menschen in der Textilproduktion beschäftigt, die meisten davon in Entwicklungs- und Schwellenländern. Viele von ihnen arbeiten unter unwürdigen Bedingungen. Laut NGOs wie „Eine Welt e.V.“ ist Kinderarbeit noch immer ein Problem. Die Textilindustrie verursacht erhebliche CO_2-Emissionen und verschmutzt Frischwasser. Beim konventionellen Baumwollanbau werden mitunter Pestizide und Düngemittel eingesetzt. Chemikalien aus der Produktion – beim Bleichen von Jeans oder Gerben von Leder – belasten die Gesundheit der Beschäftigten und die Umwelt. Mikro- und Nanopartikel aus Synthetikfasern gelangen beim Waschen ins Abwasser und damit in Flüsse, Meere und den Boden, wie das Umweltbundesamt berichtet. Sie wurden auch im menschlichen Körper nachgewiesen. Welche Auswirkungen das auf die Gesundheit hat, ist noch nicht vollständig erforscht.

Neue Regeln, neue Verantwortung

Seit 2023 gelten in der EU auch für Textilien strengere Standards entlang der gesamten Wertschöpfungskette – von der Produktion über die Arbeitsbedingungen bis hin zum Umweltschutz. Ab dem 1. Juli 2026 entfällt die Zollfreiheit für Billigimporte aus Drittländern. Stattdessen wird eine pauschale Einfuhrabgabe für Waren mit einem Wert von bis zu 150 Euro fällig. Langfristig soll eine digitale Zollplattform in der EU entstehen. Ab 2028 müssen sich die Hersteller und Händler an den Kosten für die Sammlung, Sortierung und Verwertung von Alttextilien beteiligen. Seit 2024 fordert die die Ökodesign-Verordnung Hersteller dazu auf, beim Produktdesign auf Reparierbarkeit, Recycelbarkeit und Umweltverträglichkeit zu achten. Auch die neue EU-Abfallrahmenrichtlinie stärkt die europäische Kreislaufwirtschaft. Dies könnte Europa Wettbewerbsvorteile bringen, wenn Verbraucher durch bewussten Konsum, den Kauf nachhaltiger Mode und anderer Produkte sowie bei der richtigen Entsorgung mitwirken.

WTF

Der Mainzer Umweltladen lädt am 24. April um 16 Uhr zu einer konsumkritischen Entdeckungstour durch Mainz ein. Anmeldung unter umweltinformation@stadt.mainz.de oder 06131-122 121.

Hinweis: Kleidung waschen, in Tüten verpacken, Container nicht überfüllen. Volle Container können bei KAW/ELW oder beim Betreiber gemeldet werden: elw.de/abfalllexikon/entsorgungswege-altkleider

Hochsensibel für die eigenen Grenzen

Menschen mit Hochsensibilität erleben Alltagssituationen anders. Als Krankheit wird es nicht betrachtet, sondern als Persönlichkeitsmerkmal. Für Betroffene fühlt es sich aber krank an. Am 7. März findet in Mainz der Fachtag zur Hochsensibilität statt. STUZ begibt sich auf Spurensuche.

von Tim Porzer

Im Bus stehen die Passagiere Schulter an Schulter: eine Mutter mit weinendem Baby, eine Dame telefoniert, ein Junge schaut Videos, der Fahrgast daneben riecht nach Duschgel, in der letzten Reihe isst jemand – was für Fahrgäste anstrengend ist, wird für Menschen mit Hochsensibilität zur Belastungsprobe. „Hochsensibilität hat viel mit dem Nervensystem zu tun, dieses ist durchlässiger“, erklärt Sandra Agel. Die Soziologin und Heilpraktikerin für Psychotherapie beschäftigt sich seit mehreren Jahren mit dem Thema und betreut betroffene Personen. Dr. med. Angelika Hellstern, Fachärztin für Anästhesie und spezielle Schmerztherapie, ergänzt: „Hochsensible Menschen haben oft ein sensibel eingestelltes Nervensystem, das betrifft den Körper und die Psyche“. Hellstern beschäftigt sich mit Hochsensibilität aus Sicht der funktionellen Medizin.

Vier Kriterien

Hochsensibilität gilt als ein Persönlichkeitsmerkmal und nicht als Erkrankung. Die Psychologen Elaine N. Aron und Arthur Aron führten 1997 in einer wissenschaftlichen Publikation hochsensible Persönlichkeiten (engl. highly sensitive individuals) ein. Mittels eines aus 27 Fragen bestehenden Fragebogens entwickelten sie eine Highly Sensitive Person Scale (HSPS). Sandra Agel hebt vier Kriterien hervor, in denen Hochsensibilität angelegt sein kann: Empathie, die Sinneswahrnehmung, eine tiefe Wahrnehmungsverarbeitung, dazu gehören Gedankenschleifen, und Reizüberflutung. Hochsensible Menschen nehmen innere und äußere Reize intensiver wahr. Beispielhaft nennt Agel die Fahrt im Bus, die liege: „außerhalb der Kontrollsituation, man kann nicht einfach aussteigen“. Hochsensible Menschen haben für diese Situationen oft Bewältigungsstrategien. Entweder sie meiden solche Situationen oder „machen einen Plan B“, erläutert Agel. So ein Plan B kann ein kurzer Spaziergang sein – wenn auf der Party oder im Büro alles zu viel wird.

Angelika Hellstern unterscheidet zwei mögliche Ursprünge: „Es kann sein, dass es etwas Genetisches ist. Gewisse Lebensfaktoren können ebenfalls zu Hochsensibilität führen.“ Die Medizinerin unterscheidet zwischen Einflüssen von außen und von innen und erklärt, dass äußere Umstände oft zu Stress führen. Ein konstant hohes Level an Stresshormonen und Adrenalin könne dann auch körperliche Symptome hervorrufen. „Es gibt auch biochemische Variationen, die von Innen dafür sorgen, dass ein Organismus empfindlicher ist“, erklärt Hellstern. Es besteht zudem die Möglichkeit, dass Phänomene, die derzeit mit Hochsensibilität in Verbindung gebracht werden, künftig neu gedeutet werden. „Es kann auch sein, dass irgendwann herauskommt, dass es Hochsensibilität gar nicht gibt, sondern das alles etwa an ADHS oder Neurodivergenz dranhängt und mit anderen Pathologien zusammenhängt“, gibt Sandra Agel zu bedenken.

Heikle Diagnose

Ein hochsensibler Persönlichkeitstyp wird meist durch Fragebögen ermittelt. Dadurch handelt es sich um eine Selbstzuschreibung. Eine ausgeprägte Empathie und eine tiefe Wahrnehmungsverarbeitung können auch bei Menschen vorkommen, die im herkömmlichen Sinn des Wortes „sensibel“ sind. „Anhand der Sinneswahrnehmung ist es gut herauszufinden: beim Hören, Sehen, Riechen, Schmecken. Es gibt dann einen Leidensdruck, aus dem Haus zu gehen, weil dort alle Eindrücke auf mich einprasseln“, erläutert Agel. Aber auch die diagnostische Abgrenzung zu anderen Erkrankungen ist eine sensible Angelegenheit. „Für uns als Beratende ist die Schwierigkeit herauszufinden, ist die Person hochsensibel oder ist da noch ADHS dabei oder liegt ein Entwicklungstrauma vor“, erklärt Sandra Agel und fügt an: „Es erfordert am Ende eine sehr genaue Anamnese. Sind wir hier im Bereich Hochsensibilität oder im Bereich schwere Depression mit Problemen in der Alltagsbewältigung. Dann suche ich einen approbierten Psychotherapeuten.“

Ruhe und Gemeinschaft

In Agels Erfahrung ist „Ruhe einer der großen Teile“ im Umgang mit Hochsensibilität: „Zu uns Beratern kommen oft Menschen, die Symptome haben wie Erschöpfung, Überreizung.“ Die Beraterin warnt: „Auch da muss man aufpassen. Menschen, die sehr erschöpft sind, können nicht in die totale Entspannung. Da mache ich oft etwas mit Körperbalance, da lernt man seine eigenen Grenzen kennen. Die Aufgabe ist die Grenze zu halten und zu spüren.“ Entgegen des Vorurteils der Schwäche seien hochsensible Menschen belastbar und es falle ihnen oft schwer, nein zu sagen, weiß Agel: „Wenn Betroffene erfahren, dass sie hochsensibel sind, ist das oft eine Erleichterung. Es hilft das Wissen, dass es anderen Menschen ähnlich ergeht. Gemeinschaft ist oft die beste Therapie!“ Am 7. März findet in Mainz der Fachtag Hochsensibilität statt. Fachkräfte, Betroffene und Interessierte sind hierzu gleichermaßen eingeladen.

FOTO: MISSLUNAROSE12, CC BY-SA 4.0, VIA WIKIMEDIA COMMONS

FOTO: TIIT HUNT, CC BY-SA 3.0, VIA WIKIMEDIA COMMONS

Urzeit-Parasit und Kuchenfüllung

Was kreucht und fleucht im STUZ-Gebiet? Wilde Tiere vor der Haustür, Teil 62: Das Flussneunauge

von Konstantin Mahlow

Der Rhein ist ein Fluss voller Geheimnisse. In seinen Fluten und Sedimenten verstecken sich nicht nur Weltkriegsbomben und mindestens eine Dampflok aus dem Jahr 1852, sondern bisweilen auch äußerst kuriose Lebewesen, von denen viele noch nie etwas gehört haben. Dazu zählt zweifelsohne das Flussneunauge. Wohl kaum ein Spaziergänger würde ein angespültes Exemplar auf Anhieb identifizieren können. Die Tiere wirken wie eine skurrile, außerirdisch anmutende Mischung aus Aal und Blutegel, sind aber biologisch betrachtet weder Fisch noch Wurm. Überhaupt ist an ihnen so ziemlich alles anders, als man es von einem Rheinbewohner erwarten würde. Das liegt in erster Linie an ihrer urzeitlichen Herkunft.

Das Flussneunauge (Lampetra fluviatilis) gehört zu den Rundmäulern, einer sehr ursprünglichen Gruppe von Wirbeltieren, die seit 500 Millionen Jahren existiert. Ihren Namen verdanken Neunaugen den sieben Kiemenöffnungen an jeder Seite, die mit jeweils einem Auge und Nasenloch zu neun addiert wurden. Vermutlich stammen sie von einem letzten gemeinsamen Vorfahren aller Wirbeltiere ab und haben über die Zeit eine Degeneration durchlaufen, wodurch sie zahlreiche Merkmale fortgeschrittener Fische wieder verloren haben. Dazu zählt vor allem das Fehlen eines Kiefers und Knochenskeletts, die durch einen runden Saugmund mit Hornzähnchen und einem Knorpelskelett ersetzt wurden. Besonders der Mund wirkt wie aus einer anderen Welt: Über der Öffnung befindet sich eine Hornplatte, auf der fünf bis neun scharfe Hornzähne stehen. Damit saugen sich die parasitisch lebenden Neunaugen an ihre Wirte heran: Zum Beispiel an Heringe, Dorsche oder andere Fische. Mit ihren Zähnen raspeln sie Haut und Gewebe ihrer Opfer auf und ernähren sich dann von dem frei gewordenen Blut, den Körperflüssigkeiten und dem Muskelfleisch. Dringen sie dabei in deren Leibeshöhle ein, sterben die Wirte.

Diese äußerst bestialische Ernährungsstrategie findet allerdings ausschließlich im zweiten Zuhause der Neunaugen statt, dass sie im adulten Lebensabschnitt beziehen: dem Meer. Flussneugen sind anadrome Wanderer. Nach dem Schlüpfen im Frühling verbringen die Larven zunächst mehrere Jahre gut verborgen im sandigen Flussboden und leben dort drei bis vier Jahre, bis sie etwa 15 Zentimeter groß sind und der Strömung in Richtung Nordsee folgen. In Küstennähe beginnen sie mit ihrem Leben als unauffällige Vampire, nach ein paar weiteren Jahren werden sie geschlechtsreif. Dann, meist in dunklen Herbstnächten, beginnt die Rückkehr. Getrieben von inneren Signalen schwimmen die erwachsenen Tiere, nun bis zu 40 Zentimeter lang, aus der Nordsee in den Rhein zurück und weiter bis in seine Oberläufe. Sie überwinden Strömungen, Hindernisse und Wehre und saugen sich dabei mit ihrem Mund immer wieder an Steinen an, um Kraft zu schöpfen. Anders als Lachse springen sie auf ihrer Wanderung nicht, sondern kämpfen sich beinahe stoisch Stück für Stück voran.

Im Frühjahr erreichen die Flussneunaugen mit letzter Kraft ihre Laichplätze in kiesigen, sauerstoffreichen Flussabschnitten. Mit wellenartigen Bewegungen bauen die Männchen kleine Laichgruben im Kies und warten auf ihre Partnerinnen. Nach der Eiablage endet ihr Lebensweg, die erwachsenen Tiere sterben erschöpft – doch mit den schlüpfenden Larven startet der Kreislauf von vorne. Vorausgesetzt, es ist überhaupt zu dem tödlichen Liebesakt gekommen. Flussverbauungen und das daraus resultierende Verschwinden der Kiesbänke, Wasserkraftwerke sowie die Umweltverschmutzung erschweren ihre Rückkehr und haben das Flussneunauge zwischenzeitlich an den Rand des Aussterbens gebracht. In den vergangenen Jahren haben sich die Bestände im Rheinsystem aber dank der verstärkten Bemühungen im Gewässerschutz wieder deutlich erhöht.

Ihr Stammbaum, ihre Nahrungsaufnahme, das Leben in zwei Welten und das bittersüße Ende – Neunaugen sind ein Fall für sich. Doch trotz all dieser Extreme kennt sie bis heute kaum jemand. Das liegt vielleicht auch an der einfallslosen Küche hierzulande. In England war jahrhundertelang der „lamprey pie“, der Neunaugenkuchen, eine dem Adel vorbehaltene Delikatesse aus der Stadt Gloucester. Man muss schon Mut mitbringen, um sich diese kulinarische Schöpfung bildlich vorzustellen: In Wein und Gewürzen gebackene Flussneunaugen, umhüllt von einer Pastete. Traditionell wurde seit dem Mittelalter dem Königshaus zu Weihnachten, später nur noch zu besonderen Anlässen, eine Neunaugenpastete als Geschenk überreicht – Queen Elizabeth II kam immerhin viermal in dieses „Vergnügen“. Doch weil die Neunaugen auch in Großbritannien selten geworden sind, musste sich König Charles bei seiner Inthronisierung mit einer Pastete gefüllt mit Äpfeln und Schweinefleisch zufriedengeben. Ob zu seinem Bedauern, ist nicht bekannt.

Auflösung des Rätsels aus **Heft 296** → Das Lösungswort lautete »Loeschen«, zusammengesetzt aus einzelnen Buchstaben der Wörter: Schild, Poller, Fisch, Dose, Bein

DAS *lustige* REBUS – *Finde das gesuchte Wort*

2	1	1	7	3

Gesucht ist ein Wort, das sich aus diesen fünf Bestandteilen zusammensetzt. Beachte dabei die Hinweise in den Kästchen!

Nº 92 WEIT HERGEHOLT

DREI BILDER – EIN NAME

MACH MIT BEIM STUZ-GEWINNSPIEL UND GEWINNE EINEN LUSTIGEN PREIS!
TIPP: GESUCHT WIRD IN DIESEM RÄTSEL EIN BEKANNTER SCHRIFTSTELLER.

AUFLÖSUNG AUS HEFT 296:
STEVEN SPIELBERG

PROUDY

Termine, Events, Kultur

FOTO: SCHIPLAGERHEIDE, CC BY-SA 4.0, VIA WIKIMEDIA COMMONS

HIGHLIGHT DES MONATS

„Become Ocean“

Die taiwanesische Tänzerin Chen-Wei Lee und der ungarische Tänzer Zoltán Vakulya stehen als Choreografen hinter der tosenden Tanzperformance, die am 2. April in Wiesbaden zusammen mit dem Staatsorchester Darmstadt erstaufgeführt wird.

Die weiten, wogenden Wellen des Ozeans sind eine Metapher für Transformation und Kontinuität. „Become Ocean“ ist inspiriert durch John Luther Adams, der für dieses Musikstück 2014 mit dem Pulitzerpreis ausgezeichneten wurde. Das choreografische Duo Lee\Vakulya beschwört in ihrer gleichnamigen Neukreation für das Hessische Staatsballett die unaufhaltsame Bewegung der Gezeiten herauf. Adams orchestrales Meisterwerk kann als Allegorie auf die Klimakrise interpretiert werden, zugleich ist es eine kraftvolle Meditation über Tiefe, Turbulenzen, unheimliche Stille und letztendliche Ruhe. Tanz und Musik wechseln zwischen Harmonie und Dissonanz, zwischen der sanften, fließenden Zartheit des Wassers und der knisternden und knackenden, Steine spaltenden Spannung des Eises. Become Ocean drückt aber auch die Schönheit in der Zirkularität des Lebens aus. Es gilt der Balance der Natur zu huldigen, die Leben schenkt und es mit ihrer gewaltigen Kraft auch wieder nehmen kann – und uns zu unserem Ursprung zurückführt.

UN WEIDER?

20 Das Velvets Theater

22 Die Kunstarche in Wiesbaden

24 Highlights: Konzerte

26 Kultur4tel im Doppel

28 Highlights: Bühne

cinéMayence

März

Do 26.2. – Mi 4.3. 20.00

Romantische Komödie / Spanien

Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos

Spielfilm von Cesc Gay, ES/P 2025, OmU, 101 Min., FSK ab 0

Do, 5. – Di, 10.3, 20.00

Film français

Bon Voyage – Bis hierhin und noch weiter (On ira)

Spielfilm von Enya Baroux, F 2025, OmU, 97 Min., FSK ab 12

Mi 11.3. 19.30

Film français / Kurzfilmabend

Courts ici – Courts là!

