

Anita Kloß - Chiropraktik

Resultate überzeugen!

Chiropraktik mit ♥ für die ganze Familie

D.C. Palmer College, Iowa, USA

Termine nach Vereinbarung

Oelheimer Weg 4a • 31234 Edemissen

05176 - 3459914 • 0174 - 7962154 • klossdc@gmail.com



Volksbank am Marktplatz: Zeitplan für den Abriss steht

Bagger sollen im Frühjahr 2026 anrücken – Zwei Jahre für den Neubau

VON MIRJA POLREICH
UND DENNIS NOBBE

Peine. Die Vorbereitungen für den Abriss der Hauptstelle der Volksbank Brawo am Peiner Marktplatz laufen auf Hochtouren. Schon im Frühjahr 2026 sollen die Bagger anrücken, um dort Platz für einen Neubau zu schaffen. „Im Zuge dessen zieht die Hauptstelle Anfang Januar 2026 für die etwa zweijährige Bauphase übergangsweise an zwei neue Standorte“, teilt Daniel Dormeyer, Sprecher der Volksbank Brawo, auf Anfrage mit.

Ein Standort findet sich in der früheren Volksbank-Geschäftsstelle an der Bahnhofstraße 4, kurz vor der Fußgängerbrücke. Dort werden Kundenservice, die Privatkundenbetreuung sowie die Beratung vermögender Kunden angesiedelt. Ein zweiter Standort zieht in den Unternehmenspark 2 (UPP 2) an der Woltorfer Straße. Dort werden die Direktionsleitung, Firmen- und Gewerbekundenbetreuung, Agrarberatung, Immobilienfinanzierung und Immobilienvermittlung untergebracht.

Für die Bargeldversorgung und



Das alte Volksbank-Gebäude (3. von links) am historischen Marktplatz soll abgerissen werden. FOTO: RALF BÜCHLER

den SB-Kontoservice sollen dann SB-Geräte im Gebäude an der Bahnhofstraße 4 zur Verfügung stehen. „Unsere Kunden werden wir selbstverständlich über den genauen Umzugstermin informieren, wenn dieser fixiert ist“, sagt Dormeyer.

Für den Neubau hat die Volksbank zusammen mit der Stadt Peine einen Fassaden-Wettbewerb ausgeschrieben. Die Jury möchte bereits im Dezember zusammenkommen, um zum Ende des Jahres einen Sieger zu küren. „Dabei stellen externe Architekturbüros

ihre Entwürfe vor, auf die wir schon gespannt sind“, erläutert der Sprecher. Ob der Siegerentwurf tatsächlich in vorgeschlagener Form umgesetzt werden könne, müsse sich aber zeigen.

Klar ist auf jeden Fall: Das neue Gebäude soll sich harmonisch in den Marktplatz einfügen und sich an die Linien der Nachbargebäude anpassen. Vier- bis fünfgeschossig soll der Neubau werden und somit insgesamt kleiner als bisher. Dafür sollen aber mehr und größere Parkplätze für Kunden auf der Gebäuderückseite am Windmühlen-

wall entstehen. Von dort sollen Kundinnen und Kunden auch direkt ins Gebäude gelangen und nicht wie bisher den Umweg außen herum nehmen müssen. Betraut mit dem Bauvorhaben ist die eigene Tochtergesellschaft Brawo RE Building Solutions GmbH. Einkalkuliert sind für den Neubau rund zehn Millionen Euro.

Seit 1961 ist die Volksbank in dem Gebäude am Markt beheimatet. Zehn Jahre später erfolgte ein Anbau, nach einer weiteren umfangreichen Renovierung feierte das Geldinstitut 1997 Einweihung. Inzwischen entsprechen das Gebäude nicht mehr den aktuellen Anforderungen und weisen Mängel auf, heißt es von der Volksbank Brawo. Sie hat sich für einen Abriss und einen Neubau an der selben Stelle entschieden. Gehofft wird auf einen Einzug ins neue Gebäude Ende 2027.

Da die Nachbargebäude unter Denkmalschutz stehen, ist beim kommenden Abriss Vorsicht geboten – und allzu viel Platz ist entsprechender Stelle auch nicht. Darum ist vorgesehen, dass Baufahrzeuge ausschließlich über den Windmühlenwall die Baustelle anfahren.

EIXER
HAUS am See

05171/7696861

CHorneffer@web.de

29. November 2025

Ü-30 Party

im Härke Braustübchen mit DJ Olli

Eintritt 6,00 €

Einlass ab 19:30 Uhr

Beginn 20:00 Uhr

Frühstücksbuffet

20,90 €

samstags & sonntags ab 9 Uhr

unsere „satt Angebote“

incl. Beilagen

donnerstags Spareribs

22,50 €

freitags Schnitzel

incl. Bier u. Softdrinks

35,00 €

samstags Grünkohl

23,50 €

sonntags Rindersteaks

35,00 €

um Vorabreservierung wird gebeten

Ihr sucht Räumlichkeiten für eure

Firmenweihnachtsfeier?

Wir unterbreiten gern ein

Angebot für die Räumlichkeiten incl.

Catering und Getränken im Eixer Haus

am See sowie im Härke Braustübchen

ab November auf dem Härke Hof

Eisstockschießen

15 € pro Person / Stunde

um Vorabreservierung wird gebeten –

gern auch als Angebot in Kombi mit

eurer Weihnachtsfeier

9696501_002425



ARKADIA
DAS GRÜNE ZENTRUM

ADVENTS ZAUBER

Willkommen zu farbigen Inspirationen für das Fest

Gutschein kaufen –
Dankeschön erhalten!

Beginn der
**ADVENTS
AUSSTELLUNG**
Mittwoch,
19.11.2025

Nur vom
17. Nov
bis 17. Dez

Gutschein ab einem Wert von 20 € kaufen und einen Dankeschön-Coupon im Wert von 10% des Gutscheinbetrags zusätzlich erhalten

Verkauf nur im Gartencenter eine Barauszahlung des Couponwerts ist nicht möglich

ARKADIA Gartencenter · Am Alten Friedhof · 31275 Lehrte-Arpke · Tel: (0 51 75) 92 03-0 · www.arkadia-gartencenter.de

Die innere Ruhe im Glanz frisch gewischter Böden

Ist Putzen das neue Yoga? Auf Tiktok verwandelt sich **Hausarbeit in Entertainment**

Berlin. Wenn Vanessa Intveld ihren Tag beginnt, schlafen die meisten Menschen noch. Um drei Uhr morgens klingelt ihr Wecker – dann steht sie auf, greift zum Staubtuch und filmt ihre morgendliche Putzroutine für mehr als 180.000 Follower auf TikTok. Während andere Yoga machen oder meditieren, findet Intveld ihre innere Ruhe im Glanz frisch gewischter Böden.

„Für mich hatten Putzen und Aufräumen tatsächlich immer etwas Entspannendes, ich finde darin den perfekten Ausgleich“, sagt sie. Damit ist Intveld nicht allein: Laut einer aktuellen Studie des Industrieverbandes Körperpflege- und Waschmittel (IKW) empfinden viele Menschen Hausarbeit inzwischen als wohltuende Tätigkeit – besonders dann, wenn sie bewusst ausgeführt wird. Fast die Hälfte der Befragten der Studie geben an, dass sie Putz- und Aufräumvideos in sozialen Medien motivieren oder entspannen. Allein das Zuschauen beim Putzen ist also für viele schon wie eine kleine Auszeit. Der Psychiater und Stressforscher Mazda Adli erklärt: „Das Beobachten gleichförmiger Handlungen wirkt ähnlich wie ASMR – es vermittelt Ruhe, ohne dass man selbst aktiv werden muss.“

Intveld gehört hingegen zu denen, die selbst aktiv werden. Statt anderen beim Putzen zuzuschauen, findet sie im Tun ihren Ausgleich. „Wenn mir im Alltag viel über den Kopf wächst oder ich das Gefühl habe, in mir herrscht Unordnung oder

Chaos, kann ich das am besten mit dem Putzen kompensieren.“ Die Influencerin fühlt sich am wohlsten, wenn sie weiß, dass ihr Zuhause sauber und ordentlich ist.

Und das hat einen Grund. „In einer Welt ständiger Reizüberflutung sehnen wir uns nach kleinen, klaren Aufgaben“, erklärt Adli. „Putzen ist greifbar, überschaubar, es hat Anfang und Ende. Genau das verschafft Entlastung.“ Und das funktioniert nicht nur beim Aufräumen. Derartige Wohlfühl-Trends kehren regelmäßig zurück, sagt Adli – ob Malbücher, Handarbeiten oder eben Putzen. „Sie alle beruhigen, weil sie einfach, wiederholbar und selbstbestimmt sind.“

Dass Putzen beruhigend wirken kann, überrascht den Stressforscher Adli nicht. „Solche Tätigkeiten verschaffen sichtbare Erfolgserlebnisse – man sieht sofort ein Ergebnis und erlebt sich selbst als wirksam“, sagt er. „In einer Welt, in der vieles unvorhersehbar und komplex ist, kann das sehr stabilisierend wirken.“ Vielleicht ist es genau diese Verlässlichkeit, die viele Menschen so schätzen und die den Trend erklärt.

Ob Putzen tatsächlich entspannend wirkt, hängt laut Adli auch davon ab, wie vertraut die Handlung ist. „Nur wer eine Routine hat, kann sie als Ritual erleben“, sagt er. „Wer sich erst in eine Tätigkeit hineindenken muss, erlebt sie eher als Arbeit denn als Meditation.“ Daher tritt dieser Effekt nicht bei allen Men-



Ein Trend für Frauen und Männer: Putzen kann längst nicht nur funktional, sondern auch stilvoll sein. FOTO: VITALY GARIEV / UNSPLASH

schen gleichermaßen ein.

Bei Intveld löst das Putzen genau die Entspannung aus, die der Stressforscher beschreibt. Die Influencerin erlebt sie als Mischung aus Struktur, Fürsorge und Ausdruck. „Wenn ich morgens früh die Zeit habe zu putzen, ist das für mich wie eine kleine Selfcare-Session, weil ich mich nach jedem geputzten Raum besser fühle.“

Auf TikTok zeigt Intveld, dass Putzen längst nicht nur funktional, sondern auch stilvoll sein kann. „Ich hatte schon immer großen Spaß daran, Videos ästhetisch zu gestalten“, sagt sie. Gerade in den sozialen Medien gehe es nicht darum, irgendwel-

che Videos hochzuladen – man müsse auch darauf achten, dass sie „ansprechend gestaltet sind, qualitativ hochwertig sind und die Menschen abholen“. Mit ihren inszenierten Videos steht Intveld für einen Trend, der längst über das Putzen hinausgeht.

Doch wo Selbstfürsorge zum Trend wird, zeigen sich auch Schattenseiten. „Wenn selbst Hausarbeit zum Lifestyle erklärt wird, kann daraus auch Druck entstehen“, warnt Adli. „Wenn das Gefühl entsteht, man müsse nicht nur sauber, sondern perfekt organisiert sein, dann wird Ordnung selbst zum Stressfaktor.“ Was ursprünglich zur Ent-

lastung gedacht war, kann so ins Gegenteil umschlagen. In den sozialen Medien zeigt sich das besonders deutlich, dort stoßen perfekte Abläufe oft auf ebenso viel Kritik wie Bewunderung. „Die meisten kritischen Kommentare kommen von den Leuten, die sich solche Routinen absolut nicht vorstellen können“, erzählt Intveld.

Aber auch wohltuende Rituale brauchen ein gesundes Maß. „Oft habe ich die Kritik gehört, dass das, was ich tue, übertrieben sei und man nicht jeden Tag putzen sollte“, sagt Intveld. „Dabei mache ich jeden Tag Kleinigkeiten, und am Wochenende gönne ich mir kleine Putzpausen.“

Was für die Influencerin selbstverständlich ist, spiegelt einen größeren Trend wider. Immer mehr Menschen entdecken Putzen als Form der Achtsamkeit. Aber ist Putzen nun wirklich das neue Yoga? Im Unterschied zu Yoga oder Meditation, so Adli, sei Putzen keine gezielte Achtsamkeitspraxis – aber die körperlichen Bewegungen könnten ähnliche physiologische Effekte haben. Denn: Wer sich beim Reinigen auf Rhythmus, Bewegung und Ergebnis konzentriert, schaltet ab, ohne bewusst meditieren zu müssen.

Für Intveld ist es längst mehr als nur Abschalten. Ein aufgeräumtes Zuhause, sagt sie, sei für sie die beste Form der Achtsamkeit. Vielleicht liegt genau darin das Geheimnis des Trends. Wer früh aufsteht, um Staub zu wischen, sucht nicht Schmutz – sondern ein Stück innere Ruhe.

Was beim Einkaufen zählt

Anzeigenblattleser sind bereits empfänglich für Sonderangebote (73,1% LpA).
Trotzdem legen sie viel Wert auf Markenqualität und Umweltaspekte.

Quelle: Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

- ✓ Werbung in **hallo** wochenende wird von den Lesern als besonders nützlich und informativ bewertet
- ✓ Mit uns erreichen Sie verschiedene Zielgruppen
- ✓ Mit hoher Lokalkompetenz und starkem Nutzwert sind wir ein Sprachrohr für die Menschen in der Region
- ✓ Kontrollierte und zuverlässige Verteilung, Prüfung durch die Weigel GmbH, ein unabhängiges Institut für Qualitätsmanagement

hallo
wochenende

Was ist für Sie das perfekte Weihnachtsgeschenk?

Mit hallo Wochenende einen **50-Euro-Gutschein** gewinnen

VON KATHARINA WINKELMEIER

Peine. In wenigen Tagen starten in der Region die Weihnachtsmärkte. Ein Vorbote, dass das Fest nicht mehr lange auf sich warten lässt. In etwas mehr als einem Monat ist schon wieder der 24. Dezember. Für viele geht deshalb jetzt der Stress los – was wünschen sich Familie und Freunde unter dem Weihnachtsbaum?

Dabei kann die Auswahl schnell überfordern: Sollen es eher praktische Geschenke sein oder doch etwas Teures, das sich die Beschenkten nicht selbst kaufen würden? Ist ein Gutschein zu unpersönlich oder doch genau das Richtige? Dürfen nur Kinder etwas Selbstgemachtes schenken? Oder sind gemeinsame Erlebnisse ein Evergreen unter den Weihnachtsgeschenken?

Andere wiederum finden den Konsum rund um das Weihnachtsfest zu viel und haben sich auf die Fahne geschrieben, nur nachhaltige Geschenke zu machen. Manch einer findet Geschenke generell unnötig und beschenkt Familie und Freunde stattdessen mit einem Besuch.

Ihre Meinung zählt

Deshalb wollen wir gerne von



Weihnachtszeit ist Geschenkezeit – Viele suchen noch nach dem passenden Geschenk für ihre Liebsten. FOTO: WEBER

Ihnen wissen: Was ist für Sie das perfekte Weihnachtsgeschenk? Worüber würden Sie sich unter dem Weihnachtsbaum freuen? Wer an unserer Umfrage teilnimmt, kann einen 50-Euro-Gutschein von Media Markt gewinnen.

Auswertung der letzten Wochenumfrage

In der letzten Woche wollten wir von Ihnen wissen, wann Sie mit Ihrer Weihnachtsdeko beginnen. Das sind die Ergebnisse der Umfrage:

- 78,0 Prozent sagten: Ich warte die Gedenktage im November ab, um den respektvollen Übergang in die Adventszeit

- 14,7 Prozent sagten: Ich dekoriere erst kurz vor Weihnachten, um die festliche Stimmung in der letzten Phase der Adventszeit zu genießen
- 7,3 Prozent sagten: Ich beginne früh mit der Dekoration, weil sie sich schon ab Oktober auf die Weihnachtszeit freuen



Direkt zur Umfrage: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.

VfL Wolfsburg gegen Leverkusen: Eintrittskarten zu gewinnen

Für das Bundesliga-Heimspiel am 22. November verlosen wir 2x2 Tickets

VON KATHARINA WINKELMEIER

Peine. Der VfL Wolfsburg steht vor einem schweren Heimspiel: Am 22. November, um 15.30 Uhr, empfängt die Mannschaft von Trainer Daniel Bauer in der Volkswagen Arena den Tabellenfünften Bayer 04 Leverkusen. Nach einem durchwachsenen Saisonstart sind die „Wölfe“ gefordert – drei Punkte wären dringend nötig, um den Anschluss ans Tabellenmittelfeld nicht zu verlieren.

Mit nur acht Punkten aus zehn Spielen rangiert der VfL derzeit auf dem 14. Tabellenplatz und steckt damit im unteren Drittel der Bundesliga-Tabelle fest.

Ganz anders die Lage bei den Gästen: Bayer Leverkusen reist mit 20 Punkten im Gepäck nach Niedersachsen und spielt bislang eine stabile Saison. Das Team von Kasper Hjulmand überzeugt vor allem durch schnelles Umschaltspiel und variable Offensivaktionen.

Für Wolfsburg dürfte es also kein leichtes Spiel werden. Doch gerade gegen die favorisierten Leverkusener wollen die Gastgeber zeigen, dass mehr in ihnen steckt, als der aktuelle Tabellenplatz vermuten lässt. Ein Sieg wäre nicht nur Balsam für die angeschlagene Mannschaft, sondern auch ein wichtiges Signal an die Konkurrenz im Kampf um den Klassenerhalt.

2x2 Eintrittskarten zu gewinnen

Für die Partie des VfL Wolfsburg gegen den Bayer 04 Leverkusen können Sie 2x2 Eintrittskarten gewinnen.

So können Sie teilnehmen

Die Teilnahme an der Verlosung ist ganz einfach: Gehen Sie auf unsere Gewinnspielseite und hinterlassen dort Ihre Kontaktdaten. Unter allen Teilnehmern verlosen wir 2 x 2 Karten. Teilnahmechluss ist der 18. November, um 12 Uhr. Die Gewinner werden ausgelost und im Anschluss benachrichtigt.



