

Ein Zeremonienmeister mit Haltung und Menschlichkeit

Stefan Regner vom CKV hat aus „Uffstumber“ eigene Bühnenfigur gemacht

Von Elena Joser

BRETZENHEIM. Auf den Fastnachtssitzungen des Comité Katholischer Vereine (CKV) ist er unübersehbar: Mit roter Nase, umgefärbten Clownsschuhen und einer schief aufgesetzten Narrenkappe tritt Dr. Stefan Regner alias „De Uffstumber“ auf. Hinter der bunt-bizarren Figur verbirgt sich ein Arzt, ein neutral-politischer Denker und seit 2001 eine der ältesten, durchgehend aktiven Rednerfiguren der Mainzer Fastnacht. „Ich mache seit 25 Jahren den Uffstumber. Noch macht es Spaß“, sagt Regner.

Die Figur entstand im Jahr 2000, als der Künstler Rolf Kögler für das Jubiläums-Liederheft des CKV eine Karikatur zeichnete. Der Name „Uffstumber“ ist keine Erfindung, sondern ein echter Mainzer Begriff: So werden traditionell die Zeremonienmeister bezeichnet, die am Rand des Komiteetisches sitzen und mit einem Stab „uffstumbe“, also aufmerksam machen, ankündigen oder aufrütteln. „Jemand uffstumbe“ heißt jemandem einen Anstoß geben, auf etwas hinweisen, wachrütteln. Genau das macht der Uffstumber auf der Bühne, nur mit mehr Humor und mehr Politik.

Regner übernahm die Idee seines Vaters, Komiteeter und Fastnachtsredner Richard Regner, und gestaltete eine Bühnenfigur: „Meine Eltern und ich haben das Kostüm gefertigt. Wir haben angefangen zu basteln, in Kleinstarbeit, analog zu dieser Zeichnung und versucht, originalgetreu zu bleiben“. Plastikfolien wurden in Streifen geschnitten und auf einen Grundstoff genäht. „Die Kappe ist eine alte Vereinskappe, die bewusst heruntergekommen aussieht und die ich seitwärts aufsetze, was in Mainz ja verpönt ist“, sagt er. Clownsschuhe wurden umgesprayt, eine rote Nase aus einem Mikrofonschutz gebastelt und ein Bengel gefertigt, auf dessen Spitze der Kopf von Regners Kasperleuppe angebracht wurde.

Mit diesem Stab, der nicht zum Ankündigen dient, sondern zum Drohen und Mahnen, steht er seit 2001 auf der Bühne. „Der Uffstumber als Redner ist kritisch. Er ‚stummt uff‘“, so Regner. Seine Reden sind kein bloßer Spaß, sondern politische Statements. Sein Reimschema ist eigen: zwei Kreuzreime, dann ein Paarreim. „Es sind immer Sechserblöcke. Der Unterschied zu anderen Rednern ist, dass ich den Reimrhythmus ändere“, verrät er. Ideen erhält er aus dem täglichen politischen Geschehen in der Welt, in Deutschland und in Mainz. Der Text entsteht oft erst kurz vor dem Auftritt, ist stets aktuell. „Der Vortrag, der in zwei Wochen auf die Bühne geht, ist noch nicht geschrieben“, erzählt er. „Ich schreibe oft eine Stunde vor dem Vortrag noch um, weil so

viel passiert. Gerade aktuell: Trump und Venezuela. Das nimmt man als Redner aber mit ins Kalkül. Das setze ich kurzfristig noch um.“ Trotz der ernsten Themen bleibt die Botschaft klar: Mäßigung. „Es geht um die Menschlichkeit, darum, was menschlich falsch läuft und an was die Welt krankt. Wir müssen zusammenstehen und nicht gegeneinander arbeiten. Dass die Extreme nicht überhandnehmen“, meint er.

