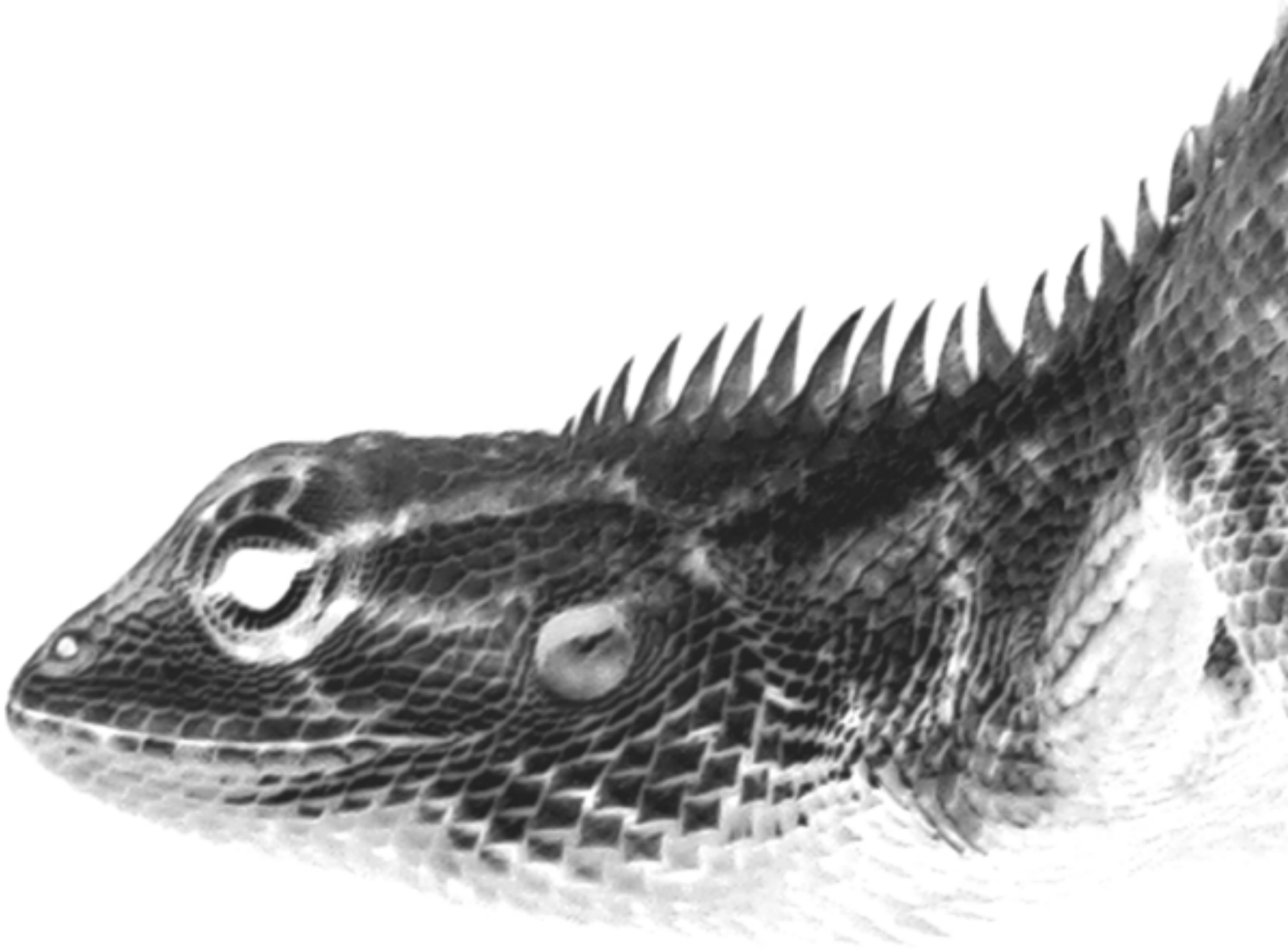


STUZ

STADT | KULTUR | EVENTS



Einsamkeit: Vierte Orte finden

Zweideutig: Lupus und die Diagnose

Dreistigkeit: Die frechsten Termine der Region

**WerkRaum
Wiesbaden**
Offen für deine Ideen!

Alte Sportarena
Langgasse 5-9
65183 Wiesbaden

**WERK-
RAUM**



02.05.-
31.10.2026

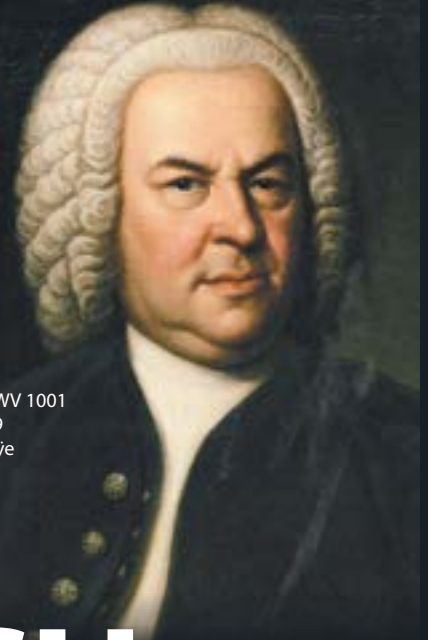
World Design Capital
Frankfurt RheinMain 2026



WORLD DESIGN CAPITAL
FRANKFURT RHEINMAIN 2026



Villa Musica
RHEINLAND-PFALZ



Sa., 30.5., 19 Uhr
Alter Dom Mainz
(Johanniskirche)

Johann Sebastian Bach:
Tríosone C-Dur, BWV 529
Solosone für Violine g-Moll, BWV 1001
Cellosuite Nr. 3 C-Dur, BWV 1009
Solosonaten von Reger und Ysaÿe

Sophi Rochlin, Violine
Eike Coetzee, Viola
Syon Najman, Violoncello

**BACH
IM ALTEN DOM**

Karten zu 28 €:
Villa Musica (0 61 31 / 92 51 800)
www.villamusica.de



volksbanking.de/meindepot

**Trading mit uns.
Trading mit meinDepot.**

- Kostenfreie Depotführung
- Kostenfreie Sparpläne
- Trades ab 4,90 Euro bei Tradegate und Quotrix
- Mehr als 1.500 ETFs, Aktien und Fonds

... und wenn du Fragen hast,
sind wir für dich da!

**Für alle
unter
31 Jahre**

 **Volksbank
Darmstadt Mainz**



Magazin

- 5 STUZ-News
- 6 Mainz gegen Einsamkeit
- 8 Safe Space für Mädchen
- 9 Wissenschaft im Pub
- 10 Lupus-Tagebuch
- 11 Inklusion
- 12 Andrea Giebel im Portrait
- 13 Wilde Tiere
- 14 Rebus & Weit hergeholt




Kultur

- 15 Highlight des Monats
- 17 Terminkalender
- 20 RRRollschuhrevival Rhein-Main
- 22 Laute FLINTA* nicht mehr leise
- 24 Kultur4tel
- 26 Highlights: Konzerte
- 28 Highlights: Bühne

Der Rest

30 Der letzte Schrei & Kleinanzeigen

Online

-  stuz.de
-  [@stuz_magazin](https://www.instagram.com/stuz_magazin)
-  [rheinessen.social/@stuz](https://www.facebook.com/rheinessen.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 (Vi.S.d.P.)
Der Letzte Schrei: Michael Süß
Illustrationen: Nikolas Hönig (Rebus/Weit hergeholt)
Layout/Grafik: Moritz Arndt
Titelfoto: Anaghdhutyi Giri, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons

Leitung Termine & Kalender: Marc Pandikow
Redaktionsmitglieder:
Ingo Bartsch, Marc Bracht, Janina Dillmann, Julius Ferber, Caroline Alberta Glabacs, Paula Herrmann, Yana Krupenina, Konstantin Mahlow, Hendrik Mitter, Ulrich Nilles, Inken Paletta, Marc Pandikow, Anja Baumgart-Pietsch, Eva Szulkowski
Korrektoren:
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



ZEITSCHRIFTEN FÜR IHREN SALON

- privat
- gewerblich
- über 120 Zeitschriften

 **ZENTRALLESEZIRKEL**
Clever sein - Zeitschriften mieten

www.zentral-lesezirkel.de

LIVE
Im Kulturclub schon schön

MAI 2026



- FR 01.05. **WHISKYDENKER + DIE KATZEN + ABSINTO ORKESTRA**
- SA 02.05. **MINAMI DEUTSCH** (JPN) SUPPORT: TSCHAIKOWSKY & KANN
- SO 03.05. **BERNADETTE LA HENGST** KONZERT & LESUNG IM 3SEIN
- MO 04.05. **GANZ SCHÖN JAZZ** MIT GREGOR SCHOR & ENSEMBLE **Spendenbasis**
- DI 05.05. **MALUMMÍ** (CH) FOLK-ROCK, PSYCHEDELIC **Spendenbasis**
- MI 06.05. **LÖWENZAHNHONIG** (CH) JAZZY DESERT-POP
- DO 07.05. **TAPE HEAD & NONI** RAP, NNDW, INDIE SUPPORT: THIZZY
- FR 08.05. **LÙISA** DREAM-POP, FOLK-ROCK SUPPORT: LEA ROSA
- SA 09.05. **NEROMUN** RNB, TRIP-HOP SUPPORT: BBYBANDO
- MO 11.05. **TONKULT JAMMT** MIT THE BALANCED PATH **Spendenbasis**
- DI 12.05. **HAZE'EVOT** (ISR) ALTERNATIVE-ROCK, PUNK **Spendenbasis**
- MI 13.05. **PABLU** INDIE-POP, NNDW SUPPORT: SHELLY CORAL
- DO 14.05. **AUA + WOHNBAU** KRAUTROCK, LOFI, POST-PUNK
- FR 15.05. **SØWT** (NL) + **SILK** (DE) NOISE-ROCK, POST-PUNK
- SA 16.05. **DUO STIEHLER/LUCACIU** INSTRUMENTAL-POP, FUSION
- MO 18.05. **GANZ SCHÖN JAZZ** MIT SOURCROWD **Spendenbasis**
- DI 19.05. **BON JOUR** (AT) PSYCHEDELIC-FUNK, INDIE-POP **Spendenbasis**
- FR 29.05. **URLAUB IN POLEN** SUPPORT: HIGHEST PRIMZAHL ON MARS
- SA 30.05. **SKEPSIZ + PROXIMO + CUBBIE** RAP, HIP-HOP

Montags ist Jazz (Ganz schön Jazz/Tonkult jammt)

Große Bleiche 60-62, 55116 Mainz

Mo & Di: Eintritt frei (Spendenhut geht um)

Gesamtes Programm & Tickets: www.schon-schoen.de



SCHLACHTHOF WIESBADEN MURNAUSTR.1 65189 WIESBADEN



SCHLACHTHOF^{WI}

- 01.05. FR **LET'S ROLL - ROLLSCHUHDISCO**
- 02.+03.05. **DER FLOHMARKT - OPEN AIR**
- 03.05. SO **SOPHIE HUNGER - LESUNG UND LIEDER**
- 04.05. MO **TROPIKEL LTD.**
- 05.05. DI **NEVER EASY / LOVE IS NOISE / NEWSHAPES**
- 09.05. SA **BLOND / SUPPORT: YUNG FSK18**
- 09.05. SA **BURNOUT OSTWEST / AG PLASTE**
- 09.05. SA **DANCING SHOES - INDIE PARTY**
- 11.05. MO **HIGH DESERT QUEEN / WOLF PRAYER**
- 12.05. DI **RONG KONG KOMA**
- 15.05. FR **GRAND SEMESTER OPENING PARTY**
- 16.05. SA **CLUB LOYAL - HOUSE / ELEKTRO DAYPARTY**
- 17.05. SO **HOMOGEN* PRES. BARAN KOK - DAYRAVE**
- 18.05. MO **ANGEL DUŞT / SUPPORT: SPEEDWAY**
- 21.05. DO **VOODOO JÜRGENS**
- 28.05. DO **CARLO KARACHO / SUPPORT: KNÖPFE**
- 03.06. MI **WE ARE ONE - TECHNO FESTIVAL**
- 06.06. DO **OIRO + FRONT**
- 09.06. DI **ICE NINE KILLS / SUPPORT: TX2**
- 10.06. MI **THE ADICTS / MAID OF ACE**
- 12.06. FR **FAT FREDDY'S DROP**
- 15.06. MO **BASEMENT / SUPPORT: GLARE**
- 16.06. DI **AUDIO88 & YASSIN / SUPPORT: DISSY**
- 21.06. SO **HOLLYWOOD UNDEAD**
- 22.06. MO **TOUCHÉ AMORÉ / QUICKSAND / GREET DEATH**
- 23.06. DI **ALL TIME LOW**
- 25.06. DO **WE CAME AS ROMANS / CATCH YOUR BREATH**
- 27.06. SA **SOL SONIC RIDE PT. IV FEAT.**
- 29.06. MO **SLEAFORD MODS - OPEN AIR**
- 12.08. MI **THY ART IS MURDER / FIT FOR AN AUTOPSY / U.A.**
- 20.08. DO **ASHNIKKO / SUPPORT: OLGA MYKO**
- 16.09. MI **MARLO GROSSHARDT**
- 18.09. FR **THE AMITY AFFLICTION / SILENT PLANET / VARIALS**
- 24.09. DO **FATONI**

Unser komplettes Programm findet ihr im Internet unter

schlachthof-wiesbaden.de

03.
— 10.
MAI

DEUTSCHES FERNSEHKRIMI FESTIVAL 2026

PROGRAMM AB 21. APRIL
TICKETS AB 24. APRIL



WIESBADEN
Kulturamt



AFTER-WORK SHIPPING

ab 10.
Juni



Schlager Special
01.07 & 09.09.

90s & 2000s
Special 05.08.



Sommer auf dem Rhein.
Wir machen die Leinen los.



Tickets und Info: www.primus-linie.de
Frankfurter Personenschiffahrt Anton Nauheimer GmbH
Mainkai 36, 60311 Frankfurt am Main





STUZ-News

von Caroline Alberta Glabacs

Queere Erinnerungen

Der Verein Schwuguntia e. V. organisiert jährlich die „Sommerschwüle“, den Mainzer CSD. Nun hat Schwuguntia dem Stadthistorischen Museum Mainz Objekte aus über 30 Jahren CSD-Geschichte übergeben: Shirts, Plakate, Flyer und andere Objekte aus den 1990ern und der Zeit bis heute gehen als Dauerleihgaben ins Museum. Das Ziel ist es, eine Ausstellung zur queeren Stadtgeschichte in Mainz zu ermöglichen. Weitere Leihgaben sind ausdrücklich willkommen. Mehr Infos unter: stadtmuseum-mainz.de und schwuguntia.de

Mehr als Obdach

Die Stadt Mainz erweitert die „Unterkunft Plus“ für obdachlose Menschen mit psychischen Erkrankungen: Statt bisher zehn stehen nun 13 Plätze zur Verfügung. Auch der Sozialdienst wird durch eine aufgestockte Stelle verstärkt. Die spezialisierte Einrichtung bietet Schutz, Betreuung und Perspektiven für Menschen, die im Hilfesystem oft durchs Raster fallen. Ziel ist medizinische Hilfe, Stabilisierung, aber auch die langfristige Integration in die Gesellschaft – ein in Rheinland-Pfalz bislang einzigartiges Angebot.

Mehr Action auf Rezept

In Rheinland-Pfalz gibt es das „Rezept für Bewegung“ jetzt auch für Kinder und Jugendliche. Ärzt:innen können es bei Bewegungsmangel ausstellen und Betroffene so zu mehr Sport motivieren. Die Initiative des Deutschen Olympischen Sportbunds und der Bundesärztekammer soll Gesundheit fördern und Einsamkeit vorbeugen. Das Rezept verweist auf passende Angebote in der Nähe und ist kostenlos erhältlich. Die Kosten für eventuelle Mitgliedschaften tragen Patient:innen selbst. Alles Wichtige: lsb-rlp.de/rezept-fuer-bewegung

Wer steuert den Feed?

Beim 26. Mainzer Mediengespräch dreht sich alles um die Frage, wie Vielfalt auf Social Media sichtbar bleibt. Am 21. Mai diskutieren Expert:innen an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz über Algorithmen, Aufmerksamkeit und Meinungsbildung. Veranstaltet vom Mainzer Medieninstitut, beleuchtet das Event, wie gute Informationen im digitalen Raum gesichert werden können, zwischen Regulierung und Freiheit. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung bis zum 12. Mai ist erforderlich per Mail an: anmeldung@mainzer-medieninstitut.de

Smartes Grün

Zwei Hochschulen, ein Ziel: nachhaltige Innenräume. Das Projekt „SNIB“ der Hochschule RheinMain und der Hochschule Geisenheim University ist erfolgreich abgeschlossen. Studierende entwickelten eine smarte Pflanzeninstallation mit Sensoren und KI, die Daten zu Licht, Temperatur und Feuchtigkeit erfasst und Pflegeempfehlungen gibt. Installiert auf dem Campus verbessert sie das Raumklima und die Aufenthaltsqualität. Die Ergebnisse sollen künftig in der Innenarchitektur weitergedacht werden. Erfahrt mehr darüber unter: snib-hsrm-hgu.de

Gude Jubiläumsaktion

Anlässlich des 60. Jubiläums des Taunus Wunderlandes startet der Freizeitpark gemeinsam mit Bäcker Dries Rheingau eine Gewinnaktion. Wer ein „Gude Brot“ mit Aktionsbanderole kauft, hat die Chance auf Sofortgewinne, wobei jedes zehnte Brot garantiert gewinnt. Zu den Preisen zählen mitunter Heißgetränke, Eintrittskarten für Schulklassen oder Vereine und als Hauptgewinn lebenslanger freier Eintritt in den Freizeitpark. Die Aktion läuft noch bis Anfang Juni und nur solange der Vorrat reicht.

Babyklappe für Mainz

Seit dem 23. April steht in Mainz wieder eine Babyklappe zur Verfügung. Diese stellt ein anonymes und niedrigschwelliges Hilfsangebot für Mütter in Not dar und dient dem Schutz der Neugeborenen. Die Babyklappe befindet sich an der Rückseite der Kinderklinik der Universitätsmedizin Mainz (Gebäude 109). Vor dem Haupteingang der Kinderklinik stehend wendet man sich nach rechts in den Czernyweg. Dann die nächste Straße links in den Kraeplinweg einbiegen, an Gebäude 211 vorbei und direkt links in den gepflasterten Weg einbiegen, der vor der Babyklappe endet.

Kunstinstitution in der Kirche

In der Kirche St. Mauritius in Wiesbaden zeigt die Münchner Künstlerin Elisabeth Heindl ihre Installation „passaggi“, italienisch für Passagen oder Übergänge. Die ortsspezifische Arbeit verwandelt den Kirchenraum in eine Abfolge aus Farbe, Licht und Bewegung. Besucher:innen durchschreiten blaue und gelbe Passagen und erleben den Raum auf diese Weise neu. Das Projekt der Initiative „Kirche und Kultur“ läuft bis zum 14. Mai und wird von regelmäßigen Artist Talks begleitet.

Virtuelle Ausstellung

Der Kulturfonds Frankfurt RheinMain setzt erstmals auf virtuelle Kunst: Mit „Hier, wo wir sind“ kuratiert das WAVA Kollektiv Augmented Reality-Installationen im Main-Taunus-Kreis. In sieben Kommunen werden bekannte Orte digital erweitert, die Kunst wird nur vor Ort per Smartphone oder Tablet sichtbar. Internationale Künstler:innen schaffen dabei ortsspezifische Werke, die Vergangenheit und Gegenwart verbinden. Virtuell „ausgestellt“ wird noch bis zum 10. Juli. Macht Euch schlau unter: kulturfonds-frm.de/hier-wo-wir-sind



Mainz gegen Einsamkeit

Das Open Ohr Festival in Mainz widmet sich in diesem Jahr einem oft übersehenen Thema: der Einsamkeit. Doch wie groß ist das Problem in einer Stadt, die sich selbst als gesellig versteht?

von Janina Dillmann

Ein subjektives Gefühl, das aus zu wenigen oder zu oberflächlichen sozialen Kontakten resultiert, obwohl ein Bedürfnis nach emotionaler Bindung bestehe – das sei Einsamkeit, so das Kompetenznetz Einsamkeit. In Deutschland fühlten sich 2022 laut Statistischem Bundesamt rund 16 Prozent der Bevölkerung oft einsam. Trotzdem scheint Einsamkeit ein gesellschaftliches Problem zu sein, das wenig Beachtung findet. Das diesjährige Open Ohr Festival, das vom 22. bis 25. Mai auf der Mainzer Zitadelle stattfindet, macht das unter dem Motto „Alleinsam“ zum Thema. Auch der Mainzer Stadtrat will Maßnahmen ergreifen, um der Einsamkeit vorzubeugen.