Für das Spiel des VfL Wolfsburg gegen Leverkusen können Leser Eintrittskarten gewinnen. FOTO: MATTHIAS LEITZKE



Direkt zur Verlosung: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.

NEU in Peine:
„Natürliche Schönheit“
 by co.meda aus Peine
Eröffnungsangebote
bis 31.12.2025
 ausgenommen Gesichtsbehandlungen
 Jetzt Termine vereinbaren!
 ☎ 0176/22040167, 31226 Peine

Juwelier Goldschatz
 Edelmetallankauf, Schmuck & Uhren

Altgold ist Bargeld
 Breite Straße 49
 31224 Peine · neben Café Mitte
 Telefon 05171/5876813
 www.goldschatz-peine.de

Ha-Ra
 Martina Timpe
 0176 5760 5038
 timpe.ha-ra.de

HEINEKE

Bauunternehmen GmbH

- Hoch- und Stahlbetonbau
- Innen- und Außendämmung
- Altbausanierung
- Fliesenarbeiten
- Trockenausbau
- An- und Umbauten
- Bauwerksabdichtung
- Zimmerarbeiten

An den Rotten 4 • 31249 Hohenhameln-Ohlum
 ☎ 0 51 28 - 6 93 • www.bauunternehmen-heineke.de

NASSE WÄNDE? FEUCHTE KELLER?
 Vertrauen Sie auf Handwerksarbeit durch unseren anerkannten Meisterbetrieb.

TROCKENLEGUNG
 – Ursachenforschung einschließlich Angebot –
 Witterungsunabhängige umweltfreundliche Systeme

Das Abdichtungssystem Inh. Carsten Dippelt
 Ihr Mauermeisterfachbetrieb für Feuchtigkeitsschäden
 Eingetragener Meisterbetrieb!
 Celler Straße 124, 38114 Braunschweig
 ☎ (05 31) 5 90 63 68
 www.das-abdichtungssystem.de

SAISONAL, REGIONAL, FRISCH VOM FELD

#kaufendawoeswächst

HOF Lauenroth

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
 Bültener Straße 3
 31246 Ilsede/Adenstedt
 Tel. 05172/7583
 www.hof-lauenroth.de

Fälle von häuslicher Gewalt in Peine steigen und steigen

Drohungen und Schläge im eigenen Zuhause, das kommt in der Fuhsestadt bedauerlich oft vor – Was sich die Leiterinnen des Frauenhauses und einer Beratungsstelle wünschen

VON CHRISTIAN MEYER

Kreis Peine. Es sind schwierige Einsätze für die Peiner Polizei und ihre Zahl nimmt seit drei Jahren im Landkreis dramatisch zu. Häusliche Gewalt! „Auch für das Jahr 2025 ist eine steigende Tendenz erkennbar“, sagt Polizeisprecherin Melanie aus dem Bruch.

Viele Fälle ausgerechnet zu Weihnachten

Es wird geprügelt, geschubst, bedroht, geschrien – in fast allen Fällen sind Frauen das Opfer. 383 Fälle von häuslicher Gewalt gab es bereits im Jahr 2022 im Zuständigkeitsbereich des Polizeikommissariats Peine. 2023 stieg die Zahl bereits auf 428 Taten. 2024 wurde mit 494 Taten fast schon die 500er-Marke gerissen. In diesem Jahr dürfte es aber so weit sein. Eine Grusel-Bilanz! „Wir haben viel zu tun. Ich bin am Limit“, sagt Kathrin Sahin, die Leiterin der Peiner Beratungs-

und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt (BISS).

Mit 15 Stunden pro Woche ist ihre vom Landkreis Peine finanzierte Stelle versehen. Kathrin Sahin bekommt die Einsatzberichte der Polizei und berät die Opfer. In den Weihnachtsferien gönnt sie sich keinen Urlaub. Denn wenn Leute unter Druck stehen, dann steigt auch die häusliche Gewalt. Weihnachten, das weiß die BISS-Leiterin, ist zu oft kein Fest der Liebe.

Stefanie Weigand leitet das Peiner Frauenhaus, die steigenden Zahlen der häuslichen Gewalt, erschüttern auch sie. Sie erklärt sich den Zuwachs vor allem mit der „multiplen krisenhaften Zeit, in der wir gerade leben“. Wirtschaftssorgen, Kriegssorgen – es baut sich Druck auf, und irgendwann ist so viel Dampf auf dem Kessel, dass es explodiert. „Krisen brechen sich auf alle Systeme herunter, bis in die Familie“, sagt sie.

Kathrin Sahin vermutet zu-

dem, dass Betroffene von häuslicher Gewalt inzwischen besser wissen, wie sie sich Hilfe holen können. „Das Thema ist in die Öffentlichkeit gekommen. Aber trotzdem: Die Dunkelziffer ist immer noch sehr hoch“, sagt sie.

Doch die Fälle, die bekannt sind, stellen die Peiner Polizei vor eine besondere Herausforderung. Sensibel, komplex, hoch emotional – die Einsatzkräfte müssen auf der Hut sein. „Die Polizei hat bei diesen Einsätzen sehr besonnen, gleichzeitig aber auch konsequent zu reagieren, um die Opfer zu schützen, Beweismittel zu sichern und weitere Straftaten zu verhindern“, betont Polizeisprecherin Melanie aus dem Bruch. Wenn die Polizei gerufen wird, sei die Lage vor Ort oft sehr emotional aufgeladen. „Die Beteiligten sind oftmals aufgebracht, ängstlich oder aggressiv, was die Deeskalation erschwert.“

In vielen Fällen würden die Polizisten beim Einschreiten die Wohnanschrift und damit den privaten Schutzbereich und das persönlichste Umfeld der Beteiligten betreten. Oftmals seien Kinder anwesend, die nicht nur die vorherige häusliche Gewalt, sondern auch das Erscheinen und Einschreiten der Polizei mitbekommen. „Dies bleibt emotional nicht ohne Folgen und erschwert die polizeilichen Maßnahmen zusätzlich“, erläutert die Sprecherin.

Furcht vor Vergeltung führt zu großer Angst

Schwer vorherzusagen sei zudem, wie sich die Situation entwickle. „Die Polizei muss schnell handeln, um die Sicherheit aller Beteiligten zu gewährleisten“ – und das in einem unbekanntem und räumlich begrenzten Umfeld.

Bei Einsätzen von häuslicher Gewalt stelle die Polizei oft ein starkes Machtgefälle fest. Mit Folgen: „Der Täter kann versuchen, die Kontrolle über das Opfer und die Situation zu behalten“, erläutert die Sprecherin.

Aus Furcht vor Vergeltung hätten Opfer häuslicher Gewalt zudem oft Angst, sich an die Polizei zu wenden oder gegen den Täter auszusagen. Schwierig sei noch etwas: „In einigen Fällen gibt es möglicherweise keine eindeutigen Beweise für die Gewalt, was die Strafverfolgung erschwert.“ Und selbst wenn die Polizei eingreift, kann es schwierig sein, zukünftige Vorfälle zu verhindern. Doch genau das soll eine Initiati-



Frauen sind meist die Opfer: Seit mehreren Jahren registriert die Polizei immer mehr Fälle von häuslicher Gewalt in Peine.

FOTO: TINNAKORNLEK/123

ve verhindern: Der Einsatz von elektronischen Fußfesseln bei häuslicher Gewalt. Gewalttäter sollen künftig zum Tragen einer elektronischen Aufenthaltsüberwachung verpflichtet werden. Das System warnt Opfer automatisch, wenn sich der Täter nähert. Thomas Ring, Polizeipräsident der Polizeidirektion Braunschweig, begrüßt die Initiative zur Gefahrenabwehr.

„Noch immer erleben viel zu viele Frauen in Deutschland Gewalt, besonders häufig durch die eigenen Partner oder Ex-Partner. Hass und Gewalt gegen Frauen nehmen seit Jahren immer weiter zu. Insofern ist jede Ausweitung der rechtlichen und tatsächlichen Möglichkeiten für die Polizei ein wichtiger Beitrag zum Schutz der Opfer von häuslicher Gewalt“, sagte er auf PAZ-Anfrage.

Durch die Fußfessel könne die Polizei den Aufenthaltsort des Täters in Echtzeit überwachen und sofort eingreifen, wenn er sich dem Opfer nähert oder ein Kontakt- oder Näherungsverbot verletzt. Die Anordnung dieser Maßnahme unterliege dem Richtervorbehalt.

Auch die Leiterin des Peiner Frauenhauses begrüßt die Fußfessel-Initiative. „Alles was hilft, Frauen vor häuslicher Gewalt zu schützen, ist gut“, betont Stefanie Weigand. Doch sie befürchtet, dass eine deutsche Variante mit dem so gepriesenen spanischen Modell nicht vergleichbar sei. Das „spanische Modell“ sei nämlich auch so erfolgreich, weil es

spezialisierte Gerichte für häusliche Gewalt gebe und verurteilte Gewalttäter zum Beispiel ihre Kinder für einen längeren Zeitraum nicht sehen dürfen. Sie fordert, dass häusliche Gewalt auch beim Umgangsrecht in Deutschland eine wichtigere Rolle spielen müsse als bisher.

Fußfesseln und Verzicht auf Soziale Medien

Den Einsatz von Fußfesseln in Deutschland befürwortet auch Kathrin Sahin von der BISS-Beratungsstelle. Wenn erwirkt wurde, dass der Täter keinen Kontakt mehr aufnehmen und sich nicht in der Nähe des Opfers aufhalten darf, rät sie Frauen unter anderem auch dazu ihre Social-Media-Profile zu löschen. „Machen Sie sich unsichtbar“, sage ich. Aber das kann ja eigentlich nicht Sinn und Zweck sein.“

Doch auch sie befürchtet: „Bis so eine Fußfessel wirklich am Start ist, könnte es bei unseren Gesetzen lange dauern.“ Sie wünscht sich daher auch schnellere und empfindlichere Geldstrafen für Täter zur Abschreckung. „Opfer haben oft schon einen langen Leidensweg hinter sich, bevor sie zu uns kommen.“

• Wer Hilfe wegen häuslicher Gewalt benötigt, der kann sich unter Telefon (0 51 71) 58 88 91 an die BISS-Beratungsstelle in Peine wenden. Auch Männer sind betroffen. Elf hatten im vergangenen Jahr Hilfe gesucht, berichtet Leiterin Kathrin Sahin.

**SCHENKE LEBEN,
SPENDE BLUT.**



Mo., 17. November | 15:00 - 19:00 Uhr

Forum
Winkel 30, **Peine**

Mi., 19. November | 14:30 - 19:30 Uhr

Dorfgemeinschaftsraum
Hainwaldweg 10, **Vöhrum**

Fr., 21. November | 15:00 - 19:00 Uhr

Aue-Schule
Meierholz 44, **Wendeburg**



Jetzt QR-Code scannen
und einen Termin
reservieren!

**SPENDE
BLUT**
BEIM ROTEN KREUZ

Freischießen für Frauen geöffnet

Peiner Bürgerversammlung: Damen dürfen an Ausmärschen teilnehmen – **Beschluss verkündet**

VON MIRJA POLREICH

Peine. Es ist ein Thema, das oft und emotional diskutiert wurde: die Teilnahme von Frauen am Peiner Freischießen. Nun hat die Schafferrunde den Beschluss gefasst, dass auch Frauen zukünftig an den Schießwettbewerben und den Ausmärschen teilnehmen können. Bisher war ihnen dies verwehrt. Diese Entscheidung präsentierte Bürgerschaffer Thomas Weitling bei der Bürgerversammlung im Bürger-Jäger-Heim den rund 138 Gästen.

Allerdings gibt es dabei auch einige Einschränkungen. Laut Protokoll der entscheidenden Schaffersitzung im September könne „eine Einbindung von Frauen nur dann zum Tragen kommen, wenn es weiterhin nur fünf Freischießenkönige gibt, die auf dem Marktplatz vom Bürgermeister proklamiert werden“, verlas Weitling. Sprich: Es wird also keine speziellen Titel für eine Damenkönigin geben.

Darüber hinaus war der Schafferrunde wichtig, „dass der hohe Standard an Akkuratess e erhal-



Frauen dürfen künftig auch an den Schießwettbewerben und Freischießen-Ausmärschen teilnehmen. Dieser Beschluss der Schafferrunde wurde den 138 Gästen der Bürgerversammlung am Samstag mitgeteilt.

FOTOS: RALF BÜCHLER

ten bleibt“, zitierte der Schaffer weiter aus dem Protokoll. Das betreffe „Auftreten“ und „Uniform“. Unter Einhaltung der sogenannten „Akkuratess e“ bestehe für die Frauen der Freischießen-Korporationen die Möglichkeit, an den Ausmärschen teilzunehmen – beim Erwerb einer Königswürde ist dies eine Verpflichtung. Jede

Korporation könne selbstständig entscheiden, ob sie Frauen teilnehmen lasse oder nicht.

Während einige Korporationen bereits intern Königinnen ermitteln, sind beim MTV Vater Jahn schon drei Frauen Mitglied des Kollegiums. Ob aber Schützinnen im kommenden Jahr tatsächlich bei den Freischießen-

Wettbewerben antreten, bleibt abzuwarten.

Anders sieht es allerdings bei mitmarschierenden Gastvereinen aus. Hier sollen weiterhin keine Frauen teilnehmen dürfen. Das gelte auch für das Mitmarschieren von Funktionsträgerinnen.

Unabhängig von der Bürgerversammlung: Kurz nach dem Ende des Freischießens 2025 war die stellvertretende Bürgermeisterin der Stadt Peine und Ratsfrau Elke Kentner (Grüne) mit dem Vorschlag an die Öffentlichkeit gegangen, künftig auch Frauen eine Königswürde des Peiner Freischießens zu ermöglichen. Sie hatte kritisiert, dass Frauen nicht gleichberechtigt am Freischießen teilnehmen könnten.

Bei der Versammlung stand auch die Wahl eines neuen Bürgerschaffers für die kommenden zwei Jahre an. Weitling, der sich zur Wiederwahl gestellt hatte, wurde zum 14. Mal von der Versammlung bestätigt – einstimmig. Er ist seit 1999 Bürgerschaffer der Stadt Peine und gehört damit neben Andreas Meier zu den

Organisatoren des Freischießens. Es sei ein „schönes, geselliges und friedliches Peiner Freischießen gefeiert worden“, erklärte Weitling und dankte seinem Kollegen für sein neues Sicherheitskonzept.

Ausgezeichnet wurden bei der Bürgerversammlung die Gewinner des Schafferschießens: Joachim Grete (Gewinner der Schafferscheibe/Auszeichnung mit dem Freischießenorden/Schützengilde); Christian Walter (Gewinner der Schafferehrenscheibe/Neues Bürger-Corps NBC); Justus Gohla (Gewinner der Schülerschafferscheibe/NBC) und Yasin Urfa (Gewinner der Jugendschafferscheibe/NBC).

Jens Hoffmann wurde aus der Schafferrunde, der er 19 Jahre als Adjutant angehörte, verabschiedet. Als Ehrenadjutant des Bürger-Jäger-Corps verlieh man ihm einen Erinnerungsorden.

Was meinen Sie: Ist es richtig, dass das Freischießen für Frauen geöffnet wird? Schreiben Sie einen Leserbrief an redaktion@paz-online.de.

Goldpreis: Zwischen Rekord und Realität – warum sich jetzt der Ausstieg lohnt

Tradition verpflichtet seit 1845: Ihr deutsches Fachgeschäft zahlt in Braunschweig Spitzenpreise für Gold

November 2025

Aktueller Goldkurs: : 3.527,08 EUR/Ounce

Braunschweig. In bewegten Zeiten gewinnt Gold als Wertanlage an Bedeutung – doch jetzt ist nicht die Zeit zum Horten, sondern zum Handeln. Als deutsches Goldfachgeschäft bietet die **Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** eine seriöse Anlaufstelle, um ungenutztes Gold zu Bestpreisen in sofortige Liquidität zu verwandeln. Aktuell zeigt der Goldpreis alle typischen Anzeichen einer Blase, warnen die Experten: steiler Anstieg in kurzer Zeit, getrieben von Emotion statt Fundamentaldaten. Rekordhochs wechseln sich mit abrupten Rücksetzern ab – ein Muster, das auf spekulative Überhitzung hindeutet. Viele Anleger springen aus Angst, etwas zu verpassen, auf, während professionelle Investoren bereits Gewinne realisieren. Die Bewertung entkoppelt sich zunehmend von Zinsen, Inflation und realer Schmuck- bzw. Industrienachfrage. Wer jetzt klug handelt, sichert das außergewöhnliche Niveau – bevor die unvermeidliche Korrektur tiefe Spuren hinterlässt.

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig klärt auf – Goldener Herbst

Der Blick auf die aktuelle Marktlage zeigt deutliche Ausschläge. Politische und wirtschaftliche Signale treiben den Goldpreis zeitweise auf außergewöhnliche Niveaus. Solche Spitzen sind erfahrungsgemäß volatil: Gewinnmitnahmen folgen häufig auf Rekordstände. Expertinnen und Experten weisen darauf hin, dass Hochphasen oft nur von kurzer Dauer sind. Sicherheit bedeutet in diesem Umfeld, günstige Zeitfenster aktiv zu nutzen.

Vertrauen durch Erfahrung und geprüfte Verfahren

Beim Verkauf von Edelmetallen



zählen Seriosität und Fachwissen. **Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** arbeitet hierzu eng mit **Heimerle + Meule**, der ältesten deutschen Scheideanstalt (seit 1845), zusammen. Die Bewertung erfolgt transparent und präzise – unter anderem mit moderner **Röntgenfluoreszenz-Analyse (XRF)**, die Legierungen zerstörungsfrei ermittelt. Kundinnen und Kunden erhalten damit nachvollziehbare, marktgerechte Ankaufskonditionen.