3 Kurzfilme aus Burgund-Franche-Comté, OmenglU, anschl. Gespräch

Do, 12. – Mi, 18.3. 20.00

Film noir

Der Tod wird kommen (La mort viendra)

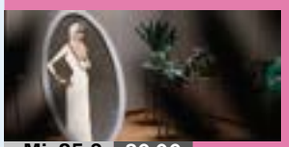
von Christoph Hochhäusler, D/B/Lux 2024, frzOmU, 101 Min., FSK 12

Do, 19. – Di, 24.3. 20.00

Literaturverfilmung / Sehnsucht

Ungeduld des Herzens

Spielfilm von Lauro Cress, D 2025, 108 Min., FSK ab 12



Mi, 25.3. 20.00

goShorts - goEast Filmfestival

Revenge of the Babushka

7 Kurzfilme, POL, KOS, RUS, GEO, CZE, HRV, 103 Min., OmenglUT

Do, 26.3. bis Mi, 1.4. 20.00

Frauenpower

No Mercy

Dokumentarfilm von Isa Willinger, D/A 2025, 105 Min. FSK ab 16

CinéMayence im Institut français
Schillerstraße 11, 55116 Mainz
Eintritt: 6,50 € (5,50 € ermäßigt)
www.cinemayence.de

März

So. 01. 02. 2026 · 19:00 Uhr unterhaus
Poesie + Wahnsinn

So. 01. 02. 2026 · 19:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Ella Carina Werner

Mi. 04. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Frank Goosen

Mi. 04. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Chaos Comedy Club

Do. 05. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Die Ehnerts

Do. 05. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Fabian Lampert

Do. 05. 02. 2026 · 22:00 Uhr unterhaus
Sven Bensmann

Fr. 06. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Sascha Bendiks + Simon Höneß

Fr. 06. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Bertram Engel

Sa. 07. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Philipp Weber

Sa. 07. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Sven Garrecht

Di. 10. 02. 2026 · 18:00 Uhr unterhaus
Gutenberg-Gymnasium / Grundkurse D

Do. 12. 02. 2026 · 20:00 Uhr Frankfurter Hof
3sat zu Gast - Fernsehaufzeichnung

Sa. 14. 02. 2026 · 15:00 Uhr Frankfurter Hof
Deutscher Kleinkunstpreis - Generalprobe

Sa. 14. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Ingo Appelt

Sa. 14. 02. 2026 · 20:00 Uhr Frankfurter Hof
Deutscher Kleinkunstpreis - Verleihung

So. 15. 02. 2026 · 19:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Die Affirmative

Mi. 18. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Maurenbrecher trifft Nussbaumer & Wester

Mi. 18. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Jochen Prang

Do. 19. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Helmut Schleich

Do. 19. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Christoph + Lollo

Fr. 20. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Heinz Gröning

Fr. 20. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Château Claque

Sa. 21. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Château Claque

Sa. 21. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
TBC - Totales Bamberger Cabarett

Mi. 25. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Florian Schroeder

Mi. 25. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
et cetera

Do. 26. 02. 2026 · 20:00 Uhr Frankfurter Hof
Ohne Rolf

Do. 26. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Lennart Schilgen

Do. 26. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Helmfried von Lüttichau

Fr. 27. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Sebastian 23

Fr. 27. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Cüneyt Akan

Sa. 28. 02. 2026 · 20:00 Uhr Frankfurter Hof
Katrin Bauerfeind

Sa. 28. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus
Hugo Egon Balder

Sa. 28. 02. 2026 · 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus
Christoph Demian

unterhaus
Tickets: unterhaus-mainz.de

Velvets THEATER

Schwarzenbergstraße 3 65189 Wiesbaden www.velvets-theater.de

DER KLEINE PRINZ * SA 07.03. 18 Uhr

nach Antoine de Saint-Exupéry

Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar!“ – Das Zusammenspiel von Mensch, Puppe und Illusion bringt den besonderen poetischen Charme des berühmtes Märchens auf die Bühne. Seit über 40 Jahren unser Kultstück!

HEISSE ZEITEN * FR 13.03. * SA 21.03. * FR 27.03 20 Uhr

Die Wechseljahre-Revue

Ein komödiantisch – musikalisches Feuerwerk der Extraklasse zum Tabuthema Wechseljahre. Für alle direkt und indirekt Betroffenen, für alle Ehemaligen, Zukünftigen und deren Angehörige. Mit legendären Pop- und Rocksongs der 60er bis 90er Jahre.

PINOCCHIO * SA 14.03. 16 Uhr

nach Carlo Collodi

Alles beginnt mit einem Stück Pienienholz, das sich der Puppenspieler Geppetto aus dem Wald holt. Kaum hat er daraus seine Holzpuppe fertiggestellt, wird sie lebendig und hat sogleich ihren eigenen Kopf.

SCHNEEWITTCHEN * SO 15.03. 16 Uhr

nach den Gebrüdern Grimm

Die Velvets-Version der Geschichte der schönen Königstochter Schneewittchen, ihrer neidischen Stiefmutter, den lustigen sieben Zwergen und dem Prinzen, der Schneewittchen mit seiner Liebe in letzter Minute vor dem Tode bewahrt.

DIE ZAUBERFLÖTE * SA 22.03. 18 Uhr

Oper von Wolfgang Amadeus Mozart

Die Handlung dieser Oper ist wie gemacht für das Schwarze Theater! Das Zusammenspiel von Puppen und Akteuren mit Masken hebt die märchenhafte Welt von Mozarts berühmter Oper spielerisch hervor.

01

Kommunalpolitik an einem Tisch. Prominente lesen aus dem Kulturentwicklungsplan, mit Begegnungen, Kaffee und Croissant im Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel.

02

Das Cinemayence zeigt „Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos“. Eine spanische Liebeskomödie über Liebe, Dating und neu entdeckte Gefühle.

05

„Match Me if you can“ im Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel ist eine flippige Dating-App-Komödie voller satirischer Momente, witziger Dialoge und wilden Verwechslungen.

SONNTAG 01

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos (Mi amiga Eva) (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

19:00 KUZ (Werkhalle)
»Angelo Kelly«

BÜHNE

11:00 Frankfurter Hof
»WOW Varieté«

15:00 Frankfurter Hof
»WOW Varieté«

16:00 Staatstheater U17
»tanzmainz: Rakke / ergo / Waterkind«

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Die unendliche Geschichte«, Jugendtheater

18:00 Rheingoldhalle
»Paul Panzer – Schöne neue Welt ... Welcome to hell«, Comedy

18:00 Staatstheater Großes Haus
»Underdog«, Tanz

19:00 Unterhaus
»Poesie & Wahnsinn: Die frechste Mixed Show«, Comedy

20:00 Staatstheater U17
»tanzmainz: Rakke / ergo / Waterkind«

KLASSIK & OPER

11:00 Institut Francais
»Philharmonischer Salon«, Kammermusik

LITERATUR

11:00 Buchhandlung Erlesenes & Buchergilde
»20. Bücherfrühstück: 30 Jahre Verbrecher Verlag!«

19:00 Kleines Unterhaus
»Ella Carina Werner«, Satire

KUNST & AUSSTELLUNG

10:00 Alte Lokhalle
»Arachno Topia«

14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Rundgang«

14:00 K-LAB
»Sine Ebert – softcore cliché«

14:00 Landesmuseum
»Kuratorinnenführung: Auf zu neuen Werken«

BILDUNG & VORTRÄGE

12:00 Offene Werkstatt Mainz
»Digital Independence Day«

15:00 Hopfengarten
»Stadtführung: Bier in Mainz«

15:00 Rathaus Bretzenheim
»Stadtrundgang: Blickpunkt Bretzenheim«

16:00 Hopfengarten
»Stadtführung: Bier in Mainz«

SPORT & GAMING

18:00 schon schön
»Club Quiz by Monte Quizto«

KINDER & JUGEND

11:00 Muck Familientheater
»Das Glückskind und die drei goldenen Haare«, MitmuckTheater

11:00 Haus der Jugend
»WishmobTheater: Königin Kunterbunt und das große Grau«

14:00 Muck Familientheater
»Das Glückskind und die drei goldenen Haare«, MitmuckTheater

14:00 Landesmuseum
»Familiensonntag«

15:00 Staatstheater
»Familienführung«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Rosmarin«

BÜHNE

16:00 Galli Theater
»Aladdin & die Wunderlampe«, Märchentheater

16:00 Velvets Theater
»Momo«, Schauspiel

19:30 Theater im Pariser Hof
»Jo van Nelsen // Musenkind mit Maulkorb: Die Geburt des Deutschen Kabaretts«, Grammophon-Lesung

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Leonce und Lena«, Lustspiel

20:00 Schloss Freudenberg
»Acht Frauen in Anführungszeichen«, Drag-Komödie

20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KLASSIK & OPER

11:00 Kulturforum
»Abschlusskonzert des Blasorchestertags«

11:00 Staatstheater Foyer Großes Haus
»5. Kammerkonzert«

16:00 Kurhaus
»Bolero – Spanische Klassik von Bolero bis Carmen«

18:00 Staatstheater Großes Haus
»Georges Bizet – Carmen«

19:00 Kulturforum
»Happy Birthday, Frédéric!«

KUNST & AUSSTELLUNG

13:30 Kunsthaus
»Motion Creation Design«, KI-Projekt

14:00 sam - Stadtmuseum am Markt
»Finissage: Grau, Blau, Geritzt«

MESSE & MÄRKTE

13:00 Schlachthof (Halle)
»Weiberkram«, Flohmarkt von/für Flinta*

BILDUNG & VORTRÄGE

12:00 Kreativfabrik
»FLINTA* Music Lab: Tontechnik Workshop«

SONSTIGES

13:00 Kunsthaus
»Workshop: Motion Creation Design«, Tanz

FESTIVALS

11:00 Schloss Freudenberg
»Großes Rückepferd-Festival«

KINDER & JUGEND

11:00 Galli Theater
»Frau Holle«, Märchentheater

14:00 Galli Theater
»The Frog Prince«, English Theatre, 3+

15:00 Staatstheater Studio
»Das NEINhorn«

15:00 Museum Wiesbaden
»Familienführung«

INGELHEIM

LIVE-MUSIK

19:00 Winzerkeller
»Klavierduo seng2seng«, Jazz & Klassik

MONTAG 02

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos (Mi amiga Eva) (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Ganz schön Jazz mit Clarissa Forster & Band«

20:30 Schick
»Klein aber Schick«

BÜHNE

10:00 Staatstheater Kleines Haus
»Die unendliche Geschichte«, Jugendtheater

20:00 Staatstheater U17
»tanzmainz: Viriles«

KLASSIK & OPER

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Der Kaiser von Atlantis«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

19:30 Der Weinländer
»Madame Brell & die Filous«

SONSTIGES

20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend«

DIENSTAG 03

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos (Mi amiga Eva) (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Tuvaband«, Dark-Indie

BÜHNE

10:30 Staatstheater Kleines Haus
»Die unendliche Geschichte«, Jugendtheater

17:00 Tritonplatz
»Tanzworkshop zu tanzmainz«

19:00 Muck Familientheater
»Impro Session«

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Opening Night«, Schauspiel

20:00 Staatstheater U17
»tanzmainz unplugged«

KUNST & AUSSTELLUNG

18:30 kunSTück
»kreativ treff«

BILDUNG & VORTRÄGE

18:00 Landesmuseum
»Der wechselvolle Briefwechsel von Max Slevogt und Bruno Cassirer.«

SPORT & GAMING

19:30 Bar Jeder Sicht
»Barquiz: Gamer Edition«

KINDER & JUGEND

10:30 Haus der Jugend
»WishmobTheater: Königin Kunterbunt und das große Grau«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

19:00 Kulturforum
»Im Aufwind«

BÜHNE

20:00 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Werkshow des ImproLabor (A) | Aufbaukurses«

20:00 Schlachthof (Halle)
»Vollplayback Theater: Die Drei ??? Und Der Fluch Des Rubins«

20:00 Thalhaus
»Jan van Weyde – Immer Weyder...«, Comedy

20:00 Museum Wiesbaden
»Hessisches Staatstheater: Alte Meister«, Schauspiel

LITERATUR

19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»KrimiMärz Auftakt«

SONSTIGES

18:00 Wartburg
»do it: dienstag – Stricken & Häkeln«, Treff

KINDER & JUGEND

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Junges Staatsmusical: Jekyll & Hyde«

INGELHEIM

BÜHNE

19:19 Zeitensprung Zaubertheater
»Die Dienstags Wundertüte«

MITTWOCH 04

MAINZ

PARTY

23:00 schon schön
»Es ist Mittwoch!«, 2000er

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Ein Leben ohne Liebe ist möglich, aber sinnlos (Mi amiga Eva) (OmU)«, Spielfilm

20:15 Bar Jeder Sicht
»Feminism WTF«

21:30 Capitol
»Spotlight – Die Arthouse-Sneak«

LIVE-MUSIK

20:00 Zum grünen Kakadu
»Brett Carter: Against the Grain«, Folk, Albumrelease

BÜHNE

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Bezahlt wird nicht!«, Schauspiel

19:30 KUZ (Lehrsaal)
»Die Affirmative – Werwölfe!«, Improtheater

20:00 Staatstheater U17
»tanzmainz: Glory Game«, Sticky Fingers Club

20:00 Unterhaus
»Chaos Comedy Club«

20:00 Haus der Jugend
»Junge Bühne Mainz: [Ur] Faust«, Schauspiel

20:00 Kleines Unterhaus
»Chaos Comedy Club«, Stand-Up-Comedy Show

LITERATUR

18:00 K-LAB
»Schreibtreff Mainz«, Cowriting Space für alle ab 16

20:00 Unterhaus
»Frank Goosen – Lovely Rita«

BILDUNG & VORTRÄGE

18:30 Landeszentrale für politische Bildung
»Sprechen und Zuhören zur Landtagswahl in Rheinland-Pfalz«

19:30 Bar Jeder Sicht
»Vorstellung des Netzwerks LesBische Sichtbarkeit RLP«

SPORT & GAMING

20:00 Schick
»Geilobingo mit Psycho Jones«

KINDER & JUGEND

17:00 Kurfürstliches Schloss
»Open Dance Class für Kinder«, Tantworkshop für Kinder, 6-10 J.

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 Thalhaus
»thalhaus Jazz Session«

BÜHNE

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Entrückt«, Schauspiel

KLASSIK & OPER

19:30 Kurhaus
»5. Sinfoniekonzert: Fire and Love«, Tarkiainen, Beethoven u.a.

KUNST & AUSSTELLUNG

12:15 Museum Wiesbaden
»Führung: MuWi Stars«

20:00 Künstlerverein Walkmühle
»Ausstellungsrundgang: Art Remake«

BILDUNG & VORTRÄGE

19:00 Museum Reinhard Ernst
»Räume der Zuversicht – Community Building als Schlüssel der Post-Tsunami-Architektur«

DONNERSTAG 05

MAINZ

PARTY

19:30 Schick
»Midnight Ink – Techno & Tattoos«

21:00 Red Cat
»Phatcat«, Hip Hop, Urban

23:00 schon schön
»All You Can Dance«

KINO & FILM

19:00 Staatstheater Kleines Haus
»Von der Oder bis zum Rhein«, Roadtrip

20:00 CineMayence
»Bon Voyagé – Bis hierhin und noch weiter (On ira)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 KUZ (Werkhalle)
»Mo-Torres«, Hip Hop

21:00 beben
»Imaginary Friend // Your Dearest Friends«

BÜHNE

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Die Dreigroschenoper«

20:00 Unterhaus
»Die Ehnerts – Wir müssen reden«

20:00 Kleines Unterhaus
»Fabian Lampert – Einer dieser Abende«, Comedy

20:00 Staatstheater Kleines Haus
»tanzmainz: Passage/Paysage«

20:00 Frankfurter Hof
»Christian Chako Habekost – Es kummt wie's kummt«

KUNST & AUSSTELLUNG

16:30 Kunsthalle
»Offener Stick-Strick-Häkel-Kreis«

MESSE & MÄRKTE

08:00 Alte Lokhalle
»PharmaForum 2026«

BILDUNG & VORTRÄGE

18:00 Gutenberg-Museum MOVED
»Papier ist für die Ewigkeit«

SPORT & GAMING

18:30 Bar Jeder Sicht
»Offener Spieletreff«

19:00 Krumm & Schepp
»PubQuiz«

SONSTIGES

18:00 Kuehn Kunz Rosen
»Brauerei-Führung«

KINDER & JUGEND

10:30 Weißliliengasse 8
»tanzmainz: Mopps«, 3+

17:00 Zentrum Baukultur
»Vernissage: Auf die Plätze!«

17:30 Tritonplatz
»tanzmainz: Tanzworkshop zu Glory Game«, 15+

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Dead Pioneers / Bad Assumption«, Punk-Rock

BÜHNE

19:30 Theater im Pariser Hof
»Die Physikanten // Markus Webers Solo Programm: Ich hab da mal was vorbereitet«

19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Match me if you can – DatingAppKomödie«

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Antigone: Tragödie nach Sophokles«, Schauspiel

20:00 Thalhaus
»Matthias Jung – Chill mal: Am Ende der Geduld ist noch viel Pubertät übrig«, Infotainment

20:00 Staatstheater Studio
»Der Tatortreiniger: von Mizzi Meyer«, Schauspiel

KLASSIK & OPER

19:00 Kulturforum
»Berühmte Violinkonzerte«

LITERATUR

19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Andreas Izquierdo: Über die Toten nur Gutes«

KINDER & JUGEND

10:00 Wartburg
»Just: Pembo – Halb und halb macht doppelt glücklich«

FREITAG 06

MAINZ

PARTY

21:00 Roxy
»40plus Party Mainz«

21:00 Red Cat
»Phatcat Oldschool Edition«

22:00 Schick
»Singleklub«

22:00 Bellini
»Hardbeatz«

22:30 KUZ
»U30-Party x Schlager, die man nie vergisst«

23:00 schon schön
»Cringe aber schön«, 10er & 20er Hits

23:00 beben
»EinKlang«

23:00 Roof175
»We Are Aliens«, Psytrance

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Bon Voyagé – Bis hierhin und noch weiter (On ira)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»El Flecha Negra«, Cumbia, Reggae, Ska

BÜHNE

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Tod eines Handlungsreisenden«, Schauspiel

20:00 Kleines Unterhaus
»Sascha Bendiks & Simon Höneß – In Teufels Küche Teil 2«, Comedy

20:00 Staatstheater U17
»tanzmainz: BLOT«

20:00 Zum grünen Kakadu
»Drei ostdeutsche Frauen betrinken sich und gründen den idealen Staat«, Lesung

20:00 Zum grünen Kakadu
»Drei ostdeutsche Frauen betrinken sich und gründen den idealen Staat«, Lesung