Wer ist betroffen?

Einsamkeit kann Menschen in den unterschiedlichsten Lebenssituationen und über alle Generationen hinweg treffen. Trotzdem gibt es Bevölkerungsgruppen, die besonders gefährdet sind, weiß Caroline Blume. Die Fraktionsgeschäftsführung der Stadtratsfraktion Bündnis 90/Die Grünen war an dem Stadtratsantrag zum Thema Einsamkeit beteiligt. „Statistisch sind die Ränder am stärksten betroffen“, so Blume. Das seien junge Erwachsene und Senior:innen. Gerade bei Jugendlichen sei denkbar, „dass auch das eine Nachwirkung der Covidpandemie mit Schulschließungen oder einem hohen Maß an digitaler Lehre an den Hochschulen sei. Zu dieser Zeit hatten junge Menschen kaum Gelegenheit Kontakte zu knüpfen und Gemeinschaft zu erleben“, gibt Blume zu bedenken. Besonders gefährdet seien zudem Menschen, die von Diskriminierung betroffen sind, so Prof. Dr. Heike Ohlbrecht von der Universität Magdeburg, die beim Open Ohr Festival zu Gast sein wird. Betroffene von Einsamkeit würden, laut ihrer Studien, „von Mobbing und Ausgrenzung aufgrund von Armut, körperlicher Beeinträchtigung oder von Rassismuserfahrungen“ berichten.

Festival sieht Politik in der Verantwortung

Die Organisator:innen des Open Ohr kritisieren fehlende politische Maßnahmen, die Einsamkeit als strukturelles Problem ernst nähmen und bekämpften. Obwohl Einsamkeit besonders dort auftrete, wo die soziale Ungleichheit am größten sei, befeure die Politik „weiterhin Vorurteile gegen Empfänger*innen von Sozialhilfe und Geflüchtete“, so die Organisator:innen im Thesenpapier zum Festival. „Bereits an den Rand der Gesellschaft Gedrängte – sei es durch Gentrifizierung, Asylverfahren oder Kürzungen im sozialen Bereich – werden so einem Klima der Ausgrenzung ausgesetzt“, heißt es weiter. Ein

großes Problem in Städten sei vor allem das Fehlen von konsumfreien Orten. Wer an der Gesellschaft teilhaben wolle, müsse Geld in die Hand nehmen. „Ob Café oder Bar, Kino, Theater, Sportanlagen oder Badeseesee – in irgendeiner Form Geld zu bezahlen ist meistens Pflicht und wer wenig hat, bleibt draußen“, heißt es im Thesenpapier. Mainz sei da keine Ausnahme.

Neue Begegnungsräume

Dass „geringe finanzielle Mittel die Teilhabe erschweren“, hat auch Blume erkannt: Laut ihr werde „bei allen bedeutenden Stadtentwicklungsprojekten auch auf das Vorhandensein von konsumfreien und barrierefreien Flächen“ beachtet. Und so soll es für Mainz bald neue Orte der Begegnung geben: „Im Zuge des neuen Standorts der Anna-Seghers-Bücherei soll diese auch als sogenannter „Dritter Ort“ als Ort der Begegnung gestärkt werden“, erzählt Blume. Die neue Bücherei an der Fuststraße soll, so lassen erste Entwürfe erahnen, nicht nur der Ausleihe von Büchern dienen, sondern auch Gaming-, Musik-, Werk- und Näh-Räume, 3D-Drucker und eine Audiothek enthalten. Robert Herr, Geschäftsführer der SPD-Fraktion im Mainzer Stadtrat, weist außerdem auf die Kulturbäckerei im Kulturhaus hundert11 hin, die im September 2026 eröffnet werden soll. „Es handelt sich dabei um ein zentral gelegenes, öffentlich finanziertes Begegnungszentrum, das gezielt Kunst, Kultur und soziale Begegnung fördert.“

Stadt will handeln

Neben diesen neuen Kultur- und Begegnungsräumen sollen auch die Sichtbarkeit und Vernetzung bestehender Angebote gegen Einsamkeit gestärkt werden. Dazu haben die Stadtratsfraktionen der CDU, SPD sowie Bündnis 90/Die Grünen gemeinsam den Antrag „Weiterentwicklung der sozialräumlichen Kooperation – tragfähige Strukturen für soziale Teilhabe und die Bekämpfung von Einsamkeit schaffen“ gestellt. Ziel des Antrags sei es, das stadtweite Handlungskonzept „Mainz gegen Einsamkeit“ zu entwickeln. Die Bedürfnisse der Mainzer Stadtteile seien sehr unterschiedlich. So gebe es in Mainz Stadtbezirke mit einem Anteil von Einwohner:innen mit Migrationshintergrund von 19,4 Prozent und 48,3 Prozent, erzählt Herr. Ohne eine gute Koordination seien „passgenaue Hilfen im Sozialraum auch gegen Einsamkeit nicht effizient und jeweils bedarfsgerecht möglich“, so Herr weiter. Dabei gebe es bereits viele Angebote, die im Zuge des Handlungskonzepts sichtbarer werden sollen: „In Hechtsheim oder auf dem Lerchenberg gibt es zum Beispiel seit einigen Jahren ein gemeinsames Weihnachtsessen, einige Gemeinden bieten offene Handar-

beitskreise an, in der Neustadt gibt es einen Silent Book Club“, so Blume. Ein neues Angebot seien zudem die sogenannten „Babbelbänke“, die unter anderem in Bretzenheim und in der Neustadt zu finden seien und zum Gespräch einladen sollten.

Ehrenamt gegen Einsamkeit

Getragen werden solche Angebote durch Menschen, die Initiativen gründen und sich ehrenamtlich engagieren. So auch Claudia Siebner, die in ihrem Amt als CDU-Lokalpolitikerin Senior:innen über 80 an deren Geburtstagen besucht. Wenn sie an diesen Tagen die einzige Besucherin sei, werde auch sie immer wieder mit der Einsamkeit älterer Menschen konfrontiert. „Wir sind auf lokaltypischer Ebene sehr, sehr nah dran“, erzählt Siebner. Sie könne helfen, indem sie auf Angebote wie die Gemeindegewestern Plus oder regelmäßig stattfindende Veranstaltungen mit Kaffee und Kuchen hinweise.

Wer sich ehrenamtlich engagieren möchte, vielleicht auch, um der eigenen Einsamkeit vorzubeugen, kann auf bereits bestehende Netzwerke aufbauen. So können Jugendliche sich an den Stadtjugendring, ältere Menschen an den Seniorenbeirat richten. „Auch das Vereinsleben ist in Mainz sehr vielfältig, aktiv und präsent. Auch hier bieten sich Möglichkeiten an Gemeinschaft teilzuhaben“, betont Blume. Währenddessen bemühen die Organisator:innen des Open Ohr Festivals sich darum, die Zitadelle 2026 zu einem Ort zu machen, an den man „wunderbar alleine kommen“ kann, „aber niemals einsam sein“ muss.

WTF

Tickets und Programm des Open Ohr Festivals: openohr.de

Du fühlst dich einsam?
„Gem(einsam)“ – Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene, die sich häufig einsam fühlen
Selbsthilfezentrum KISS Mainz
Parcusstraße 8
55116 Mainz
selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz

Telefonische Unterstützung:
Telefonseelsorge: 0800-111 01 11
Silbernetz (für Menschen ab 60 Jahren):
0800-470 80 90 (8–22 Uhr)
Nummer gegen Kummer
(für Kinder/Jugendliche): 116 111
Plaudernetz der Malteser: 0800-330 11 11

Krisenchat: krisenchat.de



Safe Space und letzter Ausweg

Ein kurzer Blick auf ein Plakat im Bus und ein wichtiges Thema wird einem wieder ins Gedächtnis gerufen: Die Mädchenzuflucht „Intakt“ in Wiesbaden ist die Anlaufstelle für junge Mädchen zwischen 13 und 17 Jahren, wenn es keinen Ausweg mehr gibt und wenn das zu Hause kein sicherer Ort mehr ist.

von Caroline Alberta Glabacs

Die Gründe, warum Mädchen bei Intakt landen, sind unterschiedlich und komplex. Häufig geht es um familiäre Überforderung. Eltern, die selbst mit psychischen Erkrankungen oder Suchtproblemen kämpfen. In anderen Fällen prallen Lebensrealitäten aus Parallelgesellschaften zusammen. „Ein großer Bereich sind Kulturkonflikte“, erklärt Ute Krzeslack, Vorstandsmitglied des gemeinnützigen Vereins zur Unterstützung von Mädchen in Not. Krzeslack benennt noch einen weiteren Grund für den Bedarf nach Zuflucht: „Wenn Mädchen mehr Freiheiten wollen – Dinge, die für uns selbstverständlich sind – als ihre Familien ihnen zugestehen“. Was diese Situationen gemein haben, ist, dass sie junge Menschen an ein Limit bringen, einen Punkt, an dem sie sofortige Unterstützung brauchen.

Der erste Tag bei Intakt folgt keiner strengen Struktur. Im Gegenteil gehe es erstmal darum, dass man ankomme. Ein Zimmer beziehen, duschen, schlafen, essen. Runterkommen. Erst danach beginne die eigentliche Arbeit. Dazu zählen Gespräche, Orientierung, Perspektiven. Gemeinsam mit dem Jugendamt wird versucht zu klären: Gibt es Kompromisse? Ist es überhaupt möglich oder ratsam, an eine Rückkehr zu denken? Oder bedarf es einer neuen, langfristigen Ausweichmöglichkeit? Diese Phase ist oft geprägt von Unsicherheit. Entscheidungen, die viele Erwachsene überfordern würden, müssen hier von Teenagerinnen getroffen werden.

Zwischen Selbstbestimmung und Ohnmacht

Zu den größten Herausforderungen für die Mitarbeiterinnen gehöre es, Entscheidungen auszuhalten, die sie selbst anders treffen würden. Bei

spielsweise, wenn ein Mädchen sich aus Angst und Gewohnheit dazu entscheide, in ein toxisches Umfeld zurückzukehren. „Besonders wenn wir wissen, dass Gewalt im Spiel ist, ist das schwer“, berichtet Krzeslack. Viele Mädchen wählten den vermeintlich bekannten Weg zurück in schwerwiegende Verhältnisse. Nicht zuletzt, weil die Alternative mit Unsicherheit verbunden sei: Neue Umgebung, neue Menschen, ungewisse Zukunft.

In besonders schweren Fällen, etwa bei Bedrohung, Zwangsverheiratung oder massiver Gewalt, bedeutet Schutz auch radikale Einschnitte. Das reicht von Kontaktabbrüchen und Handyverbot zu komplettem Rückzug aus den sozialen Netzwerken und einem Schulabbruch. „Manchmal müssen Mädchen komplett untertauchen“, erklärt Krzeslack, „sonst können wir ihre Sicherheit nicht gewährleisten.“ Eine Realität, die zeigt, wie ernst die Situationen sind, mit denen einige dieser jungen Mädchen konfrontiert sind.

Ein System mit Lücken

Trotz bestehender Hilfsangebote sieht Krzeslack klare Schwachstellen im System, besonders für junge Menschen im Alter von 18 bis 25 Jahren: „Wenn man bis 18 nicht in der Jugendhilfe war, ist es extrem schwer, danach Unterstützung zu erhalten. Gleichzeitig greifen viele Sozialleistungen erst später oder sind an hohe Hürden gebunden.“ Auch junge Frauen in akuten Notsituationen fallen häufig durch das Raster, etwa wenn sie keinen Platz im Frauenhaus bekommen oder keinen gesicherten Aufenthaltsstatus haben. Ein weiteres Problem ist der Zugang zu psychologischer Unterstützung. Therapieplätze sind rar, oft liegen die Wartezeiten zwischen sechs und zwölf Monaten. In akuten Krisen ist das kaum überbrückbar.

Neben der Zuflucht betreibt der Verein auch die Beratungsstelle „Zora“, die niedrighschwelliger ansetzt. Hier können Mädchen sich erstmal orientieren, ohne direkt ihr zu Hause verlassen zu müssen. Denn nicht jede Krise bedeutet sofort Flucht. Oft ist es ein Prozess, geprägt von Gesprächen, Zweifeln, neuen Fragen. „Manchmal reicht es schon zu wissen, dass es uns gibt“, sagt Krzeslack.

Wie man unterstützen kann

Unterstützung für Intakt geht über ein eingerichtetes Spendenkonto hinaus. Gesucht werden auch ehrenamtliche Helferinnen, etwa für Hausaufgabenbetreuung oder organisatorische Aufgaben. Besonders gefragt sind außerdem Sachspenden wie Kleidung, haltbare Lebensmittel und Hygieneprodukte. Und manchmal beginnt Unterstützung ganz klein: mit Aufmerksamkeit. So wie bei diesem Artikel. Entstanden aus einem flüchtigen Moment im Bus, und der Entscheidung, hinzusehen und sich zu informieren.

WTF

Intakt Mädchenzuflucht Wiesbaden
maedchenzuflucht.de
Tel.: 0611-80 80 88
Instagram: [@intakt.wiesbaden](https://www.instagram.com/intakt.wiesbaden)
Facebook: [Intakt Mädchenzuflucht Wiesbaden](https://www.facebook.com/IntaktMädchenzufluchtWiesbaden)

ZORA Anlauf- und Beratungsstelle
für Mädchen* und junge Frauen*
zoratreff.com
Mail: info@zoratreff.de
Tel.: 0611-910 14 13
WhatsApp: 0159-063 203 71
Instagram: [@zoratreff_wiesbaden](https://www.instagram.com/zoratreff_wiesbaden)
Facebook: [zorawiesbaden](https://www.facebook.com/zorawiesbaden)



Wissenschaft in der Kneipe?

Das Festival „Pint of Science“ bringt vom 18. bis 20. Mai die Wissenschaft in drei verschiedene Mainzer Lokalitäten. Dadurch sollen Forschende mit einem breiten Publikum ins Gespräch kommen und komplexe Themen neu erklärt werden.

von Hendrik Mitter

Das Konzept des Pint of Science Festivals besteht darin, dass in Bars wissenschaftliche Vorträge gehalten werden. Seit 2012 findet das Festival in verschiedenen Ländern statt. „Ursprünglich stammt die Idee von einer Reihe von Wissenschaftlern der Cambridge Universität in England, die mehr in Kontakt mit der Öffentlichkeit treten wollten. Und in einer Bar findet man gerade jene Leute, die nicht an einer Uni arbeiten und forschen“, erklärt Chiara Galante, die als Head of Publicity deutschlandweit und als City Co-Coordinator in Mainz für das Festival tätig ist. Zudem sorgt die Atmosphäre einer Bar für eine ausgelassene Stimmung als der Hörsaal einer Uni: „Es ist da viel entspannter, sodass viel eher eine Unterhaltung entsteht, als wenn man den Leuten einfach eine Vorlesung hält“, erklärt sie weiter. Damit es zu einem Austausch kommt, sollen die Vortragenden nur etwa 20 bis 25 Minuten ihres einstündigen Zeitfensters vortragen. Die restliche Zeit ist für die Diskussion mit dem Publikum vorgesehen.

Denn das primäre Ziel des Pint of Science besteht in einer Verbesserung der Wissenschaftskommunikation. Dem breiten Publikum sollen nicht nur wissenschaftliche Fakten oder Ergebnisse präsentiert werden. „Das Publikum lernt dabei auch, wie Wissenschaftler arbeiten, warum ihre Forschung Relevanz für das alltägliche Leben hat und warum es auch unter Wissenschaftlern häufig Meinungsverschiedenheiten gibt“, betont Chiara Galante.

Herausforderung für die Wissenschaftler

Diese Situation ist auch für die Vortragenden

neu. „Es geht vor allem darum, wissenschaftliche Zusammenhänge auf eine Art und Weise zu präsentieren, sodass es auch Laien verstehen“, beschreibt India Sawyer, die als City Co-Coordinator für die Publicity des Festivals in Mainz zuständig ist. Dieser Austausch sei deshalb auch für die Vortragenden so wichtig, weil man sich sonst nur mit anderen Wissenschaftlerinnen über die Themen austauscht, an denen man forscht. „So bekommt man vom Publikum Fragen, die man sonst von anderen Wissenschaftlern nicht bekommen würde“, erläutert Sawyer die Idee hinter der Veranstaltungsreihe.

Jana Schepers ist eine der Wissenschaftlerinnen, die während des Festivals einen Vortrag halten wird. Sie arbeitet am Institut für Pathobiochemie der JGU Mainz und wird über ihre Forschung im Bereich der molekularen Zellbiologie sprechen, die Relevanz für die Erforschung der Parkinson-Erkrankung hat. Auch Jana Schepers sieht in dem Pint of Science Festival einen wichtigen Beitrag zur Wissenschaftskommunikation. „Wir sehen, dass viele Leute relativ skeptisch der Wissenschaft gegenüberstehen“, was vor allem daran liege, dass Wissenschaftler primär unter sich bleiben und nicht daran gewöhnt sind, mit der Öffentlichkeit zu kommunizieren. „Ich glaube, viele Menschen haben die Kapazität, wissenschaftliche Prozesse gut zu verstehen, es wird einfach nicht richtig gut kommuniziert“, konstatiert Jana Schepers.

Um sich auf diese ungewohnte Kommunikation mit einem Publikum außerhalb der Wissenschaft einzustellen, erhalten die Vortragenden vorab einen Online-Workshop. In diesem werden sie darauf vorbereitet, wie man seinen Vortrag möglichst unterhaltsam und anschaulich gestaltet und wie man das Publikum miteinbeziehen kann.

Mehr Sichtbarkeit

Zudem schafft das Festival mehr Sichtbarkeit. „Es gibt eine ganze Armee von Promovierenden, Doktorandinnen oder Masterstudierenden, die harte Arbeit leisten, die man in der Öffentlichkeit aber nie sieht. In der Regel sieht man nur die Profs“, erzählt Chiara Galante. Das Pint of Science Festival gibt diesen Wissenschaftlern eine Bühne und Anerkennung. Insbesondere jüngere Wissenschaftler oder Frauen versucht man gezielt zu unterstützen.

Termine für Mainz

Das Pint of Science-Festival findet in Mainz vom 18. bis 20. Mai statt. Am 18. Mai stehen im Aposto die beiden Vorträge „Let’s talk about sex“ von Anika Djolai und „Der nie endende Kampf in unserer DNA“ von Rene Ketting zum Thema „The Battle of the Sexes – Von den Genen zu den Tieren“ auf dem Programm. Am 19. Mai werden im Wallenstein die beiden Vorträge „Überwindung der Blut-Hirn-Schranke mit Nanokapseln“ von Mongkhol Prawatborisut und „Das Geheimnis der Fliegenden Flüsse“ von Sebastian Brill zum Thema „Zwischen zwei Welten – zwischen Einbruch und Erkundung“ gehalten. Alternativ warten im 3SEIN die Vorträge „From pint to processor“ Piet Swinkles und „Is an old mate worth the wait?“ von Claudia Crowther unter dem Motto „Brew-Mance – Intellect and relationship“. Abschließend kann man am 20. Mai erneut im Aposto in den beiden Vorträgen „A Pint of Zellbiologie: Hefe & Parkinson“ von Jana Schepers und „Proteine – Die molekularen Maschinen des Körpers“ von Eric Schmitt herausfinden, wie Nährstoffe das Altern beeinflussen. Der Einlass ist jeweils um 17:30 Uhr, die Vorträge beginnen um 18 Uhr. Der Eintritt beträgt 2,50 Euro.



Das Chamäleon der Krankheiten

Bei Rebecca Fakundiny wurde 2014 die Autoimmunerkrankung Lupus diagnostiziert. Heute setzt sich die 30-jährige mit ihrem Blog „lupusdiary.de“ und durch Vorträge für die Sichtbarkeit und den Umgang mit der Krankheit ein.

von Caroline Alberta Glabacs

STUZ: Wie lange hat es gedauert, bis die richtige Diagnose bei Dir gestellt wurde?