Leistungsprofil im Überblick

- Ankauf von Gold, Silber und Platin
- Sofortige Auszahlung wahlweise in Bar oder per Echtzeit-Überweisung

• Präzise Wertermittlung mittels XRF-Technologie

- Beratung durch erfahrene Edelmetall-Expertinnen und -Experten vor Ort
- Kostenfreie, unverbindliche Bewertung von Schmuck, Münzen und Zahngold
- Spezialisiert auf Erbschaften und Nachlässe

Diskret, fair – und häufig mit besonderer Bedeutung

Seit Beginn des vierten Quartals verzeichnet **Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** spürbar steigende Nachfrage. Besonders im Kontext von Erbschaften und Nachlässen wird auf eine diskrete und

nachvollziehbare Abwicklung Wert gelegt. Viele Stücke – vom alten Schmuck über Einzelmünzen bis zu Zahngold – liegen seit Jahren ungenutzt in Schubladen. Ein Verkauf kann solche „Schubladenschätze“ in unmittelbar verfügbare Mittel verwandeln: für eine Reise, einen lang gehegten Wunsch oder ein Familienfest.

Warum der Zeitpunkt zählt

Die internationalen Finanzmärkte reagieren sensibel auf geopolitische Spannungen und geldpolitische Entscheidungen. Das stützt zwar die grundsätzliche Nachfrage nach Gold, führt aber ebenso zu kurzfristigen Schwankungen. In

Phasen erhöhter Preise bietet sich für Privatpersonen die Chance, gebundenes Vermögen ohne Umwege zu liquidieren. Ein verbreiteter Analysten-Tenor lautet daher: Wer zeitnah handelt, sichert sich das aktuell hohe Niveau – Garantien für eine Fortsetzung sind naturgemäß nicht möglich.

Vorteile für Verkäuferinnen und Verkäufer

- Langjährige Praxis im bundesweiten Edelmetallhandel
- Qualitätsversprechen ruht auf starker Basis: Heimerle + Meule (seit 1845) als langjähriger Referenzpartner.
- Transparente Bewertungsschritte, die vor Ort erläutert werden
- Diskrete Abwicklung mit unmittelbarer Auszahlung

Unverbindlich prüfen lassen – ohne Termin

Goldpreise können schnell drehen. Eine kurze, kostenlose Ersteinschätzung hilft, den eigenen Bestand realistisch einzuordnen und den richtigen Moment zu nutzen. Interessierte können sich auch **ohne Termin** (bei größeren Erbschaften ist eine Terminvereinbarung sinnvoll) bei der **Niedersächsischen Goldbörse** in Braunschweig beraten lassen; die Begutachtung ist unverbindlich und die Konditionen werden offen dargelegt.

Fazit: Für private Verkäuferinnen und Verkäufer eröffnet das aktuelle Marktumfeld attraktive Möglichkeiten. Wer ungenutzte Edelmetalle hält, findet bei der **Niedersächsischen Goldbörse** in Braunschweig ein deutsches Goldfachgeschäft mit geprüften Verfahren, transparenter Bewertung und sofortiger Auszahlung – eine Kombination, die den Verkauf planbar, fair und sicher macht.

Niedersächsische
GOLD BÖRSE
BRAUNSCHWEIG

Anzeige

**NIEDERSÄCHSISCHE
GOLDBÖRSE BRAUNSCHWEIG**
Damm 38
38100 Braunschweig
TEL: 0531/12184200

braunschweig@goldboerse.gmbh
www.goldboerse-braunschweig.de

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 10:00 - 16:00 Uhr

GESCHÄFTSFÜHRER:
N. GRANHOLM

**Terminabsprache nicht notwendig
größere Mengen können natürlich
vorher telefonisch terminiert
und besonders diskret behandelt
werden.**

**DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE
KAUFT**

1. Gold, Silber und Platinschmuck wie Ringe, Ketten, Armbänder, Anhänger, Broschen, Königsketten, Bettelarmbänder, Bruchgold und Feuerzeuge.
2. Zahngold mit und ohne Zähne oder im Gebiss, Brücken, Kronen, Inlays oder noch im Gebiss, kleine und große Mengen sauber und verunreinigt.
3. Markenuhren wie Rolex, Breitling, Cartier, OMEGA und vieles mehr.
4. Gold- und Silberbarren in verschiedenen Größen.
5. Goldmünzen, egal ob einzelne oder ganze Sammlungen.

Abnehmen in Peine: Wie helfen Ozempic und Co?

Immer mehr Menschen **spritzen Medikamente** gegen Übergewicht. Allein in Peine sind es Hunderte.

VON VOLKER MACKE

Peine. 82 Kilo wiegt Christina S., vor acht Wochen waren es noch 90. Vor zwei Monaten begann die Mittfünfzigerin (ihr richtiger Name ist der Redaktion bekannt) die Therapie mit Mounjaro, einem neuen Medikament zur Blutzuckerkontrolle und Gewichtsabnahme. Wie das bekanntere Ozempic wirkt es auf das Sättigungsgefühl. Doch es ist mehr als ein einfacher Appetitzügler, es greift in das Hormongeschehen des Körpers ein. Eigentlich zur Behandlung von Diabetes entwickelt, haben es diese neuen Arzneien via Hollywood in normale deutsche Wohnzimmer geschafft. Effektiv wirksam, einfach anzuwenden, aber auch mit einigen Risiken und Nebenwirkungen. Gleichwohl: Immer mehr Menschen setzen darauf.



Ein Mann hält eine Abnehmspritze mit dem Wirkstoff Semaglutid in der Hand. Andere Stoffe heißen Tirzepatid.

FOTO: ROBERTO PFEIL

Zahlen der AOK Niedersachsen belegen den Trend beispielhaft. „Die Zahl der behandelten Versicherten habe sich demnach in den drei Landkreisen Peine, Wolfsburg

und Gifhorn zwischen 2023 und dem ersten Halbjahr 2025 sichtlich erhöht – insgesamt von 597 auf 906 Personen, was einer Steigerung um rund 50 Prozent entspricht“, so

Sprecher Johannes-Daniel Engelmann auf PAZ-Anfrage. Bei der Anzahl abgegebener Arzneimittelpackungen stellt sich der Zuwachs von 2023 bis 2025 (hochgerechnet auf das ganze Jahr) noch stärker dar:

- **Gifhorn:** von 881 auf 2.260 – ein Zuwachs um 157 Prozent.
- **Peine:** von 318 auf 896 – ein Zuwachs um 182 Prozent.
- **Wolfsburg:** von 358 auf 736 – ein Zuwachs um 106 Prozent.

„Wenn man die Medikamente fachgerecht einsetzt, ist der Nutzen groß – und die Gefahren sind beherrschbar“, sagt der Peiner Arztspescher und Mediziner Christian Pabst. Auch er behandelt immer mehr Menschen, die gezielt mit dem Wunsch nach der Abnehmspritze in seine Praxis kommen. Oft seien Jüngere darunter, die über Social Media vom neuen Trend erfahren haben. Aber auch viele Ältere, Menschen mit wirklich starkem Übergewicht sowie Begleit- oder Folgeerkrankungen seien darunter. „Menschen mit Bluthochdruck, Schlafapnoe, Diabetesvorstufe und stark belasteten Knien beispielsweise“, sagt Pabst.

Aber nicht jeder, der es möchte, bekomme das Medikament auch, betont er. Ein Body-Mass-Index von mindestens 30 (Adipositas) sei in der Regel notwendig. „Man darf es allerdings nicht allein daran festmachen, es gibt auch medizinische Ausschlusskriterien und mich muss die Gesamtsituation des Patienten überzeugen“, sagt der Arzt. Weil das Medikament über die Hormone GLP-1 und GIP unter anderem auf die Bauchspeicheldrüse wirke, sei es in der Regel bei einer bestehenden oder auch bei einer vergangenen Bauchspeicheldrüsenentzündung ausgeschlossen.

Vorsicht gelte auch bei Problemen mit der Schilddrüse. Und in der Schwangerschaft. Bauchspeicheldrüsenentzündung sei zudem eine, wenn auch nicht so häufige, sehr ernste Nebenwirkung. Daneben drohen Übelkeit, Verstopfung, Dehydration und gelegentlich allergische Reaktionen.

Die Grundlage für die Behandlung von starkem Übergewicht beziehungsweise Adipositas sei nach wie vor die sogenannte Basistherapie. Die bestehe aus Ernährungs-, Bewegungs-, Verhaltensinterventionen, so die „Interdisziplinäre Leitlinie zur Prävention und Therapie der Adipositas“ von den Fachverbänden Deutsche Adipositas-Gesellschaft, Deutsche Diabetes Gesellschaft, Deutsche Gesellschaft für Ernährung sowie Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin.

„Wenn mithilfe dieser Basistherapie keine ausreichende Gewichtsreduktion erzielt wird, können begleitende Medikamente die Gewichtsabnahme unterstützen.“ Tirzepatid, Semaglutid, Tirzepatid heißen die Stoffe, die dann infrage

kommen – Handelsnamen: Ozempic, Wegovy, Saxenda, Mounjaro. Aber: „Anders als in der Berichterstattung und den sozialen Medien teilweise vermittelt wird, sind die neuen Medikamente keine leichtfertig einzusetzenden Abnehm-Spritzen für die allgemeine Bevölkerung. Es handelt sich vielmehr um verschreibungspflichtige Arzneimittel zur ergänzenden Behandlung von krankhaftem Übergewicht beziehungsweise Adipositas“, so die Verbände weiter.

Auch Christina S. hatte in den vergangenen Jahren vieles ausprobiert, um nachhaltig ihr Gewicht zu reduzieren, Jojo-Effekte inbegriffen. Sport macht sie bereits, Schwimmen, Walken, Pilates, mehrmals pro Woche. Magenverkleinerung oder Abnehm-Spritze, letztlich sei das die Frage gewesen. „Ich entschied mich für die Spritze“, erzählt sie. Mit durchschlagendem Erfolg: „In den ersten drei Wochen verlor ich fünf Kilo Gewicht.“ Bisher keine ernstesten Nebenwirkungen, schnellere Sättigung, kein Heißhunger mehr auf Süßes – tatsächlich wirken die Medikamente auf das Belohnungssystem im Gehirn.

Süßes oder Fettiges als Trost? Weit weniger nötig unter der Behandlung. „Ob das ein rein psychologischer Effekt oder eine echte Stoffwechselveränderung ist, ist mir letztlich egal, solange das Ergebnis stimmt“, sagt sie. Das Wunschergebnis sind bei ihr 20 Kilogramm Gewichtsreduktion. Die will sie in den kommenden Monaten erreichen. Schritt für Schritt. Und dabei Auf die Gesundheit achten. „Wer nicht aufpasst, nimmt an der falschen Stelle ab“, warnt der Mediziner Christian Pabst. „Muskeln schmelzen eher als das Fett, insofern ist Muskeltraining und gute proteinreiche Ernährung begleitend zur Behandlung sehr wichtig“, sagt er und mahnt: „Ohne Lebensstiländerung ist das Ganze eine Kosmetik.“

Den Erfolg muss Christina S., wie alle Abnehmwilligen, selbst zahlen. Zwischen 200 und 400 Euro im Monat kostet die Behandlung je nach Dosierung, die in der Regel von Monat für Monat steigt. „Die Anwendung zur Gewichtsregulation ist nicht zu Lasten der gesetzlichen Krankenversicherung verordnungsfähig, da diese Indikation als Lifestyle-Therapie gemäß Paragraf 34 Sozialgesetzbuch 5 ausgeschlossen ist“, heißt es seitens der Krankenkasse.

Vor dem Bestellen im Internet aus undurchsichtigen Quellen, um Kosten zu sparen, warnt die Kasse indes: „Der Bezug potenziell gefälschter oder qualitativ minderwertiger Arzneimittel stellt eine ernstzunehmende Gefährdung der Patientensicherheit dar. Eine medikamentöse Therapie sollte nur in den zugelassenen Indikationsgebieten und unter ärztlicher Überwachung erfolgen.“

VITALITÄT IN DER DUNKLEN JAHRESZEIT



EINFACH
DEN QR-CODE
SCANNEN



PAZ

AZ

WAZ

hallo
wochenende

HF

HANSEFIT
Part of the **epossi** Group.

Fritz Freischießen macht letzte Wünsche wahr

Stadtwerke Peine spenden Erlös der Kult-Ente an den **ASB-Wünschewagen Niedersachsen**

VON MAREN KIESBYE

Peine. „Wie gerne würde ich noch einmal...“ – bei diesen Worten schwingt unendlich viel Sehnsucht mit. Seit November 2017 ist der „Wünschewagen“ vom Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) Landesverband Niedersachsen unterwegs und erfüllt sterbenskranken Menschen aus dem gesamten Bundesland einen letzten Herzenswunsch. Auch aus der Region Peine waren bereits mehr als ein Dutzend Fahrgäste, wie der ASB die Patientinnen und Patienten nennt, mit an Bord und reisten noch ein letztes Mal an ihre Sehnsuchtsorte.

Dass auch in Zukunft Herzenswünsche von schwer Erkrankten aus der Region in Erfüllung gehen können, dafür sorgt nun eine Spende der Stadtwerke Peine in Höhe von 6.500 Euro. So viel nämlich kam beim Verkauf der Kult-Ente „Fritz Freischießen 2025“ zusammen, und der Gesamterlös wurde dem ASB-Ehrenamtsprojekt zur Verfügung gestellt.

Wie in den Vorjahren stand der Verkauf der Kult-Ente ganz

im Zeichen des sozialen Miteinanders. Möglich wurde die Spendenaktion durch das Engagement vieler Bürgerinnen und Bürger, die mit dem Kauf von Fritz zeigten: Wenn eine Stadt zusammenhält, können Herzenswünsche wahr werden.

„Fritz bringt Menschen zusammen – und das nicht nur beim Freischießen“, sagt Stadtwerke-Geschäftsführer Ralf Schürmann. „Wir freuen uns, mit dem diesjährigen Verkauf unseres Fritz Freischießen Vater Jahn dem Wünschewagen neue Fahrt zu geben – für Herzenswünsche, die unvergessen bleiben. Ein großes Dankeschön geht erneut an Bürgerschaffer Thomas Weitling, der den Verkauf dieses Jahr wieder persönlich und tatkräftig unterstützt hat.“

Wünschewagen-Projektleiterin Julia-Marie Meisenburg freut sich sehr über die Peiner Unterstützung: „Unsere schwerstkranken Reisenden und ihre vertrauten Begleitpersonen müssen für die Wunschfahrt nichts bezahlen. Das ist wichtig, da viele der Fahrgäste bereits länger erkrankt sind, sodass die finanzielle Situation in den Familien meist stark



Wünsche erfüllen dank Fritz Freischießen: Bürgerschaffer Thomas Weitling, Julia-Marie Meisenburg vom ASB (Mitte) und Petra Kawaletz von den Stadtwerken Peine bei der Spendenübergabe.

FOTO: STADTWERKE PEINE

angespannt ist.“

Am Tag der Fahrt – so die Vision – solle die Krankheit Pause machen, in den Hintergrund rücken und die Zeit unbeschwert und möglichst sorgenlos verbracht werden. „Da uns stetig

mehr Wunschfahrtanfragen erreichen, die wir schnellstmöglich in die Tat umsetzen möchten, ist die Stadtwerke-Spende ein echter Segen“, betont Meisenburg.

Rund 640 Mal waren die bei-

den in Hannover stationierten ASB-Wünschewagen seit Projektbeginn bereits unterwegs. Zu den Wunschfahrtzielen der Gäste aus Peine gehörte beispielsweise der Besuch eines ehemaligen Bergmannes in der Zeche Zollverein, der Rundflug eines Krebspatientin über ihren alten Wohnort und der Ausflug eines Palliativpatienten ins Wisentgehege Springe.

Ganz gleich wie jung oder alt die Patientinnen und Patienten sind und wie groß oder klein ihre Wünsche – die rund 120 ehrenamtlichen ASB-Wunschfahrer geben alles, damit ihre schwerstkranken Fahrgäste wunschlos gehen können.

Sie kümmern sich während der Fahrt im speziell für diesen Zweck konstruierten Krankentransportwagen um die medizinisch-pflegerische Versorgung, und haben dabei jederzeit ein offenes Ohr für Sorgen, Ängste und Nöte der Reisenden und ihrer Begleitpersonen. Allein in diesem Jahr hat das niedersächsische ASB-Wünschewagenteam bereits 119 Wunschfahrten möglich gemacht.

Anzeige

Verlässlich und modern

Heimtex Nord übernimmt die Hammer-Märkte in Peine und Uelzen

Die Entwicklung geht nur Schritt für Schritt, ist aber nicht zu übersehen. Heimtex Nord steht jetzt dort, wo einst Hammer in Peine und Uelzen war. Der Eingangsbereich in dem Geschäft in der Schäferstraße in Peine ist zwar erneuert, aber viele Kundinnen und Kunden dürften den Wechsel kaum bemerken, sagt Geschäftsleiter Jörg Ernst, der 34 Jahre für den Vorgänger tätig war und voller Zuversicht in die Zukunft blickt.

Bewährtes erhalten und neue Impulse setzen, lautet die Strategie. Jörg Ernst sieht ein starkes Signal für die Kundinnen und Kunden. „Wir sind weiter für sie da mit gewohnter Qualität und noch mehr Eigenständigkeit.“ Der Hammer-Schriftzug ist noch auf manchem Plakat zu lesen, aber „die Fesseln sind abgelegt“, freut er sich über mehr Spielraum, mehr Lieferanten und ein breiteres Sortiment. Heimtex Nord gehört zwar auch einem Firmenverbund an, arbeitet aber weitgehend autark und nicht beschränkt, wie das bei großen Handelsketten üblich ist.