20:00 Frankfurter Hof
»Let's Burlesque – Love On«

20:00 Muck Familientheater
»In bester Gesellschaft«

20:30 M8-Club
»Wackerschnuppen Improvisationstheater: Ein ehrenwertes Haus«

KLASSIK & OPER

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Der Chronoplan«

LITERATUR

20:00 Unterhaus
»Bertram Engel – Mit alten Männern spiel' ich nicht«

SPORT & GAMING

20:00 Altes Postlager
»Quiz my Ass!«

SONSTIGES

10:00 Landeszentrale für politische Bildung
»Wahl-O-Mat zum Aufkleben«

18:30 Fischtorplatz
»Critical Mass Mainz«

KINDER & JUGEND

09:30 Staatstheater Orchestersaal
»Der Mistkäfer«, Kinderkonzert

WIESBADEN

PARTY

21:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Bitter End«, Party 2000er-Indie

22:00 Keller Krach Keller
»K3llerli3b3«

23:00 Basement
»Christopher Robin & Friends«, Techno

KINO & FILM

17:30 Murnau Filmtheater
»No Mercy«

LIVE-MUSIK

19:30 Theater im Pariser Hof
»Laura Braun // Vom Weg ab«

19:30 Kreativfabrik
»DBI #46: The Mountain King / RYR / Kaputth«, Doom, Postrock

20:00 Kurhaus
»Just Floyd Project«

20:00 art.ist
»Unüberwindliche Entfremdung des Selbst?«, guttural growling

20:00 Kulturpalast
»Blutsäge des Todes / Menschenrest / Witchkrieg / Cold Spot«

BÜHNE

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Die Freiheit einer Frau«, Schauspiel

19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Itallegro – Lieder, Worte, Leidenschaft!«, Lesung mit Chor

20:00 Thalhaus
»Mike & Aydin – Nord-Süd-Gefühle«, Kabarett

20:00 Galli Theater
»Frauenhochsaison«, Komödie

20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

LITERATUR

19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Nelio Biedermann: Lázár«

KUNST & AUSSTELLUNG

19:30 Walhalla im Exil
»Drink & Draw«

19:30 Schloss Freudenberg
»Erfahrungsfeld Nacht«

KINDER & JUGEND

10:00 Wartburg
»Just: Pembo – Halb und halb macht doppelt glücklich«

INGELHEIM

BÜHNE

20:00 kING
»Michael Mittermeier: Flashback – Die Rückkehr der Zukunft«, Comedy

IDSTEIN

PARTY

22:30 Scheuer
»Danse Gehn«, Rock, Pop, Funk

KREA

SO 01.03.	WORKSHOP	FLINTA* MUSIC LAB: TONTECHNIK WORKSHOP
FR 06.03.	KONZERT	DBI #46: THE MOUNTAIN KING / RYB / KAPUTH
SA 07.03.	KONZERT	SHIRLEY HOLMES
SA 07.03.	PARTY	OHNE VIEL TAMTAM
SO 08.03.	KONZERT	THE STAGE IS OYNOURS - FEMINISTISCHES FESTIVAL ZUM INTERNATIONALEN FRAUENTAG
DO 12.03.	KONZERT	OLI SAILOR / VON.ORTEN
FR 13.03.	DRAG SHOW	WITCH, PLEASE!
SA 14.03.	KONZERT	WATZ
MI 18.03.	KONZERT	THE MURDERBURGERS / PRETTY WEIRD
DO 19.03.	KONZERT	MR. SMITH'S GUITAR CLUB GAST: NINA HACKER
FR 20.03.	KONZERT	ACHTER 80: CELESTINE IN THE CLOUDS
FR 20.03.	PARTY	DER GEBROCHENE FREITAG
SA 21.03.	KONZERT	TOMMY AND THE TELEBOYS / SCHALLBRÜCKE
SO 22.03.	PARTY	KINDERDISCO
DO 26.03.	KONZERT	OPEN STAGE
FR 27.03.	KONZERT	BLACK VIOLENCE / ROTE ASCHE / NOCTURNAL SILENCE
SA 28.03.	HÖRABEND	NÜSSCHEN & BIER 3: WETZLAR DRIFT
SO 29.03.	COMEDY	HÄPPCHEN & SEKT NO. 16

Kreativfabrik Wiesbaden e.V. | Wartburgstraße 2 | 65189 Wiesbaden
PROGRAMM + TICKETS: WWW.KREATIVFABRIK-WIESBADEN.DE

THEATER
kuenstlerhaus43
IM PALASTHOTEL

01 03	**Generalprobe!** Eintritt frei Marathonlesung Kulturentwicklungsplan
03 03	**Werkshow ImproLabor (A)** nach 8 Wochen auf die Bühne
05 03	**Match me if you can** DatingAppKomödie
06 03	**ITALLEGRO** Wiesbadener Knabenchor
07 03	**ITALLEGRO** Wiesbadener Knabenchor
08 03	**Mord in Aussicht** Impro-Krimi-Kult
10 03	**ImproLabor (Z)** 5 Wochen Zwischenkurs für alle
12 03	**Leichenschmaus & Schw. Katzen** {Grusel}Dinner-Theater
13 03	**Bilder deiner großen Liebe** PREMIERE Schauspiel | Regie Ulrich Cyran
14 03	**Gereift & Spritzig** PREMIERE fröhlich-freches Tatsachenprogramm
15 03	**Bilder deiner großen Liebe** Schauspiel | Regie Ulrich Cyran
19 03	**Bilder deiner großen Liebe** Schauspiel | Regie Ulrich Cyran
20 03	**Hotelgeflüster im Palast** Schauspiel-Revue inkl. Sektempfang
21 03	**Hotelgeflüster im Palast** Schauspiel-Revue inkl. Sektempfang
22 03	**Bilder deiner großen Liebe** Schauspiel | Regie Ulrich Cyran
25 03	**Werkshow ImproLabor (B)** nach 8 Wochen auf die Bühne
26 03	**Gespielt. Gesehen. Geblieben.** Vernissage Ausstellung
26 03	**Poetry Slam 43** 5 Poeten im Wettstreit der Worte
27 03	**Die Feuerzangenbowle** Nur einen winzigen Schluck...!
28 03	**Die Feuerzangenbowle** Nur einen winzigen Schluck...!
29 03	**Bilder deiner großen Liebe** Schauspiel | Regie Ulrich Cyran

Leichenschmaus & Schwarze Katzen

Kochbrunnenplatz 1, Tel. 0611 - 172 45 96
office@kuenstlerhaus43.de
www.kuenstlerhaus43.de

THEATER IM MÄRZ
- JEWEILS UM 20 UHR -

„Frauenhochsaison“
Fr 06. März
Zum Frauentag: So 08. März

„Wart‘ auf mich!“
Sa 07. & Sa 28. März

„Illusio“
Fr 20. März

„Der Beziehungsbomber“
Fr 27. März

Galli Theater Wiesbaden
0611 - 341 8999
wiesbaden@galli.de
www.galli-wiesbaden.de
Adelheidstraße 21, 65185 Wiesbaden
Folgt uns

Phönix Bowling

Bowling
Billard
Dart

Am Schleifweg 15
55128 Mainz
Tel: 06131 / 93 20 204
www.phoenixbowling.de

SCHEUER ROCKS

SA 10.01.	19:00	**BOSSTIME** Bruce Springsteen Tribute
	22:30	Danse Gehn mit DJ Jochen
FR 16.01.	19:00	**SUBBERSACH**
	22:30	Scheuernrock mit DJane Karin
SA 17.01.	21:00	**Back To 80/90s VVK** mit DJ Julz
SA 24.01.	19:00	**MAD ZEPPELIN**
	22:30	Anyway Classix mit DJ Uli
FR 30.01.	19:00	**THE DOUBLE VISION**
SA 31.01.	21:00	**Neon Club VVK** 80er, 90er bis heute mit DJ Bjorn
FR 06.02.	19:00	**FOU FIGHTERZ**
	22:30	Scheuernrock mit DJ Rainer
SA 07.02.	19:00	**DIE VERBLÄSCHÄÄ** Brass-Band aus Idstein
FR 13.02.	21:00	**Faschingsparty** „Unner Wasser“ mit DJ Stargate
SA 14.02.	19:00	**SCHEUERNBALL** - „Unner Wasser“ - mit MISSION POSSIBLE & DJ George
FR 20.02.	19:00	**CIRCLE OF HANDS** Uriah Heep Tribute
	22:30	Danse Gehn mit DJane Karin
SA 21.02.	20:00	**Club 74 Reloaded VVK** mit den DJs Bjoern & Bjørn
FR 27.02.	19:00	**JULIAN SAS & BAND** Feinster Blues-Rock

Tickets online und mehr Informationen unter:
www.scheuer.rocks
Wallbacher Str. 2 - 65510 Idstein-Wörsdorf

Die Liedermacherin Laura Braun kommt mit „Vom Weg ab“ ins Theater im Pariser Hof: autobiografische Texte und Sozialkritik zwischen Schwermut, Witz und Hoffnung.

Swing Forever in der Alten Oper FFM: Das Glenn Miller Orchestra und die Moonlight Serenaders spielen Swing-Klassiker mit Big Band Sound und vokalen Highlights.

Ronja Maltzahn vereint im Schick persönliche Songs und cineastische Klangwelten zwischen Fernweh und Sehnsucht nach Ankommen.

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»Bounce«, Bon Jovi Show

SAMSTAG 07

MAINZ

PARTY

21:00 Red Cat
»Backspin Basics«, 2010er bis heute
22:00 Kulturcafé
»Neon Lights«, New Wave
22:00 Schick
»Timeless«, House
23:00 KUZ
»R1 x Liftoff«
23:00 Roof175
»ROOF.clubnight«, Techno
23:00 Bellini
»Felix Kröcher«, Techno
23:00 schon schön
»90s Baby – die epische Megahit-Safari«, Pop
23:00 beben
»Basement Sessions«

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Bon Voyage – Bis hierhin und noch weiter (On ira)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Christian Kjellvander«, Dark-Folk
20:00 Kleines Unterhaus
»Sven Garrecht – Kann man machen«, Singer/Songwriter
20:30 Fanhaus Mainz
»The Reapers / Malad / One Voice«, Streetpunk, Oi!

BÜHNE

10:00 Staatstheater Orchestersaal
»Erst einmal Mozart«, Krabbelkonzert für Babys bis 2 J.
11:30 Staatstheater Orchestersaal
»Erst einmal Mozart«, Krabbelkonzert für Babys bis 2 J.
15:00 Tritonplatz
»tanzmainz: Tanzworkshop zu Façade«
19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
20:00 Staatstheater U17
»Façade«, mit Nora Monsecour
20:00 Unterhaus
»Philipp Weber – Durst: Warten auf Merlot«, Kabarett

LITERATUR

20:00 KUZ
»Caroline Wahl – Die Assistentin«, Lesung

BILDUNG & VORTRÄGE

10:00 Uni - Institut für Molekulare Biologie
»Physik und Medizin«
14:00 Schillerdenkmal
»Stadtrundgang: Literarisches Mainz«
15:00 Kurfürstliches Schloss
»Stadtrundgang: Die Römer in Mainz – Eindrucksvolle Zeugnisse römischer Kultur«

SPORT & GAMING

19:00 KUZ
»Bingo Beats«, Musik-Quiz

SONSTIGES

10:00 Landeszentrale für politische Bildung
»Wahl-O-Mat zum Aufkleben«

KINDER & JUGEND

10:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MINIS«
11:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MAXIS«
15:00 Haus der Jugend
»Junge Bühne Mainz: Die Konferenz der Tiere«, Theater
16:00 Muck Familientheater
»Oh, wie schön ist Panama«

WIESBADEN

PARTY

23:00 Kreativfabrik
»Ohne viel TamTam«, Punk, Ska
23:00 WiClub
»Grand Opening«

LIVE-MUSIK

18:30 Schlachthof (Halle)
»Heaven Shall Burn / The Halo Effect / The Black Dahlia Murder / Frozen Soul«, Metalcore, Death Metal

BÜHNE

18:00 Velvets Theater
»Der Kleine Prinz«, Theater
19:30 Wartburg
»Für Garderobe keine Haftung«, Impro
19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Itallegro – Lieder, Worte, Leidenschaft!«, Lesung mit Chor
19:30 Staatstheater kleines Haus
»Wie es euch gefällt«, Schauspiel
19:30 Theater im Pariser Hof
»Nils Heinrich // Brückentage in Übergangsjacke«
20:00 Thalhaus
»Schlongonges – Themaverfehlung!«, Comedy
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie
20:00 Galli Theater
»Wart' auf mich«, Theater
20:00 Studio ZR6
»Tino Bomelino – Wegen Apokalypse vorverlegt«, Stand-up-Comedy
20:00 Kurhaus
»Reinhold Messner: Über Leben«

KLASSIK & OPER

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Georges Bizet – Carmen«
19:30 Marktkirche
»Antonio Salieri – La Passione«

BILDUNG & VORTRÄGE

20:00 Kreativfabrik
»Shirley Holmes«, Indie, Punk

KINDER & JUGEND

10:00 Galli Theater
»Rapunzel«, Märchentheater
15:00 Staatstheater Kassenhalle
»Spiel & Musik: Einführung in die Musikwelt«, 5+
15:00 Wartburg
»Just: Pembo – Halb und halb macht doppelt glücklich«
16:00 Galli Theater
»König Drosselbart«, Theater

FRANKFURT AM MAIN

LIVE-MUSIK

20:00 Alte Oper
»Glenn Miller Orchestra«

INGELHEIM

BÜHNE

20:00 kING
»GlasBlasSing – Die Kleinkunst-Bühne«, Comedy, Kabarett

IDSTEIN

PARTY

21:00 Scheuer
»Neon Club«, 80er, bis heute

SONNTAG 08

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Bon Voyage – Bis hierhin und noch weiter (On ira)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 Rheingoldhalle
»The Music of Queen Live«

BÜHNE

14:30 Rheingoldhalle
»Loriot – Die Ente bleibt draußen!«
18:00 Staatstheater Großes Haus
»Die Dreigroschenoper«t

KLASSIK & OPER

11:00 Institut Francais
»Philharmonischer Salon«
15:00 Staatstheater Kleines Haus
»Der Kaiser von Atlantis«

KUNST & AUSSTELLUNG

11:00 Kabarettarchiv
»Open Sunday«
14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Rundgang«

BILDUNG & VORTRÄGE

14:00 Fastnachtsbrunnen
»Stadtrundgang: Mainzer Frauen – Was bedeutet eigentlich FLINTA*?«
15:00 Kurfürstliches Schloss
»Stadtführung: Die Mainzer Republik«

KINDER & JUGEND

11:00 Haus der Jugend
»WishmobTheater: Der Wald hat 'nen Vogel!«
13:00 Muck Familientheater
»Oh, wie schön ist Panama«
15:00 Rheingoldhalle
»Die Schöne und das Biest – das Musical«
16:00 Muck Familientheater
»Oh, wie schön ist Panama«

WIESBADEN

KINO & FILM

17:00 Murnau Filmtheater
»No Mercy«

LIVE-MUSIK

18:00 Schloss Freudenberg
»Klangkonzert«
19:30 Kulturstätte Monta
»Für Weib & Seele«
20:00 Schlachthof (Halle)
»Airbourne / Asomvel«, Rock

BÜHNE

16:00 Staatstheater kleines Haus
»Leonce und Lena«, Lustspiel
19:00 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Mord in Aussicht«, Improkrimi
20:00 Galli Theater
»Frauenhochsaison«, Komödie
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KLASSIK & OPER

11:00 Loge Plato
»Matinée musicale der Hempelstiftung«
18:00 Staatstheater Großes Haus
»Wolfgang Amadeus Mozart – Die Zauberflöte«

KUNST & AUSSTELLUNG

11:00 Künstlerverein Walkmühle
»Art House Clips«
15:00 Schloss Freudenberg
»Eine Reise durch das Erfahrungsfeld«
15:00 Nassauischer Kunstverein
»Internationaler Frauentag im NKV«

BILDUNG & VORTRÄGE

13:00 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Warum geht sie nicht einfach? – Offenes Gesprächsformat«, Weltfrauentag

FESTIVALS

14:00 Kreativfabrik
»The Stage is (Y)ours«, Feministisches Festival

KINDER & JUGEND

10:00 Galli Theater
»Rapunzel«, Märchentheater
11:00 Galli Theater
»König Drosselbart«, Theater
15:00 Museum Wiesbaden
»Familienführung«

INGELHEIM

LIVE-MUSIK

18:00 kING
»Rheingauer Film-Symphoniker – Filmmusik-Konzert: Kleine Helden«, Klassik

BÜHNE

18:00 Winzerkeller
»Alice Köfer – Alles zu meiner Zeit«, Kabarett, Musik

MONTAG 09

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Bon Voyage – Bis hierhin und noch weiter (On ira)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Tonkult Jammt mit Azuria«, Jazz
20:30 Schick
»Klein aber Schick«

BÜHNE

11:00 Staatstheater U17
»Friendship never ends«, Schauspiel, 13+

BILDUNG & VORTRÄGE

19:00 Naturhistorisches Museum
»Zwischen Kaltluft und Tropennacht – Das Stadtklima in Mainz verstehen«

SONSTIGES

16:00 Gutenbergplatz
»Intersektional-feministischer Frauenstreik 2026«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

19:00 Schlachthof (Halle)
»Avatar / Alien Weaponry / Agabas«, Metal
19:00 Kulturforum
»Klavierabend«
19:30 Der Weinländer
»Madame Brell & die Filous«

SONSTIGES

20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend«

INGELHEIM

LIVE-MUSIK

20:00 kING
»Konzertfrühling: Max Mutzke & Marialy Pacheco«, Singer/Songwriter-Duo

BILDUNG & VORTRÄGE

17:00 kING
»Backstage-Führung in der kING«

DIENSTAG 10

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Bon Voyage – Bis hierhin und noch weiter (On ira)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Preyrs feat. Amy Montgomery«, Alternative Rock

BÜHNE

18:00 Unterhaus
»Gutenberg-Gymnasium / Grundkurse DS 12 – 15. 15. Werkstatt-Treffen«, Darstellendes Spiel
19:00 Muck Familientheater
»Impro Session«
20:00 Haus der Jugend
»Junge Bühne Mainz: Woyzeck«

KLASSIK & OPER

18:00 Staatstheater Großes Haus
»Einblick: Die Zauberflöte«, Einführung & Probenbesuch

LITERATUR

19:00 kunSTück
»Silent Book Club«
19:00 Gonsberg Lounge
»Daniel Speck – Villa Rivolta«, Lesung

Spiel im Dunkeln

Theater, Kabarett, Musik – es ist viel los auf und neben den Bühnen der STUZ-Region. Wir stellen die Spielstätten in der Region vor. In dieser Ausgabe: Velvets Theater.

von Tim Porzer

Umgeben von tiefem Schwarz entfaltet sich im feinen Lichtschein das Spiel der Puppen, Darsteller:innen und Gegenstände: Momo und Schildkröte Kassiopeia kämpfen gegen die grauen Herren von der Zeitsparkasse und der Kleine Prinz nimmt Jung und Alt mit auf die Suche nach den wesentlichen Dingen des Lebens. Auf der Bühne des Velvets Theaters in Wiesbaden geschieht es aber auch, „dass Gegenstände ein Leben bekommen und dem Schauspieler ebenbürtig werden“, verrät Barbara Naughton. Sie ist auf der Bühne des Velvets aufgewachsen und hat dort bereits im Alter von 10 Jahren Bühnenerfahrung bei ihren Eltern gesammelt. Heute ist sie nicht nur als Theaterleitung die gute Seele hinter der Bühne, sondern auch auf der Bühne aktiv.