Rebecca: Sehr lange. Ich hatte zu dem Zeitpunkt etwa 15 Hausärzte hinter mir. Selbst in einer Spezialklinik wurde zunächst Reizdarmsyndrom diagnostiziert. Dabei waren meine Blutwerte damals schon sehr auffällig. Als ich die später wiedergefunden habe, hat mich das wirklich wütend gemacht.

Lass uns nochmal auf die Symptome eingehen.

Bei mir waren es Magen-Darm-Beschwerden, Gelenkschmerzen und eine starke Müdigkeit. Diese Erschöpfung nennt man Fatigue, und es ist viel mehr als normale Müdigkeit, die jeder Mensch kennt. Egal wie lange man schläft, man ist trotzdem völlig erschöpft. Das chronische Fatigue-Syndrom nimmt neben Lupus auch einen großen Teil in meinem Blog ein.

Welche Missverständnisse gibt es über Lupus?

Viele denken, man sei einfach faul oder habe keine Lust. Dabei wollen wir genauso viel wie andere, aber unser Körper schafft es einfach nicht. Stress kann bei Lupus sehr schnell einen Krankheitsschub auslösen. Und Stress kann manchmal schon eine Erledigung sein.

Gibt es Tage, an denen du dich ‚gesund‘ fühlst?

Ganz gesund fühle ich mich nie. Aber es gibt bessere und schlechtere Tage. In den letzten zwei Jahren sind die besseren Tage häufiger geworden, weil ich ein neues Medikament bekomme, das mir hilft. Außerdem habe ich gelernt, meinen Körper besser einzuschätzen.

Wie erklärst du anderen Menschen den Umgang mit Deiner Energie?

Ich vergleiche das gerne mit einem Bankkonto. Jeder Mensch hat eine gewisse Menge Energie:

sein ‚Guthaben‘. Wenn man darüber hinausgeht, rutscht man ins Minus. Und dieses Minus muss man wieder ausgleichen. Je stärker man überzieht, desto länger dauert die Erholung.

Welche Strategien helfen Dir im Alltag?

Ich versuche, meine Grenzen ernst zu nehmen. Wenn ich merke, dass ich eine Pause brauche, dann nehme ich sie. Und ich habe gelernt, weniger darauf zu achten, was andere denken, besonders Fremde.

Wie hat Lupus Deinen Lebensweg beeinflusst?

Sehr stark. Viele meiner ursprünglichen Pläne waren plötzlich nicht mehr möglich. Ich wollte früher zum Beispiel körperlich arbeiten im Veranstaltungsbereich. Während meine Freunde studierten oder ihre Ausbildung machten, war ich arbeitsunfähig. Das war psychisch sehr schwer, weil man sich ständig vergleicht.

Wie hast du trotzdem Deinen Weg gefunden?

Ich bin schließlich in ein Berufsbildungswerk gegangen. Dort habe ich verschiedene Berufe ausprobiert und langsam einen Arbeitsrhythmus aufgebaut. Am Ende habe ich eine virtuelle Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement gemacht, komplett von zuhause aus. Ich habe mit einer sehr guten Note abgeschlossen und arbeite heute in dem Beruf. Mittlerweile wurde ich sogar in eine Führungsposition befördert. Ich

WTF

Lupus ist eine Autoimmunerkrankung, bei der das Immunsystem gesundes Gewebe angreift. Symptome sind oft Gelenkschmerzen, Erschöpfung und ein schmetterlingsförmiger Ausschlag im Gesicht. Die Krankheit verläuft schubweise und ist durch die vielfältigen und wechselhaften Symptome schwer zu diagnostizieren. Daher auch die Chamäleon-Metapher.

muss aber erwähnen, dass ich enorm Glück habe mit meinem Arbeitgeber.

Was hat sich in den letzten 10 Jahren für Menschen mit Lupus verändert?

Sehr viel. Als ich 2014 meine Diagnose bekam, kannten nur wenige Menschen die Krankheit. Heute gibt es viel mehr Aufklärung, auch durch Social Media und durch bekannte Persönlichkeiten, die betroffen sind. Außerdem hat sich in der Forschung einiges getan und es gibt mehr Therapieansätze.

Welche Rolle spielt die Community für Betroffene?

Eine wichtige Anlaufstelle ist zum Beispiel die Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft e.V. Diese bieten Treffen, Veranstaltungen und viele Informationen für Betroffene. Ich selbst betreibe den Blog „lupusdiary.de“. Anfangs war das für mich eine Form der Verarbeitung. Heute schreibe ich Fachartikel, mache Videos und Podcasts und versuche, medizinische Informationen verständlich zu erklären.

Was gibt Dir Hoffnung im Umgang mit der Krankheit?

Ich hoffe, dass meine Arbeit dazu beiträgt, mehr Verständnis für Lupus zu schaffen. Für mich persönlich läuft es gerade gut. Zum ersten Mal in meinem Leben bin ich medizinisch stabil, und ich hoffe, dass das so lange wie möglich anhält.

Nächstes STUZ-Interview in 10 Jahren: Was wünschst Du Dir bis dahin?

Ich wünsche mir mehr Akzeptanz für chronische und unsichtbare Krankheiten. Und weniger Ableismus. Menschen mit Lupus sind ganz normale Menschen, wir haben nur andere Hürden. Und natürlich hoffe ich, dass es bis dahin mehr Therapien gibt, die besser und schneller wirken, mit weniger Nebenwirkungen.



Ein paar Herausforderungen zusätzlich

Heike und Karsten lassen sich ihre Lebensfreude nicht nehmen, auch wenn Heike seit ihrem 18. Lebensjahr im Rollstuhl sitzt und zu ihrem Alltag Herausforderungen und Organisation gehören.

von Ulrich Nilles

Heike (64) und Karsten (58) sind gern in der Natur unterwegs, besuchen Irish-Folk- und klassische Konzerte, gehen ins Theater oder in Ausstellungen. „Um unseren Alltag zu bewältigen, müssen wir viel organisieren. Darin unterscheiden wir uns kaum von nicht behinderten Paaren. Wir haben lediglich ein paar zusätzliche Herausforderungen“, beschreiben die beiden ihre Situation. Kurz nach ihrer Einschulung erkrankte Heike an unerkanntem Scharlach, der ein schweres Rheuma mit irreversiblen Gelenkschäden und einer lebenslangen Behinderung auslöste. Seit ihrem 18. Lebensjahr ist sie auf einen Rollstuhl angewiesen.

Eine barrierefreie Schule gab es zur damaligen Zeit nicht. Auf Initiative ihrer Eltern erhielt sie Hausunterricht und schloss die Schule ab. Trotzdem blieb sie in ihrer Kindheit und Jugend sozial isoliert. Im jungen Erwachsenenalter engagierte sie sich in einem Verein für Menschen mit Behinderung, gewann Anschluss und fand die Liebe. Dort lernte sie Karsten kennen, mit dem sie viele Freizeiten leitete.

Ein Leben voller Anforderungen

Bedingt durch ihre Grunderkrankung benötigt Heike Pflege rund um die Uhr. Schmerzen gehören ständig dazu und zehren an ihren Kräften. Hilfe ist bei allen Abläufen nötig – vom Aufstehen bis zu den Mahlzeiten. Die Pflegedienste sind überlastet und eine passende Haushaltskraft haben sie bisher nicht gefunden. Deshalb übernimmt Karsten die Pflege allein. Das ist nur möglich, weil er in Teilzeit beschäftigt ist und fast ausschließlich im Homeoffice arbeitet. „Eigentlich sollte es nicht sein, dass Partner doppelt belastet werden“, erklärt Heike und gibt zu, dass sie darunter manchmal besonders leide.

„Es ist schwierig, wichtige Hilfsmittel zu bekommen“, stellen beide fest. Häufig werde nach Aktenlage entschieden und meist nur das Notwendigste genehmigt. Als sie vor Jahren zusammenziehen wollten, wurden Heikes Sozialleistungen gestrichen. Ein Grund für ihre Heirat, aber bei weitem nicht der Einzige. „Heute sind wir seit über 36 Jahren verheiratet und haben diesen Schritt nie bereut“, erklärt Karsten. Zudem fehle oft fundiertes Wissen über die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen. Es wäre daher wünschenswert, verschiedene Behinderungsarten in der Ausbildung systematisch zu berücksichtigen und Betroffene einzubeziehen. Ihr Fazit fällt nüchtern aus: „Wenn wir ehrlich sind, läuft es in keinem Bereich richtig gut.“

Unterwegs im Rollstuhl

Zu ihrem Alltag gehören auch vorschnelle Urteile. So wurde Karsten als Zivildienstleistender oder Heike als seine Mutter angesehen. Manche urteilen, ohne hinzusehen, wer im Rollstuhl sitzt. Andere stellen neugierige Fragen nach intimsten Dingen. „Mit solchen Erlebnissen könnten wir Bücher füllen“, schmunzelt Heike. „Partner, bei denen Behinderung eine Rolle spielt, sollten sich nicht davon beeinflussen lassen, was andere denken“, wollen Heike und Karsten Mut machen. Behinderung nehme viel Raum ein, dürfe aber nicht zum Mittelpunkt des Lebens werden. Mit gemischten Gefühlen erinnert sich Heike an einen Ausflug mit einer Freundin: „Wir mussten eine kleine Treppe hinauf, als eine Passantin spontan den Rollstuhl an den Fußstützen packte.“ Heike verlor das Gleichgewicht. Während die Freundin sie ausbalancierte, lief die Passantin erschrocken davon.

Angekommen in Mainz

Vor drei Jahren zogen die beiden Thüringer

nach Mainz. „Die Menschen hier sind sehr offen und hilfsbereit. Wir fühlen uns gut aufgehoben“, freuen sie sich. Viele Orte sind barrierefrei, etwa Museen, Theater und große Einkaufszentren. Bald merkten sie, dass der öffentliche Personennahverkehr gut mit dem Rollstuhl nutzbar ist. „So konnten wir unser Auto abschaffen“, sagt Karsten. Hilfreich wäre es, wenn Carsharing-Anbieter auch rollstuhlgerechte Autos hätten.

Um sich im Alltag gegenseitig Freiräume zu schaffen, gehen sie eigenen Interessen nach. Karsten singt im Chor, Heike malt. Auch Reisen bleiben wichtig, solange es Heikes Gesundheit zulässt. In diesem Jahr planen sie eine Tour auf einem barrierefreien Hausboot. Und sie pflegen ihre Kontakte: „Wir haben Freude daran, Nachbarn und Freunde zusammenzubringen“, berichten sie begeistert. Im Gemeinschaftsraum ihres Wohnquartiers engagieren sie sich als treibende Kräfte bei Veranstaltungen.

Zeit für mehr Inklusion

Heike und Karsten fordern, dass Barrierefreiheit bei Bauprojekten selbstverständlich mitgedacht werde: Öffentliche wie private Gebäude, Bildung und Freizeit müssten uneingeschränkt zugänglich sein. Zudem gebe es vielerorts immer noch keine Bordsteinabsenkungen oder behindertengerechte Toiletten. Betriebe sollten inklusiver handeln und statt pauschaler Ausgleichszahlungen qualifizierte Bewerber:innen einstellen. Auch politisch bleibe Handlungsbedarf: Deutschland habe noch erheblichen Spielraum, die UN-Behindertenrechtskonvention umzusetzen, und viele Parteiprogramme behandeln das Thema nur vage. Ihr Appell: „Es ist Zeit, dass behinderte Menschen als gleichberechtigte Partner in der Gesellschaft gelten – nicht als Fürsorgeempfänger.“



Alles ist wandelbar

Das Leben ist wunderbar und wandelbar. Dieses Motto passt nicht nur zu Ulli-Mode, sondern auch zu ihrer Schöpferin Andrea Giebel, die nie aufgibt.

von Yana Krupenina

In die Modewelt ist die ehemalige Geschäftsführerin eines Straßenbauunternehmens und Mutter von fünf Kindern, Andrea Giebel, durch einen Zufall geraten. Vor Jahren wurde sie von ihren Freunden eingeladen, den Urlaub auf einem Boot zu verbringen, erinnert sie sich: „Dort war es immer windig, ich habe versucht, den Schal, den ich zum Schutz gegen die Sonne auf den Armen trug, am Wegfliegen zu hindern. Dann habe ich den Schal so zusammengenäht, dass zwei Ärmel entstanden sind und ich ihn wie eine Jacke als Sonnenschutz anziehen konnte“. Dieser spontanen Erfindung hat sie damals keine Bedeutung beigemessen, obwohl sie ein paar Jahre später im Urlaub gefragt worden sei, wo sie diese Jacke gekauft habe. An dieses einzelne, auffallende blaue Stück erinnert sich Andrea Giebel bis heute mit Schwärmen, weil es den Grundstein für ihr neues Leben legte.

Als sich Giebels Welt von einem auf den anderen Tag veränderte, musste sie noch einmal ganz von vorne anfangen. Über diese schweren Zeiten möchte sie nicht sprechen. Eins war der heutigen Designerin aber klar: „Ich musste mich beruflich neu orientieren. Diese Idee, den Sonnenschutz für mehr Leute zu produzieren, saß mir immer noch im Kopf. Deshalb habe ich mich entschieden, sie geschäftlich umzusetzen.“ So entstand Ulli-Design, nach Ulrich und Ulrike (kurzum Ulli) benannt, den Besitzenden des Boots, auf dem die Idee und das erste Design entstanden sind.

„Ich war also immer schon kreativ, eigentlich unbewusst“, berichtet Giebels lächelnd und fügt an: „In den Schwangerschaften gab es keine

Mode, die mir gefallen hat. Deswegen habe ich mir die Modelle selbst entworfen und nähen lassen. Ich hatte eine großartige Schneiderin, die meine Vorstellung umgesetzt hat. Ich kann alles stricken, aber ich kann leider nicht mit der Maschine nähen.“

Weil Giebel allein mit ihrer jüngsten Tochter lebte, lag ihr viel daran, ihre Arbeit auf einem sicheren Fundament aufzubauen. „Ich hatte eine Crash-Ausbildung: Ich fand eine Stoffprofessorin, die mir in drei Tagen alle Stoffe erklärt hat. Dann machte ich einen kleinen Kurs. Heute kann ich besser dem Schneider erklären, wie der Stoff liegen muss, damit der besser fällt“, erzählt die Modeschöpferin.

Die ersten Schals von Ulli wurden 2019 schnell verkauft, seitdem wurde die Idee in wandelbare Mode weiterentwickelt. Im Anschluss kamen Kleider, die sowohl als Rock als auch als Hängerchen getragen werden können. Die Designerin hat im Sortiment sowohl exklusive Stücke als auch preiswerte, wandelbare Schals. „Es spielt keine Rolle, ob ein Ding 30 oder 300 Euro kostet – alle unsere Kleidestücke sind aus natürlichen Materialien und qualitativ hochwertig, das ist mir wichtig“, berichtet die Designerin.

Regional und ökologisch

Schon am Anfang war klar, dass alle Ulli-Schals nur aus Naturstoffen hergestellt werden. Das ist ein wesentlicher Bestandteil nachhaltiger Mode und bewussten Konsums, da diese Materialien umweltfreundlicher und gesünder sind. „Das Thema Sonnenschutz ist mir besonders wichtig. Ich habe gesehen, dass viele Menschen einfach ganz sonnenverbrannt rumgelaufen sind, und es

war mir ein persönliches Anliegen, dass man einen Sonnenschutz ohne Chemie herstellen könnten“, erzählt Giebel. Eine Stoffprofessorin habe ihr bestätigt, dass Baumwolle, Seide, Wolle und Musselin bis zu 92% UV-Schutz bieten könnten.

Giebel legt auch Wert auf ökologische Produktion. Doch das sei nicht ihr einziges Prinzip. Der Designerin ist es außerdem wichtig, mit regionalen Lieferanten und Produzenten zusammenzuarbeiten und einheimische Schneiderinnen zu unterstützen. Alle Bekleidung wird in Wiesbaden gefertigt. „Wir haben so viele Stoffhersteller in Deutschland, die hochqualitative Materialien produzieren, selbst für Dior, Prada und andere Luxusmarken“, betont Giebel.

Soziale Verantwortung hat für die Ulli-Kreatoren noch eine weitere Dimension. Die Reste der Stoffe bringt sie in Kindergärten, wo sie zu Spielzeugen, Postkarten, Stofffiguren verbastelt werden. Das kann man als nachhaltig betrachten, und Giebel bringt es viel Freude zu sehen, wie die Kreativität bei Kindern geweckt werde. Sie selbst werde davon auch inspiriert.

Ein Modeprodukt zum Schutz

Giebel scheint von einer neuen Idee ergriffen, um ihre Mode für eine neue Zielgruppe zu erweitern: und zwar vom Sonnenschutz. Sie habe einen Termin beim Arbeitsschutz für Bauarbeiter:innen und Gärtner:innen bekommen. Diese seien begeistert von der Idee, sich durch den Ulli-Schal vor der Sonne zu schützen. Giebels Ansatz: „Das Luxussegment ist zum Verdienen, aber mein Herz hängt da, wo der Schal nützlich ist. Ich bin mehr für den Schutz. Mein Produkt ist Schutz. Ich finde es wichtig, dass alle ihn sich für 20 Euro kaufen können.“



Invasion der Glubschaugen

Was kreucht und fleucht im STUZ-Gebiet? Wilde Tiere vor der Haustür, Teil 64: Schwarzmund-Grundel und Andere

von Konstantin Mahlow

Zugegeben, diese Kolumne beginnt nicht zum ersten Mal mit einem gedanklichen Spaziergang am Mainzer Rheinufer. Doch in den vermeintlich leblosen Betonwüsten des Zollhafens oder des Stresemann-Ufers verstecken sich jenseits der Reling kleine Hot Spots des Lebens, die immer einen genauen Blick wert sind. Hier reihen sich die endlosen Steinpackungen aneinander, die einst zum Zweck der Uferbefestigung aus dem Weisenauer Steinbruch angekarrt wurden. Heute bilden die Steine und der sie umgebende Sand- und Schllickboden ein Rückzugsraum für viele Lebewesen unterschiedlicher Größe und Herkunft. Eine Gruppe davon, die im Rhein noch relativ neu ist, lässt sich jetzt im Mai bei sonnigem Wetter besonders einfach auf den hellen Steinen beobachten: Aus dem Schwarzen Meer eingewanderte, immer hungrige Grundeln auf der Suche nach Nahrung.

Ursprünglich war der Rhein kein Grundel-Fluss, höchstens ein Steinbeißer-Fluss, eine am Gewässerboden lebende Schmerlen-Art, die es im Oberrhein noch immer gibt. Doch ihre Nische im Strom mussten sie vielerorts an eine ganze Reihe invasiver Grundel-Arten abgeben oder sie zumindest teilen. Möglich machte das natürlich der Mensch, wenn auch ohne jede Absicht. Mit dem Bau des Rhein-Main-Donau-Kanals, der 1992 fertig gestellt wurde, öffnete sich eine biologische Autobahn von Osten nach Westen, die seither die zwei größten Flusssysteme Mitteleuropas verbindet. Kleinere Fische wie die handgroßen Grundeln profitierten in ihrer Ausbreitung zudem von der Binnenschiffahrt: Im Ballastwasser der Schiffe und an deren Rümpfen konnten die Grundeln weite Strecken mühe-

los überwinden. So kam ein Teil der Fische nicht über den Kanal, sondern über Schiffe in den Rhein, die vorher mit Ballastwasser aus dem Schwarzen Meer durch das Mittelmeer und die Nordsee bis zur Rheinmündung gefahren sind. Eine Invasion von zwei Seiten, die spätestens 2008 ihren Anfang nahm.

Grundel ist nicht gleich Grundel

Heute haben sich Grundeln als erfolgreiche Neozoen im Hauptstrom des Rheins und den meisten Nebenflüssen in großen Beständen etabliert und bilden in manchen Flussabschnitten die mit Abstand häufigste Artengruppe, teilweise mit einem Anteil von 95 Prozent aller gefangenen Fischen. Doch Grundel ist nicht gleich Grundel. Im Rhein gibt es heute mehrere, sich teils sehr ähnliche Arten, die alle den mehr oder weniger gleichen Lifestyle haben: Sie halten sich in steinigem Uferzonen und Bereichen mit ruhiger Strömung auf und ernähren sich hauptsächlich von Wirbellosen, wie die massenhaft vorkommenden Bachflohkrebse, aber auch von Muscheln, Schnecken und Fischlaich. Ihre Bauchflossen sind zu einem Saugnapf zusammengewachsen, mit dem sie sich in der Strömung an Steinen festhalten können. Dafür fehlt ihnen eine Schwimmblase, weshalb sie praktisch zu einem Leben am Flussboden verdammt sind.