Am Konzept hat sich nicht viel geändert: Wer auf der Suche nach Farben und Tapeten ist, nach Teppichen und Laminat oder nach Gardinen und Dekoration, der wird im Heimtex-Einrichtungsmarkt fündig. „Aber wir sind besser ausgestattet“, verspricht Jörg Ernst. Kompetente Beratung und professionelle Handwerks-



Mit gewohnter Qualität und noch mehr Eigenständigkeit: An der Schäferstraße in Peine sitzt jetzt Heimtex Nord. Geschäftsleiter Jörg Ernst präsentiert die neue Eigenmarke „Esprima!“.

Fotos: Roland Weiterer

leistungen stehen ganz oben in dem Unternehmen, das vor allem bei den Dienstleistungen stärker punkten will. Ein dritter Dekorateur wurde für Peine gerade eingestellt, um die Kundschaft technisch und optisch zu beraten. Auch Hausbesuche sind möglich. Außerdem sucht Heimtex Nord einen Bodenleger



und hat ein neues Nähstudio eröffnet. Wer vor Weihnachten noch die passenden Gardinen braucht, dem kann das Team in der Schäferstraße helfen.

Und noch etwas dürfte die Neugier der Kunden und Kundinnen wecken: Mit „Esprima“ hat das Haus eine Eigenmar-

ke für Bodenbeläge, Gardinen oder Bettwäsche eingeführt. Für Jörg Ernst ein weiteres Argument, dass das Geschäft die Wünsche seiner Kundschaft erfüllt. „Die Marke Heimtex Nord steht für Verlässlichkeit, Nähe und moderne Raumgestaltung.“ Er lädt alle ein, sich davon selbst ein Bild zu machen.

Aus Tischlerei wird Wichtelwerkstatt

Team des **Weihnachtspäckchenkonvois** packt Hunderte von Geschenken für Kinder in Osteuropa

VON MAREN KIESBYE

Ilse. Wo früher Holz verarbeitet wurde, raschelt heute Geschenkpapier: In einer ehemaligen Tischlerei in Ilse stapeln sich bunte Schuhkartons, Papierrollen und kleine Geschenke. In der „Päckchenwerkstatt“ des Weihnachtspäckchenkonvoi-Teams Peiner Land werden von Stefanie Brüder und Nina Köhler gespendete Weihnachtspäckchen für Kinder in Osteuropa sortiert, ergänzt und liebevoll vorbereitet. Sie ist die letzte Station, bevor alles in Umkartons verpackt und auf die Lastwagen für Osteuropa verladen wird. „Wir sorgen dafür, dass die Päckchen ein Lächeln zaubern“, sagt Brüder. Köhler betont, wie viel Herzblut in jedem gespendeten Päckchen steckt. Beide haben den Konvoi schon mehrfach nach Rumänien begleitet und die Päckchen persönlich an Kinder verteilt – ein Erlebnis, das sie jedes Mal tief berührt.

Der Weihnachtspäckchenkonvoi (WPK) ist eine deutschlandweite Aktion, die seit 2001 Kinder in entlegene Regionen Osteuro-

pas erreicht. Organisiert wird er vollständig ehrenamtlich von den gemeinnützigen Serviceclubs Ladies Circle, Round Table, Agora Club Tangent und Old Tablers. Das Motto „Kinder helfen Kindern“ verdeutlicht die Idee hinter der Aktion: Kinder sollen beim Packen der Päckchen helfen und beispielsweise ein neuwertiges Spielzeug für das beschenkte Kind spenden, das dann zusammen mit Hygieneartikeln, Mal- und Schreibmaterialien, Süßigkeiten, kleinen Überraschungen und vielleicht auch einem selbstgebastelten Weihnachtsgruß zu einem schönen Geschenk verpackt werden.

Die Aktion stärkt das Bewusstsein für Fairness und Mitgefühl und vermittelt, dass auch Kinder schon aktiv etwas tun können, um anderen zu helfen. „Jedes Päckchen trägt ein Stückchen Hoffnung und Freude hinaus in die Welt“, sagt Stefanie Brüder, „und zeigt unseren Kindern, dass auch kleine Gesten Großes bewirken können.“

2024 wurden deutschlandweit mehr als 147.000 Päckchen ge-



Weihnachtspäckchenkonvoi Peiner Land: Auch in diesem Jahr werden sich Kinder aus Osteuropa sehr über die Geschenke aus Peine freuen.

FOTO: PRIVAT

sammelt und verteilt – diese Zahl soll auch in diesem Jahr wieder erreicht oder übertroffen werden. Neben Bulgarien, Rumänien, Moldawien und der Ukraine sollen in diesem Jahr erstmals auch Kinder in Albanien beschenkt werden.

Das WPK-Team Peiner Land nimmt Päckchen von Schulen, Kindergärten und auch Privat-

personen entgegen. Beispielsweise beteiligen sich die Grundschule Essinghausen, die IGS Lengede und die Awo-Kita Oberg. „Die Kinder sind unglaublich kreativ und auch spendabel beim Geschenke packen“, sagt Köhler. Nur wenige Päckchen brauchen etwas Nachbesserung: Dafür nimmt das Team auch gern einzelne Spenden wie Filzstifte, Buntstifte, Zahn-

bürsten oder Zahncreme an, um fehlende Inhalte auffüllen zu können.

- Päckchen können in drei Altersgruppen gepackt werden: Kindergarten (drei bis sechs Jahre), Grundschule (sieben bis zehn Jahre) und Teenager (elf bis 15 Jahre). Die Päckchenabgabe ist bis Freitag, 21. November, möglich, Abgabemöglichkeiten gibt es bei Familie Brüder, Maschtor 12 in Ilse/Bülten, Telefon (01 76) 57 68 16 76, bei Familie Köhler, Am Scheibenstand 8 in Peine, Telefon (01 62) 6 34 81 47, in der Dachdeckerei & Zimmererei Meier, Marie-Curie-Straße 6a, in Lengede, Telefon (0 53 44) 2 62 62 90, bei Zweimal schön, Breite Straße 22, in Peine, Telefon (01 62) 6 34 81 47 und in Peyers Hofladen, Alte Landstraße 10, in Dungenbeck, Telefon (05 171) 98 88 89.
- Die Abgabezeiten sind telefonisch zu erfragen oder auf der Homepage www.weihnachtspackchenkonvoi.de sowie auf den Social-Media-Seiten des WPK-Teams Peiner Land einzusehen.

ANZEIGE

Empfehlung der Woche bei brüchigen Nägeln

Neben äußeren Pflegemaßnahmen auch auf die Nährstoff-Versorgung achten!



Gepflegte Fingernägel sind Teil eines schönen Äußeren. Leider sind sie oft trocken, spröde und brechen ab oder reißen ein. Der Wunsch nach festen Nägeln muss aber nicht unerfüllt bleiben...

Als erste Sofortmaßnahme kann es helfen, die Hände und speziell die Nägel mittels geeigneter Cremes zu pflegen.

Sie versorgen die spröden Nägel mit Feuchtigkeit von außen und bewahren auch die Nagelhaut vor dem Einreißen. Ein Ölbad (Finger etwa 10 Minuten in lauwarmem Olivenöl „baden“) kann dabei helfen.

Langfristige Ergebnisse

Um jedoch langfristig sichtbare Ergebnisse zu erzielen, sollte man im Inneren des

Körpers ansetzen – und zwar bei der Nährstoffversorgung. Führen wir unserem Körper nämlich die richtigen Nährstoffe zu, werden diese über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln transportiert, wo sie die Struktur und den Nagelaufbau unterstützen. So ist der Nagel beim Nachwachsen weniger spröde und es bildet sich eine feste Nagelplatte.

Kraftstoffe für die Nägel

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle Nahrungsergänzung ist nicht immer einfach. Idealerweise enthält das Präparat folgende Nährstoffe:

- **Zink und Selen** zum Erhalt normaler Nägel

- **MSM** (Schwefel) als wichtiger Strukturbaustein

- **Silizium** aus Kieselerde und Goldhirse, die bereits im Mittelalter als „Schönheitskorn“ bekannt war.

Sinnvolle Dosierung

In idealer Kombination vereint finden sich all diese Nährstoffe in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Das hochwertige Präparat kommt aus Österreich und ist dort bereits seit Jahren das meistverkaufte Produkt für feste Nägel.*

Seit einiger Zeit ist es nun auch in Deutschland erhältlich und überzeugt immer mehr Anwender. Wie alle Produkte der führenden österreichischen Apothekenmarke Dr. Böhm® wird auch Haut Haare Nägel unter höchsten Arzneimittelstan-

dards produziert – keine Selbstverständlichkeit für ein Nahrungsergänzungsmittel.

Tipp:

Da Nägel normalerweise nur zwischen 0,5 und 1,2 mm pro Woche wachsen, ist eine kurmäßige Einnahme über einen längeren Zeitraum sinnvoll. Wer Geduld hat, wird auch mit den bestmöglichen Ergebnissen belohnt.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 09/2025.

Jetzt überzeugen!

Dr. Böhm®
Haut Haare Nägel



Nahrungsergänzungsmittel

- ✓ Die Schönheitsformel für gesunde, gepflegte Nägel
- ✓ Mit Zink & Selen für den Erhalt normaler Nägel
- ✓ Plus Silizium, natürlichem MSM und Goldhirse

Für Ihre Apotheke: PZN 15390975

Entdeckerpfad führt durch die Bergbaugeschichte

Projekt „Dreiklang“ kann kommen: Die Europäische Union unterstützt die Gemeinde Lengede mit 240.000 Euro

Lengede. Die Gemeinde Lengede erhält 240.000 Euro aus Fördermitteln der Europäischen Union. Mit diesem Geld soll das Projekt „Dreiklang“ im Gemeindegebiet umgesetzt werden. Dabei handelt es sich um die Einrichtung eines Entdeckerpfades, um das Museum „Wunder von Lengede“, die Gedenkstätte sowie die Lengeder Teiche und den Seilbahnberg miteinander zu verbinden, erläutert Bürgermeisterin Maren Kleinschmidt.

Lengede liegt im Herzen eines alten Bergbaureviers. 1827 gilt als das Gründungsjahr des Erzabbaus in dem Ort. Zunächst wurde mit der Erzförderung im Tagebau begonnen, später verlagerte sich diese in den Tiefbau. Durch mannigfache technische Erneuerungen entwickelte sich die Schachanlage im Laufe ihres Bestehens zu einer der modernsten Eisenerzgruben Europas. Ende 1977 waren die wirtschaftlich gewinnbaren Vorräte erschöpft und der Bergbau in Lengede wurde eingestellt.

Verknüpfung mit dem Museum

Wirtschaftsgeschichte mit dem Schwerpunkt Erzbergbau, Ereignisgeschichte mit dem „Wunder von Lengede“ und die Herausforderungen eines nachindustriellen Strukturwandels mit Renaturierung und Gewinnung eines Naherholungsraums haben die neuzeitliche Entwicklung Lengedes geprägt. Ein besonderer Fokus liegt hier vor allem auf dem Grubenunglück von 1963. Die damaligen Ereignisse sind konzeptioneller Ausgangspunkt und zentraler Themenbereich im Museum „Wunder von Lengede“.

Dabei sind zudem wesentliche Aspekte mit eingebunden, die eine naturräumliche Verknüpfung mit dem Museum ermöglichen. Dieses



Hilfe von der EU: Prof. Dr. Gerd Biegel und Bürgermeisterin Maren Kleinschmidt mit dem Schild zur Übergabe der Fördermittel für das Projekt "Dreiklang" FOTO: GEMEINDE LENGEDE

ist als authentischer Geschichtsort im ehemaligen Verwaltungsgebäude des Schachtgeländes untergebracht. Maren Kleinschmidt: „Die Kultur des Erinnerns ist auf Dauer angelegt und erfordert das Vermitteln von Kenntnissen und Erkenntnissen.“ Die museale Präsentation stellt die Ereignisse von 1963 Tag für Tag – vom Wassereintrich bis zur Rettung – anschaulich unter dem Motto „Erinnern statt Wundern“ dar.

„Das Erlebnismuseum greift hier einen Moment der Geschichte in unserer Region auf, betrachtet das Ereignis des Grubenunglücks als eine wichtige Facette der Identitätsstiftung und verfolgt im Dreiklang von Museum, Gedenkstätte und Seilbahnberg beispielhaft einen modernen Strukturwandel einer ganzen Region und ihrer Zukunftsfähigkeit. Es ist eine Bereicherung für Bildung, Kultur und Geschichtsvermittlung und auch ein wichtiger Baustein sowie vermittelndes Bindeglied zwischen Geschichte, Identität und Lebensqualität“, hebt Maren Kleinschmidt hervor.

Mitte der 1970er Jahre wurde mit Rekultivierungsmaßnahmen auf dem Schachtgelände begonnen. Örtliche Vereine legten Wanderwege am Hang des Seilbahnberges in Eigenleistung an. 1975 wurde der Bergbaupark am Seilbahnberg an die Gemeinde übergeben. Gleichzeitig entstand ein beachtliches Naturschutzgebiet mit einer Größe von etwa 130 Hektar, das mehrere Lengeder Teiche erfasst – ehemalige mit Dämmen eingefasste Klärteiche der Grube Lengede-Broistedt. Weitere ehemalige Klärteiche der Grube befinden sich zwar außerhalb des Naturschutzgebietes, sind aber in die Renaturierung und Nutzung als Freizeiträume eingebunden. Die Teiche sind zudem Lebensraum zahlreicher Tiere. Damit sind eine Vielzahl an Freizeitbereichen, Wanderwegen, Naturschutzbereiche und Anschauungsbereiche des ehemaligen Bergbaus im flächenmäßig großen musealen Außenbereich mit unterschiedlichen Nutzungsmöglichkeiten eingefasst und fußläufig vom Museum aus erreichbar.

Durch diesen musealen Außenbereich und rund um die Lengeder Teiche ziehen sich bereits eine Vielzahl an Wanderwegen, die die einzelnen Stationen – Museum, Gedenkstätte und Seilbahnberg – miteinander verbinden. 2023 wurden bereits drei Kilometer dieser Wanderwege rund um den Klärteich 8 ausgebaut. „Um die Erkundung in der sich wandelnden nahegelegenen Landschaft zu ermöglichen und einen Entdeckerpfad zu etablieren, ist die Sanierung der im Dreiklang beinhaltenden Orte verbindender Wege erforderlich“, findet die Bürgermeisterin.

Außer der Sanierung der Wanderwege wird im Planungs- und Umsetzungszeitraum bis Februar 2027 ein Entdeckerpfad mit Informationstafeln zwischen Museum, Gedenkstätte und Seilbahnberg errichtet. Die Kompletต์maßnahme wird zu 80 Prozent aus LEADER-Mitteln gefördert. Zur Ausgestaltung des Entdeckerpfades sollen insgesamt 21 Informationstafeln aufgestellt werden. Drei davon dienen als Planübersicht an den drei Kernorten, jeweils drei Tafeln sind an Gedenkstätte und Seilbahnberg vorgesehen zu den Schwerpunkten Bergbau, Wunder von Lengede und Natur. Dazu kommen zwölf Informationsschilder auf dem Weg – jeweils vier pro Thema.

Durch die Erweiterung des Erlebnismuseums wird mit der Erweiterungskonzeption in den turnahmen Raum ein Ereignismuseum von einzigartigem Anspruch geschaffen. Es greift damit den wirtschaftsgeschichtlichen Faktor auf und hebt die Ereignisse des Grubenunglücks von 1963 als identitätsstiftende Facette hervor und definiert im Dreiklang von Museum, Gedenkstätte und Seilbahnberg beispielhaft einen modernen Strukturwandel und die Zukunftsfähigkeit einer ganzen Region.

Authentischer Geschichtsort wird „erfahrbar gemacht“

„Mit der Schaffung dieses Rundweges von Gedenkstätte/Museum entlang der Lengeder Teiche bis hin zum Seilbahnberg bieten wir ein einzigartiges regionales Angebot an, in dem zum einen ein authentischer Geschichtsort unmittelbar erfahrbar gemacht wird und die Besucher darüber hinaus zu Erkundungen in der unmittelbaren Landschaft angeregt werden. Geschichte braucht Erinnerung, daher ist es besonders wichtig die in der Gemeinde Lengede tief verwurzelte Bergbautradition aufrecht zu erhalten und mit dem Entdeckerpfad ein Bindeglied zwischen Geschichte und Natur zu schaffen“, betont Maren Kleinschmidt.

+++ SOFORT BARGELD +++ SOFORT BARGELD +++

OPHIRUM

Deutschlands größter Filialist

GOLDFUXX

**REKORDSTÄNDE
IM GOLDPREIS!
JETZT IHR ALTGOLD
VERKAUFEN!**

GOLDFUXX
BRAUNSCHWEIG
Wendenstr. 57
38100 Braunschweig

OPHIRUM
MAGDEBURG
Breiter Weg 213
39104 Magdeburg

GOLDFUXX
BREMEN
Fedelhöfen 12
28203 Bremen

WIR SIND FÜR SIE VOR ORT IN

HANNOVER

CALENBERGER ESPLANADE 1-8



Bundesweit
42 Standorte

- ✓ Qualitätsbarren & -münzen
- ✓ Schnelle & professionelle Abwicklung
- ✓ Anonymer Goldkauf
- ✓ Beste Preise für Ihr Altgold



www.ophirum.de

Nasse Keller? Feuchte Wände? Schimmelpilz?

- 25 Jahre Erfahrung
- 10 Jahre Gewährleistung
- TÜV-zertifiziert
- qualifiziertes Fachpersonal
- Festpreis- & Sauberkeitsgarantie



innotech GmbH
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke

Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de

Tel. 05139/27 82 60

20%
Rabatt auf alle
Abschlüsse bis
29.11.2025



Fachbetrieb für
Bautenschutz
www.tuv.com
ID: 0000001510

Bewegung in der Innenstadt: Tedi zieht ins Obergeschoss der City-Galerie

Einkaufscenter-Verwalter Redevco hat außerdem **Mietinteressenten** für ehemalige Depot-Fläche

VON MIRJA POLREICH

Peine. „Zu vermieten“-Plakate sind in der City-Galerie in Peine allgegenwärtig: Seit dem Auszug des Spielwarengeschäfts Knollis im Obergeschoss und der Depot-Filiale stehen große Verkaufsflächen leer. Doch nun scheinen Nachmieter gefunden zu sein.