Schwarzes Theater

Dass sich vor den Augen des Publikums plötzlich Schüsseln und Schneebesen verselbstständigen können, ermöglicht eine besondere Darbietungsform: Das Schwarze Theater. Dabei sorgen eine schwarz ausgeschlagene Bühne, ein schwarzer Teppich und schwarz gekleidete Darsteller:innen dafür, dass diese selbst unsichtbar werden. Das Schwarze Theater sei eine Theaterform, mit der man Menschen verzaubern könne, weiß Naughton und erzählt: „Wenn man es live sieht, ist es etwas ganz anderes, unsere Stücke gehen schon ans Herz.“ Nicht nur für das Publikum ist das besonders, sondern auch für die Darsteller:innen: „Die Faszination ist, dass man selbst nicht gesehen wird, aber selbst die erste Reihe sehen kann“, verrät Naughton und führt aus: „Wir wollen die Schwerelosigkeit etwas aufheben. Auch Menschen schweben hier in gewisser Weise. Die Gesetzmäßigkeit zwischen Ding, Puppe und Mensch wird auf den Kopf gestellt.“ Das wirkt sich auf die Darstellungsform aus. „Wenn man eine Maske trägt, wird das Spiel viel körperbetonter. Man kann nicht naturalisiert spielen“, berichtet die erfahrene Schauspielerin. „Für das Publikum ist das Spiel mit und ohne Maske abwechslungsreich. Für die Darsteller:innen ist es eine Herausforderung“, betont Naughton. „Der Anspruch ist ganz anders. Der Gegenstand muss wie ein Schauspieler bespielt werden, sonst versteht man es nicht. Das ist sehr versiert.“

Damit die Kunst zur vollen Gestaltung kommt, braucht es mehr, als das Auge sieht: Eine große Bühne. „Für Schwarzes Theater brauchen wir einfach diese Tiefe“, erklärt die Expertin und ergänzt: „Und eine große Anzahl an Scheinwerfern, da man „vom Licht sehr abhängig ist“ und die „Lichtgrenzen scharf abgestimmt sein müssen“. Schließlich darf am Ende nur das Wesentliche im richtigen Licht erscheinen.“

Damit das Publikum auf den 128 zum Verweilen einladenden roten Sesseln die Vorstellung genießen kann, arbeitet das Team des Velvets Hand in Hand: „Wenn wir mal wieder an drei Tagen drei verschiedene Stücke spielen, packen alle Schauspieler mit an“, berichtet Naughton. Licht- und Soundcheck, aber auch die Vorbereitungen für den Auf- und Abbau der Kulissen und Requisiten erfolgen gemeinsam. Nur einer, eine ganz besondere Puppe, kommt lediglich für seinen Auftritt: „Der Kleine Prinz selbst sitzt bei meinen Eltern auf dem Schrank“, verrät Naughton.

Jubiläen und neue Ideen

Schwarzes Theater hat im Velvets Tradition. 1967 gründeten Naughtons Eltern Bedrich Hanyš und Dana Bufková die Theatergruppe in Prag. Ein Jahr später veranlasst der Einmarsch der Truppen des Warschauer Pakts die Gruppe dazu, ihre Heimat zu verlassen. Die Leidenschaft für das Schwarze Theater führt sie zu Auftritten an die unterschiedlichsten Orte der Welt bis sie sich 1970 in Wiesbaden niederlassen. Seit 1996 befindet sich das Velvets am heutigen Standort. Auf 30 Jahre Velvets in der Schwarzenbergstraße 3 im vergangenen Jahr folgt 2027 ein weiteres Jubiläum: 60 Jahre Velvets. Die Ideen sind den kreativen Köpfen hinter dem Schwarzen Theater bisher nicht ausgegangen. „Was zum Nachdenken, was zum Lachen, auch zum Weinen – aber nicht zu viel – und was zum Staunen“, so beschreibt Naughton das Programm des Velvets. Dieses besteht aus drei Sparten. Die erste beinhaltet die Eigenproduktionen des Schwarzen Theaters um die Stücke Momo und Der Kleine Prinz. Auch wenn die Eigenproduktionen Familienstücke sind, ist es der Theaterleiterin wichtig zu betonen, dass das Velvets kein reines Kindertheater sei. Ergänzt wird das Programm von der Revue „Heisse Zeiten – Die Wechseljahresrevue“, die als Feuerwerk aus Komödie und Musik nichts mit Schwarzem Theater zu tun hat. Hinzu kommen Gastspiele, wie Sonambul mit „Surreal – The Art of Mindreading“ am 17. April, das auch bei Naughton die Vorfreude steigen lässt: „Ich bin wahnsinnig gespannt.“ Neues plant die Theatermacherin ebenfalls für 2026, auch wenn sie sich noch bedeckt hält. Etwas im Revue-Stil soll es sein, dass von jeder Sparte etwas hat. Das bedeutet: Schwarzes Theater, Pantomime, Puppen, Filmzuspielung, Schauspiel, Tanz, Gesang.

The Mystery Lights im Schon Schön: Energiegeladener Garage- und Psychedelic-Rock, zwischen Proto-Metal, Psychedelia und düsteren Balladen samt Herzschmerz.

Die Tribute-Band California Affair feiert in der Scheuer Idstein den Funk-Rock-Sound der Red Hot Chili Peppers mit Leidenschaft, Energie und ikonischer Bühnenmagie.

Lari Luke Mädelsabend im KUZ: Energiegeladener Techno-Mix und vielseitige DJ-Sets. Mit Support: Julez und Lisa in the Wood. Eintritt nur für Frauen.

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 Landesmuseum
»Treffpunkt Kunst«, Kunstgespräch

KINDER & JUGEND

09:30 Staatstheater Orchestersaal
»Der Mistkäfer«, Kinderkonzert

11:00 Staatstheater Orchestersaal
»Der Mistkäfer«, Kinderkonzert

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

10:00 Staatstheater kleines Haus
»Drums & Sticks«, Kinderkonzert, 8+

20:00 art.ist
»FIS#14«, Freie Improvisation, Standard, Session

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»On! (Aka Tequila & The Sunrise Gang) / Kann Karate«, Punk, Rock, Indie

BÜHNE

20:00 Schlachthof (Halle)
»Was Bisher Geschah«, Geschichte

LITERATUR

19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Anna Schneider: Grenzfall – Ihr Grab in den Fluten«

MITTWOCH 11

MAINZ

PARTY

23:00 schon schön
»Es ist Mittwoch!«, 2000er

KINO & FILM

19:30 CineMayence
»Courts ici – Courts là! (OmU)«, Kurzfilmabend

20:15 Bar Jeder Sicht
»Tragikomödie über einen schwulen Schriftsteller«

LIVE-MUSIK

19:30 KUZ (Werkhalle)
»Rudelsingen«

20:00 schon schön
»Hail The Sun // Kurt Travis«, Post-Hardcore, Prog-Rock

KUNST & AUSSTELLUNG

16:00 Kunsthalle
»Erzähl mir was! Rundgang für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen«

SONSTIGES

18:00 Rheingoldhalle
»Bürgerforum im Rahmen der Kommunalen Wärmeplanung«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

15:00 Kulturforum
»Kaffeestückchen mit Musik«

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Kafvka«, Crossover

BÜHNE

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Leonce und Lena«, Lustspiel

20:00 Thalhaus
»Peter Kunz – Hesskalation«, Comedy

KLASSIK & OPER

19:30 Staatstheater Großes Haus
»La Mamma!«, Oper v. Donizetti

KUNST & AUSSTELLUNG

12:15 Museum Wiesbaden
»Führung: MuWi Stars«

KINDER & JUGEND

10:00 Wartburg
»Die Königin der Frösche (UA)«, Musiktheater, 5+

DONNERSTAG 12

MAINZ

PARTY

21:00 Red Cat
»Phatcat«, Hip Hop, Urban

22:00 Schick
»Groove Night«, Tech House

23:00 schon schön
»Our Team, Our Party«

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Der Tod wird kommen (La Mort viendra)«, Gangsterfilm

LIVE-MUSIK

19:00 Krumm & Schepp
»nickels°on«

20:00 schon schön
»The Mystery Lights«, Garage, Psychedelic-Rock

20:30 M8-Club
»Nils Köbel // Lars Leckebusch«, Folk

21:00 beben
»Die Misere // Zustand«

BÜHNE

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Tod eines Handlungsreisenden«, Schauspiel

20:00 Bürgerhaus Finthen
»Daniel Luis – Hyperaktiv«, Comedy

20:00 KUZ
»Vicky Voyage – Vickys Shit Show«, Comedy

20:00 Frankfurter Hof
»Jan Philipp Zymny & Stefan Danziger«, Comedy

KUNST & AUSSTELLUNG

19:00 K-LAB
»Art After Work«, Offenes Atelier

WIESBADEN

KINO & FILM

17:30 Murnau Filmtheater
»Mein neues altes Ich«

20:00 Walhalla im Exil
»God's Other Plan«

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»The Hirsch Effekt«, Artcore, Prog, Metal

20:00 art.ist
»Kraabel / Edwards«, Improvisierte Musik

20:00 Kreativfabrik
»Uli Sailor Punkrock Piano // Von.Orten«

20:15 Schlachthof (Halle)
»Alex Stoldt«, Comedy

BÜHNE

18:30 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Premierenwerkstatt: Die Vögel«, Musiktheater

19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Leichenschmaus & Schwarze Katzen«, Schräg-skurriles Dinner-Theater

19:30 Performing Arts Center
»Folk«

19:30 Theater im Pariser Hof
»C.Heiland // Wahre Schönheit kommt von außen«, Comedy, Musik

20:00 Thalhaus
»Monsieur Brezelberger – Kaninchen ohne Taille«, Varieté, Zauberkunst

KLASSIK & OPER

19:00 Kulturforum
»Wiener Klassik & virtuose Romantik«

LITERATUR

19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Judith Hermann: Ich möchte zurückgehen in der Zeit«

KUNST & AUSSTELLUNG

18:30 Museum Wiesbaden
»Kunst & Religion«

KINDER & JUGEND

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Junges Staatsmusical: Jekyll & Hyde«

FREITAG 13

MAINZ

PARTY

21:00 Red Cat
»Katzengold«, Funk, Afrobeats & Jersey Club Music

22:00 Schick
»Sunset Crew«, DnB, UK Garage

22:00 KUZ (Werkhalle)
»One Night in Mainz«, Depeche Mode Party

23:00 schon schön
»Schwarzgold vom Flohmarkt«, Pop, Hip-Hop, Soul, 80s, 90s

23:00 beben
»Halb So Wild«

23:00 Roof175
»Bloodmoon«

23:00 Dorett
»Disconnect Society«

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Der Tod wird kommen (La Mort viendra)«, Gangsterfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Beauty & the Beats«, Indie-Electro-Abriss

20:00 Zum grünen Kakadu
»Sam Hogarth invites ... Manuel Seng«, Jazz

BÜHNE

19:30 Staatstheater Großes Haus
»The Addams Family«, Musical

KLASSIK & OPER

19:00 Villa Musica
»Romantiker«, Wagner bis Brahms

LITERATUR

19:30 K-LAB
»LiteraturLive!«, Lesung

MESSE & MÄRKTE

19:00 Altes Postlager
»Dies & Das – Der Nachtflohmarkt«

BILDUNG & VORTRÄGE

17:00 Fastnachtsbrunnen
»Stadtrundgang: Legende und Wahrheit«

SONSTIGES

10:00 Landeszentrale für politische Bildung
»Wahl-O-Mat zum Aufkleben«

17:30 Stadtteilladen Lerchenberg
»Reparatur-Treff«

WIESBADEN

PARTY

21:00 Kulturpalast
»Record Hop«

LIVE-MUSIK

18:00 Schlachthof (Halle)
»Fit For A King / Memphis May Fire / Acres / T56/Silence«, Metalcore, Hardcore

20:00 Walhalla im Exil
»Jamsession reloaded«, Jazz

BÜHNE

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Monique bricht aus«, Schauspiel

19:30 Performing Arts Center
»Folk«

19:30 Theater im Pariser Hof
»Andy Ost // Best Ost«, Comedy

19:30 Staatstheater Studio
»Zwei Soldaten«

20:00 Museum Wiesbaden
»Hessisches Staatstheater: Alte Meister«, Schauspiel

20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

20:00 Thalhaus
»Ralf Senkel – Der hat gesessen!«, Comedy

20:00 Akzent Theater
»Runter zum Fluss«, Komödie

20:00 Galli Theater
»Die Männerschule«, Eine freche Komödie

20:00 Kreativfabrik
»Witch, Please!«, Dragshow

20:00 Velvets Theater
»Heisse Zeiten«, Die Wechseljahresrevue

SONSTIGES

20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend«

FASTNACHT

22:00 Keller Krach Keller
»reWind Fastnacht«

KINDER & JUGEND

10:00 Wartburg
»Die Werkstatt der Schmetterlinge«, Schauspiel

INGELHEIM

BÜHNE

19:00 Winzerkeller
»Der Fluch des Kaiserschatzes«, Krimidinner

IDSTEIN

PARTY

22:30 Scheuer
»Scheuernrock«

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»California Affair«, Red Hot Chilli Peppers Tribute

SAMSTAG 14

MAINZ

PARTY

21:00 Red Cat
»Pop Explosion x Sweet Dreams«, 00er, 10s, 20s

22:00 Schick
»Dança Positiva«

23:00 beben
»Nachtstrom Recharged«

23:00 Bellini
»The Cube – Hardtechno Rave«

23:00 KUZ (Werkhalle)
»Lari Luke – Mädelsabend«, Techno

23:00 Roof175
»Supernova X / Ignite«

KINO & FILM

10:15 Capitol
»Filmgespräch: Milla Meets Moses«

20:00 CineMayence
»Der Tod wird kommen (La Mort viendra)«, Gangsterfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Herbst«, Indie-Pop

20:00 M8-Club
»All Its Grace / Deadweight / Silence to the Fallen / Spillflower«, Metal

BÜHNE

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Bezahlt wird nicht!«, Schauspiel

20:00 Staatstheater U17
»Connemara«, Schauspiel

KLASSIK & OPER

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Die Zauberflöte«, Mozart

KUNST & AUSSTELLUNG

15:00 Layenhof
»Layenhof Open«

18:00 Walpodenakademie
»Jetzt ist der Moment«

MESSE & MÄRKTE

12:00 Alte Lokhalle
»Koibana – Love Story«

BILDUNG & VORTRÄGE

10:00 Uni – Institut für Molekulare Biologie
»Physik und Medizin«

SONSTIGES

08:00 verschiedene Orte
»Dreck-Weg-Tag 2026«

09:00 Universitätsmedizin
»Tag der offenen Tür des Ausbildungszentrums für Medizinische Technologie«

10:00 Landeszentrale für politische Bildung
»Wahl-O-Mat zum Aufkleben«

15:00 St. Christoph
»Stadtrundgang: Gutenberg und die Reformation«

KINDER & JUGEND

10:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MINIS«

11:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MAXIS«

13:00 Muck Familientheater
»Das Glückskind und die drei goldenen Haare«, MitmuckTheater

16:00 Muck Familientheater
»Das Glückskind und die drei goldenen Haare«, MitmuckTheater

18:30 Haus der Jugend
»Junge Bühne Mainz: Die dumme Augustine«, Zirkusmärchen

WIESBADEN

PARTY

22:00 Keller Krach Keller
»Singleklub«

LIVE-MUSIK

20:00 Walhalla im Exil
»anastasia zoë«

20:00 Kreativfabrik
»Watz«, Brass, Punk, Elektro, Pop

20:00 Schlachthof (Halle)
»Feuerschwanz / Miracle Of Sound«, Mittelalter-Rock

BÜHNE

16:00 Velvets Theater
»Pinocchio«, Schwarzes Theater

19:10 Staatstheater Großes Haus
»Die große FIM-Spenden-Gala«

19:30 Theater im Pariser Hof
»Andy Ost // Best Ost«, Comedy

19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Gereift & Spritzig«, Kabarett

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Entrückt«, Schauspiel

19:30 Performing Arts Center
»Folk«

20:00 Thalhaus
»FGKH: Bibliothek des Zufalls«, Improtheater

20:00 Akzent Theater
»Runter zum Fluss«, Komödie

20:00 Galli Theater
»Die Männerschule«, Eine freche Komödie

20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KLASSIK & OPER

17:00 Ringkirche
»Heinrich Schütz: Matthäus-Passion«

19:00 Kurhaus
»Gabriela Montero – Rauschende Rhythmen«

BILDUNG & VORTRÄGE

14:00 Fragmente
»Friedensgespräche«

SONSTIGES

10:00 Staatstheater großer Ballettsaal
»Antanzen: offenes Tanz-Training für Nicht-Profis«

KINDER & JUGEND

11:00 Galli Theater
»Die Schöne & das Biest«, Märchentheater

15:00 Staatstheater Bühneneingang
»Oper Aktiv! – Carmen«, Musikalisch-szenischer Workshop, 8+

15:00 Wartburg
»Die Werkstatt der Schmetterlinge«, Junges Schauspiel

16:00 Galli Theater
»Tischlein, deck dich!«, Märchentheater

INGELHEIM

LIVE-MUSIK

20:00 kING
»Konzertfrühling: Friedrich von Thun & Maria Reiter – Wiener G'schichten«, Lesung mit Musik

BÜHNE

19:00 Winzerkeller
»Der Fluch des Kaiserschatzes«, Krimidinner

IDSTEIN

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»Marley's Ghost«, Reggae

SONNTAG 15

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Der Tod wird kommen (La Mort viendra)«, Gangsterfilm

Programm im KUZ

05.03.
MO-TORRES
SCHÖNSO. TOUR 2026
KONZERT: HIP/HOP

12.03.
VICKYS SHIT SHOW
JETZT GEHT'S UM DIE WURST
COMEDY

14.03.
LARI LUKE
MÄDELSABEND
PARTY: HARD TECHNO, INDUSTRIAL HARDCORE, TECHNO, SCHRANZ, RAVE

15.03.
CURLY STRINGS
MAKE YOUR WINGS AND FLY
KONZERT: FOLK

19.03.
11FREUNDE LIVE
DIE ANDERE GESCHICHTE DES FUSSBALLS
PODCAST MIT PHILIPP KÖSTER UND STEPHAN REICH

24.03.
DIE STERNE
WENN ES LIEBE IST – TOUR 2025-2026
INDIE, ROCK

Programm, Tickets & Gutscheine:
www.kulturzentrummainz.de
@kuzmainz

KUZ KULTUR ZENTRUM MAINZ

eine Location von mainzplus

Epizentrum der Wiesbadener Kunstgeschichte

Die Kunstarche ist prall gefüllt mit Werken von Wiesbadener Künstler:innen, die hier angemessen aufbewahrt und präsentiert werden. Denn Wiesbaden ist nicht nur Fluxus und Jawlensky, sondern künstlerisch viel, viel mehr.

von Anja Baumgart-Pietsch

Die Wiesbadener Künstler Johannes Ludwig, Arnold Gorski und Wolf Spemann hatten schon in den 90er Jahren auf die dringende Notwendigkeit einer Nachlassverwaltung für lokale Künstlerinnen und Künstler hingewiesen. Weil man städtischerseits keine Stiftung für diese Aufgabe gründen und auch kein Personal einstellen wollte, gründeten sie 2011 kurzerhand selbst den Verein „Kunstarche Wiesbaden e.V." Sie wählten Felicitas Reusch zur Vorsitzenden und konnten 2012 in Räume des Stadtarchivs einziehen. Das Bild der Arche passt: Denn auch hier werden Dinge für die Nachwelt bewahrt. In diesem Fall keine Tiere, sondern Kunstwerke.