Größen der Fastnacht bei Benefizsitzung des CKV

Der CKV, 1946 gegründet als Zusammenschluss katholischer Vereine aus Bretzenheim, hat keinen „katholischen Schwerpunkt“. „Bei uns kann alles mitmachen, was Lust hat, Fastnacht zu feiern, aber es hat sich halt aus der Historie so genannt“, erzählt Regner. Seit 2007 trägt der Verein den Beinamen „Die Uffstumber“. Eine Ehre, die sich aus der Popularität der Figur ergab. „Wir schmücken uns damit, nehmen aber im übertragenen Sinne die Bedeutung des Wortes ‚Uffstumber‘ mit, dass wir Missstände auf lustige Art aufzeigen und den Finger heben. Das ist ja das, was die Fastnacht auch machen soll“, sagt er. Die Benefizsitzung „Uffstumber & Friends“ ist eines seiner Highlights des Jahres und dient dem guten Zweck. In diesem Jahr geht der Erlös an die Integrative Kita „Hoppetosse“. „Die Idee ist, dass wir mit eigenen Kräften und Freunden des Vereins, die alle unentgeltlich auftreten, eine Sitzung gestalten, und das diesjährige Programm ist brutal gut. Es kommen die Größen der Fastnacht zu uns nach Bretzenheim“, verrät er.

Die Sitzung findet am Sonntag, 1. Februar, ab 16.33 Uhr in der TSG-Halle statt und ist für Familien geeignet. In der Fastnacht, da ist Regner ganz Mainzer – ganz Uffstumber: „Ich bin Meenzer. Ich gehöre hierher, und da ist schon immer die Fastnacht ein großer Bestandteil des Lebens. Mainz ist meine Stadt, ich liebe Mainz, ich liebe Mainz, und ich hatte das Glück, dass diese Figur geboren wurde.“ Auch wenn es viel Arbeit sei, die Reden zu verfassen, sei es für ihn erfüllend, eine Sparte zu bedienen, die „ur-fastnachtlich“ ist. Uffstumber: nicht nur eine Figur, nicht nur ein Verein, sondern eine Haltung.



Schön schräg: Stefan Regner als „De Uffstumber“ bei den Fastnachts-sitzungen des „Comité Katholischer Vereine“. Foto: Stefan Regner

Musik als Kraftquelle

Junge Künstlerin Alisa aus Ukraine sucht im neuen Zuhause in Mainz Rhythmus und Melodie

Von Manuel Wenda

MAINZ/FRANKFURT. Die junge Ukrainerin Alisa Hniedo studiert in Mainz Politikwissenschaften, Kulturanthropologie und europäische Ethnologie. Parallel dazu ist sie musikalisch sehr aktiv und schreibt eigene Popsongs. Im Gespräch mit dieser Zeitung berichtet sie über ihren Weg aus der Ukraine, den Kontakt zur Heimat und ihre Liebe zur Musik. „Ich habe mit sechs Jahren angefangen, Klavier zu spielen. Musik spielte schon immer eine zentrale Rolle in meinem Leben. Ich höre unterschiedliche Stile: Indie, Pop, R’n’B, außerdem klassischen Pop wie ‚Queen‘ oder ‚Abba‘. Madonna mag ich sehr, Eminem auch und besonders die nigerianisch-britische Sängerin Sade. Mit 13 Jahren habe ich angefangen, eigene Stücke zu komponieren.“

Melancholische Beats und Pop-Einflüsse vereinen sich

Alisa hat bereits ein kurzes Album unter ihrem Künstlernamen Alicix veröffentlicht, das über Dienste wie Spotify und YouTube gehört werden kann. Sie singt ihre Lieder auf Ukrainisch und Englisch. Dabei zeigen ihre Lieder ein breites Spektrum an Einflüssen. Pop und elektronische Musik verbinden sich. Viele Stücke sind melodisch und von Beats unterlegt, oft mit einer melancholischen Note.