Die häufigste und bekannteste Art ist die Schwarzmund-Grundel (*Neogobius melanostomus*). Die bis zu 15 – selten auch bis zu 20 – Zentimeter langen Fische haben in den Steinpackungen einen idealen Lebensraum gefunden und erobert. Kurios ist allerdings ihr Name: Schwarzmund-Grundeln kommen zwar aus dem Schwarzen Meer und haben zudem einen schwarzen Fleck auf ihrer Rückenflosse, aber

keinen explizit schwarzen Mund – auch wenn die Männchen zur Paarungszeit insgesamt eine dunkle Färbung annehmen. Häufiger auf sandigem Boden als zwischen Steinen zu finden ist die Flussgrundel (*Neogobius fluviatilis*). Die größte Art mit über 30 Zentimetern ist die Kessler-Grundel (*Ponticola kessleri*), die einen breiten Kopf und eine auffällig starke Marmorierung besitzt. Sie gilt als aggressivste und räuberischste Grundel-Art. Kleiner und seltener ist die Marmorierte Grundel (*Proterorhinus semilunaris*).

Des einen Leid, des andern Freud

Auf die heimische Fischfauna im Rhein haben die Grundeln aus dem Schwarzen Meer bisher einen ambivalenten Einfluss. Als Laichräuber sind sie in der Lage, Bestände anderer Arten großräumig zu dezimieren. Wie groß dieser Schaden aber tatsächlich ist, bleibt umstritten. Auch in diesem Frühjahr sind wieder große Schwärme von Jungfischen in den Flachwasserzonen wie dem Zollhafen zu sehen, die die Grundeln offensichtlich nicht wegfressen konnten. Vermutlich reagieren die verschiedenen Arten unterschiedlich auf die Anwesenheit der Südosteuropäer, die mittlerweile seit mindestens 15 Jahren im STUZ-Gebiet heimisch sind. Einige profitieren sogar von ihnen: Raubfische wie Barsche, Welse und Zander, haben sich zunehmend auf das neue, massenhaft verfügbare Nahrungsangebot eingestellt und jagen sich an ihnen satt. Sie alle drei sind außerdem aggressive Nestverteidiger und daher weniger anfällig für den Laichhunger der Grundeln. Selbst Angler, die die ständig beißenden Grundfische zunächst noch verfluchten, nutzen sie mittlerweile als Köder. Los wird der Rhein und seine Bewohner sie sowieso nicht mehr.

DAS lustige REBUS – Finde das gesuchte Wort



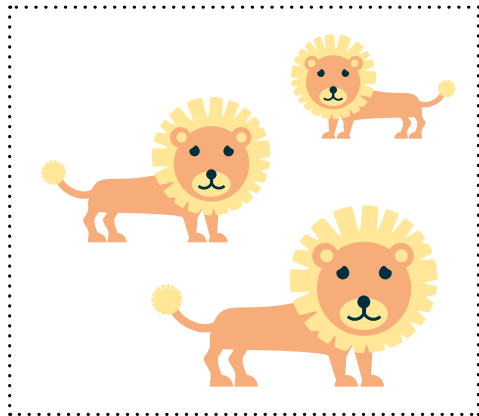
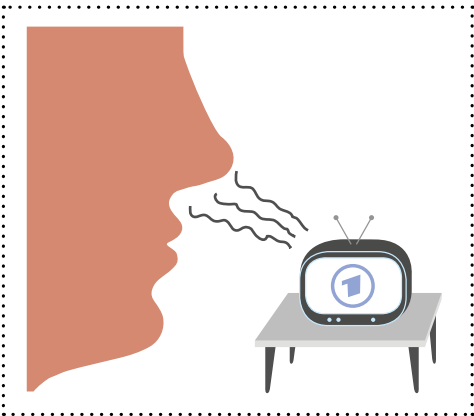
- 1
- 2
- 1
- 3
- 9,10

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

N^o
94

WEIT HERGEHOLT

DREI BILDER -
EIN NAME



MACH MIT BEIM STUZ-GEWINNSPIEL UND GEWINNE EINEN LUSTIGEN PREIS!
TIPP: GESUCHT WIRD EIN ENGLÄNDER, DER IN DER PFALZ WAR.

AUFLÖSUNG AUS HEFT 298:
KURT TUCHOLSKY



HIGHLIGHT DES MONATS

UN WEIDER?

Spuren des Lebens

Portraits aus Namibias älterer Generation

Es sind starke, tiefe, furchige Fotoportraits aus Namibias älterer Generation und ebensolche berührenden Geschichten, die vom 10. Mai bis 21. Juni in der Evangelischen Kreuzkirche in Wiesbaden präsentiert werden. Die Werke stammen von dem renommierten Fotografen und Fotojournalisten Pietro Sutera. 24 ältere Frauen und Männer aus Namibia erzählen von ihren Erfahrungen mit der Apartheid über traditionelle Heilkunst und Lebensweisheiten bis hin zu Generationenkonflikten. Die Gesichter aus Namibia zeugen von einer oft schwierigen Vergangenheit, verbunden mit harter Arbeit und großem Verzicht. Diese alten Gesichter sind somit nicht nur ein Abbild des physischen Alters, sondern auch ein Symbol für die Tiefe des menschlichen Daseins. Sie zeugen von einer Zeit, die vergangen ist, und gleichzeitig sind sie ein wertvoller Schatz an Erinnerungen und Erfahrungen, der hilft, das Leben in seiner ganzen Komplexität und Schönheit zu verstehen.

Infos: „Spuren des Lebens – Portraits aus Namibias älterer Generation“, Ausstellungseröffnung 10. Mai 2026, 11.30 Uhr, Ev. Kreuzkirchengemeinde, Walkmühltalanlage 1, 65195 Wiesbaden, kreuzkirchengemeinde-wiesbaden.ekhn.de

20 RRRollschuhrevival Rhein-Main

22 Laute FLINTA* nicht mehr leise

24 Kultur4tel

26 Highlights: Konzerte

28 Highlights: Bühne



Fr, 1. bis Mi, 6.5. 20.00

Film français / Satire

Die reichste Frau der Welt
Spielfilm von Thierry Klifa mit Isabelle Huppert, F/BEL 2025, 123 Min., OmU, FSK ab 12

Do, 7.5. 20.00

Europa / Film und Gespräch

Surf on, Europe!

Dokumentarfilm von Ivan Boiko, GEO/GBR 2025, geoOmU

Fr, 8.5. 20.00

Psychoanalytiker stellen Filme vor

The Zone of Interest

Spielfilm von Jonathan Glazer, USA/UK/PL 2023, 104 Min., DF, FSK 12

Sa, 9. - Mi, 13.5. 20.00

CineLatino / Satire / Tragikomödie

Un Poeta

Spielfilm von Simón Mesa Soto, KOL/D/SWE 2025, 123 Min., OmU



Do, 14. - Mi, 20.5. 20.00

Maler des Glücks

Die Bonnards - Malen und Lieben (Bonnard, Pierre et Marthe)

Spielfilm von Ali Ahmadzadeh, IRN/DE 2023, farsiOmU, FSK ab 16

Do, 21. - Sa, 23. 20.00

Mo, 25.+Di, 26.5. 20.00

Palästinenser / Genrekino

To a Land Unknown

Spielfilm von Mahdi Fleifel, Palästina u.a. Länder 2024, OmU, 105 Min.

Mi, 27.5. 20.00

Israel / Film und Gespräch

Der Rhein fließt ins Mittelmeer

Dokumentarfilm von Offer Avnon, IL 2021, 95 Min., OmU

Do, 28.+Fr. 29.5. 20.00

So, 31. - Di, 2.6. 20.00

Satire / Queere Lesenächte

Sehnsucht in Sangerhausen

Spielfilm von Julian Radlmaier, D 2025, 90 Min, FSK ab 6

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



Mai

Fr. 01. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Ralf Senkel

Sa. 02. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Inka Meyer

Sa. 02. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Isabel Varell

So. 03. 05 2026 - 19:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Poesie + Wahnsinn

So. 03. 05 2026 - 19:00 Uhr unterhaus

Harald Schmidt + Bernadette Schoog

Mi. 06. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Lars Reichow

Do. 07. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Mathias Tretter

Do. 07. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Matthias Brodowy

Fr. 08. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Ausbilder Schmidt

Fr. 08. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Simon Stäblein

Sa. 09. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Reisegruppe Ehrenfeld

Sa. 09. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Chin Meyer

Mi. 13. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Chaos Comedy Club

Do. 14. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Dave Davis

Fr. 15. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Michal

Fr. 15. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Christoph Sieber

Sa. 16. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Roberto Capitoni

Sa. 16. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Jochen Malmshheimer

So. 17. 05 2026 - 19:00 Uhr unterhaus

Jochen Malmshheimer

So. 17. 05 2026 - 19:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Thomas Schmidt

Mo. 18. 05 2026 - 18:00 Uhr unterhaus

Otto-Schott-Gymnasium DS-Kurse J

Mi. 20. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Jonas Greiner

Mi. 20. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Alice Hoffmann + Bettina Koch

Do. 21. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Marie Diot

Do. 21. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Jakob Schwerdtfeger

Fr. 22. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

René Sydow

Fr. 22. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Axel Zwingenberger

Sa. 23. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Damenbesuch

Sa. 23. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Steffen Möller

Mi. 27. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Kai Bosch

Mi. 27. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Das TAK-Ensemble*

Do. 28. 05 2026 - 20:00 Uhr Frankfurter Hof

Die Pubertäts-Docs

Do. 28. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

DESIMO

Do. 28. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Tobias Born

Fr. 29. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus im unterhaus

Hart auf Hart

Fr. 29. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Sven Hieronymus

Sa. 30. 05 2026 - 20:00 Uhr unterhaus

Sven Hieronymus



Schwarzenbergstraße 3 65189 Wiesbaden www.velvets-theater.de

HEISSE ZEITEN – Die Wechseljahre-Revue

* SA 02.05. * FR 08.05. * FR 05.06. * FR 12.06. 20 Uhr

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.



DER KLEINE PRINZ * SO 10.05. * SA 06.06. 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 berühmten Märchens auf die Bühne. Seit über 40 Jahren unser Kultstück!



DIE ZAUBERFLÖTE * SA 23.05. 20 Uhr

Oper von Wolfgang Amadeus Mozart

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



MOMO * SO 31.05. 16 Uhr * SA 20.06. 15 Uhr

nach Michael Ende

M. Endes zauberhaftes Märchen von Momo und den Grauen Herren über das Kind- und Erwachsensein und ein hochaktueller Denkanstoß, unsere begrenzte Zeit mit Sinn und Leben zu füllen.



SEKT & THE CITY – Comedy-Revue * FR 25.09. 20 Uhr

„Frisch geföhnt und flach gelegt“

Die besten Freundinnen treffen sich immer samstags um über die großen Probleme der Welt zu sprechen. – Eine Comedy-Revue voll geballter Energie, schrillen Kostümwechselln, lustigen Tanzeinlagen, stimmungsgewaltigen Liedern, viel Sekt und absurd hochtrabenden Dialogen.





Flohmarkt im Kulturpark hinter dem Schlachthof: Second-Hand, Foodtrucks & entspanntes Stöbern – nachhaltig, bunt und ohne diskriminierende Waren.



Vinyl, CDs und Raritäten entdecken. Die Schallplattenbörse im Kurhaus bietet Musik aus allen Genres – von Klassikern bis Charts, für Sammler & Fans.



Die reichste Frau der Welt im Cinemayence handelt von Macht, Geld, Liebe, Manipulation und Familiengeheimnissen – bissige Satire mit Isabelle Huppert.

FREITAG 01
MAINZ

PARTY
16:00 Roof75
»Botanica«
21:00 Red Cat
»Gute Mische«, Club Classics, Electronic
23:00 schon schön
»Cringe aber schön«, 10er & 20er Hits
23:00 Schick
»Singleklub«
23:59 Altes Postlager
»bürrö«

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Die reichste Frau der Welt (OMU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
19:00 Frankfurter Hof
»K-POP Showdown«, Tribute Show
20:00 KUZ (Werkhalle)
»DOTA«, Pop
20:00 schon schön
»Whiskydenker & Die Katzen // Absinto Orkestra«, Pogo-Swing, Jazz, Samba, Cumbia

BÜHNE
17:00 Landesmuseum
»EDGE Dance Project e.V.«, Tanzperformance
20:00 Unterhaus
»Ralf Senkel – Der hat gesehene«, Comedy

KUNST & AUSSTELLUNG
18:00 kunStück
»Citlali«

BILDUNG & VORTRÄGE

17:00 Fastnachtsbrunnen
»Stadtrundgang: Legende und Wahrheit«

SONSTIGES
12:00 Kuehn Kunz Rosen
»Kuehn Biergarten-Opening«
18:30 Fischtorplatz
»Critical Mass Mainz«

WIESBADEN

PARTY
14:00 Schlachthof (Halle)
»Let's Roll«, Rollschuhdisko

LIVE-MUSIK
20:00 art.ist
»SOG«, improvisierte Musik
20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Rami Hattab*«, Songwriter

BÜHNE
19:30 Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel
»Männer und andere (Kata) Strophens«, Musikkabarett
20:00 Akzent Theater
»Männer und andere Irrtümer«, Komödie
20:00 Galli Theater
»Helden«, Rockmusical
20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

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

NIERSTEIN

LIVE-MUSIK
20:30 Altes E-Werk
»The Legacy of Black Sabbath«

SAMSTAG 02
MAINZ

PARTY
21:00 Red Cat
»Katzengold«, Funk, Afrobeats & Jersey Club Music
23:00 beben
»Der Gebrochene Samstag«, Drum & Bass
23:00 schon schön
»90s Baby – die epische Megahit-Safari«, Pop, Hip-Hop, RnB, Grunge, Eurodance
23:00 KUZ (Werkhalle)
»David Puentez«, Elektro
23:00 Roof75
»Rough Cure«, Techno
23:00 Bellini
»Dag & Düx«, Techno
23:00 Schick
»Kontrast Musik«

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Die reichste Frau der Welt (OMU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
20:00 Unterhaus
»Isabel Varelle«
20:00 schon schön
»Minämi Deutsch // Tschalkowsky & Kann«, Krautrock

BÜHNE
18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das achte Leben (Für Brilka)«
20:00 Frankfurter Hof
»Ute Maria Lerner und Mark Weigel«, Theater

20:00 Kleines Unterhaus
»Inka Meyer – Highway to Health«, Kabarett

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

KUNST & AUSSTELLUNG
11:45 Gutenberg-Museum MOVED
»Öffentliche Museumsführung«
12:00 Atelierhaus Waggonfabrik
»Spring Opening«
14:00 Landesmuseum
»Führung: Geprägt – Geritzt – Geknüllt. Kunstwerke aus Papier«

MESSE & MÄRKTE
11:00 Altes Postlager
»Retro Games Con«

BILDUNG & VORTRÄGE
16:00 Kupferbergterrasse
»Stadtführung: Weinkultur in Mainz«

KINDER & JUGEND
10:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürmasen MINIS«
11:00 Naturhistorisches Museum
»Naturspürmasen MAXIS«

WIESBADEN

PARTY
23:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»15 Jahre Let's Go Queer!«, LSBT*IQ & Allies

LIVE-MUSIK
20:00 Walhalla im Exil
»Nepumuk / Jaytown«, Hip Hop

BÜHNE
20:00 Velvets Theater
»Heisse Zeiten«, Die Wechseljahresrevue
20:00 Thalhaus
»Heinz Gröning – Dr. Laugh's beste Medizin«, Comedy
20:00 Galli Theater
»Helden«, Rockmusical
20:00 Studio ZR6
»Nitz Bokelberg – Büdchen of the Universe VIVA in die weite Welt«, Stand-up-Comedy
20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

LITERATUR
20:00 Akzent Theater
»Flemming liest!«

SHOWS & FESTE
11:00 WerkRaum
»Eröffnung des WerkRaum Wiesbaden«

MESSE & MÄRKTE

10:00 Kulturpark Schlachthof
»Der Flohmarkt – Open Air«, Zweite Liebe & Kunterbuntes

SONSTIGES
16:00 Walhalla im Exil
»Zwischen den Zeilen«

KINDER & JUGEND
14:00 Staatstheater Studio
»Club Origami: Ichi Ni San«, Tanz- & Papierperformance
16:00 Galli Theater
»Das tapfere Schneiderlein«, Märchentheater
17:00 Staatstheater Studio
»Club Origami: Ichi Ni San«, Tanz- & Papierperformance

INGELHEIM

KUNST & AUSSTELLUNG
15:00 Museum bei der Kaiserpfalz
»Öffentliche Kaiserpfalzführung«

IDSTEIN

PARTY
21:00 Scheuer
»Scheuer Rave Spezial«, Dj Ulli Brenner & DJ Stargate

SONNTAG 03
MAINZ

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Die reichste Frau der Welt (OMU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
20:00 Salon 35EIN
»Bernadette La Hengst – Warum ich so laut singen kahns«, Musik

BÜHNE

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Im Mohnfeld«, Tanz
18:00 Staatstheater Großes Haus
»The Addams Family«, Musical
19:00 Unterhaus
»Harald Schmidt & Bernadette Schoog«
19:00 Kleines Unterhaus
»Poesie & Wahnsinn: Die fresheste Mixed Show«, Comedy

KLASSIK & OPER
11:30 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Sonntagsmatinee im Mai«, Bach, Bizet, Verdi, Crespo

KUNST & AUSSTELLUNG
12:00 Atelierhaus Waggonfabrik
»Spring Opening«
14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Rundgang«

BILDUNG & VORTRÄGE
12:00 Offene Werkstatt Mainz
»Digital Independence Day«

KINDER & JUGEND

11:00 Muck Familientheater
»Die Bremer Stadtmusikanten«
14:00 Landesmuseum
»Familiensonntag«
14:00 KUZ
»Family Disco Fever«
16:00 Muck Familientheater
»Die Bremer Stadtmusikanten«

WIESBADEN

KINO & FILM
10:00 Caligari
»Deutsches Fernsehkrimifestival 2026«

LIVE-MUSIK
20:00 Schlachthof (Halle)
»Sophie Hunger«, Lesung & Lieder
20:00 art.ist
»Maximilian Hering Group«, Beyond Jazz

BÜHNE
20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

MESSE & MÄRKTE
10:00 Kulturpark Schlachthof
»Der Flohmarkt - Open Air«, Zweite Liebe & Kunterbuntes
11:00 Kurhaus
»Wiesbadener Schallplatten Börse«

KINDER & JUGEND

11:00 Galli Theater
»Dornröschen«, Märchentheater
16:00 Galli Theater
»Das tapfere Schneiderlein«, Märchentheater

DARMSTADT

BÜHNE
18:00 Staatstheater/Großes Haus
»Become Ocean«, Choreografie

MONTAG 04
MAINZ

KINO & FILM
20:00 CineMayence
»Die reichste Frau der Welt (OMU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK
20:00 schon schön
»Ganz schön Jazz mit Gregor Schor und das größte gemeinsame Vielfache«
21:00 Kulturcafé
»Bands am Montag«

BÜHNE
20:00 Staatstheater U17
»Meister Floh«, Schauspiel nach E.T.A. Hoffmann

LITERATUR
20:00 Zum grünen Kakadu
»Judith Schalansky: Marmor, Quecksilber, Nebel – Woraus die Welt gemacht ist«, Lesung und Gespräch

KUNST & AUSSTELLUNG
18:30 Zentrum Baukultur
»Innen statt Außen«

BILDUNG & VORTRÄGE
19:00 Staatstheater Großes Haus
»Physik im Theater«, Die Geheimnisse der Atomkerne

KINDER & JUGEND
10:30 Staatstheater U17
»kannawoniwasein!«, junges Theater

WIESBADEN

KINO & FILM
10:00 Caligari
»Deutsches Fernsehkrimifestival 2026«

art.ist

Fr 01.05. | 20:00 Uhr
SOG
Jazz Connects Festival

So 03.05. | 20:00 Uhr
Maximilian Hering Group
Beyond Jazz

Di 12.05. | 20:00 Uhr
FIS#14
offene Bühne

Fr 15.05. | 20:00 Uhr
Sentipensantes
Improvisation / Reflexion

Di 26.05. | 20:00 Uhr
Improvohrium
offene Bühne

walkmühle
artist-wiesbaden.de

KULTURBÄCKEREI

■ 09.05. | 11.00 - 16.00 Uhr
Gemeinsam sind wir bunt!
Collage Workshop zum World Collage Day

■ 13.05. | 16.00 - 17.30 Uhr
Aus Mehl wird Magie
Kinder-Kunst-Aktion zum Mitmachen

■ 17.05. | 15.30 Uhr
Kindermusik mit Polly Rakete
Benefizkonzert für eine Schule in Ghana

■ 29.05. - 31.05 | 19.00 Uhr
KIPPPUNKTPALAST
Eine performative Installation von OKTOOBER
Teil des PART Gallery Crawl 28.05. | 18.00 Uhr

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

Eintritt 6€, Kinder bis 12 Jahre frei!