Seit 15 Jahren wächst der Bestand gewaltig – ob Skulpturen, Zeichnungen, Tagebücher oder Gemälde: Wiesbadener Kunstschaffende sind produktiv, ihre Werke vielfältig. Felicitas Reusch und ihr Team können sich in diesem Jahr über eine aufwendige Sanierung freuen. Nun endlich sieht die Kunstarche auch wie eine Galerie aus: mit Licht und Luft, einem neuen Fußboden, professionellen Archivschränken.

Die Arche teilt ihre Heimat mit dem Stadtarchiv und residiert in dem Trakt, in dem vorher die kommunale Artothek war, die nun seit einigen Jahren ins Wiesbadener Kunsthaus integriert ist. Hier wird aber nicht nur archiviert, sondern es passiert viel Öffentlichkeitswirksames: Bücher werden verfasst und vorgestellt, Ausstellungen organisiert und Vorträge gehalten. Für Vereinsmitglieder gibt es sogar Exkursionen zu interessanten Kunstschauplätzen der Region. „Mit dem Stadtarchiv führen wir eine sehr kollegiale Koexistenz", sagt Felicitas Reusch. Daher war es keine Frage, dass bei dessen Sanierung auch die Kunstarche mitbedacht wurde. Der Wiesbadener Verein war 2017 mit dabei, als der Bundesverband Künstlernachlässe gegründet wurde. Denn auch andere Städte möchten die Aufgabe erfüllen, Nachlässe ihrer Kunstschaffenden zu bewahren. „In Darmstadt", so Felicitas Reusch, „ist dies bereits gut gelungen. In Mainz bis jetzt noch nicht." Sie wisse aber, dass der Wunsch auch dort groß sei. Es steht und fällt mit Räumen und Vereinsmitgliedern – die Wiesbadener haben in dieser Hinsicht Glück. Genauso wie mit der Kooperation mit dem Wiesbadener Reichert-Verlag, in dem die Reihe „Kunstgeschichte Wiesbaden" erscheint: „Acht Bände gibt es bereits, der neueste dreht sich um Kalligrafie. Wiesbaden ist mehr als Jawlensky", betont Felicitas Reusch.

„Kalligrafie finde ich sehr spannend", gibt Reusch preis, der ihre Tätigkeit in der Arche große Freude bereite. Inspiriert dazu habe sie vor allem ihre langjährige Freundschaft mit dem 2024 verstorbenen Gottfried Pott, einem Meister dieser Kunst. Ausstellungen mit seinen – sowie von seinen Künstlerkollegen Werner Schneider und Friedrich Poppl – kunstvoll geschriebenen Blättern gab es bereits mehrmals. Einmal auch gemeinsam mit einer Reihe ukrainischer Schriftkünstler. In diesem Jahr stehen dazu hochkarätige Workshops auf dem Programm.

„Was kommt auf den Tisch?" heißt eine Gruppenausstellung mit kulinarischen Stillleben, die ab 22. März zu sehen ist. Weiter steht 2026 noch eine Schau des Malers Vincent Weber auf dem Programm. Er war einer der Protagonisten der ehemaligen „Werkkunstschule", einer wichtigen Institution in Wiesbaden, aus der viele Künstler:innen und Gestalter:innen hervorgingen. Wer über die Schule, in deren ehemaligem Gebäude das heutige Kunsthaus am Schulberg untergebracht ist, mehr wissen möchte, findet in der Buchreihe der Kunstarche auch hierüber einen umfangreichen Band.

Nachlässe landen regelmäßig bei Reusch – wobei sie streng auf Qualitätskriterien achtet. Eine künstlerische Ausbildung, ein Platz im professionellen Kunstgeschehen sollten vorhanden sein. Die Vielfalt ist groß, manchmal sogar im Werk eines einzelnen Künstlers wie Bernd Brach. Der demnächst seinen 80. Geburtstag feiernde Wiesbadener hatte gerade eine umfassende Retrospektive in der Kunstarche. Seine Kunstwerke sind von den Formaten, vom Medium, vom Inhalt her unglaublich vielseitig. Eines seiner Bilder wird auch nach der Ausstellung in der Kunstarche sichtbar bleiben: Er malte es in einer Live-Performance zum 10-jährigen Bestehen unter dem Eindruck des russischen Überfalls auf die Ukraine. Wer einen Blick in die Kunstarche und ins Stadtarchiv werfen möchte: Am 17. April ab 16 Uhr wird zum jährlichen Archivfest eingeladen.

WTF

Ausstellungen 2026:
„Was kommt auf den Tisch?" Gruppenausstellung mit Werken aus dem Archiv von Christa Moering, Heiner Rothfuchs, Gerda Stryi, Hans Wagner. Ab 22. März, 11.30 Uhr; Finissage: 8. Mai, 18 Uhr
„Vincent Weber und sein Kreis". Ab 7. Juni, 11.30 Uhr; Finissage: 17. Juli, 18 Uhr

Kunstarche Wiesbaden e.V., Im Rad 42
65197 Wiesbaden
kunstarche-wiesbaden.org

Schneewittchen im Velvets Theater: Dana Bufkovas inszeniert die sieben Zwerge als liebevoll gearbeitete Puppen. Eine musikalische, farbenfrohe Inszenierung.

Das Cinemayence zeigt mit „Der Tod wird kommen“ einen spannenden Gangsterfilm über Auftragskillerin Tez, Rache und Verrat in einem tödlichen Netz.

Die neue Party im Schon Schön heißt „URBN Essence“. Hier erwarten euch heute Deutschrap, Urban & Mixed Music sowie HipHop-, Rap- und RnB-Klassiker.

LIVE-MUSIK
19:00 KUZ (Lehrsaal)
»Curly Strings«, Folk

BÜHNE
18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Bekenntnisse des Hochstaplers Felix Krull«, Schauspiel
19:00 Kleines Unterhaus
»Die Affirmative – Cluedo«, Improtheater
19:30 Kabarettarchiv
»Evelin Förster: Benjamin, ich hab' nicht's anzuzieh'n!«
20:00 Unterhaus
»Ingo Appelt – Männer Nerven Stark«, Comedy

KLASSIK & OPER
11:00 Institut Francais
»Philharmonischer Salon«, Kammermusik
19:30 Rheingoldhalle
»Rudolf Buchbinder spielt Beethoven«

KUNST & AUSSTELLUNG
11:00 Landesmuseum
»Kuratorinnenführung: Geprägt – Geritzt – Geknüllt. Kunstwerke aus Papier«
11:00 Gutenberg-Museum MOVED
»Tag der Druckkunst«
11:00 Layenhof
»Layenhof Open«
14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Familienrundgang«

MESSE & MÄRKTE
12:00 Alte Lokhalle
»Koibana – Love Story«

BILDUNG & VORTRÄGE
14:30 Alter Jüdischer Friedhof
»Führung: Beit Chaim – Haus des Lebens«

KINDER & JUGEND
15:00 Zum grünen Kakadu
»Familienlesung«, 6-10 J

WIESBADEN

KINO & FILM
20:15 Murnau Filmtheater
»Mein neues altes Ich«

LIVE-MUSIK
19:30 Schlachthof (Kesselhaus)
»Dani Lia«
20:00 Schlachthof (Halle)
»Godspeed You! Black Emperor / Kristof Hahn (Swans)«, Post-Rock

BÜHNE
15:00 Performing Arts Center
»Folk«
19:30 Theater im Pariser Hof
»Stefan Jürgens // Nenn' es Liebe«
20:00 Schloss Freudenberg
»Acht Frauen in Anführungszeichen«, Drag-Komödie
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KLASSIK & OPER
16:00 Kurhaus
»Chamber of Lights: Vivaldi – Die vier Jahreszeiten«
18:00 Staatstheater Großes Haus
»Georges Bizet - Carmen«

KUNST & AUSSTELLUNG
15:00 Schloss Freudenberg
»Eine Reise durch das Erfahrungsfeld«

KINDER & JUGEND
11:00 Galli Theater
»Tischlein, deck dich!«, Theater
15:00 Museum Wiesbaden
»Familienführung«
16:00 Velvets Theater
»Schneewittchen«, Theater
16:00 Galli Theater
»Die Schöne & das Biest«, Märchentheater

INGELHEIM

LIVE-MUSIK
11:00 kING
»Konzertfrühling: Hanke Brothers – Familienkonzert«, Klassik
17:00 Zeitensprung Zaubertheater
»Folk um Fünf«

MONTAG 16

MAINZ

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Der Tod wird kommen (La Mort viendra)«, Gangsterfilm

LIVE-MUSIK
20:00 schon schön
»Ganz schön Jazz mit Ilumina«
20:30 Schick
»Klein aber Schick«

FASTNACHT
14:00 Wagon
»Dreckisch – Fastnacht Edit«

KINDER & JUGEND
11:00 Staatstheater U17
»Die Schneekönigin«, Musiktheater

WIESBADEN

LIVE-MUSIK
19:30 Schlachthof (Kesselhaus)
»Lost Society«, Metal
19:30 Der Weinländer
»Peppler«

BÜHNE
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

LITERATUR
19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Andreas Pflüger: Kälter«

SONSTIGES
20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend«

KINDER & JUGEND
11:00 Staatstheater kleines Haus
»Schultheatertage 2026«

DIENSTAG 17

MAINZ

KINO & FILM
15:00 K-LAB
»Mittagskino«
20:00 CineMayence
»Der Tod wird kommen (La Mort viendra)«, Gangsterfilm

LIVE-MUSIK
20:00 Zum grünen Kakadu
»Jan Jekal: Paranoia in Hollywood«, Lesung & Gespräch
20:00 schon schön
»Julie Pavon«, Electro-Pop

BÜHNE
19:00 Muck Familientheater
»Impro Session«

KUNST & AUSSTELLUNG
19:00 Landesmuseum
»An Evening Art Journey«

SPORT & GAMING
20:00 Schick
»Schick & Schlau«, Pubquiz

WIESBADEN

LIVE-MUSIK
20:00 Schlachthof (Halle)
»Maximo Park / Art Brut«, Indie-Rock

BÜHNE
10:00 Wartburg
»Das Tagebuch der Anne Frank«, Schauspiel, 14+
18:30 Wartburg
»do it: dienstag – Crowdsinging«, Treff
20:00 Heaven
»Kiwi Comedy«
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KLASSIK & OPER
19:00 Kurhaus
»Maximilian Haberstock und Maxim Lando«

LITERATUR
19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Ivar Leon Menger: Der Tower«

INGELHEIM

BÜHNE
19:00 Zeitensprung Zaubertheater
»Open Stage«

MITTWOCH 18

MAINZ

PARTY
23:00 schon schön
»Es ist Mittwoch!«, 2000er

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Der Tod wird kommen (La Mort viendra)«, Gangsterfilm
20:15 Bar Jeder Sicht
»Dreamers (OmU)«
21:30 Capitol
»Spotlight – Die Arthouse-Sneak«

LIVE-MUSIK
19:00 Krumm & Schepp
»Hallali«
20:00 Frankfurter Hof
»Irish Heartbeat – Let´s celebrate St. Patrick´s Day«, Folk
20:00 Unterhaus
»Maurenbrecher trifft Nussbaumer & Wester* – Randy Newman Projekt 5.0: Reprise«, Singer/Songwriter

BÜHNE
19:30 Staatstheater Großes Haus
»Werther«, Schauspiel n. Goethe
20:00 Kleines Unterhaus
»Jochen Prang – Immer is was!!!«, Comedy

LITERATUR
18:00 K-LAB
»Schreibtreff Mainz«, Cowriting Space für alle ab 16

KUNST & AUSSTELLUNG
18:00 Kunsthalle
»Kuratorinnenrundgang«

BILDUNG & VORTRÄGE
17:00 Kurfürstliches Schloss
»Stadtführung: Die Mainzer Republik«
18:30 Landeszentrale für politische Bildung
»Sprechen und Zuhören zur Landtagswahl in Rheinland-Pfalz«
19:00 Landesmuseum
»Vergangenheit und Zukunft der europäischen Demokratie«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK
20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Nils Keppel«, NDW, Wave
20:30 Kreativfabrik
»The Murderburgers // Pretty Weird«, Punk, Rock, RnR

BÜHNE
10:00 Wartburg
»Das Tagebuch der Anne Frank«, Schauspiel, 14+
20:00 Schlachthof (Halle)
»Heinz Strunk: Kein Geld Kein Glück Kein Sprit«, Lesung
20:00 Thalhaus
»Stephan Bauer – Am Ende der Nerven und noch so viel Ehe übrig«, Kabarett

KLASSIK & OPER
18:30 Schloss Biebrich
»WMA Rotundenkonzert«

LITERATUR
19:30 Kulturstätte Monta
»Jan Costin Wagner – Eden«

KUNST & AUSSTELLUNG
12:15 Museum Wiesbaden
»Führung: MuWi Stars«

KINDER & JUGEND
17:00 Staatstheater kleines Haus
»Schultheatertage 2026«

DONNERSTAG 19

MAINZ

PARTY
21:00 Red Cat
»Phatcat«, Hip Hop, Urban
22:00 Schick
»Limited Edition«
23:00 schon schön
»Good as Hell«, RnB, Funk, Pop

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Ungeduld des Herzens«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
20:00 Kleines Unterhaus
»Christoph & Lollo – alles gut«, Singer/Songwriter
20:00 Frankfurter Hof
»Klaus Lage Duo mit Boa Heart«, Soul
20:30 M8-Club
»Songs in a Small Room«, Open Stage
21:00 beben
»Indigo Mac Carpet«

BÜHNE
19:00 KUZ (Werkhalle)
»11Freunde Live«, Podcast
20:00 Unterhaus
»Helmut Schleich – Das kann man so nicht sagen«, Kabarett

LITERATUR
19:30 Rathaus Gonsenheim
»Rüdiger Fröhlich – Gib Gas!«, Krimilesung

KUNST & AUSSTELLUNG
16:30 Kunsthalle
»Offener Stick-Strick-Häkel-Kreis«
19:30 Kabarettarchiv
»Apéro æ Kabarett zur blauen Stunde«

BILDUNG & VORTRÄGE
17:00 Max-Planck-Institut für Polymerforschung
»Führung: Kunststoff Bildungspfad«

SPORT & GAMING
19:00 Krumm & Schepp
»PubQuiz«
19:00 Kulturcafé
»Harry Potter Fan-Quiz«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK
20:00 Schlachthof (Halle)
»Fjørt«, Post-Hardcore
20:00 Kreativfabrik
»Mr. Smith's Guitar Club«, Guitarsession & -talk
20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Leftovers«, (Post)Punk

BÜHNE
19:30 Theater im Pariser Hof
»Jakob Schwerdtfeger // Meisterwerk«
19:30 Performing Arts Center
»Folk«
20:00 Thalhaus
»Stephan Bauer – Am Ende der Nerven und noch so viel Ehe übrig«, Kabarett

KLASSIK & OPER
19:00 Kulturforum
»Frühlingskonzert«
19:30 Staatstheater Großes Haus
»La Mamma!«, Oper v. Donizetti

KUNST & AUSSTELLUNG
18:00 Museum Wiesbaden
»Führung: Natur trifft Literatur«

KINDER & JUGEND
10:00 Wartburg
»Just: Als wir nicht wussten, wer wir waren«, Musiktheater, 10+
10:30 Staatstheater kleines Haus
»Schultheatertage 2026«

FREITAG 20

MAINZ

PARTY
21:00 Red Cat
»The Culture 2000s to now«, Hip Hop, R'n'B & Pop
22:00 Schick
»Singleklub«
23:00 Roof175
»Rough Cure«, Techno
23:00 Bellini
»Fridays for Techno«
23:00 schon schön
»URBN Essence«, Deutschrap, Urban & Mixed Music
23:00 beben
»See You Dancin«

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Ungeduld des Herzens«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
19:00 ZMO
»Vagabondoj«
20:00 Muck Familientheater
»Klimper Wimper«
20:00 schon schön
»Passion Mango // Tiger Really«, Indie-Rock
20:00 Kleines Unterhaus
»Heinz Gröning – Dr. Laughs Beste Medizin«, Comedy
20:00 Zum grünen Kakadu
»Kakadu Session«, Open Stage

BÜHNE
17:00 Alte Lokhalle
»2. Burlesque Festival Mainz«
19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Tod eines Handlungsreisenden«
20:00 Unterhaus
»Château Claque – Jetzt auch in alt!«, Kabarett