Mittlerweile sei sie im Rhein-Main-Gebiet angekommen, sagt Alisa – es sei aber nicht leicht gewesen: „Am Anfang war es schwierig – ich wollte nicht weg aus der Ukraine, ich musste weg.“ Alisa lebte mit ihrer Familie in Moschun, nördlich von Kiew. Der Ort liegt 13 Kilometer von Butscha entfernt, wo die russische Armee kurz nach dem Überfall ein Massaker verübte. 2022 floh Alisa im Alter von 15 Jahren mit ihrer Mutter nach Deutschland. Zunächst lebten die beiden in einer Flüchtlingsunterkunft. Danach wohnten sie 15 Monate bei einer Frankfurter Familie. Heute haben sie eine eigene Wohnung in Frankfurt. „Als wir ankamen, brauchte ich Zeit, um mich einzugewöhnen und Freunde zu finden – jetzt liebe ich es hier. Frankfurt ist toll, dort wohne ich, ich bin aber auch sehr gerne in Mainz an der Universität.“

Seit Anfang dieses Jahres ist Alisa Stipendiatin der



Hat in Mainz und Frankfurt eine neue Heimat gefunden: die ukrainische Sängerin Alisa. Foto: Alisa Hniedo

„Am Anfang war es schwierig – ich wollte nicht weg aus der Ukraine, ich musste weg.“

Alisa Hniedo, ukrainische Sängerin, die in Mainz studiert und in Frankfurt wohnt

Deutschlandstiftung Integration (DSI). Sie ist eine von 90 Teilnehmerinnen und Teilnehmern eines speziell für Ukrainer konzipierten Programms. Ziel der DSI ist es, nach Angaben der Stiftung, junge Menschen mit Migrationsbiografie im Alter zwischen 20 und 37 Jahren zu fördern. Somit zählt Alisa zu den jüngsten Stipendiaten der DSI. „Geh Deinen Weg“ lautet das Motto des Programms: Mentoren stehen den Stipendiaten zur Seite, außerdem erhalten sie Zugang zu Workshops und Seminaren, um ihre Talente zu entfalten.

19-Jährige hält Kontakt in ihre Heimat

Die DSI nennt als weiteres Ziel, die Erfolgsgeschichten der Stipendiaten sichtbar zu

machen. Alisa trat für die DSI in Frankfurt auf dem „Abend der Integration“ auf, wo auch der Frankfurter Oberbürgermeister Mike Josef (SPD) sprach: „Ich habe ein Lied gesungen, das davon handelt, wie der Krieg das Miteinander der Menschen verändert.“ Sie hält Kontakt in die Ukraine, wo sie noch enge Verwandte hat, und studiert über Online-Vorlesungen Journalismus. „Die Situation ist schwierig, vor allem im Winter, weil die Infrastruktur zerstört ist.“ Aus ihrer Musik schöpft sie Kraft. Beständig arbeitet sie an weiteren Songs. Derzeit seien noch keine Termine fest eingeplant. Alisa sieht sich allerdings nach Auftrittsmöglichkeiten um: „Es wäre schön, wenn Angebote kommen würden.“

– Anzeige –

Allgemeine Zeitung

RINKS LOKAL RUNDE

Staffel 3 startet am 11. Februar!

Ab dem 11. Februar 2026 lädt Dennis Rink wieder alle zwei Wochen zu spannenden Gesprächen im Livestream ein. Freuen Sie sich auf viele hochkarätige Gäste aus Politik, Gesellschaft und Sport. Seien Sie live dabei unter: [allgemeine-zeitung.de/lokalrunde](https://www.allgemeine-zeitung.de/lokalrunde). Online-Teilnahme exklusiv für Abonnenten!



Abonnent, aber noch kein digitales Benutzerkonto?
Jetzt kostenlos registrieren, um ab dem 11.02.2026 dabei zu sein.
[allgemeine-zeitung.de/registrieren](https://www.allgemeine-zeitung.de/registrieren)



Teilnahme
exklusiv für
Abonnenten