„Tatsächlich konnten wir für die zuletzt freien Flächen im ersten Obergeschoss Tedi als neuen Mieter gewinnen“, teilt Tobias Moser vom Immobilienunternehmen Redevco mit, das die City-Galerie an der Glockenstraße verwaltet. Der Bezug der Flächen sei für das erste Quartal 2026 geplant.

„Tedi ist eine sehr gute Abrundung für das Angebot in der City-Galerie für die Menschen in Peine“, so Moser. „Wir freuen uns über den Beginn der Zusammenarbeit und erwarten eine Erhöhung der Frequenz zum Vorteil aller Anrainer.“

Auch für die ehemaligen Flächen von Depot im Erdgeschoss befindet sich das Unternehmen aktuell in konkreten Verhandlungen mit einem Mietinteressenten. Um wen es sich dabei handelt, will Redevco jedoch nicht bekannt geben.

Ob es sich bei der Tedi-Eröffnung in der City-Galerie um einen Umzug der Filiale an der Breiten Straße in der Peiner Fußgängerzone handelt, ist derzeit noch unklar. „Mir ist darüber nichts bekannt“, sagt Romina Handrich, Geschäftsführerin der Tedi-Filiale an der Breiten Straße. Gerüchteweise sei sie aber von Kunden darauf angesprochen worden. Eine weitere Tedi-Filiale findet sich am Friedrich-Ebert-Platz in Peine.

Weitere Leerstände in der Fußgängerzone

Sollte es sich um einen Umzug handeln, könnte in der Innenstadt ein weiterer Leerstand entstehen. In der Fußgängerzone sind bereits viele Schaufenster verwaist. Zuletzt war bekannt geworden, dass das Peek & Cloppenburg Outlet an der Breiten Straße zum Ende des Jahres schließt. Dann läuft nach fünf Jahren der Mietvertrag für den Pop-up-Store aus.

Nur wenige Meter weiter findet sich das Modengeschäft Cecil, das ebenfalls schließt. Hier will Chef Hans Joachim Hammer aus Altersgründen kürzer treten und sich auf das Stammgeschäft, das Modehaus Decker in Groß Ilsede konzentrieren, das seine



Im Obergeschoss der Peiner City-Galerie soll im ersten Quartal 2026 der Discounter Tedi einziehen.

FOTO: MIRJA POLREICH

Tochter Jasmin Hammer übernehmen wird. Ende Februar 2026 läuft für das Damenmodegeschäft an der Breiten Straße der Mietvertrag aus.

„Es ist furchtbar“, sagt Michaela Schade, Serviceleiterin im Café Mitte in der Fußgängerzone, zu dieser Entwicklung. „Wir sind darauf angewiesen, dass die Leute in die Stadt kommen, hier shoppen und dann zu uns kommen.“ Mit der Zunahme an Leerständen sorgt sie sich auch um ausbleibende Kundenschaft, auch wenn der Cafébetrieb an diesem Dienstagvormittag brummt. „Und wenn die Volksbank ‚Am Markt‘ für den Neubau schließt, bleiben auch Kunden weg“, fürchtet sie.

Ein unaufhaltbarer Online-Handel sei ein Grund, der zum Verwasen der Innenstädte führe, aber auch Personalkosten spielten eine Rolle. „Es ist eine Entwicklung der Zeit“, bedauert Schade. Was sie sich für die In-

nenstadt wünschen würde: „ein breit gefächertes Angebot und ein italienisches Restaurant“.

Dass sich im Einzelhandel ein Wechsel vollzieht, sehen auch Doris Gochmann (80) aus Vöh-

rum und Silke Gochmann (51) aus Schmedenstedt, die mit Einkaufsstützen in der Hand durch die Peiner Fußgängerzone bummeln. „Das Stadtbild leidet schon durch die vielen Leerstände“, sagt Silke Gochmann. Während sie und ihre Mutter stationär, aber auch online shoppen, würden ihre Kinder fast ausschließlich im Internet einkaufen, schildert sie. „Zara oder H & M gibt es hier nicht. H & M würde ich mir schon wünschen“, sagt sie.

Den Zahlen von Peine Marketing zufolge liegt die Leerstandsquote in der Fuhsestadt mit zwölf Prozent im Bundesdurchschnitt. „Die Innenstadt in Peine ist permanent in Bewegung. Meist ist eine Mietnachfolge

schnell gefunden“, erklärt deren Geschäftsführerin Anja Barlen-Herbig und verweist auf das Zentren-Management und das Engagement der Eigentümer und Makler.

Pop-up-Stores und Pop-up-Galerien: Das Stadtmarketing und die Wirtschaftsförderung seien bemüht, leer stehende Immobilien sichtbar zu machen und Nutzungsideen umzusetzen. Das Ziel: Die Peiner Innenstadt langfristig zu revitalisieren. Dabei setzen die Marketingleute auf neue Formate wie Testläden für Start-ups, temporäre Gastronomie und Eventformate sowie Coworking-Angebote und Beratungsbüros.

Ein Problem bei drohenden Leerständen ist, dass das Stadtmarketing oft erst kurzfristig davon erfährt, sagt Barlen-Herbig. „Da bleibt dann nicht viel Zeit, um eine Lösung zu finden.“ Eine Wiedervermietung sei oft auch deshalb schwierig,

weil die Läden zu klein sind. „Größere Ketten suchen ab 1.500 Quadratmeter aufwärts, das haben wir nicht im Angebot.“ Und auch die Miethöhen spielten eine Rolle – hohe Mieten seien gerade für junge Start-ups kaum zu stemmen. „Deshalb wollen wir im Jahr 2026 auch einen geförderten Wettbewerb starten“, kündigt sie an.

Mit dem Wettbewerb sollen Start-ups und innovative Formate finanzielle Starthilfe bekommen. Dafür hat Peine Marketing im Förderprogramm „Zukunftsräume“ ein Projekt beantragt, das auf drei Jahre angelegt ist. „Genau in diesem Bereich wollen wir – die Wirtschaftsförderung und Peine Marketing – ansetzen. Wir brauchen in der Innenstadt von Peine besondere Formate – alles, was man nicht im Online-Handel kaufen kann, stärkt die Innenstadt.“

Stadtmarketing hofft auf expansionswillige Firmen

Konkrete Namen darf Barlen-Herbig zwar nicht nennen, es gebe aber expansionswillige Unternehmen in Deutschland, die an Städten in der Größenordnung Peines interessiert seien und die das Stadtmarketing versuche, vom hiesigen Standort zu überzeugen.

Letztlich entscheide aber der Kunde, welche Sortimente in Peine angeboten würden, betont Jan Philip Colberg, Gildemeister der Peiner Kaufmannsgilde. „Manche Läden schließen nicht, weil sie keine guten Produkte haben, sondern weil zu wenige Menschen vor Ort kaufen. Meckern hilft nicht – handeln schon. Kommen Sie in die Stadt, kaufen Sie in Peine ein, genießen Sie unsere Gastronomie und tragen Sie dazu bei, dass unsere Innenstadt lebendig bleibt.“

+ NOTDIENSTE AM WOCHENENDE+

APOTHEKEN

PEINE Hirsch-Apotheke Tel. (05171) 95980, Feldstr. 20: So. 9-9 Uhr

ABBENSEN Wiesen Apotheke Tel. (05177) 922244, Edemisser Landstr. 9: Sa. 9-9 Uhr

GADENSTEDT Burg-Apotheke Tel. (0800) 2874524, Osterfeld 2: Sa. 9-9 Uhr

ÄRZTE

PEINE Allgemeiner Bereitschafts-

dienst telefonische Erreichbarkeit bis zum Folgetag 7 Uhr, Tel. 116117: Sa., So. 8 Uhr
LEHRTE Bereitschaftsdienstpraxis im Klinikum Tel. 116117, Manskestr. 22: Sa., So. 10-14, 17-20 Uhr

KINDERÄRZTE

BRAUNSCHWEIG Kinderärztlicher Bereitschaftsdienst im Klinikum Tel. 116117, Salzdahlumer Str. 90: Sa., So. 10-20 Uhr

ZAHNÄRZTE

PEINE Zahnärztlicher Notdienst Tel. (05176) 923399: Sa., So.
SEHNDE Zahnärztlicher Notdienst Tel. (05138) 2560: Sa., So.

TIERÄRZTE

BODENSTEDT Dr. Gebhard Lauenstein Tel. (05302) 3406, Im kleinen Dorfe 8: Sa., So.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Glückauf Apotheke
auf Telgte
Inh.: Susanne Webersinn

365 Tage immer für Sie da ...
8.00 bis 20.00 Uhr
Lieferservice von Montag - Freitag

Hannoversche Heerstr. 53
Tel. (05171) 21100
Mo - So von 8-20 Uhr

34066901_002424

Wir laden Sie ein!

Große **Reisemesse** von

Der Eintritt ist natürlich frei!



FUHRMANN MUNDSTOCK
Mein Reiseprofi

Fordern Sie kostenlos unseren **NEUEN Katalog 2026** an unter www.fumu-reisen.de



3% Messe-Rabatt bei Buchung vor Ort!

Wo?
FORUM Medienhaus
der Braunschweiger Zeitung
Hintern Brüdern 23,
38100 Braunschweig

Wann?
Sa. 15.11. von 10:00 – 17:00 Uhr und
So. 16.11. von 10:00 – 16:00 Uhr

Was bieten wir Ihnen?
Spannende Vorträge, viele Vertragspartner, interessante Reiseideen, jede Menge Informationen, Tombola mit hochwertigen Preisen, viele nette Gespräche

Nähere Infos:



Bayern München gegen VFL Wolfsburg live erleben

Fußball, Kultur & bayerische Lebensfreude 2 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 1 x Übernachtung im IBIS München Schwabing ✓ 1 x Frühstücksbuffet ✓ 1 x Eintrittskarte Sitzplatz Kategorie 4 bzw. Kategorie 3 (Mischkontingent) für das Bundesliga-Spiel in der Allianz-Arena in München

11.01. - 12.01.26

ab **299,- €**



Nordlichtzauber Shetland Inseln 6 Tage

Natur – Nordlicht, Whiskey & Gin im Nordatlantik

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ Fährüberfahrten Ijmuiden – Newcastle und zurück ✓ 2 x Übernachtung an Bord der DFDS ✓ 2 x Halbpension an Bord ✓ 1 x Übernachtung im Hotel in Aviemore ✓ 1 x Halbpension im Hotel ✓ Fährüberfahrten Aberdeen – Lerwick – Aberdeen ✓ 2 x Übernachtung an Bord der Northlink Ferries ✓ 2 x Halbpension an Bord ✓ Stadtrundfahrt Edinburgh ✓ Besuch einer Whisky Destillerie inkl. Verkostung ✓ Rundfahrt Cairngorms ✓ Rundfahrt Shetland Inseln inkl. Reiseleitung ✓ Nordlicht-Guide ab 2. Abend bis 5. Tag in Aberdeen ✓ gesamte Rundreise lt. Reiseverlauf ✓ durchgehende Reisebegleitung

15.03. - 20.03./22.03. - 27.03.26

ab **1.099,- €**



Tulpenblüte Holland 4 Tage

Kurzurlaub unter Windmühlen

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 3 x Übernachtung im ****Novotel Rotterdam Schiedam im DZ ✓ 3 x Frühstücksbuffet ✓ 1 x Abendessen am Anreisetag im Hotel ✓ Ausflug Keukenhof (inkl. Eintritt) ✓ Eintritt und Führung Tulip Experience ✓ 1 x Kaffeetrinken bei Tulip Experience ✓ Besuch Blumenkorso (Nur Termin 16.04.-19.04.) ✓ Ausflug Den Haag ✓ Hafenrundfahrt Rotterdam (Nur Termin 30.04. - 03.05.) ✓ City-Tax Rotterdam ✓ durchgehende Reisebegleitung

16.04. - 19.04./30.04. - 03.05.26

ab **689,- €**



Winterlicher Schweizer Bahnenzauber

5 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 4 x Übernachtung im ***Hotel Post in Sargans im DZ ✓ 4 x Frühstücksbuffet ✓ 4 x Abendessen ✓ Stadtführung Zürich ✓ durchgehende Reisebegleitung ✓ Ausflüge zubuchbar: Fahrt mit dem Glacier-Express, Fahrt mit dem Bernina-Express

14.02. - 18.02./21.03. - 25.03.26

ab **619,- €**



Liebliche Blumenriviera und einmalige Cote d'Azur

Eine der schönsten Küsten der Welt entdecken 8 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 2 x Übernachtung/HP im Raum Schwarzwald im DZ ✓ 5 x Übernachtung im ****Hotel del Golfo in Ligure an der Riviera im DZ ✓ Begrüßungsgetränk ✓ 5 x Frühstücksbuffet ✓ 5 x Abendessen als 3-Gang-Menü mit Salatbuffet ✓ Ausflug Sanremo und Dolceacqua ✓ reichhaltiger Imbiss mit ligurischen Spezialitäten und Wein/Wasser ✓ Ausflug Monaco und Monte-Carlo ✓ Ausflug Noli und Finalborgo ✓ Ausflug Nizza und Cannes ✓ alle Ausflüge mit Reiseleitung ✓ durchgehende Reisebegleitung

16.03. - 23.03./07.06. - 14.06./18.10. - 25.10.26

ab **919,- €**



Tulpenblüte mit Charme

4 Tage

Mit Keukenhof und Blumenkorso

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 3 x Übernachtung im ****Novotel Mechelen im DZ ✓ 3 x Frühstücksbuffet ✓ 3 x Abendessen (Büffet) ✓ Stadtführung Utrecht ✓ Eintritt Keukenhof ✓ Windmühlenbootsfahrt ✓ Besuch Blumenkorso inkl. Tribünenplätzen ✓ Stadtführung Amsterdam ✓ Stadtführung Haarlem ✓ Kurtaxe Egmond ✓ durchgehende Reisebegleitung

16.04. - 19.04.26

ab **999,- €**



Eiskreuzfahrt Finnland

8 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 1 x Abendessen in Lübeck/Travemünde ✓ 3 x Übernachtung an Bord der Finlines Travemünde - Helsinki - Travemünde ✓ Verpflegung an Bord: 3 x Frühstücksbuffet, 2 x Mittagsbuffet, 3 x Abendbuffet, (2 x inkl. Bier, Wein, Softdrinks, Kaffee, Tee, 1 x inkl. Softdrinks, Kaffee, Tee) ✓ 4 x Übernachtung mit Frühstücksbuffet (1 x Raum Jyväskylä, 2 x Vaasa, 1 x Travemünde) ✓ Eiskreuzfahrt Vaasa - Umea - Vaasa mit der MS Aurora Botnia mit Filmen und Vorträgen an Bord inkl. Gebäck, Kaffee und Tee ✓ Abendbuffet inkl. Softdrinks, Kaffee und Tee an Bord der MS Aurora Botnia ✓ Stadtrundfahrt Helsinki ✓ Besuch einer Huskyfarm mit Husky-Schlittenfahrt, Heißgetränk/Gebäck ✓ Besuch Elch- & Rentier Herrenhaus mit Abendessen inkl. Lagerfeuer und Kaffee in Lappland-Hütte ✓ Besuch einer Rauchsaua ✓ 1 x Abendessen im Saunahaus mit Kaminfeuer direkt am See ✓ Wanderung durch die Winterlandschaft mit anschließendem Aufwärmen am Feuer mit heißem Getränk und Würstchen vom Grill ✓ durchgehende Reisebegleitung

13.03. - 20.03/14.03. - 21.03.26

ab **1.499,- €**



Krokuszauber Husum

Frühlingserwachen und Mee(h)r 3 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 2 x Übernachtung im Hotel Ulmenhof in Bredstedt im DZ ✓ 2 x Frühstücksbuffet ✓ 2 x Abendessen als 3-Gang-Menü ✓ Aufenthalt Büsum ✓ Ausflug Krokusblüte Husum und Nordstrand mit Reiseleitung ✓ Besuch Schiffsbegrüßungsanlage ✓ freie Nutzung von Hotellschwimmbad und Sauna ✓ durchgehende Reisebegleitung

20.03. - 22.03.2026

ab **349,- €**



Tulpen, Grachten und ein Hausboot

Auf zu Klompen, Käse und Blumenzauber 4 Tage

✓ Fahrt im Luxusreisebus ✓ 3 x Übernachtung an Bord der ***MS Olympia ✓ 3 x Frühstücksbuffet an Bord ✓ 1 x mehrgängiges Abendessen ✓ Kaffee und Tee nach dem Abendessen ✓ täglich Mitternachtssnack ✓ Begrüßungs- und Abschiedsgetränk ✓ Unterhaltung durch Bordmusiker am Abend ✓ Dinnercruise Richtung Hoek van Holland (ca. 18:00 - 21:00 Uhr) am 2. Abend ✓ Dinnercruise Richtung Dordrecht (ca. 18:00 - 21:00 Uhr) am 3. Abend ✓ Eintritt Keukenhof ✓ Stadtführung Rotterdam ✓ Stadtführung Den Haag und Scheveningen ✓ Stadtführung Gouda ✓ durchgehende Reisebegleitung

08.04. - 11.04.26

ab **615,- €**

Buchung und Beratung unter

0531 - 250 99 30

info@fumu-reisen.de

www.fumu-reisen.de



Unsere exklusiven Beratungs- & Buchungsstellen in Ihrer Region Peine

TUI TRAVELStar Reisebüro
Clauener Str. 6 - 31249 Hohenhameln
Tel. 05128 - 5128
info@reisebuero-hohenhameln.de

Reiseraum Peine
Am Markt 22-23 • 31224 Peine
Tel. 05171 - 9075075
urlaub@reiseraum-peine.de

Rundum-Reise-Service Marion Ludwig
Gerhardstraße 46 • 31241 Ilsede
Tel. 05172 - 949 60 70
info@rundum-reise-service.de

Veranstalter: Reisepartner Fuhrmann Mundstock international GmbH • Ernst-Böhme-Str. 17 b • 38112 Braunschweig • Es gelten die AGB des Reiseveranstalters. Druckfehler vorbehalten.