KLASSIK & OPER
13:00 Staatstheater Großes Haus
»Reingehört«, Konzertteaser
18:30 Peter-Cornelius-Konservatorium
»After-Work Dozentenkonzert«
19:00 Frankfurter Hof
»SWR Kultur Internationale Pianisten – Giorgi Gigashvili«
20:00 Staatstheater Großes Haus
»6. Sinfoniekonzert«, Weinberg, Dvorák

LITERATUR
19:00 Walpodenakademie
»Der LeseeseL #2«

KUNST & AUSSTELLUNG
17:00 K-LAB
»Atelier für Alle«, Kulturprojekte gemeinsam gestalten
19:00 K-LAB
»Collage Mayence«

BILDUNG & VORTRÄGE
18:00 Leichhof
»Stadtrundgang: Auf Nachtwache in Mainz«

SONSTIGES
10:00 Landeszentrale für politische Bildung
»Wahl-O-Mat zum Aufkleben«
18:00 Kuehn Kunz Rosen
»Brauerei-Führung«
19:30 Schick
»Schick that Swing«

WIESBADEN

PARTY
23:00 Kreativfabrik
»Der Gebrochene Freitag«, Drum 'n' Bass

LIVE-MUSIK
19:30 Schlachthof (Halle)
»Swiss & Die Andern / Rantanplan«, Punkrock, X-over
19:30 Schlachthof (Kesselhaus)
»Di-Rect«
20:00 Kreativfabrik
»Achter 80: Celestine in the Clouds«, Kammermusik
20:00 art.ist
»Ensemble Inverspace – Stones«, Songs at the edge
20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Che Sudaka«, Ska, Punk
22:00 Das Wohnzimmer
»Like 90's«

BÜHNE
19:30 Staatstheater Großes Haus
»Romeo und Julia«
19:30 Performing Arts Center
»Folk«
19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Hotelgeflüster im Palast«, Theaterstück
19:30 Theater im Pariser Hof
»Kathi Wolf // Klapsenbeste«, Kabarett
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie
20:00 Velvets Theater
»Murzarella: Bauchgesänge ... ab in die 2.Runde«, Puppet-Comedy-Show
20:00 Thalhaus
»Christian Schulte-Loh – Import Export«, Comedy
20:00 Galli Theater
»Illusio«, komödiantischer Psychothriller
20:00 Akzent Theater
»Runter zum Fluss«, Komödie

KUNST & AUSSTELLUNG
19:30 Walhalla im Exil
»Drink & Draw«

SONSTIGES
18:30 Platz der Deutschen Einheit
»Critical Mass«

KINDER & JUGEND
10:30 Staatstheater kleines Haus
»Schultheatertage 2026«

INGELHEIM

LIVE-MUSIK
20:00 kING
»Das Mutmach-Konzert – 12 Stimmen | 1 Abend | 1 Botschaft«

IDSTEIN

PARTY
21:00 Scheuer
»Scheuer Rave Spezial«

SAMSTAG 21

MAINZ

PARTY
19:00 Altes Postlager
»Partners in Wine«
21:00 Red Cat
»Disco Pogo«, 2010er bis heute
21:00 KUZ (Werkhalle)
»HitsHitsHits x Karaoke«
22:00 Schick
»Act in Delirium«
22:00 Bellini
»Obscura – Breath of Pleasure«
23:00 Roof175
»23 Years BMG B-Day«
23:00 schon schön
»Nur die Nuller waren Duller«
23:00 beben
»DR!P«
23:00 beben
»Sounds im Keller«, Hip Hop
23:00 Dorett
»Paper Planes maynsion«

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Ungeduld des Herzens«, Spielfilm
21:00 Blockwerk
»Mellow Film Tour«

LIVE-MUSIK
13:00 Haus der Jugend
»M.I.B.«
19:00 [culvée]
»Céili mit Fuaim«
20:00 schon schön
»Rikas«, Indie-Pop
20:30 M8-Club
»Claus Hessler Triad«, Jazz

BÜHNE
15:30 Alte Lokhalle
»2. Burlesque Festival Mainz«
19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Ich, Antigone«, Schauspiel
20:00 Frankfurter Hof
»Gayle Tufts – Please don´t stop the music«, Comedy
20:00 Muck Familientheater
»Ein Herz und eine Szene«
20:00 Kleines Unterhaus
»TBC: Totales Bamberger Cabarett – womerschomadasin«, Kabarett, Musik
20:00 Kleines Unterhaus
»TBC – Totales Bamberger Kabarett: womerschomadasin«
20:00 Unterhaus
»Château Claque – Jetzt auch in alt!«, Kabarett
20:00 Staatstheater U17
»Meister Floh«, Schauspiel

KLASSIK & OPER
19:00 Landesmuseum
»Villa Musica: Contrasts«, Prokofjew, Bartók, Hahn
20:00 Staatstheater Großes Haus
»6. Sinfoniekonzert«, Weinberg, Dvorák

BILDUNG & VORTRÄGE
10:00 Uni - Institut für Molekulare Biologie
»Physik und Medizin«
16:00 Kupferbergterrasse
»Stadtführung: Weinkultur in Mainz«

SONSTIGES
10:00 Landeszentrale für politische Bildung
»Wahl-O-Mat zum Aufkleben«

KINDER & JUGEND
10:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MINIS«

KONZERTE

The Mountain King / rýr / Kaputth

6. März, 19:30 Uhr, Kreativfabrik, Wiesbaden

The Mountain King & rýr erschaffen dichte Klanglandschaften: von zerbrechlichen Synths bis schweren Post-Metal-Riffs. Atmosphärisch, erzählerisch und kraftvoll – Musik über Wandel, Erinnerung, Rebellion und Reflexion.

Christian Kjellvander

7. März, 20 Uhr, Schon Schön, Mainz

Christian Kjellvander präsentiert Ex Voto / The Silent Love: ein cineastisches Album über Liebe, Religion und Schönheit. Sanfte Country-Songs treffen auf dynamische Klanglandschaften, mit einem ausdrucksstarken Bariton.

The Music of Queen live

8. März, 20 Uhr, Rheingoldhalle, Mainz

Valentin L. Findling als Freddie Mercury und seine Band bringen die Welthits von Queen – von Bohemian Rhapsody bis We Will Rock You – authentisch, energiegeladen und unvergesslich auf die Bühne.

Kraabel / Edwards

12. März, 20 Uhr, art.ist, Wiesbaden

Caroline Kraabel (Saxophon) und John Edwards (Kontrabass) erschaffen improvisierte Klanglandschaften voller Sensibilität, Energie und Spontaneität. Ihre Musik ist intensiv, fragil und unvorhersehbar – pure Avantgarde.

Das Mutmach-Konzert

20. März, 20 Uhr, kING, Ingelheim

Das Mutmach-Konzert: 12 Stimmen, eine Botschaft – ein Abend voller Musik, Inspiration und Gemeinschaft. Die Künstler:innen teilen persönliche Songs, live begleitet von einer Band, für Solidarität, Demokratie und emotionale Nähe.

Kasi & Antonius

21. März, 20 Uhr, Schlachthof, Wiesbaden

Kasi & Antonius bringen Indie und Deutschrap und schwelgen in der Nostalgie der 2010er. Songs voller Euphorie, Freiheit und Erwachsenwerden machen die „kids Tour 2026“ zu einer intensiven Reise durch Coming-of-Age-Momente.

Die Sterne

24. März, 20 Uhr, KUZ, Mainz

Die Sterne feiern 30 Jahre Bandgeschichte und präsentieren ihr neues Album „Wenn es Liebe ist“. Live voller Energie, Klassiker und neue Songs vereint, erleben Fans Club-Atmosphäre, Nostalgie und Liebesgefühle auf der Bühne.

Noch mehr Konzerte auf PROUDY.de

21

„Ich bin das Volk" von Severin Groebner im Theater im Pariser Hof: Ein Bühnenprogramm, über den Volkswillen und die Souveränität – voller absurder Szenen.

21

„Spirit & Pleasure" verbindet Barock und Folk in der Binger Villa Sachsen. Schottische Highlands und Londoner Adel, mit Barockoboe, -violine und -harfe.

24

Wiederaufnahme im Staatstheater Mainz: Goethes Briefroman „Werther" handelt von Liebe, Leidenschaft und vergebene Hoffnung. Werther kämpft mit Gefühlen für die vergebene Lotte.

11:00 Landesmuseum
»Museumswerkstatt«
11:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MAXIS«
16:00 Muck Familientheater
»Improvisiertes Kindermärchen«

WIESBADEN

PARTY
22:30 Kulturpalast
»NoxFeratu – The Dark Side Of The 80's«
23:00 WiClub
»Sugar Pace«

LIVE-MUSIK
17:00 Wiesbadener Musik- & Kunstschule
»RockPopJazz-Fest«
20:00 Schlachthof (Halle)
»Kasi & Antonius«, Indie, Deutschrap
20:30 Kreativfabrik
»Tommy and the Teleboys // Schallbrücke«, Indie, Psychedelic

BÜHNE
19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Hotelgeflüster im Palast«, Theaterstück
19:30 Staatstheater kleines Haus
»Antigone: Tragödie nach Sophokles«, Schauspiel
19:30 Performing Arts Center
»Folk«
19:30 Theater im Pariser Hof
»Severin Groebner // Ich bin das Volk«, Kabarett
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie
20:00 Galli Theater
»Die Sintflut«, Theaterstück
20:00 Thalhaus
»Christian Schulte-Loh – Import Export«, Comedy
20:00 Velvets Theater
»Heisse Zeiten«, Die Wechseljahresrevue
20:00 Akzent Theater
»Runter zum Fluss«, Komödie

KLASSIK & OPER
19:30 Staatstheater Großes Haus
»Walter Braunfels – Die Vögel«, 16+

KUNST & AUSSTELLUNG
20:00 Walhalla im Exil
»Red & Blue Session«

MESSE & MÄRKTE
11:00 Hebbelschule
»Fahrradbasar«

SONSTIGES
10:00 Fragmente
»Repair Café«

KINDER & JUGEND
11:00 Galli Theater
»Tischlein, deck dich!«, Theater
14:30 Mauritius-Mediathek
»Just: Schnecke, Frosch und Zauberhaar«, Violine, 4-6
16:00 Wartburg
»Just: Troja!«, 10+
16:00 Galli Theater
»Der gestiefelte Kater«, Theater
16:30 Mauritius-Mediathek
»Just: Schnecke, Frosch und Zauberhaar«, Violine, 4-6

INGELHEIM

BÜHNE
19:00 kING
»Cinderella«, Ballett

IDSTEIN

PARTY
22:30 Scheuer
»Danse Gehn«, Rock, Pop, Funk

LIVE-MUSIK
20:00 Scheuer
»Elton & Die Joels«

DARMSTADT

BÜHNE
19:30 Staatstheater/Großes Haus
»Become Ocean«, Choreografie

BINGEN AM RHEIN

KLASSIK & OPER
19:00 Villa Sachsen
»Klangstrom – Spirit & Pleasure goes Baroque Folk«

SONNTAG 22

MAINZ

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Ungeduld des Herzens«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
19:00 Frankfurter Hof
»Claudia Koreck«, Singer/Songwriter

BÜHNE
18:00 Staatstheater Großes Haus
»Underdog«, Tanz
19:00 KUZ (Werkhalle)
»Dominik Eulberg«

KLASSIK & OPER
20:00 Zum grünen Kakadu
»Der Chronoplan: Rekonstruktion einer Opernpartitur«

KUNST & AUSSTELLUNG
11:00 Kabarettarchiv
»Open Sunday«
13:00 Kunsthalle
»Freistunden«
14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Rundgang«
15:00 Kunsthalle
»Rundgang in ukrainischer Sprache«

DU WIR MZ
Am 22. März
GRÜN wählen!

SPORT & GAMING
11:00 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Wake up and move!«, Tanzstunde

SONSTIGES
15:00 Holzturm
»Stadtrundgang: Hinter Schloss und Riegel – Gefängnisse in Mainz«

KINDER & JUGEND
12:30 Capitol
»Los geht's Maxi: Wir entdecken das Kino«
15:00 Staatstheater Kleines Haus
»justmainz: Auf die Plätze!«, Demokratieprojekt

WIESBADEN

LIVE-MUSIK
18:00 Schloss Freudenberg
»Klangkonzert«
20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Tristan Brusch«, Singer-Songwriter
20:00 Schlachthof (Halle)
»Kanonenfieber / Mental Cruelty«, Black Metal, Death Metal

BÜHNE
15:00 Performing Arts Center
»Folk«
18:00 Velvets Theater
»Die Zauberflöte«, Schauspiel
19:30 Theater im Pariser Hof
»Hessens erster Magic Slam Vol. 7«
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KLASSIK & OPER
18:00 Staatstheater Großes Haus
»Schneeflöckchen«, Oper
19:00 Kurhaus
»Game of Thrones & House of the Dragon – Das Konzert«

KUNST & AUSSTELLUNG
11:00 Ev. Kreuzkirche
»Monika Geisbüsch – Heilige Momente«

KINDER & JUGEND
11:00 Galli Theater
»Der gestiefelte Kater«, Theater
15:00 Kreativfabrik
»Kinderdisco«
15:00 Museum Wiesbaden
»Familienführung«
15:00 Kinderhaus am Elsässer Platz
»Improtheater für Kinder«
16:00 Galli Theater
»Tischlein, deck dich!«, Theater

INGELHEIM

BÜHNE
18:00 kING
»Musical Magics«
20:00 kING
»Jürgen von der Lippe – Sextettsextett«, Comedy

MONTAG 23

MAINZ

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Ungeduld des Herzens«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
20:00 schon schön
»Heisskalt«, Rock
20:30 Schick
»Klein aber Schick«

KLASSIK & OPER
19:30 Staatstheater Großes Haus
»Der Chronoplan«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK
19:00 Kulturforum
»Klavierkonzert«
19:30 Der Weinländer
»Youloosie«
20:30 Schlachthof (Kesselhaus)
»The Klezmatics«, Klezmer

LITERATUR
19:30 Kulturstätte Monta
»Allgemeine Zweifel am weiteren Verlauf«

BILDUNG & VORTRÄGE
20:00 Sternwarte
»Laniakea – unsere kosmische Heimat"«

KINDER & JUGEND
10:00 Wartburg
»Just: Troja!«, 10+

DIENSTAG 24

MAINZ

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Ungeduld des Herzens«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
20:00 KUZ
»Die Sterne«, Indie-Rock
20:00 schon schön
»Amber & The Moon«, Indie-Folk

BÜHNE
19:00 Muck Familientheater
»Impro Session«
19:30 Staatstheater Großes Haus
»Werther«, Schauspiel n. Goethe
20:00 Staatstheater U17
»Meister Floh«, Schauspiel

KLASSIK & OPER
19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Der Kaiser von Atlantis«

LITERATUR
19:00 kunSTück
»Silent Book Club«

WIESBADEN

LITERATUR
19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Literaturforum«

SONSTIGES
20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend, Vorführungen, Astronomie-Fragestunde«

KINDER & JUGEND
10:00 Wartburg
»Just: Troja!«, 10+

MITTWOCH 25

MAINZ

PARTY
20:00 Schick
»Schick & Schief«, Karaoke
23:00 schon schön
»Es ist Mittwoch!«, 2000er

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Revenge of the Babushka«, goEast Shorts
20:15 Bar Jeder Sicht
»Drei Kilometer bis zum Ende der Welt«

LIVE-MUSIK
20:00 Frankfurter Hof
»Dominique Fils-Aimé«

BÜHNE
20:00 Unterhaus
»Florian Schroeder – Endlich glücklich«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»et cetera – Schnee von gestern«, Musikperformance
20:00 Haus der Jugend
»Junge Bühne Mainz: Dantons Tod«, Schauspiel

KLASSIK & OPER
19:30 Staatstheater Großes Haus
»La Cenerentola (Aschenputtel)«, Rossini

BILDUNG & VORTRÄGE
18:30 Landeszentrale für politische Bildung
»Sprechen und Zuhören zur Landtagswahl in Rheinland-Pfalz«

WIESBADEN

BÜHNE
19:30 Wartburg
»Just: Alice by heart«, 12+
19:30 Emma & Co
»Spieleabend – Impro Workshop«
19:30 Staatstheater kleines Haus
»Wie es euch gefällt«, Schauspiel
20:00 Thalhaus
»Rena Schwarz – Prinzessin ist auch kein Traumjob«, Kabarett
20:00 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Werkshow des ImproLabor (B) | Basiskurses«
20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Where the Wild Words are«, Poetry Slam

KUNST & AUSSTELLUNG
12:15 Museum Wiesbaden
»Führung: MuWi Stars«
19:00 Kunsthaus
»Vernissage: Memory in Action – Marcelo Brodsky«

BILDUNG & VORTRÄGE
20:00 Sternwarte
»Unser Sonnensystem«

DONNERSTAG 26

MAINZ

PARTY
21:00 Red Cat
»Phatcat«, Hip Hop, Urban
22:00 Schick
»Love Letters«
23:00 Dorett
»Lucious«

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»No Mercy«, Dokumentarfilm

LIVE-MUSIK
20:00 Unterhaus
»Helmfried von Lüttichau – "Weil's raus muss – Das zweite Programm"«, Singer/Songwriter
20:00 Zum grünen Kakadu
»Kakadu Kneipenchor«, Mitsingabend
20:00 Kleines Unterhaus
»Lennart Schilgen – Abwesenheitsnotizen«, Singer/Songwriter
20:00 Frankfurter Hof
»Ohne Rolf – Unter Druck«, Kabarett
20:30 M8-Club
»Lost and Found«, Singer-Songwriter
21:00 beben
»The Rhino / Jane Next Door / Rough Path«

BÜHNE
19:00 Staatstheater U17
»Schlagerträume«, Schauspiel
19:00 Krumm & Schepp
»Open Stage«

KUNST & AUSSTELLUNG
18:00 K-LAB
»Johannes Schropp – Bokeh (hearables)«

MESSE & MÄRKTE
15:00 Alte Lokhalle
»11. KONEKT Rhein-Main«

SONSTIGES
18:00 Kurfürstliches Schloss
»Choreografische Werkstatt«

KINDER & JUGEND
19:00 Staatstheater Großes Haus
»2. Konzert für junge Leute«, Beethoven, 10+

WIESBADEN

KINO & FILM
17:30 Murnau Filmtheater
»Jeunes Mères«
20:15 Murnau Filmtheater
»Jeunes Mères«

LIVE-MUSIK
19:00 Kulturforum
»WMK Vokaltreff«
19:30 Theater im Pariser Hof
»Meta Hüper // Wenn es Nacht wird«, Chanson meets Klassik
20:00 Kreativfabrik
»Open Stage«, Konzert/Impro
20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Doctor Krápula«, Ska, Punk