WIESBADENER SCHALLPLATTEN & CD-BÖRSE

3.5.

Sonntag 11-16h

KURHAUS

www.schallplatten-boersen.de

KREA

DO 07.05.	FLINTX* OPEN STAGE
FR 08.05.	ACHTER 82: HYPOMANIAC
SA 09.05.	HARD + HEARTLY - LINEUP: RED STONE CHAPEL / KRÜDD / BLACK MOOD
MI 12.05.	PUBLIC CIRCUIT / BELLAR
MI 13.05.	PATRIARCHAT AM ARSCH
FR 15.05.	WITCH, PLEASE!
SA 16.05.	KURTSCHE SOLI PARTY
SO 17.05.	KINDERDISCO
DO 21.05.	MR. SMITH'S GUITAR CLUB
FR 22.05.	GAST: HANNES POROMBKA
FR 22.05.	FOTOCROME / LATEX
SA 23.05.	FUNKLOCH
MI 27.05.	COLD STRESS / THE ASHES WE BREATHE
DO 28.05.	OPEN STAGE
FR 29.05.	KREADKE
SA 30.05.	SPÄTI PLUS
SO 31.05.	PILORI / CANINE

VORSCHAU:

DI 02.06.	HÄPPCHEN & SEKT
MI 03.06.	NERF HERDER / DAY OUT
FR 05.06.	SCHRENG SCHRENG & LA LA

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

THEATER kuenstlerhaus43 IM PALASTHOTEL

Steppe trifft Cello

01 05	Männer & andere (Kata)Strophen Musikkabarett
08 05	Gestern ging's noch Ode an den Opa
10 05	Elbphilharmonie unter freiem Himmel... Akkordeon Ensemble Accento
14 05	Le petit déjeuner Mitbring-Brunch de Luxe am Vatertag
16 05	Steppe trifft Cello Mongolische Volksmusik & Rockcello
28 05	Poetry Slam 43 5 Poeten im Wettstreit der Worte
03 06	Marilyn trifft Muhammad Szenische Lesung

Michael Ende MOMO

14 06	Momo ab 5 Jahren PREMIERE Theater nach Michael Ende weitere Termine: 20., 21., 27., 28. Juni, 04., 11., 12. Juli + Schulvorstellungen
19 06	la môme Piaf Leben, Liebe, Leidenschaft
20 06	Mord in Aussicht Improkrimi Zwei Kommissare + viele Verdächtige
26 06	Grand Slam // Poetry Slam Semi-Finale
27 06	Grand Slam // Poetry Slam Finale
03 07	BurgGroove Benefizkonzert Straighten Up // Concert & Relaxe
04 07	Sonne, Sehnsucht, Dolce Vita Opera et Cetera
09 07	Da Capo - Pfeffermühle Kabarett aus Leipzig
10 07	Per Anhalter durch die Galaxis Dramatische Bühne Frankfurt
11 07	Gina & Glinda Travestie unter freiem Himmel

MAINZER WEIN UFER

14. - 17. Mai 2026
Theodor-Heuss-Brücke bis Kaisertor

WeinUferWalk
Pink Sunday
Familiensonntag 13-16 h

www.mainzer-weinufer.de

Partner:

THEATER IM MAI

- JEWEILS UM 20 UHR -

„Mann, stress mich nicht!“
Do 07. & Fr 08. Mai

„Die MamaMänner“
Sa 09. & Zum Muttertag: So 10. Mai

„Wart' auf mich!“
Sa 16. Mai

„Schmetterling“
Do 28. Mai

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

Per Anhalter durch die Galaxis

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

Phönix Bowling

Bowling Billard Dart

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

SCHEUER ROCKS

DO 30.04.	20:00	Club 74 Reloaded VVK mit den DJs Bjoern & Bjorn
SA 02.05.	21:00	Scheuer Rave VVK Spezial mit DJ Stargate & Ulli Brenner Techno, Trance & Classix
FR 08.05.	19:00	GIANT HOGWEED Genesis Tribute Show
	22:30	Danse Gehn mit DJane Karin
SA 09.05.	21:00	Zurück in die Gegenwart mit DJ Stargate - VVK
MI 13.05.	21:00	2000/2010er Party VVK Himmelfahrtskommando mit DJ Julz
SA 16.05.	19:00	IT'S ALL PINK Dance Night mit DJ Stargate
	22:30	
SA 23.05.	19:00	DEPECHE RELOAD DM & 80s Synthiewave mit DJ George
	22:30	
FR 29.05.	19:00	CENTURY'S CRIME Supertramp Show
	22:30	Danse Gehn mit DJ Jochen
SA 30.05.	21:00	Neon Club VVK 80er, 90er bis heute mit DJ Bjorn
MI 03.06.	19:00	Sommerfest mit DIE DICKEN KINDER & DJ Julz
FR 06.06.	19:00	RODGAU MONOTONES Erbame - zu spät!!!
	22:30	Anyway Classix mit DJ Uli

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

05



Krimi-Atmosphäre in der Caligari FilmBühne Wiesbaden: Das FernsehKrimi-Festival zeigt spannende Fernsehproduktionen. Diesmal wird der Tatort Gottesgarten gezeigt – mit anschließendem Filmgespräch und Einblicken von Cast & Crew.

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Tropikel Ltd.«, Synthie / Pop

KUNST & AUSSTELLUNG

16:00 WerkRaum
»Das gläserne Museum«

BILDUNG & VORTRÄGE

20:00 Sternwarte
»Der Mond und sein Einfluss auf die Erde und die Menschen«

DIENSTAG 05

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Die reichste Frau der Welt (OMU)«, Spielfilm

20:30 Uni – Muschel
»Filmz – Muschelkino«

LIVE-MUSIK

19:30 KUZ (Werkhalle)

»Rudelsingen«
20:00 schon schön
»Malumm«, Folk-Rock, Psychedelic

BÜHNE

11:00 Staatstheater Kleines Haus
»Die unendliche Geschichte«, Jugendtheater

19:00 Muck Familientheater
»Impro Session«

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Im Mohnfeld«, Tanz

LITERATUR

19:00 Buchhandlung Erlesenes & Buchergilde
»Indies mit Ruth«

KUNST & AUSSTELLUNG

18:30 kunstTüch
»kreativ treff«

BILDUNG & VORTRÄGE

16:45 Universitätsmedizin
»Rückenschmerz: Wenn das Kreuz zum Fluch wird«

FESTIVALS

20:00 Frankfurter Hof
»Akkordeonale 2026«

KINDER & JUGEND

11:00 Staatstheater U17
»Katze mit Hut«, Kindertheater

WIESBADEN**KINO & FILM**

10:00 Caligari
»Deutsches Fernsehkrimifestival 2026«

LIVE-MUSIK

19:30 Schlachthof (Kesselhaus)

»Never Easy / Love Is Noise / Newshapes«, Alternative, Emo

SONSTIGES

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

INGELHEIM**BÜHNE**

19:19 Zeitemsprung Zaubertheater
»Die Dienstags Wundertüte«

MITTWOCH 06

MAINZ

PARTY

19:00 Bellini
»Afterwork OpenAir Techno«

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

KINO & FILM

19:00 Uni – Muschel

»Pride (OmU)«

20:00 CineMayence

»Die reichste Frau der Welt (OMU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön

»Löwenzahnhonig«, Dream-Pop, Psychedelic

20:00 KUZ

»Philippa Kinsky«, Indie Pop

BÜHNE

20:00 Zum grünen Kakadu

»Heute Abend: Lola Blau«, Musical

20:00 Haus der Jugend

»Junge Bühne Mainz: Dantons Tod«, Schauspiel

20:00 KUZ

»FuckUp Night«

20:00 Unterhaus

»Lars Reichow – Mainzer Wunschkonzerte«, Kabarett

LITERATUR

18:00 K-LAB

»Schreibtreff Mainz«, Cowriting Space für alle ab 16

BILDUNG & VORTRÄGE

17:00 Naturhistorisches Museum

»Wildes Mainz«, Stadtspaziergang

19:00 Bar Jeder Sicht

»Alles für den A***?«, HPV und Krebsvorsorge für Menschen mit HIV

19:00 Staatstheater Glashaus

»Gesellschaft denken: Mensch & Maschine«

SPORT & GAMING

19:30 Schick

»Geolobing mit Psycho Jones«

06



Löwenzahnhonig kommt ins schön schön. Die Schweizer Band verzaubert mit verträumtem Jazzy Desert-Pop. Mit traumhafter Präzision und alpiner Gelassenheit. Support: DJ Weller – ein atmosphärischer Abend voller Klanglandschaften.

SONSTIGES

18:00 Krumm & Schepp

»Wohnzimmerabend«

KINDER & JUGEND

10:00 Staatstheater U17

»Katze mit Hut«, Kindertheater

17:00 Kurfürstliches Schloss

»Open Dance Class für Kinder«, Tanzworkshop für Kinder, 6-10 J.

WIESBADEN**KINO & FILM**

10:00 Caligari

»Deutsches Fernsehkrimifestival 2026«

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)

»The Devil And The Almighty Blues«, Heavy-Blues-Rock

20:00 Thalhaus

»thalhaus Jazz Session«

KUNST & AUSSTELLUNG

20:00 Künstlerverein Walkmühle

»Kunst mit Eigenleben – Positionen der kinetischen Klangkunst.«

DONNERSTAG 07

MAINZ

PARTY

21:00 Red Cat

»Phatcat«, Hip Hop, Urban Music

23:00 schon schön

»Good as Hell«, RnB, Funk, Pop

KINO & FILM

20:00 CineMayence

»Surf on, Europe! (OmU)«, Dokumentarfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön

»Tape Head & NONI«, Hip-Hop, Indie-Rock, NNDW

20:00 Zum grünen Kakadu

»Und der Ungeist startet nachts im Frack«, Lieder & Chansons der 20er

BÜHNE

10:30 Staatstheater U17

»Sky Night«, Tanztheater

20:00 Kleines Unterhaus

»Matthias Brodowy – Sachen gibt's«, Kabarett

20:00 Frankfurter Hof

»Best of Poetry Slam«

20:00 Unterhaus

»Mathias Tretter – Souverän«, Kabarett

KLASSIK & OPER

19:30 Akademie der Wissenschaften und der Literatur

»Bernstein Trio«

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 Gutenberg-Museum MOVED

»FLORA. Wenn aus Wurzeln Wunder wachsen.«, Vernissage

19:00 K-LAB

»Art After Work«, Offenes Atelier

19:30 Kabarettarchiv

»Apéro – Kabarett zur blauen Stunde«

BILDUNG & VORTRÄGE

17:00 Katholische Hochschule Mainz

»Studieren, was hilft! – Infoabend«

18:00 Max-Planck-Institut für Polymerforschung

»Führung: Kunststoff Bildungspfad«

SPORT & GAMING

18:00 Tritonplatz

»Choreografische Werkstatt, Tanzworkshop

18:30 Bar Jeder Sicht

»Offener Spieletreff«

19:00 Krumm & Schepp

»PubQuiz«

WIESBADEN**KINO & FILM**

10:00 Caligari

»Deutsches Fernsehkrimifestival 2026«

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)

»She Past Away / Isla Ola«, Dark Wave, Synth Pop

20:00 Schlachthof (Halle)

»Machine Head«, Metal

20:00 Kreativfabrik

»FLINTA* Open Stage«

BÜHNE

19:30 Theater im Pariser Hof

»Hans-Joachim Heist // Der große Heinz Erhardt-Abend«, Kabarett

20:00 Thalhaus

»Ingo Knito & Andy Clapp«, Comedy-Magic

20:00 Galli Theater

»Mann, stress mich nich!«, Frauen-WG-Theater-Komödie

LITERATUR

19:00 Castanea e.V.

»Lesezirkel: Bücher & mehr«

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 sam – Stadtmuseum am Markt

»Führung: Erzähl' mir von Europa!«

tanzmainz

Sugar Rush

von Marco da Silva Ferreira



www.staatstheater-mainz.com

Rollschuh-Revival im Rhein-Main

Am 1. Mai steigt im Schlachthof Wiesbaden die zweite Rollschuhdisco des Floortax Club. Dessen Gründerinnen wollen Rollschuhsport in der Region bekannter machen.

von Julius Ferber

Der Boden fordert Tribut, die sogenannte „Floor Tax“, denn das Hinfallen gehört beim Rollerskaten dazu. Den gleichnamigen Club im Rhein-Main-Gebiet gibt es seit vergangenem Sommer. Drei skatebegeisterte Freundinnen haben ihn gegründet, um frischen Wind in die Rollschuh-Szene der Region zu bringen. Mascha, Bianca und Natalie haben sich über die gemeinsame Leidenschaft fürs Skaten kennengelernt: „Ich bin sehr froh, dass ich das Rollschuhfahren für mich entdeckt habe. Man muss nichts erreichen, hat keine bestimmten Ziele. Man hat einfach Lust rauszugehen, zu fahren und mit der Musik zu fahren, das ist das Beste“, schwärmt Natalie, die 2021 mit dem Rollschuhlaufen begonnen hat. Diese positive Erfahrung teilen auch Bianca und Mascha. Sie betonen insbesondere den Community-Aspekt. Über das Hobby haben sie schnell eine Verbindung zu Gleichgesinnten und so schon viele Freund:innen gefunden.

Rollschuh im Rhein-Main-Gebiet

„Hier gibt es schon Möglichkeiten, Rollschuh zu fahren, aber es ist alles repariert und wir wollten etwas machen, was die Leute zusammenbringt“, sagt Bianca. Laut Mascha sind die Interessierten da „und das Angebot wird genutzt, wenn man es schafft, aber es war bisher niemand da, der es aktiv in die Hand genommen hat. Wir haben die Vision, wir haben die Motivation, wir haben da Bock drauf.“

Rollschuhlaufen gibt es in verschiedenen Formen. Dabei sind Rollkunstlauf, das dem Eiskunstlauf ähnelt, und der Teamsport Roller Derby in der Region präsen- ter. Der Floortax Club setzt seinen Fokus auf Rhythm Skating, bei dem mit Rollschuhen getanzt wird. Den Gründerinnen war vor allem wichtig, einen Rahmen zu schaffen, in dem Erwachsene hobbymäßig ohne Wettkampfgedanken dieser Leidenschaft nachgehen können. Aber auch einen Parkska- te-Workshop haben sie bereits angebo- ten. Dabei geht es um Skaten mit Ele- menten wie Rampen und Sprünge, wie man es vom Skaten mit Boards kennt. „Wir waren au- ßerdem in Austausch mit den Roller Derby-Leuten und wollen Überschnei- dungen schaffen“, so Bi- anca über die Vernetzung in der Szene. „Wir besuchen uns gegenseitig und bieten die Mög- lichkeit, die jeweils andere Sportart auszuprobieren“, erklärt Mascha.

Als Floortax Club veranstalten sie öffent- liche Treffen, draußen, wo jeder dazu- kommen kann. Zuletzt fand so ein gut besuchtes „Skate and Chill“ mit Pizza im

April auf der Rollschuhbahn in Bockenheim statt. „Hin und wieder organisieren wir Workshops mit Gastlehrern, die sehr gut fahren können und uns etwas Cooles zeigen“, sagt Bianca. Bei internati- onalen Festivals vernetzen sich die drei jungen Frauen mit Skater:innen, die sie für die Work- shops in die Region holen. Daneben gibt der Club Hinweise auf Trainingsmöglichkeiten bei Verei- nen wie dem Riedberger SV in Frankfurt und dem ARSV Mainz, wo Mascha auch als Übungs- leiterin aktiv ist. „Es ist schön, dass Leute durch die Workshops, Social Media oder die Rollschuh- disco auf den Verein aufmerksam werden und sich ihm anschließen“, freut sie sich. „Auch in Frankfurt sind sehr viele neue dazugekommen, zu den Trainingszeiten ist es wahnsinnig voll“, bekräftigt Natalie.

Abseits ihres Skate-Engagements arbeitet Bi- anca als Videografin, Natalie ist Grafikdesigner- in. Das hilft ihnen, eine ansprechende Online- Präsenz zu gestalten und die Werbetrommel für das Rollschuhlaufen zu rühren. Der Floortax Club will dabei keine Konkurrenz für die bestehenden Strukturen sein. Er ist kein eingetragener Verein; zunächst soll ausprobiert und am Konzept gefeilt werden. Genug zu tun ist also bereits jetzt: „Es ist ein volles Ehrenamt“, meint Mascha dazu.

Schlachthof auf Rollen

Bei der „Let's Roll“-Roll- schuhdisco am 1. Mai im Schlachthof hoffen die drei, den Sport vielen nä- her zu bringen. „Auch wer noch nicht auf Rollschuhen stand oder lan-

ge nicht mehr: Jeder ist willkommen!“ Bei dem Event können Interessierte, ohne eigene Roll- schuhe, diese von einem externen Verleiher mieten. Auf dem Programm stehen eine Fami- lien-Rollschuhdisco am Nachmittag, gefolgt von Workshops für Anfänger:innen und Fortge- schrittene. Ab 19 Uhr steigt dann für alle 16+ die Fete in der Rollschuhdisco. Beim Floortax Club freuen sie sich, ein Angebot zu schaffen, bei dem sich Menschen begegnen können und haben als Ziel, dass die Veranstaltung ein regel- mäßiger Programmpunkt wird. Die Rückmel- dungen zur ersten rollenden Disco im vergan- genen Oktober seien sehr positiv gewesen. Zahlreiche Besucher:innen haben dabei ihre Liebe zum Rollschuhfahren (wieder)entdeckt. Zukünftig sollen auch an anderen Orten Skate- Events stattfinden, die drei Gründerinnen sind mit Locations im Gespräch.



FOTO: FRED HSU ON EN.WIKIPEDIA, CC BY-SA 4.0, VIA WIKIMEDIA COMMONS

07



Das Binger Sektfest auf Burg Klopp: prickelnder Sekt, Live-musik & kulinarische Highlights mit Rheinblick – der perfekte Start in die Eventsaison in Bingen.

INGELHEIM

LITERATUR

19:00 Winzerkeller
»Martin Walker – Bredouilles«, Lesung

SONSTIGES

09:00 KING
»DAS Arbeitsstreffen für Verbände 2026«, Tagung

BINGEN AM RHEIN

WEINFESTE

17:00 Burg Klopp
»Das Binger Sektfest 2026«

FREITAG 08

MAINZ

PARTY

19:00 WOODS
»House Classics x Vino«
21:00 Red Cat
»The Culture 2000s till now«, Hip Hop, R'n'B & Pop
23:00 beben
»See You Dancin«
23:00 Schick
»LeFouque Club«, HipHop, Funk, Beats
23:00 Roof75
»Fury & Hard Impact«
23:00 schon schön
»Tanzattacked«, 80er/90er/00er

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

20:00 CineMayence
»The Zone of Interest«, Spielfilm

08



Giant Hogweed feiert die Genesis-Ära in der Scheuer – mit Klassikern von „Supper's Ready“ bis „Firth of Fifth“ begeistern sie mitreißend und authentisch.

BÜHNE

18:00 Staatstheater U17
»Sky Night«, Tanztheater
19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Tod eines Handlungsreisenden«, Schauspiel

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Reisegruppe Ehrenfeld«, Kabarett
20:00 Kleines Unterhaus
»Chin Meyer – Die Erotik des Geldes«, Stand-Up-Comedy

10



Das Velvets Theater zeigt Der kleine Prinz: Märchenhafte Bühnenkunst mit Mensch und Puppe nach Saint-Exupéry über Freundschaft und das Wesentliche im Leben.