Niedersachsens Schulwald-Zukunft startet in Wendeburg

1.000 Bäume und Sträucher gepflanzt – Vertreter aus Politik und Verwaltung unterzeichnen **Absichtserklärung**

VON DENNIS NOBBE

Wendeburg. Das Projekt „Schulwälder gegen Klimawandel“ der Stiftung „Zukunft Wald“ soll in Niedersachsen langfristig gesichert und gestärkt werden. Um dies zu unterstützen, gab es jetzt in Wendeburg nicht nur eine Pflanzaktion – sondern auch die Unterzeichnung einer bedeutsamen Absichtserklärung von Partnern aus Politik und Verwaltung.

Rund 100 Schülerinnen und Schüler der Grundschule Wendeburg, der Oberschule Aueschule und des Julius-Spiegelberg-Gymnasiums Vechelde haben rund 1.000 junge Bäume und Sträucher im neu erweiterten Teil des Wendeburger Schulwalds gepflanzt. Dieser besteht seit verganginem Jahr 12.000 Quadratmeter. Das jetzige Motto: „Pflanzt nicht Worte, sondern Bäume.“

Mit bei der Aktion dabei war Miriam Staudte (Grüne), Schirmherrin der Stiftung „Zukunft Wald“ und Niedersachsens Ministerin für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz. „Das Projekt zeigt eindrucksvoll, wie Umweltbildung praxisnah gelingen kann. Wenn junge Menschen den Wald erleben, wächst ihr Bewusstsein für Nachhaltigkeit und der Wunsch, unsere natürliche Umwelt zu bewahren“, sagte sie.

In Niedersachsen sind seit 2011 mehr als 85 Schulwälder entstanden, die Flächen werden den Schulen 30 Jahre lang vom Land kostenlos zur Verfügung gestellt. Die Stiftung „Zukunft Wald“ übernimmt Planung, Pflanzung und pädagogische Begleitung, ohne dass den Schulen Kosten entstehen. Gleichzeitig dienen die Wälder als „grüne Klassenzimmer“.



Von links: Die Minister Miriam Staudte, Christian Meyer und Julia Willie Hamburg pflanzen Bäume im Wendeburger Schulwald.

FOTO: STIFTUNG „ZUKUNFT WALD“

In Wendeburg wurde jetzt bei der Pflanzaktion der sogenannte „Letter of intent“ (Brief der Absicht) unterzeichnet. Vertreten waren dabei neben Schirmherrin Staudte unter anderem auch

Niedersachsens Umweltminister Christian Meyer und Kultusministerin Julia Willie Hamburg (alle Grüne). Die unterzeichnete Absichtserklärung besagt, dass in Zukunft weitere geeignete

Flächen für Schulwälder zur Verfügung gestellt und mehr Schulen für das Projekt gewonnen werden sollen. Dafür möchten die Beteiligten die Schulwaldarbeit nicht nur politisch, sondern auch finanziell fördern. Das Ziel: Niedersachsen soll so weiter als „Land der Schulwälder“ gestärkt und Bildung für nachhaltige Entwicklung fest in Schule, Forstwirtschaft und Gesellschaft verankert werden.

„In Schulwäldern erleben Kinder unmittelbar, wie ihr eigenes Handeln die Zukunft wirksam verändern kann“, betonte Hamburg. Nachhaltiges Denken und Handeln würden dort ganz praktisch greifbar. Die Direktorin der Stiftung „Zukunft Wald“, Elisabeth Hüsing, erläuterte, die gemeinsame Absichtserklärung sei ein „Meilenstein für die langfristige Stärkung des Schulwaldprojekts in Niedersachsen“.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Wissenschaft: Guter Schlaf – essenziell für langes Leben

Moderne Forschung bestätigt, was Baldriparan seit Generationen verkörpert: Erholsamer Schlaf ist die Grundlage für Gesundheit

Die Schlafforschung hat in den letzten Jahrzehnten erstaunliche Erkenntnisse hervorgebracht, die uns helfen, die Bedeutung des Schlafs für ein gesundes Leben besser zu verstehen. Wir erklären, warum erholsamer Schlaf so entscheidend für Körper und Geist ist.

Schlaf ist überlebenswichtig

Schlafmangel kann bekanntermaßen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs und viele weitere ernste Erkrankungen erhöhen. Es kommt zu bis zu zehn Prozent mehr Herzinfarkten jedes Jahr aufgrund der Zeitumstellung, bei der uns eine Stunde „geraubt“ wird, so die neueste Schlaf-Forschung. Chronischer Schlafmangel über Wochen, Monate oder Jahre lässt sich nicht durch gelegentliches „Nachschlafen“ kompensieren. Regelmäßiger, ausreichender Schlaf ist der effektivste Schutz für Körper und Geist.

Die Erkenntnisse sind erschreckend. Was also tun, wenn man Probleme mit der nächtlichen Ruhe hat? Bereits seit vielen Jahrzehnten



gibt es den natürlichen Schlafhelfer Baldriparan – Stark für die Nacht, der gezielt die Schlafqualität verbessern kann.

Dank Baldriparan endlich wieder stark für die Nacht

Baldriparan – Stark für die Nacht (Apotheke, rezeptfrei) enthält extra

hoch dosierten Baldrianwurzelextrakt. Wer auf die Nr. 1* Schlafmarke vertraut, muss keine Müdigkeit am Folgetag und keinen Gewöhnungseffekt befürchten. Baldriparan – Stark für die Nacht ist sowohl wirksam als auch gut verträglich. Es lindert nervös bedingte Schlafstörungen, beschleunigt das Einschlafen und fördert auch das Durchschlafen, für eine ruhige und erholsame Nacht.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Stark für die Nacht

(PZN 00499175)



www.baldriparan.de



*OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Warum Bewegung allein nicht reicht

Gesundheitskompass: Peiner Experten zeigen, wie Training und Durchhaltevermögen wirken

VON JARLA SCHOTE

Kreis Peine. Vor allem in den Wintermonaten fällt es vielen Menschen schwer, aktiv zu bleiben. Dunkle Tage und kaltes Wetter mindern oft die Motivation. Dabei ist regelmäßige Bewegung besonders wichtig, betont zum Beispiel die Gesundheitskasse AOK: Sie stärkt Muskeln, Gelenke, Herz, Kreislauf und Immunsystem.

Auch kleine Veränderungen im Alltag können einen großen Unterschied bewirken. Frank Bärwald, Leiter des Easyfitness-Studios in Vöhrum rät, mehr Bewegung in den Alltag zu integrieren - etwa durch Spaziergänge oder Treppensteigen und vor allem weniger Zeit vor dem Fernseher zu verbringen.

Physiotherapeutin Nedia Böse vom Peiner Physiofit erklärt, dass es einen wichtigen Unterschied zwischen Bewegung und Belastung gebe. „Belastung ist entscheidend, um fit zu bleiben - besonders im Alter. Unser Körper ist für Beanspruchung gebaut“, betont sie.

Spazieren gehen allein reiche oft nicht aus. Ihre Empfehlung: Krafttraining mit Gewichten - jedoch ohne den Körper zu überlasten. Schon eine halbe Stunde intensives Training könne sehr effektiv sein.

Im Physiofit-Studio Peine wird das Training digital unterstützt. Eine App zeichnet die Fortschritte auf und zeigt, welche Leistungssteigerungen erreicht wurden.

Zudem motiviert ein Punktsystem: Wer regelmäßig trainiert, steigt im Status von Holz über Bronze und Silber bis hin zu Gold oder Platin. Viele Mitglieder streben nach den höheren Stufen. Die App schafft laut Böse „spielerische Motivation und hilft, dranzubleiben“.

Auch Frank Bärwald weiß, wie wichtig Motivation ist: „Gemeinsam ist alles leichter durchzuziehen - der eine zieht den anderen mit.“ Feste Trainingstage und Trainingspartner würden helfen, kontinuierlich am Ball zu bleiben.

Wie wirkungsvoll Motivation, Training und Durchhaltevermögen zusammenspielen können, zeigen Mitglieder des Easyfitness-Studios in Vöhrum.

Marco Correra, 35 Jahre alt, hat innerhalb von vier Monaten 26 Kilogramm abgenommen - neben seinem Beruf als Marktleiter bei Rewe in Braunschweig. „Selbst die einfachsten Dinge wie Schuhe binden waren für mich schwierig“, erzählt er.

Seine Freundin, die bereits im Fitnessstudio angemeldet war, habe ihn erfolgreich motiviert, selbst aktiv zu werden.

Am Anfang habe er schnell Erfolge gesehen, was ihn zusätzlich angespornt habe. Heute macht Correra vor allem Ausdauer- und Krafttraining, das auf Fettverbrennung ausgelegt ist - viele Wiederholungen, aber wenig Gewicht.

Dieses Training hat ihm nicht nur beim Abnehmen geholfen, sondern auch sein Selbstwertgefühl gesteigert. Er verfolgt das Motto: „Wenn ich etwas mache, dann richtig.“

Die 36-jährige Lina Hüter, erlitt nach einem schweren Unfall einen Rücken- und Wirbelbruch, zudem wurde ihre Bandscheibe in Mitleidenschaft gezogen. Doch anstatt aufzugeben, fand sie im Sport neue Motivation. Bereits vor dem Unfall war sie sportlich aktiv, doch seither trainiert sie mit noch größerem Ehrgeiz. Ihr Fokus liegt auf Übungen zur Kräftigung des Oberkörpers, um im Alltag mobiler zu bleiben. Im Falle einer erneuten Operation will sie vorbereitet sein. „Ich denke dabei an meine Zukunft und meine Gesundheit“, sagt sie.

Auch Catylin Neldner, 16 Jahre alt, trainiere regelmäßig im EasyFitness in Vöhrum. Sie absolviere dort auch ihr Jahrespraktikum im Rahmen der Fachoberschule im Bereich Wirtschaft.

Ein Probetraining in einem Fitness-Studio könne helfen, individuell herausfinden, ob das Training den eigenen Vorstellungen und Bedürfnissen entspreche.

Neben Bewegung und Belastung spielt auch die Ernährung eine entscheidende Rolle. „Die Ernährung macht 60 bis 70 Prozent aus“, betont Frank Bärwald. **Süßigkeiten** sollten möglichst **vermieden** werden, Medjool-Datteln seien beispielsweise eine gute Alternative zum Süßen.

Für ein starkes Immunsystem seien zudem **Vitamin D3, K2** und **Magnesium** wichtig, viele Menschen in Deutschland würden gerade im Winter einen Mangel daran haben.

Auch Nedia Böse hebt hervor: „**Proteine** haben die höchste Priorität.“ Sie empfiehlt rund zwei Gramm Proteine pro Kilogramm Körpergewicht täglich - unabhängig davon, ob man trainiert oder nicht. Proteine seien nicht nur für den Muskelaufbau wichtig, sondern auch für Haut, Haare, Nägel und das Immunsystem.

Eine ausgewogene Ernährung mit viel **Obst und Gemüse** sowie **bewusste Kalorienzufuhr** sei entscheidend. „Eine Tüte Chips hat viele Kalorien, macht aber nicht satt“, warnt die Peiner Physiotherapeutin. Stattdessen sollte man auf nährstoffreiche Le-



Physiotherapeutin Nedia Böse vom Physiofit erklärt eine der Übungen gegen Probleme in der Lendenwirbelsäule. FOTO: PRIVAT

bensmittel setzen, die Energie liefern und lange sättigen.

Bewegung wirke sich nicht nur positiv auf den Körper aus, sondern auch auf die Psyche. Regelmäßige Aktivität könne Stress abbauen, die Stimmung heben und das allgemeine Wohlbefinden steigern.

Fazit

„Bewegung allein reicht nicht aus“, betont Böse. „Ein Postbote, der jeden Tag mit dem Rad unterwegs ist, kann trotzdem keine Tour de France fahren.“ Nur wer Bewegung, gezielte Belastung, Motivation und gesunde Ernährung miteinander kombiniere, bleibe dauerhaft fit - körperlich wie mental.

GUTES TUN FÜR MENSCHEN

Seit 1964 setzt sich der von der Peiner Allgemeinen Zeitung getragene Verein für Menschen im Landkreis Peine ein, die unverschuldet in Not geraten sind.

Jeder
gespendete Euro
kommt direkt an -
ohne Verwaltungskosten.

Mit Aktionen wie dem traditionellen Erbsensuppenverkauf oder der Weihnachtsfeier an Heiligabend bringt der Verein Hilfe und Gemeinschaft zu denen, die sie brauchen.

Spenden sind steuerlich absetzbar und werden regelmäßig geprüft.

► Unterstützen Sie unsere Aktion:
Sparkasse Hildesheim Goslar Peine
IBAN DE09 2595 0130 0002 7110 00

Danke für Ihre Unterstützung.

Ihr Landrat Henning Heiß,
Bürgermeister Klaus Saemann,
Chefredakteur der PAZ Michael Lieb
und Wirtschaftsprüfer Franz Hartmann
Vorstand des Vereins
„Keiner soll einsam sein e. V.“

**KEINER
SOLLEINSAM
SEIN KEINER
SOLLEINSAM
SEIN**



FOTO: IMAGO IMAGES

WWW.REISEREPORTER.DE

Malediven verhängen Rauchverbot – Auswirkungen für junge Reisende

Neue Regeln für Tabak und E-Zigaretten seit dem 1. November

Die Malediven setzen als erstes Land weltweit ein altersbedingtes Rauchverbot durch: Wer nach 2006 geboren wurde, darf künftig weder Tabak kaufen noch konsumieren – auch Reisende sind betroffen.

Die Inselrepublik im Indischen Ozean hat ein historisches Gesetz umgesetzt: Seit dem 1. November 2025 ist der Kauf, Besitz und Konsum von Tabakprodukten für alle Menschen verboten, die ab dem 1. Januar 2007 geboren wurden. Damit gilt auf den Malediven erstmals ein generationsbasiertes Rauchverbot – das weltweit erste, das vollständig in Kraft getreten ist.

Ziel des Verbots ist es, eine „tabakfreie Generation“ heranzuziehen und langfristig die Gesundheitsrisiken durch Rauchen zu reduzieren. Nach Angaben des Gesundheitsministeriums müssen Händlerinnen und Händler das Alter ihrer Kundschaft verpflichtend prüfen. Verstöße gegen das Gesetz sind teuer.

Rauchverbot trifft auch Reisende

Der Bann gilt ausdrücklich nicht nur für Einheimische. Auch Reisende, die nach dem Stichtag geboren wurden, dürfen auf den Malediven keine Tabakwaren kaufen, besitzen



An den malerischen Stränden der Malediven ist das Rauchen für jüngere Generationen ab sofort verboten.
 FOTO: IMAGO IMAGES/BLICKWINKEL

oder konsumieren. Die Regelungen erstrecken sich über alle 1191 bewohnten und unbewohnten Inseln des Archipels – vom Flughafen Hulhulé bis zu den entlegenen Atollen. Tabakverkauf an Minderjährige oder an Reisende unterhalb der Al-

tersgrenze kann mit bis zu 50.000 Rufiyaa (rund 2800 Euro) geahndet werden, berichtet der „Guardian“.

Parallel zum neuen Tabakgesetz hält das Land an einem umfassenden Verbot von E-Zigaretten und Vapes fest. Im-

port, Verkauf, Besitz und Nutzung sind unabhängig vom Alter untersagt. Verstöße werden mit 5000 Rufiyaa (ca. 280 Euro) bestraft. Damit gehören die Malediven zu den Staaten mit den strengsten Anti-Tabak-Regelungen weltweit.

Hintergrund: Hohe Rauchquote

Gemäß einer nationalen Erhebung aus dem Jahr 2021 konsumierten rund ein Viertel aller Erwachsenen der Malediven (15 bis 69 Jahre) Tabak. Besonders besorgniserregend: Unter Jugendlichen zwischen 13 und 15 Jahren lag der Anteil beinahe doppelt so hoch, bei 45,7 Prozent, berichtet CNN.

Zum Vergleich: In den USA rauchten 2022 knapp 20 Prozent der Erwachsenen, im Vereinigten Königreich waren es 2023 etwa 12 Prozent. Mit Blick auf diese Zahlen sieht die Regierung in der neuen Regelung einen wichtigen Schritt zur Verringerung gesundheitlicher Belastungen und zur Prävention chronischer Erkrankungen.

Dabei setzt das neue Gesetz nicht allein auf Verbote: Geplant sind Entwöhnungsprogramme und Anti-Rauch-Kliniken, die Tabakabhängigen den Ausstieg erleichtern sollen. Präsident Mohamed Muizzu brachte zudem einen finanziellen Anreiz ins Spiel: Inselgemeinschaften, die das Rauchen komplett abschaffen, könnten eine staatliche Prämie erhalten.

Weitere Informationen findest du unter:
www.reisereporter.de/malediven-rauchverbot



HEIMAT
OHNE HEKTIK

ZEITUNG, WO DU WILLST.

Unser E-Paper direkt im Web oder als App.
abo.PAZ-online.de/vorteile



Deiner Allgemeine 

Peek & Cloppenburg Outlet und Cecil-Modeladen schließen

Mietvertrag für **Popup-Store** läuft nach fünf Jahren aus - Nachfolge für Immobilien ist ungewiss

VON MIRJA POLREICH

Peine. Gleich zwei Peiner Modehäuser in der Fußgängerzone sind demnächst Geschichte: Das Outlet Center von Peek & Cloppenburg (P&C) schließt seine Türen zum Jahresende. Für das Bekleidungsgeschäft Cecil an der Breiten Straße 33 ist Ende Februar kommenden Jahres Schluss. Damit wird es zwei weitere Leerstände in der Peiner Innenstadt geben. Denn die Nachfolge ist bisher ungewiss.