BÜHNE
19:30 Wartburg
»Just: Alice by heart«, 12+
19:30 Staatstheater kleines Haus
»Mord auf Schloss Haversham«, Komödie
19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Poetry Slam 43«
20:00 Thalhaus
»Don Clarke – Ein Abend mit Don Clarke«, Comedy

LITERATUR
19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Susanne Kaiser: Riot Girl«

KUNST & AUSSTELLUNG
19:00 Bellevue-Saal
»Nee die Ideen, zu Ehren des Bleistifts«

BILDUNG & VORTRÄGE
19:00 Walhalla im Exil
»Get Off The Regulars«

SONSTIGES
20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend, Vorführungen, Astronomie-Fragestunde«

INGELHEIM

LITERATUR
19:00 Winzerkeller
»Mechtild Borrman – Lebensbande«

FREITAG 27

MAINZ

PARTY
21:00 Red Cat
»NOX«, Trance, Techno
22:00 Schick
»Bonita Bros«
22:00 KUZ (Lehrsaal)
»Krawall & Liebe«, Alternative, Indie, Punk
22:00 Caveau
»The Dark Underground«
23:00 schon schön
»Tanzattacke«, 80er90er00er
23:00 Roof175
»Synthetica«
23:00 beben
»Flimmern«
23:00 Bellini
»Index«

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»No Mercy«, Dokumentarfilm

LIVE-MUSIK
20:00 Kleines Unterhaus
»Sebastian 23 – Zusammenhaltestelle«, Comedy
20:00 schon schön
»Polar«, Metalcore, Hardcore
20:00 Frankfurter Hof
»Colosseum«, Jazz/Blues

BÜHNE
20:00 Unterhaus
»Cüneyt Akan – Drama King«, Comedy
20:00 Kurfürstliches Schloss
»Moving Shadows – On Fire«

KLASSIK & OPER
19:30 Landesmuseum
»Consolation – Trost«
19:30 Staatstheater Großes Haus
»Die Zauberflöte«, Mozart

KUNST & AUSSTELLUNG
15:00 K-LAB
»Johannes Schropp – Bokeh (hearables)«

KINDER & JUGEND
10:00 Staatstheater Großes Haus
»2. Konzert für junge Leute«, Beethoven, 10+

WIESBADEN

PARTY
18:00 Schlachthof (Halle)
»Liebe x Leben x Feiern«, barrierefreie Party für alle
23:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Kollektiv Fünfsinn«, Techno
23:00 Basement
»Kurioses Beben«, Techno

KINO & FILM
17:15 Murnau Filmtheater
»Jeunes Mères«

LIVE-MUSIK
19:30 Theater im Pariser Hof
»Meta Hüper // Der Morgen danach«, Klassik, Knef u.m.
20:00 Kreativfabrik
»Black Violence / Rote Asche / Nocturnal Silence«, Metal

BÜHNE
19:30 Staatstheater kleines Haus
»Leonce und Lena«, Lustspiel
19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Die Feuerzangenbowle«
20:00 Velvets Theater
»Heisse Zeiten«, Die Wechseljahresrevue
20:00 Galli Theater
»Der Beziehungsbomber«, Komödie
20:00 Thalhaus
»Christoph Brüske – Die Goldene Generation: Ein Babyboomer packt aus«, Kabarett
20:00 Akzent Theater
»Runter zum Fluss«, Komödie
20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KULTUR4TEL

Escape Game Lab

Mit einem Escape Game Lab für Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) wartet die Mainzer Uni auf. Dieses Labor bietet einen innovativen Lernort, der auf kreative und motivierende Weise Bildung vermittelt. Beim Escape Game setzen sich Schulklassen, Studierende und Lehrkräfte mit Themen wie Klimawandel, erneuerbare Energien und Nachhaltigkeit auseinander – fundiert, praxisnah und spannend inszeniert. Nun liegt es an den Mietspielenden, die entführten Wissenschaftler:innen zu retten, die Forschungsergebnisse zu rekonstruieren und die Mission zur Klimarettung fortzusetzen. In der packenden Mischung aus Wissenschaft und Abenteuer gilt es, Rätsel zu lösen, Kipp-Punkte zu entschlüsseln und dunkle Machenschaften aufzudecken. Im Escape Game Lab stehen mit dem BNE-Ansatz zentrale didaktische Prinzipien im Mittelpunkt, die Wissen vermitteln und transformative Lernprozesse anstoßen. Info: zukunft.uni-mainz.de

Help the Children

Inspiriert vom Charity-Sampler "HELP" von 1995, hat sich in UK ein Community-Projekt mit Musiker:innen gebildet, die nun mit "HELP(2)" die lebenswichtige Arbeit der Organisation War Child unterstützen. Deren Aufgaben sind: Schnelle Nothilfe, Bildungsangebote, spezialisierte psychosoziale Hilfe und Schutz für Kinder, die weltweit betroffen sind, denn heute ist jedes fünfte Kind auf der Welt in einem Kriegsgebiet zu Hause. HELP(2) vereint eine beeindruckende Liste internationaler Künstler und Künstlerinnen, darunter Anna Calvi, Arctic Monkeys, Arlo Parks, Arooj Aftab, Bat For Lashes, Beabadoobee, Beck, Beth Gibbons, Big Thief, Black Country, New Road, Damon Albarn, Depeche Mode, Foals, Fontaines D.C., Graham Coxon, Greentea Peng, Kae Tempest, King Krule, Nilüfer Yanya, Olivia Rodrigo, Pulp, Sampha, The Last Dinner Party, Wet Leg, Young Fathers und einige mehr. Infos: beggars.com, warchild.org.uk.

Frauenstreik überall

Der intersektional-feministische Frauenstreik am 9. März, einen Tag nach dem „Frauentag“ soll aufklären: Sorgearbeit ist Arbeit, Ungleichheit ist politisch- und nicht privat verursacht, Gewalt hat materielle Wurzeln, Geschlechtergerechtigkeit erfordert strukturelle Antworten. Der Streik richtet sich an alle, die von Ungleichheit betroffen sind oder die Betroffene solidarisch unterstützen wollen. Ein Frauenstreik ist kein symbolischer Aktionstag, sondern eine Form kollektiven politischen Drucks, um strukturelle Blockaden aufzubrechen. „Der intersektional-feministische Frauenstreik 2026 ist ein Schritt hin zu echter Gleichstellung, Schutz und sozialer Gerechtigkeit. Er macht sichtbar, was politisch ignoriert wurde. Wir stehen für einen Streik, der keinen ausschließt, solidarisch organisiert ist und die Stimmen aller mitdenkt, die von Ungleichheit betroffen sind,“ so der Töchter Kollektiv-Koordinationskreis.

Memory in Action

Marcelo Brodsky, geboren 1954, zählt zu den bedeutendsten Künstler:innen Lateinamerikas. Als Fotograf, bildender Künstler und internationaler Menschenrechtsaktivist konzentriert er sich in seinem Werk insbesondere auf Bildsprache und Erinnerung. Menschenrechtsverletzungen sind das zentrale Thema der Kunst von Brodsky. Internationale Bekanntheit erlangte der Künstler mit seiner Serie „Buena Memoria“ (1997), die die Deportation und Ermordung einiger Klassenkameraden und seines Bruders, während der Militärdiktatur in Argentinien, thematisiert. Zudem tritt Brodsky in den visuellen Dialog mit Joseph Beuys und Marcel Broodthears: Eine künstlerische Praxis, die sich durch sein gesamtes Werk zieht. Die Ausstellung läuft bis zum 28. Juni und wird am 25. März um 19 Uhr von Kurator Prof. Dr. Márcio Seligmann-Silva und Marcelo Brodsky im Kunsthaus Wiesbaden, Am Schulberg 10 eröffnet. Info: wiesbaden.de/kunsthaus

Revolutionen

Im Februar 2026 ist die Junge Bühne Mainz mit Rückenwind in ihre 16. Saison gestartet. Im „Schauspiel“ wird es buchstäblich revolutionär, wenn am 25. März um 20 Uhr Georg Büchners Revolutionsdrama „Dantons Tod“ mit Adrian Stroheker in der Titelrolle Premiere feiert. Wie viel können wir daraus auf die Gegenwart beziehen? Der Büchner-Klassiker „Woyzeck“ bleibt auch im Spielplan und ist ab 10. März wieder mehrfach über die Saison verteilt zu erleben. Zuvor, ist ab 4. März die ebenso erfolgreiche wie progressive Bearbeitung des Goethe-Klassikers „Faust“ wieder zu bestaunen. „Geschlossene Gesellschaft“ von Jean-Paul Sartre wird ab Mai den Weg auf die Junge Bühne finden. Im Bereich Kindertheater wird weiterhin Otfried Preußlers Zirkusmärchen „Die dumme Augustine“ zum Programm gehören und Neues folgt am 11. April um 15 Uhr mit der Premiere: „Die Bremer Stadtmusikanten“. Infos: junge-buehne-mainz.de

Shalom am Rhein

Shalom am Rhein“ führt durch über 1000 Jahre jüdischen Lebens in Rheinland-Pfalz – von den SchUM-Gemeinden in Speyer, Worms und Mainz bis in die Gegenwart. Berührende Objekte, eindrucksvolle Biografien und Spuren von Zerstörung und Neubeginn eröffnen im Landesmuseum Mainz neue Blicke auf das Miteinander der jüdischen und der nicht-jüdischen Gesellschaft. Auch das Landjudentum wird bedacht: Abseits der großen Zentren am Rhein entfaltete es sich über Jahrhunderte und prägte das Gesicht der Region. Es entstanden kleine Synagogen und Friedhöfe, die noch heute von diesem Alltag erzählen. Sichtbar wird auch die Rolle der Frauen, die schon zu früher Zeit in Familie, Religion und Handel selbstbewusst Verantwortung übernahmen. So entfaltet „Shalom am Rhein“ ein lebendiges Panorama jüdischen Lebens zwischen Integration und Ausgrenzung, Stadt und Land, Tradition und Erneuerung. Info: landesmuseum-mainz.de

Denk nicht, schau!

Das Museum Reinhard Ernst (rme) widmet sich in seiner neuen Show, die am 16. März beginnt, dem Gesamtwerk Wolfgang Holleghas. Der österreichische Künstler zählt zu den international bedeutendsten Künstler:innen seiner Heimat und gilt als europäischer Meister des Abstrakten Expressionismus. Die Ausstellung ist eine Deutschlandpremiere und ist in Kooperation mit der Neuen Galerie Graz beziehungsweise dem Universalmuseum Joanneum organisiert. Hollegha ging einen sehr ungewöhnlichen Weg als Künstler! 1962 erwarb er einen Bauernhof aus dem 17. Jahrhundert am Rechberg nördlich von Graz und baute sich dort ein Atelier ganz nach seinen Vorstellungen. In dieser Abgeschiedenheit entwickelte er über sechs Jahrzehnte sein farbenprächtiges, oft monumentales Werk. Trotz internationaler Anerkennung entschied er sich gegen eine Karriere in den Kunstmetropolen. Die Ausstellung läuft bis 25. Oktober. Infos: museum-re.de

tanzmainz festival

tanzmainz ist das zeitgenössische Tanzensemble des Staatstheater Mainz und wird seit 2014 von Honne Dohrmann kuratierend geleitet. 21 Tänzer:innen, allesamt umfassend ausgebildete Künstlerpersönlichkeiten arbeiten Seite an Seite mit dem Produktionsteam. Ziel sind drei bis fünf Uraufführungen pro Spielzeit für die renommierte oder aufstrebende Gastchoreograf:innen engagiert werden. Das tanzmainz festival Update zeigt was das Neue, Gewagte, Zukunftsweisende in der Tanzkunst sein könnte. Das kleine, aber feine Format widmet sich denen, die vielleicht schon bald die Trends auf den großen Bühnen bestimmen werden, noch aber oft unter sehr einfachen Bedingungen kreieren. Tanzmainz versteht sich als Place of Creation, das heißt, alle gezeigten Arbeiten sind Uraufführungen und in Mainz in Zusammenarbeit mit Gästen und den eigenen Sparten entstanden. Vom 26. Februar bis 7. März im Staatstheater Mainz.

03.03. Das Vollplayback Theater

Das Vollplaybacktheater bringt „Die drei ??? und der Fluch des Rubins“ als humorvolle Bühnenshow. Basierend auf dem Klassiker jagen ein Tempelkult und die drei Detektive einem verfluchten, wertvollen Rubin nach. Kultshow mit Humor. **– Das Vollplayback Theater, 3. März, 20 Uhr, Schlachthof, Wiesbaden**

12.03. C. Heiland

Der Heiland kommt! Das ehrlichste und erotischste Bühnenprogramm über Schönheitsideale, Selbstbild, Liebe und Wurstsalat. Die Show hinterfragt, ob wahre Schönheit wirklich von innen kommt – und warum sie dort so lange geblieben ist. **– C. Heiland, 12. März, 19:30 Uhr, Theater im Pariser Hof, Wiesbaden**

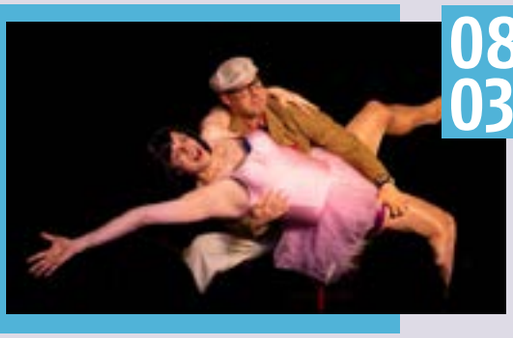
20.03. Murzarella

Musikalische Puppet-Comedy: Sängerin und Bauchrednerin Murzarella teilt die Bühne mit ihren Puppen, die selbst Stars werden wollen. Mit Live-Gesang und schrägen Figuren entsteht eine preisgekrönte Show zwischen Castingträumen und Bühnenchaos. **– Murzarella, 20. März, 20 Uhr, Velvets Theater, Wiesbaden**

25.03. et cetera

Eine Performance zwischen Monolog und Musik über Konsum, Klimawandel, Reizüberflutung und die Sehnsucht nach Gemeinschaft. Zwischen Utopie und Dystopie fragt die Inszenierung, ob ein Neubeginn möglich ist – humorvoll, kritisch und sehr zeitnah erzählt. **– et cetera, 25. März, 20 Uhr, unterhaus, Mainz**

08.03. Frauenhochsaison



Frauenhochsaison - ein Special zum Weltfrauentag: Die spannende Komödie zeigt eine unterhaltsame Begegnung zwischen Prof. Dr. Senfstößl und Hartmut Harrer, die um wirkliche Freiheit ringen und ihr männliches Kraftpotential verloren haben. **– Frauenhochsaison, 8. März, 20 Uhr, Galli Theater, Wiesbaden**

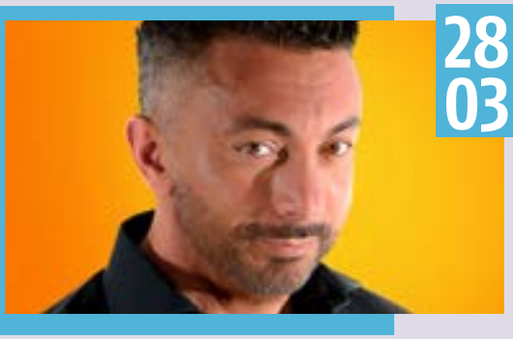
13.03. Bilder deiner großen Liebe

Ein poetisches Road-Movie über Isa, die aus ihrer Isolation flieht und auf der Suche nach Sinn Menschen und Erinnerungen begegnet. Ein Stück von Erfolgsautor Wolfgang Herrndorf, bekannt durch Tschick. **– Bilder deiner großen Liebe, 13. März, 19:30 Uhr, Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel, Wiesbaden**

21.03. Mister Floh

Ein Schauspiel zwischen Fantasie und Realität nach Meister Floh von E.T.A. Hoffmann. Meister Floh durchschaut mit einem „Gedankenmikroskop“ scheinbar die Menschen. Regisseur Woody Mues zeigt eine moderne Deutung über Kunstfreiheit und Wahrheitssuche. **– Mister Floh, 21. März, 20 Uhr, Staatstheater, Mainz**

28.03. Özgür Cebe



Natürliche Dummheit vs. künstliche Intelligenz. Kabarett über eine dümmer werdende Gesellschaft, Medien und gesunden Menschenverstand. Ein geistreicher, humorvoller und satirischer Abend über KI, Überempfindlichkeit und Alltagsabsurditäten. **– Özgür Cebe, 28. März, 20 Uhr, Thalhaus Theater, Wiesbaden**

26

Doctor Krápula kommen in den Schlachthof: Ska, Punk und Mestizo mit politischem Stilmix aus Cumbia, HipHop und Reggae – im Stil der Kunst des Widerstands.

KLASSIK & OPER

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Walter Braunfels – Die Vögel«, 16+

20:00 Kurhaus
»The Music of Star Wars«

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 Künstlerverein Walkmühle
»Und was, wenn es klingt?«, Vernissage

BILDUNG & VORTRÄGE

20:00 Sternwarte
»Schau mal in die Sterne mit Fernglas und Teleskop«

INGELHEIM

BÜHNE

18:30 Zeitensprung Zaubertheater
»Magische Kabinettstücke II: Noche Magica«

KULINARISCHES

19:00 Winzerkeller
»Winzer-Weinprobe«

IDSTEIN

PARTY

22:30 Scheuer
»Scheuernrock«

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»Interstellar Overdrive«, Performing Pink Floyd

SAMSTAG 28

MAINZ

PARTY

20:00 KUZ
»U50 – Forever Young«

20:30 Bar Jeder Sicht
»Karaoke«

21:00 Red Cat
»XOXO«, MashUp, Club Mix

22:00 Schick
»Speaking of the Devil«

23:00 schon schön
»Dancing Through The Decades«, 60er-10er

23:00 beben
»0815+«, Indie, Indietronics

KINO & FILM

18:30 Krumm & Schepp
»Cycling Cities«

20:00 CineMayence
»No Mercy«, Dokumentarfilm

LIVE-MUSIK

19:00 ZMO
»Yankova-Stradalski / Laverny«

20:00 Frankfurter Hof
»Katrin Bauerfeind: Halftime-Show – Jetzt oder Nie«, Comedy

20:00 schon schön
»Retrogott & Hulk Hodn«, Hip-Hop, Rap

20:30 M8-Club
»Son Del Mar«, Carribian Music

BÜHNE

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das achte Leben (Für Brilka)«

20:00 Unterhaus
»Hugo Egon Balder – Erzählt es bloß nicht weiter!!«, Comedy

20:00 Kleines Unterhaus
»Christoph Demian – Der Trug scheint«, Zaubershow

KLASSIK & OPER

19:00 Akademie der Wissenschaften und der Literatur
»Kammerkonzert – Extra: Romantik? Romantisch!«, Janáček, Brahms, Strauss

KUNST & AUSSTELLUNG

15:00 K-LAB
»Johannes Schropp – Bokeh (hearables)«

23:00 Bellini
»Fappe & Bru«

SHOWS & FESTE

12:00 Adenauer-Ufer
»Mainzer Rheinfrühling«

BILDUNG & VORTRÄGE

14:30 An der Krimm
»Stadtrundgang: Naturschutzgebiet Mainzer Sand«

15:00 Kupferbergterrasse
»Stadtrundgang: Mainzer Festungsanlagen«

SONSTIGES

11:00 Staatstheater Großes Haus
»Spielplanvorstellung für Abonnentinnen und Abonennten«, Mit Intendant Markus Müller und Team

KINDER & JUGEND

10:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MINIS«

11:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürnasen MAXIS«

11:00 Haus der Jugend
»WishmobTheater: Hör' mal, wer da summt!«

16:00 Muck Familientheater
»Schneeweißchen und Rosenrot«

WIESBADEN

PARTY

20:00 Schlachthof (Halle)
»Wizo / Montreal«

27

Black Violence in der Kreatifabrik: Zusammen mit Rote Asche & Nocturnal Silence liefern sie harte Riffs, sowie düstere Gothic- und Black-Metal-Klänge.