INGELHEIM

WEINFESTE

17:00 Winzerkeller
»Frühlingsfest 2026 am Winzerkeller«

IDSTEIN

PARTY

21:00 Scheuer
»Zurück in die Gegenwart«, 80s-10s Hits

BINGEN AM RHEIN

WEINFESTE

17:00 Burg Klopp
»Das Binger Sektfest 2026«

SONNTAG 10

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Un Poeta (spanOmU)«, Spielfilm

BÜHNE

15:00 Bar Jeder Sicht
»Dragklatsch – Let Them Eat Cake!«
18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Sophia, der Tod und ich«, Schauspiel
19:00 Frankfurter Hof
»Lars Reichow – Boomerland«, Kabarett

MONTAG 11

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Un Poeta (spanOmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Tonkult jammt mit The Balanced Path«

KLASSIK & OPER

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

BILDUNG & VORTRÄGE

20:45 Zum grünen Kakadu
»Auf ein Getränk mit ... Kaiser von Atlantis«

KINDER & JUGEND

09:00 Staatstheater U17
»Katze mit Hut«, Kindertheater
11:30 Staatstheater U17
»Katze mit Hut«, Kindertheater

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»High Desert Queen / Wolf Prayer«, Metal, Stoner

KUNST & AUSSTELLUNG

16:00 WerkRaum
»Das gläserne Museum«

SONSTIGES

20:00 Sternwarte
»Beobachtungabend, beginnend mit Sonnenbeobachtung«

DIENSTAG 12

MAINZ

KINO & FILM

16:00 Capitol
»GOTT«
20:00 CineMayence
»Un Poeta (spanOmU)«, Spielfilm

20:30 Uni - Muschel
»Filmz - Muschelkino«

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Haze'evot«, Alternative-Rock, Punk

BÜHNE

10:30 Staatstheater U17
»Sky Night«, Tanztheater

Programm im KUZ

02.05.

DAVID PUENTEZ

PARTY: ELEKTRO

14.05.

ENGIN

SAG MIR ALMANYA TOUR 2026

KONZERT: INDIE

06.05.

FUCKUP NIGHT

WIR FEIERN
FEHLERKULTUR
VORTRÄGE ÜBERS SCHEITERN

16.05.

GOLDPLAY.LIVE -
COLDPLAY TRIBUTE
SHOW

GLOWING IN THE DARK TOUR

KONZERT: POP

09.05.

JOSH.

WER SINGT DANN
LIEDER FÜR DICH
- SOLO TOUR 2026

KONZERT: POP

21.05.

REPORTER SLAM
MAINZ!

SLAM

KUZ
KULTUR
ZENTRUM
MAINZ

eine Location von

mainzplus

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



FLINTA* erheben ihre Stimmen

Räume erschließen und Feminist:innen vernetzen – das will das Fräulein*-Kollektiv aus Mainz. Gründerin Katharina Sieben und Neumitglied Nathalie Stübinger stellen die Arbeit der Gruppe vor

von Eva Szulkowski

Seit rund drei Monaten engagiert sich Nathalie Stübinger beim Fräulein*-Kollektiv in Mainz. Auf die feministische Gruppe aufmerksam wurde die Studentin durch deren Veranstaltungen in der Blue Raincoat Bar in der Mainzer Neustadt. „Ich habe immer aus der Ferne ihre roten Flugblätter gesehen“, erzählt sie. An den leuchtend bunten Flyern in den Ladenfenstern soll man bereits von draußen erkennen: Dieser Raum gehört gerade FLINTA*-Personen (Frauen, Lesben, Intergeschlechtliche, Nichtbinäre, Trans- und Agender-Personen). Etwa bei der offenen Bühne „Fräulein* werden laut“. Bei der fünften Ausgabe im Februar brachten acht Vortragende neben Musik- und Textbeiträgen auch einen Kurzfilm und einen Comic mit.

Gemeinsam aktiv werden

Es war viel los, wie zumeist, wenn das feministische Kollektiv zu einem seiner Formate einlädt. In je sieben Minuten thematisierten die Künstler:innen psychische Gesundheit, Sexismus, Übergriffe und die Manosphere. Sie erzählten kraftvoll und mit Witz von Befreiung und Selbstbestimmung. „Uns ist es wichtig, dass alle Stimmen, die gehört werden wollen, gehört werden. Wenn wir Kapazität haben und die Texte nicht gegen unsere Werte verstoßen, dürfen alle Beiträge stattfinden“, sagt Katharina Sieben. Gemeinsam mit zwei Kommiliton:innen rief die damalige Buch- und Theaterwissenschaftsstudentin das Fräulein*-Kollektiv vor etwa zweieinhalb Jahren ins Leben. Ursprünglich wollten die Studierenden der Theaterwissenschaft ein feministisches Stück erarbeiten, eine Aktualisierung von Eve Enslers „Vagina-Monologen“. „Da ha-

ben wir festgestellt, dass es hier in Mainz in der freien Szene total schwierig ist, Räume zu finden, die man nutzen kann, vor allem für wenig Geld.“ Das Stück kam zwar nie zur Aufführung, dafür schufen die Studierenden mit dem Fräulein*-Kollektiv ein Netzwerk für Feminist:innen, die gemeinsam aktiv werden wollen.

Zu ihren Angeboten gehören unter anderen der Stammtisch „Fräulein*-Gedeck“, bei dem Mitglieder und Interessierte Erfahrungen austauschen und über verschiedene Themen diskutieren können. Besonders beliebt ist der Lesekreis „Fräulein* lesen“ in der Buchhandlung Cardabela in der Neustadt; hier gibt es eine Warteliste, weil so viele teilnehmen wollen. Im Rahmenprogramm des feministischen Kampftags am 8. März dieses Jahres beteiligte sich das Kollektiv mit einem Stand und bot mit Sprüchen bedruckte Postkarten, Sticker und Urinellas aus Papier zum Selbstanmalen an. Erneut war das Interesse groß: „Die Leute haben sich wirklich direkt drauf gestürzt“, freut sich Stübinger.

Immer offen für neue Ideen

Sie stieß nach einem Besuch des offenen Plenums zum Fräulein*-Kollektiv. Hier werden organisatorische Fragen besprochen und neue Ideen ausgebrütet. Was ihr besonders gefällt: „Dass man von vornherein ernst genommen wird und auch Verantwortung bekommt, wenn man die haben möchte, aber zu nichts verpflichtet wird.“ Inzwischen hat sie gemeinsam mit einem weiteren Mitglied die Pflege der Social-Media-Präsenz übernommen. „Wir sind immer offen dafür, dass neue Leute dazukommen und mit neuen Ideen neue Formate starten“, bestätigt Sieben. Der Gruppe sei es wichtig, auf die individuellen Bedürfnisse der Mitglieder einzu-

gehen, sie zu unterstützen, ihnen aber auch viel Freiraum zu lassen.

In Zukunft möchten die Aktivist:innen noch mehr Raum einnehmen: „Wir wollen uns generell in Mainz noch besser vernetzen, auch mit anderen Kollektiven“, so Sieben. Derzeit plant die Gruppe gemeinsam mit dem Kopfsprung-Kollektiv einen Zine-Vormittag, bei dem Teilnehmer:innen feministische Fanzines, das sind Magazine von Fans für Fans, basteln können. Künftig soll daraus unter dem Motto „Fräulein* Kreativ“ ein neues Format werden. Hier wollen sie etwa Buchcover bedazzeln, Armbänder basteln oder zu einem Fotowalk einladen. „Wer eine Expertise hat, kann sie anbieten und anderen etwas beibringen“, lädt Sieben zum Mitmachen ein.

Außerdem werde das Kollektiv künftig weiter daran arbeiten, „die Kulturangebote so niederschwellig wie möglich zu machen“, berichtet Stübinger. Sie sollen nicht nur in Bars stattfinden, wo man für seine Getränke bezahlen muss. Als intersektional-feministisches Kollektiv sei es ihnen wichtig, verschiedene Diskriminierungsformen zu berücksichtigen, etwa auch Klassismus. „Es ist teilweise wirklich schwierig, Veranstaltungen barrierefrei oder barrierearm zu gestalten“, beschreibt Sieben die Herausforderungen und ergänzt: „Aber wir versuchen, das immer mitzudenken und Räume für alle zu erschließen.“

WTF

Die nächste Ausgabe von „Fräulein* werden laut“ findet am 7. Mai in der Blue Raincoat Bar statt.

Instagram: @fraeuleinkollektiv



Der Spielfilm *Un Poeta* erzählt von einem gescheiterten Lyriker, der zwischen Alkohol, Selbstmitleid und Poesiebessenheit lebt und im Talent einer Schülerin eine große Chance sieht. Eine satirische Tragikomödie im Cinemayence.

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

20:00 Zum grünen Kakadu
»Heute Abend: Lola Blau«, Musical

20:00 Staatstheater U17
»Connemara«, Schauspiel

20:00 Unterhaus
»Bonewitz & Freunde«, Kabarett – Lesung

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 Landesmuseum
»Treffpunkt Kunst«, Kunstgespräch

BILDUNG & VORTRÄGE

18:00 Landesmuseum
»Die Raumform, wie die Kultform bleibt schwankend«

18:30 Zentrum Baukultur
»Auf gute Nachbarschaft«

KINDER & JUGEND

10:00 Weißlilienengasse 8
»Picobello, ahol!«, Musiktheater

WIESBADEN

KINO & FILM

20:00 Caligari
»Denk nicht, schau!«

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Rong Kong Koma«, Indie, Punk

20:00 Kulturpalast
»Venerea // Dankeschatz«, Punkrock

20:00 art-ist
»15. #14«, Freie Improvisation, Standard, Session

BILDUNG & VORTRÄGE

19:00 WerkRaum
»Vom Halberg bis zum Rhein – 100 Jahre SV Wehen Wiesbaden«

INGELHEIM

BÜHNE

19:00 Zeitsprung Zaubertheater
»Open Stage«

MITTWOCH 13

MAINZ

PARTY

21:00 Red Cat
»All about that Bass«, 2010er & 2020er

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

23:00 KUZ
»HELIX w/ Paracek«, Trance, Hardtechno

23:00 beben
»Blank Wave«

23:00 Schick
»Act in Delirium«

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Un Poeta (spanOmU)«, Spielfilm

20:15 Bar jeder Sicht
»Skinny Love (OmU)«

LIVE-MUSIK

20:00 Frankfurter Hof
»Kroke«, Klezmer, Jazz, Impro

20:00 schon schön
»Pablu«, Indie-Pop, NNDW

BÜHNE

18:30 Krumm & Schepp
»Newcomer-Night«

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

20:00 Unterhaus
»Bonewitz & Freunde«, Kabarett – Lesung

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

KLASSIK & OPER

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

KUNST & AUSSTELLUNG

16:00 K-LAB
»Aus Mehl wird Magie«, Kinder-Kunst-Aktion

KINDER & JUGEND

17:00 Gonsenheimer Wildpark
»Führung im Wildpark«

WIESBADEN

PARTY

22:30 Schlachthof (Kesselhaus)
»Nightcrawling #117«, EBM / Wave / Goth

23:00 Kreativfabrik
»Patriarchat am Arsch«, Techno

LIVE-MUSIK

20:00 Kreativfabrik
»Public Circuit / Belljar«, electronic, Post Punk

BÜHNE

20:00 Schlachthof (Halle)
»Sebastian 'El Hotzo' Hotz – Sidekick«, Show & Lesung



Dave Davis im unterhaus mit „Konfetti für alle!“. Stand-Up-Comedy mit schwarzem Humor, absurden Geschichten und pointierten Liedern. Ein Abend gegen eine Welt, die nur noch Trübsal bläst, sondern Chaos in Lachen verwandelt.

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 Heimatmuseum Biebrich
»Klar zum Wandel – Wiesbaden gegen die Plastikflut. Mach mit!«

BILDUNG & VORTRÄGE

11:00 WerkRaum
»Begegnungen im WerkRaum: Im Gespräch mit polizeilich zertifizierten Sicherheitsberatern für Seniorinnen und Senioren«

IDSTEIN

PARTY

21:00 Scheuer
»2000/2010er Party«

DONNERSTAG 14

MAINZ

PARTY

16:00 Roof175
»Synth Society«

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

23:00 schon schön
»All You Can Dance«

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Die Bonnards - Malen und Lieben (OmU)«, Spielfilm

20:00 Uni Campus
»Filmz Containerkino«

20:45 Capitol
»Iron Maiden: Burning Ambition«

LIVE-MUSIK

20:00 Frankfurter Hof
»Benjamin Lackner Quintet«, Jazz/Blues

20:00 KUZ (Werkhalle)
»Engin«, Indie

20:00 schon schön
»AUA // Wohnbau«, Krautrock

Nacht
der Verführung

14. – 16. Mai

Wein, Kulinarik & Livemusik
Eintritt frei!
dein-bingen.de

Bingen Tourismus & Kongress GmbH
Rheinkai 21 | 55411 Bingen

BÜHNE

17:00 Zum grünen Kakadu
»Dancing Stars – Geheimes Theatertreffen«, Szenische Lesung

18:00 Staatstheater Großes Haus
»The Addams Family«, Musical

19:30 Krumm & Schepp
»Hilarious Comedy«

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Der Sandmann«, Gothic-Konzert nach E.T.A. Hoffmann

20:00 Unterhaus
»Dave Davis – Konfetti für alle!«, Stand-Up-Comedy

WEINFESTE

13:00 Adenauer-Ufer
»Mainzer WeinUfer«

WIESBADEN

PARTY

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Non Est Deus / Antrisch«, Black Metal

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Halle)
»Sportfreunde Stiller / Brückner«, Indie

BÜHNE

20:00 Thalhaus
»Elke Winter – Alleine das jetzt!«, Comedy

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

KULINARISCHES

10:30 Theater kunstlerhaus43 im Palasthotel
»Le petit déjeuner«, Mitbring-Frühstück im mediterranen Innenhof

KINDER & JUGEND

16:00 Galli Theater
»Zauberine feiert Vatertag«, Theater

MARCELO BRODSKY

MEMORY IN ACTION
26.3.–28.6.2026 www.wiesbaden.de/kunsthaus

KUNSTHAUS
Wiesbaden
Kulturamt

08. MAI – 23. AUGUST
2026

Herb

EINE MULTIMEDIALE AUSSTELLUNG – VOM KRÄUTERBUCH ZUR PFLANZENKRAFT

WENN AUS WURZELN WUNDER WACHSEN

Eine Sonderausstellung der Hochschule Mainz in Kooperation mit dem Gutenberg-Museum und dem Historischen Museum Mainz
www.herbausstellung.de

Gutenberg-Museum Mainz
Hochschulstr. 1
55118 Mainz

Geleitet von
EMPOWER



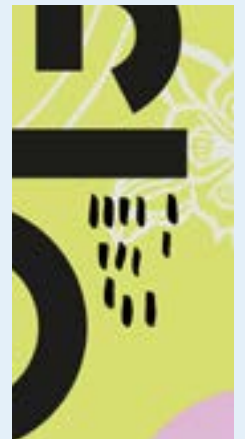
Mainzer WeinUfer

Mainz freut sich auf ein genussvolles Wochenende bei freiem Eintritt: Vom 14. bis 17. Mai verwandelt sich die Rheinpromenade von der Theodor-Heuss-Brücke bis zum Kaisertor in eine stimmungsvolle Flaniermeile für Weinliebhaber:innen. Für ein Bühnenprogramm mit Live-Musik und kulinarischen Angeboten wird gesorgt. Mit dabei ist der WeinUferWalk. Mit dem Ticket für 22 Euro erwirbt man ein Weinglas samt Umhängetasche und kann an ausgewählten Ständen insgesamt neun Weine verkosten. Neben der Weinraumwohnung nehmen folgende Weingüter am WeinUferWalk teil: Stauff, Bär, Bernhard-Räder, Becker, Kissel, Beutel, Janz. Das Ticket ist flexibel an einem oder mehreren Tagen einlösbar. Der Familientag schenkt den Familien besondere Beachtung und sorgt als „Pink Sunday“ mit stimmungsvoller Beleuchtung, spritzigen Getränken und fruchtigen Akzenten für einen gelungenen Abschluss. Infos: mainzer-weinufer.de



Wurzel Wunder

Die multimediale Ausstellung „FLORA – Wenn aus Wurzeln Wunder wachsen“, widmet sich dem Verhältnis zwischen Mensch, Gesundheit und Natur. Ausgangspunkt ist das frühe deutschsprachige Kräuterbuch „Gart der Gesundheit“, das 1485 in Mainz entstand. Die Ausstellung spannt den Bogen von historischem Heilpflanzenwissen zu heutigen Perspektiven auf Pflanzenwirkung und ökologische Herausforderungen. Kuratiert wurde die Ausstellung von Studierenden der Hochschule Mainz in Kooperation mit dem Gutenberg-Museum und dem Naturhistorischen Museum, in dem die Ausstellung vom 8. Mai bis zum 23. August zu sehen ist. Die Besucher:innen erwarten interaktive, künstlerische und sinnliche Stationen. Im Zusammenspiel digitaler Formate mit Büchern und Herbarien werden historisches Wissen, naturwissenschaftliche Erkenntnisse, Fragen zum Klimawandel und der schwindenden Artenvielfalt miteinander verwoben. Infos: flora-ausstellung.de



Nach Sport kommt Werken

Ab dem 2. Mai hat Wiesbaden einen neuen Kulturort, den WerkRaum im ehemaligen Sportcheck in der Langgasse 5–9. Bis zum 31. Oktober lädt der WerkRaum dazu ein, die Stadt aktiv mitzugestalten. Als sogenannter „Vierter Ort“, jenseits von zu Hause, Arbeit und Konsum, wird er ein offenes Forum für Projekte des World Design Capital (WDC) und für Dialogformate oder Veranstaltungen sein. Projekte aus Wiesbaden und der Region werden sichtbar und zeigen, wie Gestaltung gesellschaftliche Entwicklungen begleiten kann. Federführend in Organisation und Planung ist das „sam – Stadtmuseum am Markt“, das auch mit Einzelveranstaltungen und dem „Gläsernen Museum“ dabei ist. Der Eröffnungstag gehört dem Eröffnungsprogramm, unter anderem mit Hiphop von Nosa Rap und der Modenschau „Wiesbaden dreh dein Ding“. Start ist am 2. Mai ab 11 Uhr. Um 18 Uhr ist dann die hochhoffizielle Eröffnung. Infos: wiesbaden.de/sam



Der Weg ist der Weg zum Ziel

Unter dem Titel „Der Weg ist der Weg zum Ziel“ zeigt Manuel Andreas Presser vom 9. bis 16. Mai im Rathaus Gonsenheim, Pfarrstraße 1, seine farbenfrohen Bildwelten. Täglich von 10 bis 18 Uhr sind alle Besucher:innen dazu eingeladen, 37 neue Werke des Mainzer Künstlers zu bestaunen. Interessierte haben zudem die Möglichkeit, die Bilder zu erwerben. Pressers ausdrucksstarke, detailreiche Acrylgemälde verbinden Fantasie, Reiseeindrücke und persönliche Erlebnisse zu einem lebendigen, oft humorvollen Kosmos. Die Vernissage findet am Samstag, 9. Mai, um 16 Uhr statt. Musikalisch begleitet wird die Eröffnung von Heidi Breiling & Band. Es spricht der Biologe Dr. Olaf Kelber, und auch für einen guten Tropfen ist gesorgt. Es wartet ein inspirierendes Kunsterlebnis – um zeitiges Erscheinen wird gebeten. Informationen und Kontakt: rückverdopplung.de





kuensterhaus43 im Palasthotel: Traditionelle mongolische Volksmusik verbindet sich mit zeitgenössischen Cello-Klängen zu einer archaisch-modernen Klangwelt.