Seit 2020 ist das Peek & Cloppenburg-Marken-Outlet im Erdgeschoss des Gebäudes an der Breiten Straße 33 in Peine beheimatet. „Jetzt endet unser Mietvertrag planmäßig zum Jahresende“, teilt Katja Hünnekens, Pressesprecherin von P&C Hamburg auf Anfrage mit.

Erfolgreiche und schöne Jahre in Peine

Die Marken-Outlets der Unternehmensgruppe seien Pop-Up-Stores und deshalb temporär – anders als die stationäre Geschäft. „Die fünf Jahre in Peine waren schön und erfolgreich“, so die Sprecherin. Allen Mitarbeitenden in Peine sei angeboten worden, 2026 weiterhin für die Unternehmensgruppe Peek & Cloppenburg Hamburg an einem anderen Ort tätig zu sein. Ob es ein Nachfolgeunternehmen gibt, das in die Räume an der Breiten Straße 33 bis 35 zieht, ist derzeit nicht bekannt.

Auch das Modehaus Cecil an der Breiten Straße 36 in der Peiner Fußgängerzone schließt. Ende Februar kommenden Jahres ist es so weit, dann läuft der Mietvertrag aus. „Ja, es stimmt, wir geben die Filiale auf“, bestätigt Chef Hans Joachim Hammer. Stattdessen will er sich gemeinsam mit seiner Frau Marina und Tochter Jasmin (32) auf das Stammgeschäft in Groß Ilsede konzentrieren, das Modehaus Decker.

Tochter Jasmin Hammer soll das Groß Ilseder Textilgeschäft direkt an der Ortsdurchfahrt, der B444, weiterführen, wenn sich der Seniorchef zur Ruhe setzt. „Ich werde demnächst 67“, erklärt er. Fehlende Kundschaft sei kein Problem gewesen. Auch die Filialen in Gifhorn und Braunschweig wird der Geschäftsmann abgeben. Das Damenmode-Geschäft Women am Gröpern in der Peiner Fußgängerzone hatte er bereits Ende 2021 geschlossen.

Seit 2006 gab es den Cecil-Store an der Breiten Straße. „Es war meine erste Filiale“, schildert Hammer. Er habe das Geschäft in dem denkmalgeschützten Haus selbst umgebaut – als er es miete-

te, hatte es knapp zwei Meter Deckenhöhe. „Da wäre natürlich keine Kundin gern zum Anprobieren in den Laden gekommen“, sagt er.

Seinen Mitarbeitern bei Cecil, insgesamt zweieinhalb Stellen, habe er leider kündigen müssen, so der Chef. Wie es mit der Immobilie weitergehe, wisse er nicht.

Mit der Geschäftsaufgabe in Peine endet ein Kapitel für das Familienunternehmen, das in der Fuhestadt seinen Anfang nahm. Dort gründeten 1911 die Urgroßeltern von Hans Joachim Hammer, Berta und Friedrich Peix, das Traditionsgeschäft Wäsche-Peix. Der Firmensitz befand sich zunächst in einem Gebäude der späteren Ilseder Bank an der Braunschweiger Straße. In den 1920er-Jahren zog das Geschäft an den Gröpern/Lindenstraße um.

Rudolf Peix übernahm die Geschäftsführung. Nach dessen plötzlichem Tod übernahm Elsa Peix 1955 das Geschäft und stand auf einmal vor der schweren Aufgabe, zwei kleine Kinder groß zu ziehen und mittlerweile zwei Geschäfte zu führen. Ihr Sohn Rolf übernahm 1994 das Wäsche- und Dessous-Fachgeschäft. Aus Altersgründen beendet er die Ära Wäsche-Peix im Februar 2021 – nach 109 Jahren.

Von der Stecknadel bis zum Kopfkissen

Auch das Textil- und Modehaus Decker in Groß Ilsede wurde ursprünglich von Berta und Friedrich Peix gegründet, an der Gerhardstraße 217 und 218 – heute Nummer 69 bis 71. Bereits ein Jahr nach der Gründung übernahmen am 1. April 1920 Else Decker, geborene Peix, und Otto Decker das Geschäft. Damals war es noch ein „Weiß-, Kurz- und Rauchwarengeschäft“, das Sortiment reichte von der Stecknadel bis zum Kopfkissen. Auch eine Bettenreinigung gab es dort.

Bis 1930 wurde das Textilgeschäft unter dem Namen „Friedrich Peix, Nachfolger Otto Decker“ geführt, dann erfolgte eine Handelsregistereintragung unter „Firma Otto Decker“. Von 1950 bis 1959 erfolgten zahlreiche weitere Umbauten. 1971 übernahmen die Tochter Gisela und deren Ehemann Hans Hammer das Geschäft und bauten es zum Textilhaus um.

Hans Joachim Hammer übernahm dann 1984 mit seiner Ehefrau Marina Hammer den Laden und vergrößerte und modernisierte das Geschäft auf 350 Quadratmeter Verkaufsfläche. Heute werden dort Mode, Taschen, Schmuck und Wohnaccessoires verkauft.



Das Peek & Cloppenburg Outlet an der Breiten Straße in der Peiner Fußgängerzone schließt Ende des Jahres. FOTOS: RALF BÜCHLER

Ihr Unternehmen möchte Baumpate werden?
www.paz-online.de/baumpaten

PAZ Baumpaten

Alle Infos:

Jetzt Bäume pflanzen und Grünes tun!

Liebe Unternehmen, mit unserer neusten Aktion wollen wir mit Ihrer Hilfe das Meerdorfer Holz aufforsten. Seien Sie dabei – jetzt Anzeige buchen und Baumpate werden. Alle weiteren Informationen erhalten Sie bei Ihrem Mediaberater.

Anja Wendt 05171 406 162 a.wendt@mmo-niedersachsen.de	Sandra Homann 05171 406 309 s.homann@mmo-niedersachsen.de	Annika Hinzberg 05171 406 163 a.hinzberg@mmo-niedersachsen.de	Anselm Bartels 05171 406 164 a.bartels@mmo-niedersachsen.de
--	--	--	--

Eine Aktion der **Peiner Allgemeine** powered by **Sparkasse Hildesheim Goslar Peine**

34003901_002425 ZEITUNG

Abriss des Postgebäudes: Nach dem „Handfeger“ kommt der Riesen-Bagger

Große Teile des ehemaligen **Sozialen Kaufhauses** wurden schon platt gemacht

VON CHRISTIAN MEYER

Peine. Einen kuriosen Schaufenster-Blick auf eine Großbaustelle können die Peiner derzeit an der Straße „Am Werderpark“ erhaschen: Durch die Fenster des ehemaligen Sozialen Kaufhauses ist zu sehen, wie ein Bagger Gebäudeteile abreißt oder große Holzbalken sortiert. Hier am Eingang zur Fußgängerzone verschwindet derzeit ein Schönheitsfleck der Innenstadt – das leer stehende Postgebäude und die angrenzenden roten Backstein-Gebäude wer-

den abgerissen. Der Hamburger Bauprojektentwickler Cureus investiert hier mehrere Millionen Euro und will eine Seniorenresidenz bauen.

Ein Bagger hat das Dach des Sozialen Kaufhauses schon komplett abgetragen. Dort wo sich Kunden einst Videofilme ausleihen oder Kleidung und Möbel kauften, steht nur noch die Gebäudefront. Aber nicht mehr lange: „Ende nächster Woche sollen die umliegenden Gebäude abgerissen sein“, sagt Igor Sojka. Er ist Projektleiter und Geschäftsführer der Sojka

GmbH aus Braunschweig, die den Zuschlag für die Abbrucharbeiten erhalten hat.

Auch die roten Backstein-Gebäude an der Kleinen Schützenstraße, in der einst zum Beispiel der Landschaftsgärtner Gieseler seinen Firmensitz hatte oder die Berufsbildungs- und Beschäftigungsgesellschaft junge Menschen beim Einstieg in den Beruf beriet und begleitete, werden platt gemacht. Aber mit System! „Nur mit einer Abrissbirne wie man das aus Comics kennt, hat das nichts mehr zu

tun. Wir sind echte Recycling-spezialisten“, betont Projektleiter Sojka. Die Bagger seien mit speziellen Sortiergreifern bestückt.

Schadstoffe werden aus den Gebäuden geholt

Ob Plastik, Holz, Metalle oder Elektro-Kabel – alles werde sortiert. Große Container stehen dafür auf dem Post-Innenhof zur Verfügung. „Vier Container pro Tag werden abtransportiert. Das sind pro Container jeweils 40 Kubikmeter Abbruchmaterial“, zählt Sojka auf. Die Hagemann Recycling GmbH aus Wolfenbüttel kümmert sich um die Entsorgung.

In den Gebäuden an der Kleinen Schützenstraße wird auch innen noch gearbeitet und entkernt. „Im ersten Schritt sorgen wir immer dafür, dass die Schadstoffe aus den Gebäuden verschwinden“, erläutert Sojka und meint damit zum Beispiel Mineralwolle oder Leuchtstoffröhren, die Quecksilber enthalten. Alle Raum-Decken des Postgebäudes wurden dafür geöffnet und die Dämmstoffe ebenso entfernt wie alte Leuchten oder Teppichböden.

In circa zwei bis drei Wochen freuen sich die Abbruch-Experten auf die Anlieferung eines Spezialbaggers mit dem das große Postgebäude abgerissen werden soll. Das Maschinen-Schwergewicht wiegt nicht nur fast 80 Tonnen, „der Baggerführer kommt mit dem Arm des Baggers auch über das Postgebäude hinaus“, verrät Projektleiter Sojka. Die derzeitigen Abbrucharbeiten können noch von einem kleineren Bagger erledigt werden, der einen schönen Spitznamen bei den Bauarbeitern hat. „Wir nennen ihn liebevoll Handfeger“, sagt Sojka schmunzelnd.

124 Pflegeplätze und 26 Wohneinheiten

Doch nach dem Handfeger kommt der XXL-Bagger. „In diesem Jahr soll das Postgebäude noch liegen“, kündigt Projektleiter Sojka an. 124 Pflegeplätze und 26 Wohneinheiten plant Investor Cureus auf dem rund 4.600 Quadratmeter großen Grundstück. Auch der Betreiber steht bereits fest: das Unternehmen Compassio, das auch die Seniorenresidenz Brockenblick in Gadenstedt und das Pflegeheim Lindenhof in Hämelerwald betreibt.



Heinz
Sielmann
Stiftung

Foto: © Adobe Stock/WildMedia

Was bleibt? Mein Erbe. Für unsere Natur.

Erinnern Sie sich noch an das Frühlingslied „Alle Vögel sind schon da“? In Deutschland steht der dort besungene Star auf der Roten Liste der gefährdeten Arten – wie viele weitere heimische Lebewesen, deren Lebensräume schwinden. Es liegt in unserer Hand, ihr Überleben zu sichern und unsere Lebensgrundlage zu erhalten.

Helfen auch Sie mit, den Verlust der Artenvielfalt zu stoppen, bedrohte Tierarten und ihre Rückzugsgebiete zu schützen, um sie auch noch für nachfolgende Generationen erlebbar zu machen. **Geben Sie eigene Werte weiter: mit einem Testament zu Gunsten der Arbeit der gemeinnützigen Heinz Sielmann Stiftung.** Wir fördern Natur- und Umweltschutz sowie das Naturerleben – auch für Kinder.

Deshalb setzt sich die Stiftung, ganz im Sinne ihres Gründerpaares (dem legendären Tierfilmer Heinz Sielmann und seiner Frau Inge Sielmann), mit viel Leidenschaft und aller Kraft für die Vielfalt der Natur und ihrer Erhaltung ein.

Ein kostenfreier Ratgeber zum Thema Testament und Engagement liegt für Sie bereit. Wir beantworten Ihre Fragen und beraten Sie gerne unter 05527 914 419



www.sielmann-stiftung.de/testament



Blick auf die Abriss-Arbeiten in der Peiner Innenstadt: Das Areal mit dem alten Postgebäude soll noch in diesem Jahr abgerissen sein. Das Dach vom ehemaligen Sozialen Kaufhaus ist bereits abgetragen.

FOTO: CHRISTIAN MEYER

MEHR NACHRICHTEN

AUS PEINE UND DER REGION

FINDEN SIE AUF PAZ-online.de



Täglich digital.

Samstags zum Blättern.

PAZ Digital & samstags gedruckte Ausgabe
4 Wochen für nur
1€

Wissen, was **Peine, die Region und die Welt bewegt.**



Jetzt hier bestellen:
0800 12 34 912 (kostenfrei)
abo.PAZ-online.de/hybridlesen



Peiner Allgemeine ZEITUNG



Abtrennen und ab die Post



Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Ja, ich möchte für 4 Wochen PAZ Digital (E-Paper und PAZ+) und die gedruckte Ausgabe der PAZ am Samstag für 1€ bestellen!

Die Lieferung soll beginnen am: _____
(spätestens am 31.03.2026)

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Geburtsdatum

Telefon

E-Mail-Adresse (wichtig für die Bestellbestätigung, den E-Paper-Zugang etc.)

Nach den ersten 4 Wochen läuft Ihr Abonnement für mindestens 6 Monate und verlängert sich anschließend automatisch – so lange, bis Sie es beenden möchten. Ab der 5. Woche gilt der aktuelle Bezugspreis. Dieser beträgt zurzeit 12,23 € pro Woche.

33935101_002425

91517/3

Widerrufsbelehrung: Diese Bestellung kann innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen in Textform (Brief, E-Mail) widerrufen werden.

Machen Sie es sich einfach: Zahlen per Bankeinzug

Ich zahle bequem per SEPA-Lastschriftmandat. Dazu ermächtige ich die Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Andernfalls erhalte ich eine Rechnung.

IBAN _____

IBAN

Bankinstitut

Kundeninformationen

Ja, ich möchte (jederzeit widerruflich) unverbindlich Informationen zu Angeboten der PAZ per E-Mail und Telefon erhalten.

Ich bestätige, dass die Einwilligung freiwillig erfolgte. Der Nutzung meiner personenbezogenen Daten durch die PAZ kann ich jederzeit telefonisch (0800 1234-912), schriftlich (Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG, PAZ, Vertrieb, Werderstr. 49, 31224 Peine) oder per E-Mail (vertrieb@paz-online.de) widersprechen.

Informationen zur Verarbeitung Ihrer Daten: www.madsack.de/dsgvo-info
Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG,
Sitz: Peine, Registergericht: Hildesheim HRA 100766

Datum



Unterschrift

▶ **STELLENANGEBOTE ALLGEMEIN**

Dein Job in Peine und Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Brome
- Gifhorn
- Isenbützel
- WOB Tiergartenbreite
- Parsau
- Rühren
- Sassenburg
- Seershausen

**Heute eingestellt,
morgen zugestellt**

Egal ob Vollzeit, Teilzeit oder als Minijob. Wähle aus den besten Zustelljobs deiner Region den aus, der zu dir passt!



jetzt.bewerben@lokalboten.de
Hotline: 0800 1234 399
(kostenfrei)

33832101_002425

▶ **STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL**

Reinigungshilfe für 2 Pers.-Haushalt in Abbensen gesucht, 14 -täglich. ☎ 05177-922660

▶ **STELLENGESUCHE ALLGEMEIN**

Gelernter Gärtner Su. Arbeit (Unkraut, Heckenschnitt, Baumschnitt usw.) TEL: +49 1525 8594069

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

Unsere Fashion Week ist hier.
Unsere Jobs gleich nebenan.

Jobs für NIEDERSACHSEN.de



Jetzt Job finden unter:
www.jobsfuerniedersachsen.de

33297002_002424

hallo PEINE
Wochenende

erscheint an jedem Sonnabend

Verlag:
Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG
31224 Peine, Werderstraße 49
www.hallopeine.de

Geschäftsführer:
Carsten Winkler, Lars Rehmann
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Carsten Winkler

Redaktion: Melanie Stallmann
E-Mail: redaktion@hallopeine.de

Anzeigen-Annahme:
Tel. (08 00) 1234-906
*kostenlose Servicenummer
E-Mail: anzeigen@hallopeine.de

Vertrieb:
Telefon (0800) 1234-909
E-Mail: vertrieb@hallopeine.de

Verbreitete Auflage:
Gemäß ADA Meldung für Q3/2024
60.407 Exemplare

Druck:
Druckzentrum Niedersachsen
Gutenbergstraße 1
31552 Rodenberg

Gültige Preisliste im Internet:
www.paz.mediadaten.online/anzeigenblaetter

Leserbriefe:
Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht. Jeder Leserbrief muss mit voller Adresse versehen und vom Einsender unterschrieben sein. Die Redaktion behält sich Kürzungen unter Berücksichtigung der presserechtlichen Verantwortung vor.
Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernommen. Rücksendungen nur, wenn Porto beiliegt.



Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis: „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

▶ **VERKAUF ALLGEMEIN**

Schnittgrün+große Tannen
Plantagenverkauf Nordmann/Nobilis 5 kg-Bund=10 Euro// Bäume 1-10 m Sa. 15.+22.11. 10-15 Uhr// a.d. L283 v. Müden in Richtung Hohne, linke Seite Hausverkauf nach Absprache ab 8.11. ☎ (0171) 706 29 96

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

▶ **ALLGEMEIN ANKAUF**

Möbel Kameras Teppich Hausrat usw. Kaufe Möbel Hausrat aus Omas Zeiten, Nähmaschine Musikinstrumente, Akkordeon, Trompete Gitarre usw. Teppiche Geschirr alten Schmuck Silberbesteck Uhren Ansichtskarten alte Fotoalben Ferngläser Fotoapparate Kamera und Zubehör. Modelleisenbahn. Alle Gesuche auch alt und defekt. Tel. 0179/1698142

Paul Kauft: Nachlässe aller Art + Jagd & Militaria ☎ 015213447382

Sammlergemeinschaft Kauft Münz- und Briefmarken-Sammlungen ob Groß oder Klein, ob DM oder € Ausgaben. Ich komme zu Ihnen ☎ 0174 184 3026

Gebrauchte Tonbandmaschine Tonband oder Plattenspieler zu kaufen gesucht. Tel. 0179/1698142

▶ **BASTELN, HEIMWERKER, MODELLBAU ANKAUF**

Modelleisenbahn und altes Spielzeug gesucht ☎(039403) 94168

▶ **ANTIQUITÄTEN VERKAUF**

Antik Galerie Braunschweig, www.biedermeier.co

▶ **FÜR DEN GARTEN VERKAUF**

Kola Garten- und Landschaftsbau

Terrassenbau, Wegebau, Pflasterarbeiten, Zaunbau, Rohrleitungsbau, Gehölz- und Heckenschnitt
☎ 05171/295182 von 9 – 13 Uhr
Vöhrumer Str. 20 in Peine
info@kola-peine.de

33052401_002425

▶ **VERKAUF PKW**

▶ **OPEL CORSA**

Opel-Corsa-C, B.J.01, 118000KM, TÜV11/26, von Rentnerin, 1090€, Tel 01637379739

▶ **ANKAUF PKW**

Unfall + Totalschäden – Gebrauchtwagen –

VW, Audi, Opel, Ford, MB, Japaner, Skoda, Busse usw., Bj. 2002 – 2025
ZAHLE HÖCHSTPREISE

☎ (05365) 88 66 F. H. Autohandel

33103202_002424

PKW gesucht, auch mit Mängeln. Alles anbieten. ☎ 0172 8415509 auch So.

▶ **KRAFTRÄDER**

▶ **ANKAUF KRAFTRÄDER**

Kaufe gebr. Motorräder auch defekt ☎ (0531) 8789370

▶ **CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF**

Wir kaufen Wohnmobile &Wohnwagen (03944) 36160 www.wm-aw.de, Firma

Dein Job in Peine und Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Oelheim/Oedesse
- Clauen
- Soßmar
- Bierbergen
- Gadenstedt
- Woltorf
- Groß Ilsede
- Wehnsen/Plockhorst/Eickenrode

**Heute eingestellt,
morgen zugestellt**

Egal ob Vollzeit, Teilzeit oder als Minijob. Wähle aus den besten Zustelljobs deiner Region den aus, der zu dir passt!



jetzt.bewerben@lokalboten.de
Hotline: 0800 1234 399
(kostenfrei)

hallo PEINE
Wochenende

33759201_002425

Dein Job in Peine und Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Brome
- Gifhorn
- Isenbützel
- WOB Tiergartenbreite
- Parsau
- Rühren
- Sassenburg
- Seershausen

**Heute eingestellt,
morgen zugestellt**

Egal ob Vollzeit, Teilzeit oder als Minijob. Wähle aus den besten Zustelljobs deiner Region den aus, der zu dir passt!



jetzt.bewerben@lokalboten.de
Hotline: 0800 1234 399
(kostenfrei)

34257101_002425

▶ **HANDWERKER**

Handwerker hat Termine frei:

- Dachrinnenreinigung 2.50 € pro lfdm
- Dacharbeiten aller Art
- Kleinaufträge vom Keller bis Dach

Tel. 0531 61 83 68 19

33911001_002425

Fliesen & Design
 Fachbetrieb für Fliesen-, Platten- und Mosaikverlegearbeiten

Beratung Verlegung Verkauf

- Badsanierung
- Treppen und Balkone
- Natursteine

38518 Giffhorn – Bostelberg 5
 Tel. 0 53 71/9 37 68 32
 05 31/1 22 88 21
 E-Mail: fliesenunddesign@gmx.de

24978001_002425

Üner Putz und Fliesen GmbH
 seit 29 Jahren

Putzarbeiten aller Art,
 Sanierungsputz u. Reparaturarbeiten,
 kleine Rigips- und Fugarbeiten

0175/2127702
 info@uener-putz.de

31004201_002425

Sanierung, Renovierung, Innen- Außen. Held ☎0163/2061828

Sanierung 10%: Dach/Dachrinnen/ Fassaden/Carport/Garagen, Reparatur, Termine frei ☎(0157) 333 707 99

33921001_002425

Entrümpelungen + Wände weißer + Dacheinrichtung. Held ☎0163/2061828

▶ **DACHDECKER**

Dachdeckermeister hat Termine frei, auch Kleinaufträge. ☎ 0531/37957766

▶ **ENTRÜMPELUNG**

Entrümpelung mit Gewinn, Haush.-Auflösung ☎(0176) 21048758 od. (05176) 2500666 Meisterbetrieb

▶ **FENSTER / ROLLÄDEN**

PLISSEE PEINE
 Kostenlose Beratung und unverb. Angebot.
 Lieferzeit und Montage in nur 14 Tagen!

Tel.: 0 51 76 - 555 20 24
 www.plissee-peine.com

10475601_002425

▶ **GÄRTNER**

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN

Seit über 26 Jahren alles rund ums Haus von A-Z. Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11

27754601_002425

Ahrens Gartenbau bietet preisgünstig Baumfällung, Hecken- / Strauchschnitt, inkl. Abfuhr/ Entsorgung, Rasenpfl. u. sämtl. Gartenarb. PE ☎0179/2355587

Laub und Sträucher im Garten? ☎ 0176 34543054

MÜLLER TIEFBAU

- Pflasterarbeiten
 - Kanalarbeiten
 - Erdarbeiten • Baggerarbeiten
 - Keller-Freilegung und Abdichtung
- 0173 - 6437105**

32626501_002425

Biete preisgünstig

Gartenarbeiten jegl. Art: Baggerarbeiten, Pflasterarbeiten, Baumfällarbeiten inkl. Abfuhr, Zaunbau, Dauerpflege, Rasen/Rollrasen, Gartenbaubetrieb Heuer ☎(01 73) 9622350

Gartenbau Stroh gut u. zuverlässig, Gartenarbeit jeglicher Art, Zaunbau. ☎05171/292089 o. 01522/8996762

25597701_002425

Gashi
 Garten- und Tiefbau GmbH & Co. KG
 buero@gashi-peine.de
 www.gashi-peine.de

Gartengestaltung, Baumfällung, Erd- u. Tiefbau, Pflasterarbeiten, Sand, Kies & Erdarbeiten, Natursteinarbeiten, Zaun- und Gabionenbau
Telefon: 05171/9400176

29655501_002425

Gartenpflege Tel.: 0172 / 1593860

Malner Gartenbau

Als GaLabau-Fachbetrieb gestalten und pflegen wir Ihren Garten, fällen Bäume, bauen Zäune u. Terrassen, führen Pflasterarbeiten aus u.v.m.

www.malner-gartenbau.de
 ☎ 05171 / 29 23 22

17794001_002425

▶ **GEBÄUDE- & FENSTERREINIGUNG**

MANA Glas- und Gebäudereinigung Büro, Treppenhaus, Industrie + Fensterreinigung & Gartenpflege, Sorgfältig, fair. Jetzt Angebot: mana-reinigung.de ☎ 0151 57777067

▶ **MALER / TAPEZIERER**

Fa. Bachmann Tapezier- und Anstricharbeiten ☎ (0171) 1402086

▶ **MÖBELTRANSPORTE**

PLATE UMZÜGE

Kein Umzug ohne unser Angebot!
 Porschestra. 4 • 38112 Braunschweig
 Tel.: +49 531 / 4 00 666
 info@plate-umzuege.de

34291101_002425

C&K Umzugs-service, Umzüge, Entrümpelungen, Renov., Möbelmontagen, Lagerung ☎ (05 31) 38 91 23 55

▶ **IMMOBILIENMARKT ANGEBOTE**

▶ **3-ZIMMER-EIGENTUMSWOHNUNGEN**

Equord, schöne, sanierte 3-Zi-ETW, 85qm, EBK, Garten, Garage, Nebengebäude, Bj. 1888, Hz Gas, EA Kl. E ☎ 01733011706

▶ **IMMOBILIENMARKT GESUCHE**

Suche Haus zum Kauf

auch sanierungsbedürftig und älter oder zum abreißen ☎ 0176/86099868

▶ **MEHRFAMILIENHÄUSER**

Mehrfam.haus gesucht

Peiner Unternehmer su. MFH mit 8-12 Einheiten, in gut vermietb. Lage. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ **EIN- & ZWEIFAMILIENHÄUSER**

Mehr als 150m² gesucht

Viel Platz gebraucht: 1- oder 2-Fam.hs mit guter Substanz von Konzern-Mitarbeiter und Familie gesu. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Raum Vechelde gesucht

Beamten-Paar sucht Haus, Haushälfte od. RH ab 100m² Wfl. und mind. 4 Zi im Raum Vechelde oder Ortsteile. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Bungalow od. kl. Haus...

Pensioniertes Ehepaar su. nach Hausverkauf gemütl. Haus ab 80m² Wfl. mit kl. Garten, ggf. auch zur Miete. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

KI-Entwickler sucht ...

... großes, gut ausgestattetes Haus für sich und seine Familie. Ab 5 Zimmer, Budget bis ca. 500.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Haus in Ilsede gesucht !

wir suchen ein Haus in Groß Ilsede und Umgebung zum Kauf! ☎ 05172 - 9667116

Haus aus den 90ern ...

Familie aus Hannover sucht gepfl. EFH, gern Baujahr aus den 80er/90ern, mit 4-6 Zim. in Peine +/- 10 km. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Bis ca 400.000,- gesucht

Familie aus BS sucht solides Haus, Haushälfte oder größeres Stadthaus in Peine mit Keller od. Garage. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ **EIGENTUMSWOHNUNGEN**

Das "gewissen Etwas" ...

Apotheker-Paar sucht gepfl., besondere Eigentumswohnung mit gehob. Ausstattung. Ab 100m² mit Balkon. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Gesucht ab 3 Zimmern

Gastronomin + ihr Mann suchen gepfl. Eigentumswhg mit 3-4 Zi, möglichst ohne Renovierungsstau. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ **VERSCHIEDENES**

Wohnungsauflösung

am 15.11.2025 von 11-16 Uhr in Vechelade, Paul-Behmann-Str.17 Geschirr, Porzellanfiguren, Deko, Puppen, Taschen, Pelze, Möbel "Vintage", "Weihnachten" u.v.m.

Garagenflohmarkt am 16.11., + 30.11., 10 - 16 Uhr, keine Militaria und kein Schmuck, Südfeld 8, 31241 Ilsen / Büthen

▶ **BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN**

Aufgeschlossener, lebenslustiger Mann, 68 Jahre, sucht humorvolle, attraktive Frau zwischen 56-66 Jahre für gemeinsame Zeit, schöne Abende, mal tanzen, essen gehen, einen Spaziergang, anregende Gespräche und ein harmonisches Leben zu zweit. Besonders gerne mit einer sonnigen Ausstrahlung, egal welcher Herkunft!! Aus internationalen Umfeld, anderen Kulturkreis. Zuschriften (bitte mit Bild). ☒ Z 339778

Reifer Er, 60, spendabel sucht junge, diskrete Sie für einen Striptease ☎ 01 57 / 33 36 66 26

▶ **BEKANNTSCHAFTEN FÜR SIE**

Gespensisch schöne Begegnung Am Samstagmittag (2.11.) bei Action in Peine zwischen Grabsteinen und Spiegeln, traf ich eine bezaubernde Frau, die mein Herz schneller schlagen ließ als jeder Horrorfilm. Falls du dich erinnerst und Lust hast, dieses kleine Halloween-Wunder fortzusetzen: Melde dich! Vielleicht bei einem Kaffee - ganz ohne Spinnen aber mit viel Charm. ☒ heuhaufen@yahoo.com

▶ **REISEN / VERANSTALTUNGEN**

SKAN-CLUB 60 plus GOLDENE OSTSEEKÜSTE
 Morada RESORT KÜHLUNGSBORN

8-Tage-Seniorenreisen

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- Fahrt im Nichtraucherfernreisebus mit WC
- 7 Übernachtungen in Zimmern mit DU/WC und Bademantel inkl. Halbpension
- Galabuffet und Mecklenburgisches Buffet (im Rahmen der Halbpension)
- Maritimer Abend • Tanzabend
- Kostenlose Nutzung des Hallenbades
- Betreuung durch das SKAN-CLUB-Team
- Kofferservice im Hotel nach Bedarf u.v.m.

TERMINE 2025/26

21.12.-28.12. (Weihnachten)	08.02.-15.02.
28.12.-04.01. (Silvester)	22.02.-01.03.
11.01.-18.01.	01.03.-08.03.
25.01.-01.02.	15.03.-22.03.
01.02.-08.02.	22.03.-29.03.
	29.03.-06.04. (Ostern)
	06.04.-12.04. (7 Tage)

ab Euro 575,- pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension

Zuschlag für Doppelzimmer-Alleinbenutzung: ab € 150,-
 Preisnachlass bei Selbstreise: € 50,- pro Person! (außer * Sonderreisen)

SONDERREISEN

Christmasparty * 07.12.-14.12.2025 € 448,- 14.12.-21.12.2025 € 428,-	Gemeinsam statt einsam Kein Zuschlag für Doppelzimmer-Alleinbenutzung! 11.01.-18.01.2026 € 575,- 22.02.-01.03.2026 € 595,-	Frühlingserwachen * 01.03.-08.03.2026 € 495,- 08.03.-15.03.2026 € 495,-
Silvesternachfeier * 04.01.-11.01.2026 € 498,-	Ausflugs- und Kreuzfahrtparadies * 25.01.-01.02.2026 € 466,- 01.02.-08.02.2026 € 466,-	Wintervergnügen * 08.02.-15.02.2026 € 478,-
Winterzauber * 18.01.-25.01.2026 € 448,-		Fasching entfliehen * 15.02.-22.02.2026 € 478,-

Buchung und Beratung bei einem Reisebüro Ihrer Wahl oder unter dem kostenlosen Kundenservicetelefon: **0800-123 1919** (täglich von 8 bis 18 Uhr)

Veranstalter: SKAN-TOURS Touristik Int. GmbH • Gehrenkamp 1 • 38550 Ilsenburg (Halle) www.seniorenreisen.de

34318901_002425

Mein Testament für das Deutsche Krebsforschungszentrum. Denn ich möchte etwas hinterlassen.

www.dkfz.de/testament



DEUTSCHES KREBSFORSCHUNGSZENTRUM IN DER HELMHOLTZ-GEMEINSCHAFT

Bares für Wahres

Die Experten sind 5 Tage für sie vor Ort!

Öffnungszeiten:
Mo – Fr: 10:00 – 18:00 Uhr



Aktionswoche:
Vom: 17.11. - 21.11.2025



Dirndl, Trachtenmode, Lederhosen, usw.

Pelze: bis zu 7.500,-€

Lederjacken, Wildlederjacken, Mäntel.



letzte Aktion vor Saisonschluss 2025!

Wir suchen alle Arten von Pelzen, Lederjacken und Trachtenmode!

Die Nachfrage ist derzeit sehr hoch!

Wir zahlen bis zu 7.500,-€ für Pelze!

*Ankauf in Verbindung mit Gold



Lederjacken: bis zu 2.500,-€

Trachtenmode: bis zu 1.500,-€

Wir Kaufen auch:



in Edemissen

Buchenkamp 6 – 31234 Edemissen

Tel.: 0163 0171385

Wir Kaufen auch:



Bei Bares für Wahres können Sie Wahres für Bares verkaufen. Sie erhalten garantiert für Ihre Raritäten den besten Preis. Unsere Spezialisten prüfen Ihren Schmuck auf ihre Echtheit und begutachten und schätzen auch Ihre Antiquitäten zu unseren Aktionstagen. 5 Tage gültig! Sie brauchen keinen Termin und werden nach kurzer Wartezeit sofort empfangen. Beratung nach telefonischer Vereinbarung. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

SCHAUEN SIE VORBEI, ES WIRD SICH LOHNEN!

*Ankauf in Verbindung mit Gold



Zahngold Bernsteine Edelsteine Alle Marken-Uhren



Ankauf von:

- Goldschmuck
- Zahngold
- Altgold
- Bruchgold
- Münzen
- Barren
- Diamanten
- Silber
- Tafelsilber
- Silberbesteck
- Platin
- Perlen
- Korallen
- Bernstein
- Uhren
- Luxusuhren
- Antiquitäten
- Militärs Sachen
- Gemälde
- Teppiche
- Und vieles Mehr

Ankauf von Goldschmuck aller Art.

Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie Ringe, Broschen, Ketten, Armbänder (Armbänder bevorzugt in breiter Form) Colliers, Medaillons, Gold Uhren (auch defekt)

Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit

Kostenlose Begutachtung (auch vor Ort)
Bewertung Ihres Schmuckstücks
Für Senioren auch Hausbesuche
Profitieren sie von dem momentan hohen Goldkurs!

WIR KAUFEN AN:
WIR ZAHLEN BIS ZU
120 €
PRO GRAMM
Feingold



Wir kaufen auch Schmuckkästchen



Uhren aller Art



Taschenuhren aller Art

Wir zahlen sofort den ermittelten Wert in BARGELD aus!

Hausbesuche sind Kostenlos!

Gerne prüfen wir ihre Raritäten auf Echtheit!



Porzellan



Römer Gläser



Geweihede aller Art



Wir Kaufen Silber aller Art



Zinn



Goldschmuck



Modeschmuck

in Edemissen

Buchenkamp 6 - 31234 Edemissen

Tel.: 0163 0171385

Öffnungszeiten:

Mo – Fr: 10:00 – 18:00 Uhr