KINO & FILM

20:15 Murnau Filmtheater
»Jeunes Mères«

LIVE-MUSIK

19:00 hugo & tilda
»Best Age«

20:00 Kreativfabrik
»Nüsschen & Bier 3: Wetzlar Drift«, Comedy

BÜHNE

16:00 Galli Theater
»Aladdin & die Wunderlampe«, Märchentheater

19:00 Pluspunkt
»Alice Hoffmann – Hinter der Kittelschürze«

19:30 Theater im Pariser Hof
»Martin Herrmann // Beckenbodengymnastik für Männer«, Songkabarett

19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Die Feuerzangenbowle«

19:30 Wartburg
»Lebenslicht«, Tanz (Gastspiel)

20:00 Galli Theater
»Wart' auf mich«, Theater

20:00 Thalhaus
»Özgür Cebe – Geist ist geil«

20:00 Studio ZR6
»Laura Brümmer – Hochgestapelt«, Comedy

20:00 Akzent Theater
»Runter zum Fluss«, Komödie

20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

KLASSIK & OPER

19:30 Staatstheater Großes Haus
»La Mamma!«, Oper

19:30 Bergkirche
»J.S. Bach: Johannespassion BWV 245«

BILDUNG & VORTRÄGE

14:00 Sternwarte
»Sonnenbeobachtung & Vortrag: Unsere Sonne«

SONSTIGES

09:45 Staatstheater Bühneneingang
»Extras: Yoga im Foyer«

KINDER & JUGEND

10:00 Galli Theater
»Rapunzel«, Märchentheater

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Fack ju Göhte«, Junges Staatsmusical, 12+

IDSTEIN

PARTY

20:00 Scheuer
»Club 74 Reloaded«, Rock, Pop, Funk

SONNTAG 29

MAINZ

KINO & FILM

10:00 Capitol
»Strickkino«

20:00 CineMayence
»No Mercy«, Dokumentarfilm

BÜHNE

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel

19:00 Frankfurter Hof
»Queen of Sand – Irina Titova«

KLASSIK & OPER

15:00 Staatstheater Großes Haus
»Der Chronoplan«

17:00 Ev. Kirche Weisenau
»E.T.A. Hoffmann Miserere«, Chorkonzert der Mainzer Singakademie

KUNST & AUSSTELLUNG

14:00 Landesmuseum
»Führung: Geprägt – Geritzt – Geknüllt. Kunstwerke aus Papier«

14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Rundgang«

15:00 K-LAB
»Johannes Schropp – Bokeh (hearables)«

SHOWS & FESTE

12:00 Adenauer-Ufer
»Mainzer Rheinfrühling«

BILDUNG & VORTRÄGE

14:30 Heunensäule
»Stadtrundgang: Magenza – Das jüdische Mainz«

15:00 Proviantamt
»Stadtrundgang: Georg Forster – Weltumsegler, Universitätsbibliothekar und Revolutionär«

15:00 Fischtorplatz
»Stadtrundgang: Der UfA-Film "Die Fastnachtsbeichte"«

KINDER & JUGEND

11:00 Muck Familientheater
»Schneeweißchen und Rosenrot«

14:00 Muck Familientheater
»Schneeweißchen und Rosenrot«

14:30 schon schön
»Kinderdisco«

WIESBADEN

BÜHNE

11:00 Galli Theater
»Aladdin & die Wunderlampe«, Märchentheater

28

Das Familienepos „Das achte Leben" im Staatstheater Mainz behandelt sechs Frauengenerationen in Georgien, das 20. Jahrhundert, Aufstieg und Fall des Kommunismus.

18:00 Staatstheater kleines Haus
»Entrückt«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Studio
»Just: Extras – Kettenfett«

19:30 Theater im Pariser Hof
»Dagmar Borrmann // Goethes „Faust II" – die Playmobilshow«,

20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

20:00 Kreativfabrik
»Häppchen & Sekt No.16«, Comedy

KLASSIK & OPER

16:00 Staatstheater Großes Haus
»Walter Braunfels – Die Vögel«, 16+

18:00 Ringkirche
»Orgelkonzert«

KUNST & AUSSTELLUNG

11:00 St. Mauritius
»passaggi - Elisabeth Heindl«

15:00 Schloss Freudenberg
»Eine Reise durch das Erfahrungsfeld«

SONSTIGES

14:00 Sternwarte
»Sonnenbeobachtung«

14:30 Staatstheater Studio
»Szenenwechsel: Die Vögel«, Gespräch & Einführung

KINDER & JUGEND

10:00 Galli Theater
»Rapunzel«, Märchentheater

11:00 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Brüderchen, komm, tanz mit mir: Feinste Musik für die kleinsten Ohren«, Babykonzert , 0+

15:00 Museum Wiesbaden
»Familienführung«

INGELHEIM

LIVE-MUSIK

17:00 Zeitensprung Zaubertheater
»Folk um Fünf«

MONTAG 30

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»No Mercy«, Dokumentarfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Tonkult jammt mit Prism Tales«, Jazz

20:30 Schick
»Klein aber Schick«

BÜHNE

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Ich, Antigone«, Schauspiel

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

19:30 Der Weinländer
»Word Up Band feat. Janet Taylor«

KLASSIK & OPER

19:00 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Lieder-Soiree«, Liederabend

SONSTIGES

20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend«

DIENSTAG 31

MAINZ

KINO & FILM

14:00 Capitol
»Seniorenkino«

20:00 CineMayence
»No Mercy«, Dokumentarfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Das Günther«, Art-Punk

20:00 Frankfurter Hof
»Treffpunkt Jazz: Han Bennink & Joris Roelofs feat. Gutenberg Jazz Collective«

BILDUNG & VORTRÄGE

18:00 Landesmuseum
»Ein Raum nur für Frauen (?)«

19:00 Bar Jeder Sicht
»Let´s Go Party? Aber sicher!«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 art.ist
»Improvisohrium – Offene Bühne«

BÜHNE

19:30 Staatstheater Studio
»Der Tatortreiniger: von Mizzi Meyer«, Schauspiel

LITERATUR

19:30 Literaturhaus Villa Clementine
»Dostojewskis Erben: Hoch gestapelt – tief gefallen«

STUZ
STADT | KULTUR | EVENTS

Wir suchen: (m/w/d)
Freie Autor*innen

Gerne mit Vorerfahrung.
Kurze Bewerbung via Mail an ms@stuz.de
(Michael Süss)

KLEINANZEIGEN

BIETE

VINTAGE – Mainzer Biergläser (MAB) mit Mainz – Dekors aus 70er/80er - kostenlos abzugeben. 4 Vintagekoffer (30er bis 60 er Jahre gut erhalten) kostenlos abzugeben - ideal für Vintage - Fans, Deko für Reisebüros, Boutiquen etc. Mail: u.h.ebert@t-online.de

Rennrad Marke Titan mit Shimano 600, 50er Rahmen, leichter Stahl, Relati, Marke Titan-Schweiz, hellblau-weiß, s.g. Zust. VHB 385 €, Mail: behzadamol@t-online.de, Tel:01577 2638058. SMS erwünscht

REISEN

Suchst Du ein Privatzimmer auf Bali? Wir vermieten Dir/Euch ein schönes Zimmer in einem stilvollen, großen Haus für 10 Euro pro Übernachtung, Tabanan (keine touristische Umgebung trotzdem nähe Meer und Strände), gr. Bett (160 cm), Bettwäsche, Handtücher, eigenes Bad, Warmwasser, Kaffee/Espresso/Tee, WLAN, Deckenventilator ohne AC, deutschsprachige Hilfe bei allen Fragen, Stephan, WhatsApp +62-813 3839 8458

Lust auf Wassersport? Bei unserer Reise nach brouwersdam.nl an Pfingsten (22.- ca. 29.5.26) sind noch Plätze frei. Viele Aktivitäten möglich, z.B. Surfen (Wind- oder Kite), Segeln, super für Anfangende. Bei Interesse: kalender20@gmx.de

BILDUNG

Werde Bildungspate – Gemeinsam für Chancengleichheit! STARTBLOCK-Rhein-Main e.V. sucht engagierte Ehrenamtliche, die einmal pro Woche Kinder und Jugendliche an Grundschulen in Mainz (Hartenberg, Lerchenberg, Mombach) sowie an weiterführenden Schulen in Wiesbaden bei der Hausaufgabenbetreuung und Freizeitgestaltung begleiten. Mehr Infos und Kontakt: startblock-rheinmain.de

MUSIK

Moderner gemischter Chor mit abwechslungsreicher Literatur sucht Tenöre und Bässe die Lust haben mit uns zu singen. Tel.: 0151/ 64604167

Kleiner Männerchor mit abwechslungsreicher Literatur sucht neue Sänger. Tel.: 0611 / 500181

LESEN

Neuer Buchclub in Mz-Wi – bist Du dabei? Du (w/m zw. 40 und 60) hast Lust, Belletristik zu lesen – und dann drüber zu sprechen? Wir wählen Bücher (Zeh, Hein, Marei, Menasse, Elsberg, Sutter, …) aus, lesen diese, treffen uns in Mz/Wi und diskutieren alle sechs Wochen darüber? Bist Du dabei? Dann schicke bitte eine kurze Mail über Dich und warum Du dabei sein musst an K_wdw@web.de Ich freue mich auf Dich!

Suche Mädels, die Lust auf einen Buchclub haben. Ich bin weiblich, 31, aus Wiesbaden und hätte Lust einen Buchclub mit Mädels aus der Region zu gründen und sich regelmäßig zu treffen, um über das jeweilige Buch zu quatschen. Am liebsten gerne Leser:innen, die Romance, Non-fantasy und Klassiker lesen möchten. Meldet euch gerne unter: bookgirlswiesbaden@gmx.de

JOB

Ich biete Hilfe in ihrem Garten (Gartenpflege) wie Rasenmähen, Unkraut jähten, Hecken schneiden usw. Gerne in Mainz und Umgebung. 01577/ 2638058, Mail: behzadamol@t-online.de

Warmherzige Nachmittagsbetreuung mit guten Deutschkenntnissen für unseren Vater gesucht: Unterhaltung, gemeinsames Kaffeetrinken, Hilfe beim Toilettengang usw., 4-5 Tage/Woche je 2-3 Stunden. Arbeitsbeginn sofort. Tel.: 0171/7278452

WOHNEN

Neues Wohnen und Leben. In Genossenschaft miteinander innovativ und nachhaltig die Zukunft gestalten. Die ersten Bewohner*innen sind im Oktober 2025 eingezogen. POLYCHROM projekt 1 in Ingelheim am Rhein befindet sich kurz vor der Fertigstellung der restlichen Wohnungen. Alle Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.polychrom-projekt1.de und bei unseren Online-Informationsveranstaltungen, sowie per Tel.: 0151-555 966 05.

Familie sucht Haus zum Kauf in Wiesbaden. Einfamilien- oder Mehrgenerationen-Haus mit Garten. Direkter Kauf von privat (am liebsten ohne Makler). Kontakt: hauskauf.in.wiesbaden@gmail.com

MIX

Anonyme Alkoholiker Wiesbaden: Neues Meeting "Blaues Buch" – freitags 12-13 Uhr im Hilde-Müller-Haus am Wallufer Platz. Tel.: 0173 - 300 27 91

Kostenlose private Kleinanzeigen,
Anzeigenannahme per E-Mail: kleinis@stuz.de
Einsendeschluss für April: 25.03.2026

DER Schrei

Liebeshunger

Bevor nun hier an dieser Stelle manche etwas mit Hormonen, Körperformen, lasziven Gesten oder Toys für die Ritze im Bett vermuten: Nein, es geht hier nicht um des Frühlings Spiel mit Keimerei, Öffnen von Knospen, eher um das Tropfen der Soße auf die Anzughose vom Söder dem Tiertöder. Oder die verlorene Pommes im Schnabel der Lachmöwe, der Happen, der halbversehentlich vom Tisch zwischen die Lefzen von Struppi gelangt, und Katzentatzen, die Spatzen schmatzen! Fressen, Leckerli, laben, schlürfen, schlemmen. Grunzen! Wenn die Kauleiste am Nachbartisch knackt, die Knorpel vom Hühnerknochen luxiert werden oder der fiese Joachim die Mayo von seinem Ekelfinger ablutscht. Essen gewinnt gegen Liebe! Erst kommt Oral, dann die Moral. Nudelsiebe toppen Sudelhiebe bei der Rudelliebe. Hier schreit keiner Ficken, nicht mal Ken und Barbie! Heiße Schenkel, zarte Brust, geilo-geilo, fehlen nur noch braune Fritten. Wenn am Drehspieß das Kalb walgt, muss Amor dem Aroma weichen. Liebe geht nicht durch den Magen, sie bleibt dort. Ist sie erst mal angekommen, will sie – klug ersonnen – nicht küssen oder reden, nicht säuseln oder streben, sie will, der langen Rede Sinn ist kurz: ‘nen Furz!

V.i.S.d.P: BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN Kreisverband Mainz, Teresa Bicknell | Frauenlobstr. 59–61, 55118 Mainz
Politische Werbung von BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN Kreisverband Mainz und seinen Untergliederungen für die Landtagswahl am 22.03.2026
Transparenzhinweis: gruene-mainz.de/transparenz-landtag

** Ticker *** Am 22. März ist Rheinland-Pfalz Wahl in Mainz *** Ticker *** Jetzt Briefwahl beantragen **

BESTE UNTERHALTUNG FÜR DIE REGION.

thalhaus Theater

Kabarett | Musik | Schauspiel | Galerie

März 2026 (Auszug der noch buchbaren Veranstaltungen)

Mi 04.03. **thalhaus Jazz Session**
20:00 Uhr *Von Swing bis Modern* **Eintritt frei !**

Fr 06.03. **Mike & Aydin –** Kabarett
20:00 Uhr *„Nord-Süd-Gefühle“*

Fr 13.03. **Ralf Senkel –** Comedy
20:00 Uhr *„Der hat gesessen!“*

Sa 14.03. **Für Garderobe keine Haftung –** Improtheater
20:00 Uhr *„Bibliothek des Zufalls“*

Mi 25.03. **Rena Schwarz –** Kabarett
20:00 Uhr *„Prinzessin ist auch kein Traumjob“*

Do 26.03. **Don Clarke –** Comedy
20:00 Uhr *„Ein Abend mit Don Clarke“*

Fr 27.03. **Christoph Brüske –** Kabarett
20:00 Uhr *„Die Goldene Generation –*

Sa 28.03. **Özgür Cebe –** Kabarett
20:00 Uhr *„Geist ist geil“*

April 2026

Mi 01.04. **thalhaus Jazz Session**
20:00 Uhr *Von Swing bis Modern* **Eintritt frei !**

Do 09.04. **Für Garderobe keine Haftung –** Improtheater
20:00 Uhr *„MordART“* **neues Format!**

Sa 11.04. **Maladée –** Cabaret Bühnenshow
20:00 Uhr *„Voilà, da bin isch!“*

Mi 15.04. **Schöne Mannheims –** Musikshow
Do 16.04. *„Glanzstücke – Beschd of 2.0“*

Fr 17.04. **Michael Eller –** Comedy
20:00 Uhr *„Es kommt oft anders, falls man denkt“*

Sa 18.04. **Tina Häussermann –** Musikkabarett
20:00 Uhr *„Happy Konfetti“*

Eintrittskarten & Info
www.thalhaus.de

Nerotal 18 | 65193 Wiesbaden

Theater im Pariser Hof

Die Kleinkunstbühne in Wiesbaden

März 2026

Jubiläumsjahr
Wir feiern 40 Jahre Bühne in Wiesbaden!

01.03.2026
Jo van Nelsen
Musenkind mit Maulkorb

05.03.2026
Die Physikanten
Markus Webers Solo Programm

06.03.2026
Laura Braun
Vom Weg ab (Konzert)

07.03.2026
Nils Heinrich
Brückentage in Übergangsjacke

12.03.2026
C. Heiland
Wahre Schönheit kommt von außen

13.03.2026
Andy Ost
Best Ost

14.03.2026
Andy Ost
Best Ost

15.03.2026
Stefan Jürgens
Nenn‘ es Liebe

19.03.2026
Jakob Schwerdtfeger
Meisterwerk

20.03.2026
Kathi Wolf
Klapsenbeste

21.03.2026
Severin Groebner
Ich bin das Volk

22.03.2026
Hessens erster Magic Slam – Vol. VII

26.03.2026
Meta Hüper
Wenn es Nacht wird

27.03.2026
Meta Hüper
Der Morgen danach

28.03.2026
Martin Herrmann
Beckenbodengymnastik für Männer

29.03.2026
Dagmar Borrmann
Die Playmobilshow

Programm, Karten & Gutscheine
www.theaterimpariserhof.de

Einlass: 19 Uhr I Beginn: 19:30 Uhr
Theater im Pariser Hof I Spiegelgasse 9 I 65183 Wiesbaden

EURE KLEINKUNSTBÜHNEN.