RÜDESHEIM AM RHEIN

PARTY
12:00 Niederwalddenkmal
»Electronic Niederwald«

BINGEN AM RHEIN

WEINFESTE
17:00 Rochusberg
»Die Nacht der Verführung«

FREITAG 15

MAINZ

PARTY
21:00 Red Cat
»Dance with Friends«, 10er-heute

23:00 schon schön
»Nur die Nuller waren Duller«, 2000er Party

23:00 beben
»Mach Mal Langsam«

23:00 Schick
»Singleklub«

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Die Bonnarads - Malen und Lieben (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»SÖWT + SILK«, Noise-Rock, Post-Punk

BÜHNE

17:00 Kurfürstliches Schloss
»Lexicon von Eliana Rotella«

19:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das achte Leben (Für Brilka)«

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Werther«, Schauspiel n. Goethe

20:00 Staatstheater U17
»Call me (.) Daddy«

20:00 Frankfurter Hof
»The Umbilical Brothers - Best Of The Worst Of The Best«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Christoph Sieber - Weiermächen!«, Kabarett

20:00 Kleines Unterhaus
»Michal - Unangenehm«, Comedy

BILDUNG & VORTRÄGE

15:00 Zum grünen Kakadu
»Regie jetzt! Öffentliches Gespräch der Regisseure*innen«

WEINFESTE

15:00 Adenauer-Ufer
»Mainzer WeinUfer«

WIESBADEN

PARTY
22:00 Schlachthof
»Grand Semester Opening Party«, Party, Karaoke, Beerpong

LIVE-MUSIK

20:00 art.ist
»Sentipensantes«, Improvisation / Reflexion

BÜHNE

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Entrückt«, Schauspiel

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

20:00 Akzent Theater
»Männer und andere Irrtümer«, Komödie

KUNST & AUSSTELLUNG

15:00 WerkRaum
»Mal- & Bastelspaß mit SVWW-Maskottchen Taínas«

DARMSTADT

BÜHNE

19:30 Staatstheater/Kleines Haus
»Hessisches Staatsballett: Mirrors«, Choreografie

BINGEN AM RHEIN

WEINFESTE

17:00 Rochusberg
»Die Nacht der Verführung«



Im K-LAB lädt Polly Rakete zur Benefiz-Kindermusik für ein Schulprojekt in Ghana - inklusive Mitmachlieder, Spendenkonzert und Familienprogramm.

16:00 Galli Theater

»Aladdin & die Wunderlampe«, Märchentheater

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Les Saisons: Malandain Ballet Biarritz«, Choreografie

19:30 Kurhaus
»TURN: Gob Squad, Ethan Braun und Solistenensemble Kaleidoskop«

20:00 Thalhaus
»Wiesbadener Comedy Club«

20:00 Akzent Theater
»Männer und andere Irrtümer«, Komödie

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

20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

INGELHEIM

KUNST & AUSSTELLUNG

15:00 Museum bei der Kaiserpfalz
»Öffentliche Kaiserpfalzführung«

KINDER & JUGEND

17:00 KING
»Yakari - Freunde fürs Leben«, Musical

IDSTEIN

PARTY

22:30 Scheuer
»Dance Night«

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»It's all Pink«, Pink Show

DARMSTADT

BÜHNE

18:00 Staatstheater/Kleines Haus
»Hessisches Staatsballett: Mirrors«, Choreografie

BINGEN AM RHEIN

WEINFESTE

17:00 Rochusberg
»Die Nacht der Verführung«

SONNTAG 17

MAINZ

KINO & FILM

12:00 Capitol
»Same Sun - Mit dem Fahrrad durch Afrika«

20:00 CineMayence
»Die Bonnarads - Malen und Lieben (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

16:00 Landesmuseum
»Musikalische Lesung: Vom Sommer, vom Herbst zum Winter des Jahrhunderts«

BÜHNE

10:00 Staatstheater Orchestersaal
»Peter und der Wolf«, Sinfonisches Märchen

11:30 Staatstheater Orchestersaal
»Peter und der Wolf«, Sinfonisches Märchen

15:00 Staatstheater Glashaus
»Bête de Foi«, Work in Progress

15:00 Kurfürstliches Schloss
»Orlando - Kopie ohne Original«, Theater

18:00 Staatstheater Großes Haus
»The Addams Family«, Musical

18:00 Kurfürstliches Schloss
»Orlando - Kopie ohne Original«, Theater

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Im Mohnfeld«, Tanz

19:00 Unterhaus

»Jochen Malmshaimer«, Kabarett

20:00 Staatstheater U17
»MaMa«, Theater

KUNST & AUSSTELLUNG

09:00 Gutenberg-Museum MOVED
»Internationaler Museumstag«

10:00 Landesmuseum
»Internationaler Museumstag«

11:00 Gutenberg-Museum MOVED
»Kuratorinnenführung: FLORA«

13:00 Kunsthalle
»Freistunden«

14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Familienrundgang«

14:00 Kunsthalle
»Rundgang in Einfacher Sprache«

SHOWS & FESTE

13:00 Tritonplatz
»Internationaler Tag gegen Queerfeindlichkeit auf dem Tritonplatz am Staatsballett«, Aktionstag zum IDAFOBHIA*

WEINFESTE

13:00 Adenauer-Ufer
»Mainzer WeinUfer«

KINDER & JUGEND

11:00 Landesmuseum
»Handpuppenführung«

14:30 schon schön
»Kinderdisco«

15:00 Staatstheater
»Familienführung«

15:30 K-LAB
»Polly Rakete«, Benefizkonzert für eine Schule in Ghana

WIESBADEN

PARTY

14:00 Schlachthof
»DAHOBIT 2026: Homogen* Pres. Baran Kok«, Outdoor Dayrave & Indoor Konzert

LIVE-MUSIK

11:00 Walhalla im Exil
»Friedenssalon«

11:00 Kulturstätte Monta
»Flötenzauber - Querflötenklänge von kleinen und großen Spieler:innen«

BÜHNE

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

16:00 Staatstheater Kleines Haus
»Leonce und Lenax«, Lustspiel v. Georg Büchner

18:00 Staatstheater Großes Haus
»Les Saisons: Malandain Ballet Biarritz«, Choreografie

18:00 Kurhaus
»TURN: Gob Squad, Ethan Braun und Solistenensemble Kaleidoskop«

20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

KUNST & AUSSTELLUNG

11:30 sam - Stadtmuseum am Markt
»Führung: Erzähl' mir von Europa!«

14:00 Kunsthaus
»Führung: Memory in Action. Marcelo Brodsky«

BILDUNG & VORTRÄGE

11:00 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Die Kunst des Archivs«

15:00 Museum Reinhard Ernst
»Künstler-Talk: Michael Anthony Müller im Gespräch mit Kuratorin Lea Schäfer«

KINDER & JUGEND

11:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

15:00 Kreativfabrik
»Kinderdisco«

INGELHEIM

KUNST & AUSSTELLUNG

10:00 Museum bei der Kaiserpfalz
»Internationaler Museumstag«

10:00 Museum bei der Kaiserpfalz
»Internationaler Museumstag«

DARMSTADT

BÜHNE

16:00 Staatstheater/Kleines Haus
»Hessisches Staatsballett: Mirrors«, Choreografie

MONTAG 18

MAINZ

KINO & FILM

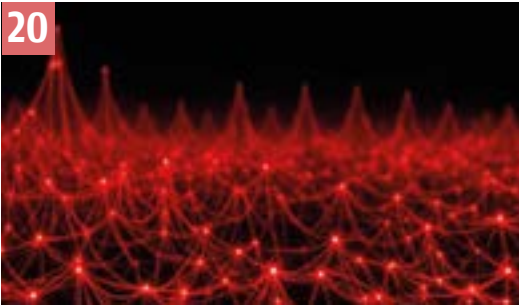
20:00 CineMayence
»Die Bonnarads - Malen und Lieben (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 schon schön
»Ganz schön Jazz mit Sourcroud«

BÜHNE

11:00 Staatstheater U17
»Sky Night«, Tanztheater



Im Kunsthaus wird der Herzschlag hörbar: Wigel Mendozas Ausstellung An den Grenzen des Pulses ist eine Klanginstallation aus Livemusik und Herzschlägen.

KLASSIK & OPER

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

LITERATUR

19:00 Buchhandlung Erlenses & Büchergilde
»Auf ein Buch mit Fine und Uli«

BILDUNG & VORTRÄGE

18:00 Aposto
»Pint of Science Mainz«, Wissenschaftskommunikation

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Angel DuST / Speedway«, Hardcore Konzert

SONSTIGES

20:00 Sternwarte
»Beobachtungsabend, beginnend mit Sonnenbeobachtung«

DIENSTAG 19

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Die Bonnarads - Malen und Lieben (OmU)«, Spielfilm

20:30 Uni - Muschel
»Filmz - Muschelkino«

LIVE-MUSIK

19:00 Akademie der Wissenschaften und der Literatur
»The Köln Concert«, Benjamin Schatz interpretiert Keith Jarrett

20:00 schon schön
»Bon Jour«, Psychedelic-Funk, Indie-Pop

20:00 KUZ (Lehrsaal)
»Cheyenne«, Jazz

BÜHNE

10:30 Staatstheater U17
»Sky Night«, Tanztheater

18:00 Unterhaus
»Otto-Schott-Gymnasium / DS-Kurse Jahrgang 11«, Schultheater

19:00 Muck Familientheater
»Impro Session«

LITERATUR

20:00 Kulturcafé
»ReSlam the Qkaff«, Poetry Slam

20:00 Zum grünen Kakadu
»Audrey Magee: Die Kolonie«, Lesung und Gespräch

KUNST & AUSSTELLUNG

18:30 kunststück
»kreativ treff«

19:00 Landesmuseum
»An Evening Art Journey«

BILDUNG & VORTRÄGE

18:00 Salon 3EIN
»Pint of Science Mainz«, Wissenschaftskommunikation

18:00 Wallenstein
»Pint of Science Mainz«, Wissenschaftskommunikation

SPORT & GAMING

19:30 Schick
»Schick & Schlaw«, Pubquiz

WIESBADEN

BÜHNE

18:30 Wartburg
»do it; diensttag - Crowdsinging«, Treff

20:00 Heaven
»Kiwi Comedy«

MITTWOCH 20

MAINZ

PARTY

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

KINO & FILM

19:30 Krumm & Schepp
»Zang(k)gasse«

20:00 CineMayence
»Die Bonnarads - Malen und Lieben (OmU)«, Spielfilm

20:15 Bar Jeder Sicht
»All the Colours of the World Are Between Black and White (OV)«

BÜHNE

10:30 Staatstheater U17
»Sky Night«, Tanztheater

19:00 KUZ
»Science Slam Mainz!«

20:00 Kleines Unterhaus
»Jonas Greiner - Auf Augenhöhe«, Stand-Up-Comedy

20:00 Unterhaus
»Alice Hoffmann & Bettina Koch - In Würde albern...«, Comedy

LITERATUR

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

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 Kunsthalle
»Kuratorinnenrundgang«

BILDUNG & VORTRÄGE

17:00 Naturhistorisches Museum
»Wildes Mainz«, Stadtpaziergang

18:00 Aposto
»Pint of Science Mainz«, Wissenschaftskommunikation

18:00 Leibniz-Zentrum für Archäologie (LEIZA)
»Geschichtsmynthen auf dem Prüfstand«

19:00 LUX - Pavillon der HS Mainz
»Lea Susmichel: Unbedingte Solidarität«

KINDER & JUGEND

10:00 Weißbühlengasse 8
»Picobello, ahoi!«, Musiktheater

WIESBADEN

BÜHNE

19:30 Theater kuensterhaus43 im Palasthotel
»Marilyn trifft Muhammad«, Schauspiel

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Über die Notwendigkeit, dass ein See verschwindet«, Schauspiel

KUNST & AUSSTELLUNG

18:00 Museum Reinhard Ernst
»Führung: Wolfgang Hollegha. Denk nicht, schau!«

DONNERSTAG 21

MAINZ

PARTY

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

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»To a Land unknown (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

19:00 KUZ (Lehrsaal)
»Reporter Slam Mainz!«

20:00 Kleines Unterhaus
»Marie Diot. Unwahrscheinliche Hits, Liedermacherin«

20:30 M8-Club
»Songs in a Small Room«, Open Stage

BÜHNE

10:30 Staatstheater U17
»Sky Night«, Tanztheater

19:00 Stadtpark
»City Moves«, Tanzen für alle

19:00 KUZ
»Reporter Slam Mainz!«, Mitten in die Presse rein!

19:30 Kabarettarchiv
»Claire Waldo - anders als die Andern!«

20:00 Unterhaus
»Jakob Schwerdtfeger - Punkt Punkt Komma Strich, fertig ist die Kunstgeschichte«, Comedy

20:00 Zum grünen Kakadu

»Liebesgeschichten mit seltsamem Ausgang«, Live-Hörbuch

KLASSIK & OPER

19:00 Frankfurter Hof
»Florian Christl«

LITERATUR

19:30 Bukafski Buchhandlung & Cafe
»Tom Kummer - Freiwürfe mit einem Diktator«, Lesung

KUNST & AUSSTELLUNG

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



Rami Hattab*

1. Mai, 20 Uhr, Schlachthof, Wiesbaden

Mit „Goldener Handschuh“ gelang Rami Hattab* der Durchbruch. Der Wiesbadener begeistert als Live-Künstler mit unverwechselbarer Stimme, offenen Texten und starker Präsenz. Zwischen Balladen und mitreißenden Songs schafft er intime Konzertmomente.



Cold Stress

27. Mai, 20 Uhr, Kreativfabrik, Wiesbaden

Hardcore-Punk aus Frankreich: Cold Stress liefern mit harten Riffs, Tempo-wechseln und aggressiven Vocals eine intensive Liveshow. The Ashes We Breathe aus Darmstadt kombinieren Elemente aus Hard-, Death- und Metalcore.



Maximilian Hering Group

3. Mai, 20 Uhr, art.ist, Wiesbaden

Die Maximilian Hering Group kehrt mit neuem Album „The Gathering“ zurück. Seit 2018 gewachsen, spielt das Quintett zwischen Struktur und Freiheit: rhythmisch gefestigt, mit viel Raum für ausdrucksstarke Soli und vielfältige Kompositionen.



SØWT + SILK

15. Mai, 20 Uhr, schon schön, Mainz

SØWT kehren nach Rückschlägen mit neuem Album zurück: experimentell, wuchtig, eingängig. Mit dabei: SILK mit ihrem rohen Alternative-Sound zwischen Punk, Grunge und Rock – energiegeladen und direkt. Noise-Rock & Post-Punk at its finest.



Bach im alten Dom

30. Mai, 19 Uhr, Johanniskirche, Mainz

Villa Musica präsentiert: Preisgekrönte Streicher spielen Meisterwerke von Bach. Sophi Rochlin (Violine), Syon Najman (Violoncello) und Eike Coetzee (Viola) interpretieren BWV 1001, 1009 und 529. Solosonaten von Reger und Ysaÿe ergänzen das Programm.



Goldplay.live

16. Mai, 20 Uhr, KUZ, Mainz

Goldplay.live ist Europas gefragteste Coldplay Tribute Show. Unterstützt durch eine farbenfrohe akzentuierte Lightshow, Bühnendekorationen und einem brillantem Sound zelebriert die Tribute Band mit Hingabe die zeitlose Musik ihrer Vorbilder.



52. Open Ohr Festival

22.-25. Mai, Zitadelle, Mainz

Beim diesjährigen Festivalthema „Alleinsam“ wird Einsamkeit als gesellschaftliches Thema in den Mittelpunkt gestellt, im gemeinsamen Austausch Ursachen und Lösungen diskutiert. Darüber hinaus erwartet das Publikum ein bunter Strauß aus Konzerten, Kunst und Kulinarik.

Noch mehr
Konzerte auf
PROUDY.de



Das Galli Theater zeigt Froggy – Ein Musical nach dem Frochkönig über eine Liebesbeziehung, die sich durch Mut, Witz und Verwandlung entwickelt.

SPORT & GAMING

19:00 Krumm & Schepp
»PubQuiz«

19:00 Kuehn Kunz Rosen
»Kuehn Biergarten-Quiz«

SONSTIGES

09:30 Hotel Hammer
»Seniorenwanderungen«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 Thalhaus
»La Nuit de Paris«, Piaf, Chansons

20:00 Schlachthof (Halle)
»Woodoo Jürgens und die Ansa Panier«, Liedermacher, Austro-Pop

20:00 Kreativfabrik
»Mr. Smith's Guitar Club«, Gitarresession & -talk

BÜHNE

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Hamlet: Dada Masilo / The Dance Factory«, Tanzstück

19:30 Staatstheater kleines Haus
»Entrückt«, Schauspiel

20:00 Galli Theater
»Froggy«, Musical

LITERATUR

19:30 Kunsthaus
»Michael Roth – Zonen der Angst. Über Leben und Leidenschaft der Politik«, Lesung

INGELHEIM

KUNST & AUSSTELLUNG

14:30 Museum bei der Kaiserpfalz
»Geschichte am Mittag«

DARMSTADT

BÜHNE

19:00 Staatstheater / Ballettsaal
»Counter Balance«, Tanztriennale

FREITAG 22

MAINZ

PARTY

19:30 schon schön
»Schön Früh Tanzen«

21:00 Roxxy
»40plus Party Mainz«

22:30 KUZ (Werkhalle)
»QUZ – Die queere Party im KUZ«

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

23:00 Schick
»London Groove«, DnB, Uk Garage

23:00 beben
»Kollektiv am Arsch«

23:59 Altes Postlager
»büro«

KINO & FILM

20:00 GineMayence
»To a Land unknown (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

20:00 Unterhaus
»Axel Zwingenberger«, Blues & Boogie Woogie Piano

BÜHNE

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

20:00 Kleines Unterhaus
»Repé Sydow – Sie dürfen sich wieder setzen«, Kabarett

20:00 Frankfurter Hof
»Quatsch Comedy Club«

20:00 Bürgerhaus Finthen
»Parshad – Emotional sein Vadder«, Comedy

SPORT & GAMING

19:00 KUZ
»Drag Queen Bingo«

FESTIVALS

10:00 Zitadelle
»52. Open Ohr Festival«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

19:30 Kulturstätte Monta
»Akkordeon-Solo mit Victor Pribylov«

20:00 Thalhaus
»La Nuit de Paris«, Piaf, Chansons

20:30 Kreativfabrik
»Fotocrime / Latex«, Dark, Industrial

BÜHNE

19:30 Theater im Pariser Hof
»Luisa Charlotte Schulz // Stabil Instabil«, Comedy

20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

20:00 Galli Theater
»Froggy«, Musical

SONSTIGES

18:30 Platz der Deutschen Einheit
»Critical Mass«

SAMSTAG 23

MAINZ

PARTY

16:00 Bellini
»Intrance x Index Freerave«

20:30 Bar Jeder Sicht
»Karaoke«

21:00 KUZ
»HitsHitsHits x Karaoke«

21:00 Red Cat
»Feel Good Inc.«, Disco & Dance

23:00 Schick
»Uplift«

23:00 schon schön
»It's a Match!«, 2010er Party

KINO & FILM

20:00 GineMayence
»To a Land unknown (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

19:00 [cultyé]
»Ginger Wade«

20:00 Kurfürstliches Schloss
»Rainbirds – Through The Web Of Time«, Rock/Pop

20:30 M8-Club
»Max Clouth«, Jazz

BÜHNE

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Sugar Rush«, tanzmainz

20:00 Unterhaus
»Steffen Möller – Präsident von Polesland«, Kabarett

20:00 Kleines Unterhaus
»Damenbesuch – Ungefiltert«, Musikkabarett

LITERATUR

15:00 Krumm & Schepp
»krumme Verse & scheppe Zeilen«

KUNST & AUSSTELLUNG

11:45 Gutenberg-Museum MOVED
»Öffentliche Museumsführung«

SONSTIGES

18:00 Kuehn Kunz Rosen
»Brauerei-Führung«

FESTIVALS

10:00 Zitadelle
»52. Open Ohr Festival«

KINDER & JUGEND

14:00 Gutenberg-Museum MOVED
»Familiensamstag: Von tan- zenden Buchstaben und bunten Blättern«

WIESBADEN

PARTY

14:00 Kultur-Dschungel
»Dschungel Erwachen«

15:00 Kurhaus
»Vibrancy Open Air«, Techno

22:00 Kreativfabrik
»Funkloch«, Minimal, House

22:30 Schlachthof (Kesselhaus)
»Guilty Pleasures«, 00er, 10er, 20er

BÜHNE

19:30 Theater im Pariser Hof
»Panagiota Petridou // Was letzte Preis?«

20:00 Velvet's Theater
»Die Zauberflöte«, Schauspiel

20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

20:00 Galli Theater
»Die Sinfitt«, Theaterstück

20:00 Thalhaus
»FGKH: Das Match«, Improtheater

BILDUNG & VORTRÄGE

14:00 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Die Kunst des Archivs«

SONNTAG 24

MAINZ

PARTY

22:30 Scheuer
»DepecheMode & 80's SynthieWave«

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»Depeche Reload«

KINDER & JUGEND

16:00 Galli Theater
»Der Teufel mit den 3 goldenen Haaren«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Hänsel & Gretel«, Märchentheater

INGELHEIM

BÜHNE

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

IDSTEIN

PARTY

22:30 Scheuer
»DepecheMode & 80's SynthieWave«

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»Depeche Reload«

SONNTAG 24

WIESBADEN

PARTY

22:00 schon schön
»Die schon schöne Pfingstrakete«

23:00 Roof75
»Licvid Summer Spring«

BÜHNE

17:00 Rheingoldhalle
»20 Jahre Star Ballet«

KLASSIK & OPER

15:00 Staatstheater Großes Haus
»Die Zauberflöte«, Mozart

KUNST & AUSSTELLUNG

11:00 Landesmuseum
»Führung: Shalom am Rhein«

11:00 Kabarettarchiv
»Open Sunday«

14:00 Kunsthalle
»Öffentlicher Rundgang«

FESTIVALS

10:00 Zitadelle
»52. Open Ohr Festival«

KINDER & JUGEND

13:00 Muck Familientheater
»Der Froschkönig«, Mitmuck Theater

16:00 Muck Familientheater
»Der Froschkönig«, Mitmuck Theater

WIESBADEN

BÜHNE

20:00 Kammerspiele
»Geheimnisse«, Komödie

KUNST & AUSSTELLUNG

16:00 St. Mauritius
»passaggi – Elisabeth Heindl«

KINDER & JUGEND

16:00 Galli Theater
»Hänsel & Gretel«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Der Teufel mit den 3 goldenen Haaren«, Märchentheater

MONTAG 25

MAINZ

KINO & FILM

20:00 GineMayence
»To a Land unknown (OmU)«, Spielfilm

LIVE-MUSIK

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Meisterkurskonzert der Meisterkurs-Schüler*innen«

BÜHNE

18:00 Staatstheater Großes Haus
»Sugar Rush«, tanzmainz

SONSTIGES

14:00 Staatstheater Kleines Haus
»Meisterkurs«, Öffentliche Probe

FESTIVALS

10:00 Zitadelle
»52. Open Ohr Festival«

WIESBADEN

PARTY

12:00 Berggasthof Kellerskopf
»474 über Null«

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 Kreativfabrik
»Gold Stress / The Ashes We Breathe«, Hardcore, Punk

BÜHNE

19:30 Emma & Co
»Spieleabend – Impro Workshop«

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Where the Wild Words are.«, Poetry Slam

WIESBADEN

BÜHNE

19:30 Theater im Pariser Hof
»Anna Schäfer // Schlafende Hunde«, Comedy-Theater

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 art.ist
»Turbulences«, Improvisierte Musik

20:00 Kreativfabrik
»Open Stage«, Konzert/Impro

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Carlo Karacho / Die Knöpfe«, NNDW, Post-Punk

BÜHNE

19:30 Theater im Pariser Hof
»Anna Schäfer // Schlafende Hunde«, Comedy-Theater

WIESBADEN

LIVE-MUSIK

20:00 art.ist
»Turbulences«, Improvisierte Musik

20:00 Kreativfabrik
»Open Stage«, Konzert/Impro

20:00 Schlachthof (Kesselhaus)
»Carlo Karacho / Die Knöpfe«, NNDW, Post-Punk

BÜHNE

19:30 Theater im Pariser Hof
»Anna Schäfer // Schlafende Hunde«, Comedy-Theater

WIESBADEN

PARTY

21:00 Kreativfabrik
»Karaoke«

WIESBADEN

20:00 Staatstheater kleines Haus
»Play Dead: People Watching«, Zirkus-/Tanzperformance

15:00 WerkRaum
»Wo Wiesbaden einmal kaufte – und was davon blieb«

18:30 Staatstheater Foyer Großes Haus
»Die Kunst des Archivs«
19:30 Schlachthof (Halle)
»Defend Democracy! mit Ronja Pohl: Rechtsextremere Angriffe Auf Den GSD«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

20:00 Kurhaus
»Meisterkonzerte Wiesbaden – Irish Roots«

02.
05.



Isabel Varell

Isabel Varell ist Sängerin, Moderatorin, Schauspielerin und Autorin in einer Person. In ihrem Programm dreht sich alles um Lebenslust, Liebe und Leidenschaft. Persönlich, humorvoll und bewegend erzählt und singt sie über Höhen, Tiefen und das Alterwerden. – **Isabel Varell, 2. Mai, 20 Uhr, unterhaus, Mainz**

10.
05.



Die
MamaMänner

Drei Männer, drei Mütter, ein Ziel: Freiheit. Oli, Carlos und Raphael versuchen, sich aus dem Einfluss ihrer Mütter zu lösen. Mit einer ungewöhnlichen Idee übt die Männer Wohngemeinschaft Selbstbestimmung – doch ob ihr Plan aufgeht? – **Die MamaMänner, 10. Mai, 20 Uhr, Galli Theater, Wiesbaden**

20.
05.



Marilyn trifft
Muhammad

Marilyn Monroe wird 100 und trifft in dieser szenischen Lesung auf Muhammad Ali. Gegensätze prallen humorvoll aufeinander, während Briefe und Originalzitate Einblicke in Leben und Persönlichkeiten geben. – **Marilyn trifft Muhammad, 20. Mai, 19.30 Uhr, Theater kuenstlerhaus43 im Palasthotel, Wiesbaden**

28.
05.



Anna Schäfer

Anna Schäfer zeigt in „Schlafende Hunde“ ein Solo über schlaflose Nächte und kreisende Gedanken. Mit Witz, Musik und Tempo wechselt sie Figuren und erzählt von den Geschichten unseres Lebens. Eine Mischung aus Theater und Kabarett. – **Anna Schäfer, 28. Mai, 19.30 Uhr, Theater im Pariser Hof, Wiesbaden**

09.
05.



Pam Pengco

In ihrer ersten Soloshow „Ich entschuldige mich im Voraus!“ erzählt Comedienne und Drag Queen Pam Pengco selbstironisch von Leben, Liebe und Chaos und bringt ihr Publikum dazu, über sich selbst zu lachen und für einen Abend den Alltag zu vergessen. – **Pam Pengco, 9. Juni, 20 Uhr, thalhaus Theater, Wiesbaden**

13.
05.



„El Hotzo“

Sebastian „El Hotzo“ Hotz, Autor und Satiriker, liest aus seinem neuen Roman „Sidedick“. Bekannt für scharfe Online-Kommentare und als Gag-Autor, erzählt er in seiner Mediensatire von Medien, Macht und einem ewigen Verlierer. – **Sebastian „El Hotzo“ Hotz, 13. Mai, 20 Uhr, Schlachthof, Wiesbaden**

23.
05.



Sugar Rush

„Sugar Rush“ von Marco da Silva Ferreira verbindet Tanz mit dem Motiv kollektiver Arbeit und individueller Befriedigung. Inspiriert durch das Stampfen von Trauben entsteht aus rhythmischer Anstrengung Zusammengehörigkeit und ein Rausch der Sinne. – **Sugar Rush, 23. Mai, 19.30 Uhr, Staatstheater, Mainz**

31.
05.



MOMO

„MOMO“ nach Michael Ende erzählt von der Heldin, die mit Hilfe ihrer Freunde gegen die grauen Herren kämpft, die den Menschen die Zeit stehlen. Die Inszenierung verbindet Werkreue mit modernen Elementen und richtet sich an Kinder ab 8 und Erwachsene. – **MOMO, 31. Mai, 16 Uhr, Velvets Theater, Wiesbaden**



Kippunktalast im K-LAB zeigt eine performative Installation des Mainzer Künstlerduos Oktober über ökologische, politische und technologische Kippunkte – ein begehbarer Denkraum zwischen Krise, Wandel und Möglichkeit.

22:00 Keller Krach Keller
»08-15+«

LIVE-MUSIK

19:30 Theater im Pariser Hof
»Pamela O' Neal // Spirit of Disco«

BÜHNE

20:00 Thalhaus
»Stephan Bauer – Am Ende der Nerven und noch so viel Ehe übrig«, Kabarett

20:00 Akzent Theater
»Der Auftrag«, Tragikomödie

20:00 Kammerspiele
»Der Videobeweis«, Komödie

20:00 Galli Theater
»68er Spätlese«, Komödie, Tanzparty

KUNST & AUSSTELLUNG

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

SHOWS & FESTE

16:00 Castanea e.V.
»Frühlingsfest«

INGELHEIM

LIVE-MUSIK

19:00 KING
»20 Jahre Pop und Jazzchor«

IDSTEIN

PARTY

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

LIVE-MUSIK

20:00 Scheuer
»Century's Crime«, Supertramp Show

SAMSTAG 30

MAINZ

PARTY

21:00 Red Cat
»Disco Pogo«, 2010er bis heute

23:00 schon schön
»URBN Essence«, Deutschrapp, Urban & Mixed Music

23:00 Bellini
»Klanglos«, Techno

23:00 beben
»The Elements of Rock«

23:00 Schick
»We Are Infected«

KINO & FILM

10:00 Capitol
»Wuthering Heights«

LIVE-MUSIK

19:00 Kurfürstliches Schloss
»Leo Kottke«, Jazz/Blues

19:30 Staatstheater Großes Haus
»Kakadu Kneipenchor goes Großes Haus«, Denn wovon lebt der Mensch

BÜHNE

19:00 KUZ
»Kaisertalk: unplugged«, Live Podcast

19:00 Bürgerhaus Finthen
»Mr. Yasin – The HypnoX Show«, Magie & Hypnose

19:30 Staatstheater Kleines Haus
»Barfuß im Weltall«, Weltraum-Musik-Theater

19:30 Landesmuseum
»Staatstheater Mainz: Der Diener zweier Herren«, Schauspiel

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy

20:00 Unterhaus
»Sven Hieronymus – 50 Jahre Lange Haare«, Comedy



Das siebte Kreuz im Staatstheater Mainz: Anna Seghers' Roman folgt dem Kommunist Georg Heisler, der aus dem KZ Westhofen flüchtet – sieben Tage zwischen Widerstand, Mut, Hoffnung und Menschlichkeit im Deutschland der NS-Zeit.

SONNTAG 31

MAINZ

KINO & FILM

20:00 CineMayence
»Sehnsucht in Sangerhausen«, Spielfilm

BÜHNE

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

18:00 Staatstheater Kleines Haus
»Das siebte Kreuz«, Schauspiel

KUNST & AUSSTELLUNG

15:00 sam – Stadtmuseum am Markt
»Finissage: Erzähl' mir von Europa!«

20:00 Thalhaus
»Anna Bieler: Das Kreisen der Dinge«, Künstlerinnengespräch

SONSTIGES

14:00 Sternwarte
»Sonnenbeobachtung«

11:00 Galli Theater
»Das tapfere Schneiderlein«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

16:00 Galli Theater
»Ali Baba & die 40 Räuber«, Märchentheater

KLEINANZEIGEN

REISEN

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 Anfänger. 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. Infos: 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

Die MAINZER SINGAKADEMIE bietet dieses Jahr das Weihnachtsoratorium von J.S. Bach als offenes Chorprojekt an, mit dem Mainzer Akademieensemble, internationalen Solisten, dem Chor cantare Mainz und dem Vokalensemble voces cantantes. Konzertter-

min 5.12.2026 in St. Stephan Mainz. Infos: Mainzer-Singakademie.de

Professioneller Klarinettenunterricht (alle Altersgruppen, Anfänger bis Fortgeschrittene). Kontakt: 0177-5088203. Rufe gerne zurück.

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

WOHNEN

Neues Wohnen und Leben. In Genossenschaft miteinander innovativ und nachhaltig die Zukunft gestalten. Aktuell ist nur noch eine Wohnung im Wohnprojekt von POLYCHROM in Ingelheim am Rhein verfügbar. Alle Informa-

tionen finden Sie auf unserer Homepage polychrom-projekt1.de und bei unseren Online-Informationsveranstaltungen, sowie per Tel.: 0151-555 966 05. Wir freuen uns, wenn Sie zum "Tag des offenen Wohnprojektes Rhein-hessen" am 13.6.2026 vorbeikommen.

JOB

Ich biete Hilfe in ihrem Garten (Gartenpflege) wie Rasenmähen, Unkraut jähen, 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

KONTAKT

Der Frühling steht vor der Tür! Du (w/ selbstbewusst/ feminin/ gebunden auch ok) sehnst Dich nach einer schönen erot. Affaire? Dann melde Dich. Dich erwartet der "Montana" 43 / akademiker / mitfühlend / aktiv / leidenschaftlich / 184/89 athletisch / schwarze Haare...Tel: 0163 - 7972296. Bevorzugt Wiesbadener Raum (Macht die evtl. Dates unkomplizierter)

Architekt, ü 55/180/68, sucht Frau für Freud (Kultur, gut Essen, Reisen, Abtanzen) und Leid (bergauf im Regen, Gegenwind auf dem Rad, Schwitzen in der Sauna ... :). Tau-nusbua68@gmx.de

HOBBY

Improtheater online - Schonmal was von improvisiertem Theater gehört? Es ist eine Form des Theaters, bei der man nicht probt, was man spielt. Das Spiel entsteht spontan, improvisiert. Wir, eine kleine Gruppe von Leuten suchen noch ein paar Mitspieler, die Lust haben, diese Form des Theaters online auszuprobieren. Wenn Du Lust hast, dazu hast, würden wir uns sehr freuen. Du mußt nichts können, keine Ahnung von Theater haben. Wir sind alles ungeübte Laien, die ein bißchen experimentieren wollen. Und jetzt eben mal ausprobieren wollen, ob man Improtheater auch online machen kann. Bei Interesse schreibe gerne eine Mail an master.chief@freetnet.de

Die Schachfreunde Stiller Zug e.V. in Wiesbaden pflegen im Infoladen (Blücher Str. 46 Hinterhaus) das königliche Spiel. Wir suchen für die kommende Saison in der Landesklasse-West Verstärkung. Spielabend ist immer Montag ab 19 Uhr. Kommt vorbei und werdet Mitglied in unserer Schachfamilie. Wir freuen uns schon... 1.e4! Kontakt: 0176/ 47591146

Kostenlose private Kleinanzeigen, Anzeigenannahme per E-Mail: kleinis@stuz.de Einsendeschluss für Juni: 20.05.2026

DER STILZTEN SCHREIBER



Tremolo

Egal wie lang, sagte der Mann. Doch Ewo bleibt dieser Timmy, sitzt der auf der Sandbank fest, oder was? Warten auf das, was passieren könnte, da klappt die Tür und ein sanftes „Gude“ strömt durch den orchestralen Raum. Gelungen schwingt Timmy seine Stofftüte, aus der er hoffentlich gleich allerhand essbares hervorholt. „Für uns“, denke ich, und freue mich auf Süßes oder irgendwas mit Schoki ummanteltes, wie wäre es mit Mandeln? Oder Osterhasen aus dem Restsortiment. Nein, es sind Schreibwerkzeuge, die dem Stoffbeutel entrinnen, jener antiquierte Quatsch, der noch im 21. Jahrhundert

vereinzelt genutzt wird. Die schmecken definitiv nicht, auch ummantelt mit Schoko nicht. Dieser 90er Werbege-schenkequatsch ist doch so obsolet ist wie eine Kreidetafel im Jura-Zeitalter. Was sollen wir damit schreiben? Ohne Mine noch am ehesten vielleicht, damit könnte ich die Kringel auf dem Handheld der Paketzusteller runder bekommen. Paketzusteller, ein Begriff übrigens, der ungedendert völlig ok ist, habe bisher noch keine weibliche DHL-Fahrerin getroffen.

Auf zur Probe, alle in Position, kakkophonisch geschultes Personal. 1 und 2 und 1.2.3.4. Nun flutschen Geigenbögen über Saiten und Timmy haut mit einer Schaufel auf den Bechstein, bis die Elfenbeintasten fliegen und schreit:

„Er will nicht splintern, der alte Hund, er will, dass ich Zitter, die Tasten sind wund.“ Ja solche brachiale Lyrik aus der Feder eines so talentierten Antipianisten erfordert mehr als nur zuhören. Flucht nach links und rechts ist ausgeschlossen, da stehen die Harfenisten mit Pfeilen gespannt auf ihren Saiten umrahmt von saxophoben Paukisten, die gerne schlagen, von oben fallen Oboen und die Jungs mit den englischen Hörnern meinen es auch sehr ernst. „Hau drauf, feste drauf, ohne Gefühl, kein gerader Ton, nur brutale Gewalt!“, schreit der Dirigent und da fliegt das Fagott wie von Haydens Gnaden und erschlägt die erste Geige. Applaus und nix wie raus, so ein Theater.



Bioladen & Bistro

natürlich

natürlich mainz

Josefsstr. 65
55118 Mainz
T 06131 614976

natuerlich@gpe-mainz.de

natürlich ingelheim

Mainzer Str. 26
55218 Ingelheim
T 06132 5151540

natuerlich-ingelheim@gpe-mainz.de

www.bioladen-natuerlich.de

BESTE UNTERHALTUNG FÜR DIE REGION.

thalhaus Theater

Kabarett | Musik | Schauspiel | Galerie

Mai 2026

Sa 02.05. Heinz Gröning – Comedy/Kabarett
20:00 Uhr „Dr. Laugh`s beste Medizin“ haben in ihrer

Mi 06.05. thalhaus Jazz Session
20:00 Uhr Von Swing bis Modern **Eintritt frei !**

Do 07.05. Ingo Knito & Andy Clapp – Varieté
20:00 Uhr „Comedy-Magic & Magic-Comedy“

Fr 08.05. Andre Kramer – Kabarett
20:00 Uhr „Dirty Joking“

Sa 09.05. Pam Pengco – Comedy
20:00 Uhr „Ich entschuldige mich im Voraus!“

Do 14.05. Elke Winter – Comedy
Fr 15.05. „Alleine das jetzt!“

Sa 16.05. Wiesbadener Comedy Club im thalhaus
20:00 Uhr präsentiert von Freddy Farzadi

Do 21.05. Evi Niessner – Musik- und Chanson
Fr 22.05. „La Nuit de Paris – Auf den Spuren der Pia“

Sa 23.05. Für Garderobe keine Haftung – Improtheater
20:00 Uhr „Match“

Do 28.05. Stephan Bauer – Kabarett
Fr 29.05. „Am Ende der Nerven und noch so viel Ehe übrig“

Sa 30.05. Emmi & Willnowsky – Comedy
20:00 Uhr „Tour 2026“

Juni 2026

Mi 03.06. thalhaus Jazz Session
20:00 Uhr Von Swing bis Modern **Eintritt frei !**

Do 04.06. Sven Hieronymus – Comedy
Fr 05.06. „50 Jahre lange Haare“

Sa 06.06. Helene Bockhorst – Comedy & Tragedy
20:00 Uhr „Lebefrau“

Eintrittskarten & Info
www.thalhaus.de



Nerotall 18 | 65193 Wiesbaden

Theater im Pariser Hof

Die Kleinkunstbühne in Wiesbaden

MAI – JUNI 2026

Jubiläumsjahr
Wir feiern 40 Jahre
Bühne in Wiesbaden!

07.05.2026

Hans-Joachim Heist
Der große Heinz Erhardt
Abend

08.05.2026

Weimarer Kabarett
Veni, vidi, Veggie

09.05.2026

Roberto Capitoni
60 ist das neue 40

10.05.2026

Baumgärtner, Nieß & Senzig
Matinée zum Muttertag
Einlass: 12:30 Uhr

22.05.2026

Luisa Charlotte Schulz
Stabil Instabil

23.05.2026

Panagiota Petridou
Was letzte Preis?

28.05.2026

Anna Schäfer
Schlafende Hunde

29.05.2026

Pamela O'Neal
Spirit of Disco

30.05.2026

Neradt, Streck & Brantzen
Sternstunden

31.05.2026

Simon & Jan
Das Beste

JUNI 2026

06.06.2026

Jonas Imam
Uncool

12. & 13.06.2026

Welthits auf Hessisch
Weißte, wie isch mein?

19.06.2026

Lulo Reinhardt & Yuliya Lonskaya
Gypsy meets Classic

20.06.2026

Christine Prayon
Abschiedstour

Programm, Karten & Gutscheine
www.theaterimpariserhof.de

Einlass: 19 Uhr | Beginn: 19:30 Uhr



Theater im Pariser Hof | Spiegelgasse 9 | Wiesbaden

EURE KLEINKUNSTBÜHNEN.

ENERGY

ROCK

ESWE

Versorgung

**NIK
KERSHAW**

**ME 'N' MISS
SOPHIE**

CHIVAS2GO

13.11.

**19:00 Uhr
ESWE-Halle**

**Weidenbornstraße 1
65189 Wiesbaden**

INFOS UND TICKETS UNTER WWW.ESWE-VERSORGUNG.DE