hallo PEINE wochenende

O7 ❖ 50. Jahrgang · 7. Februar 2026 www.hallopeine.de Zustellung (0800) 1234-909 · Geschäftskunden (05171) 406 -301/-309 · Kleinanzeigen (0800) 1234-913 · Redaktion (05371) 808-122

PAZ
Jetzt App downloaden!
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

Falsche Paketbenachrichtigungen: Polizei warnt vor „Quishing“

Gefälschte Flyer in Briefkästen sollen über einen **QR-Code** auf eine schädliche Internetseite führen

Kreis Peine. In den sozialen Medien macht derzeit eine „Quishing“-Warnung die Runde: Ein Bild zeigt Flyer, die echten Zustellungsbenachrichtigungen im Design sehr ähnlich sehen, jedoch ein anderes Format aufweisen. Angeblich werden diese Flyer in Briefkästen gesteckt. Die Hinweise sind ernst zu nehmen: Auch die Polizei warnt vor dieser neuen Betrugsmasche.

Nach bisherigen Erkenntnissen der Polizei ähneln diese Schreiben bekannten Benachrichtigungen von Paketdiensten. Auf den Flyern befindet sich unter anderem ein QR-Code sowie der Hinweis „Sendung verpasst – kein Problem“. Durch das Scannen des Codes soll angeblich eine erneute Zustellung des Pakets veranlasst werden. Tatsächlich wird man auf eine scheinbar seriöse Internetseite weitergeleitet. Diese ist allerdings gefälscht.

Es sollen persönliche Daten und Kontoinformationen eingegeben werden. Ziel der Betrüger ist es, sensible Informationen abzugreifen oder Schadsoftware auf dem Endgerät zu installieren. Bei einem solchen Betrugsversuch über einen QR-Code spricht man von „Quishing“. Dabei handelt es sich um ein Kunstwort, das aus den Begriffen „QR“ und „Phishing“ zusammengesetzt wurde.



Auch in Remscheid wird gerade über Whatsapp diese Warnung geteilt. FOTO: SCREENSHOT: MELISSA WIENZEK

„Im Landkreis Peine sind bisher noch keine Fälle bekannt“, erklärt Polizeisprecher Malte Jansen. Doch vermutlich sei es nur eine Frage der Zeit, bis sich auch hier betroffene Bürger melden. Der Polizeisprecher rät daher zur Vorsicht und zu „einem gesunden Misstrauen“.

Konkret bedeutet das: Wenn man nichts bestellt hat, bekommt man normalerweise auch keine Paketbenachrichtigung. Zudem sollte man gerade bei QR-Codes vorsichtig sein, selbst bei vertrauenswürdigen Quellen, denn ein QR-Code kann einfach überklebt werden und schon landet man auf einer komplett anderen Internetseite, warnt die Polizei überregional vor dieser Masche.

Bei Seiten, auf denen persönliche Daten oder Konto-Informationen eingegeben werden sollen, sollte das „gesunde Misstrauen“ anspringen. Wenn man einen QR-Code scannt, sollte man sich die Internetadresse, auf der man landet, ganz genau anschauen. Gefälschte Internetseiten sollen aussehen wie bereits bestehende, weisen aber Fehler oder abweichende Schreibweisen auf.

Die Polizei empfiehlt, keine QR-Codes aus unerwarteten oder verdächtigen Schreiben zu scannen. Auf unbekannten Internetseiten sollten nie persönliche Daten oder Zugangsdaten eingegeben werden. Bei Paketfragen sollten ausschließlich die offiziellen Internetseiten oder Apps der bekannten Paketdienste genutzt werden. Bei Unsicherheiten oder verdächtigen Feststellungen ist die Polizei unter Telefon (0 51 71) 99 90 die richtige Anlaufstelle.

EIXER HAUS am See
05171/7696861
CHorneffer@web.de
Härke
Braustübchen
1. Peiner Kohlball
21.02.2026
ab 18.00 Uhr
Braunkohl oder Schnitzelbuffet satt
25,00 € pro Person
(Eintritt und Buffet)
Buffet bis 21.00 Uhr
anschließend Party mit
DJ Patrick
Karten nur im Vorverkauf im Eixer Haus am See
legere Kleidung erwünscht
5299701_002426


Baustoff Brandes
Da bau ich drauf.
Fliesen, die Ihr Zuhause neu definieren.
Entdecken Sie moderne Fliesentrends, die jedem Raum Charakter, Stil und zeitlose Qualität verleihen.
Besuchen Sie unsere Ausstellung



www.baustoff-brandes.de
Termin vereinbaren
Peine
Dieselstr. 1, Tel. 05171/7009-0
4345101_002426

Seepferdchen-Kurse oft ausgebucht

Peiner Schwimmlehrerin Jana Weindrock mahnt: „Immer weniger Kinder können sicher schwimmen“ – DLRG bietet auch Kurse für Erwachsene an

Peine. Jana Weindok reicht ein kurzer Blick ins Wasserbecken: „Da sieht man schon, wie groß der Unterstützungsbedarf inzwischen ist”, sagt die Peiner Schwimmlehrerin, die in Peine regelmäßig Nichtschwimmer unterrichtet. Die Schwimmwartin des Peiner Schwimmvereins hat beobachtet, dass immer weniger Kinder sicher schwimmen können.

Das zeige sich nicht nur in den Kursen des Schwimmvereins, sondern auch während des öffentlichen Badebetriebs im Freibad, in dem der Verein in den Sommermonaten trainiert.

Besonders auffällig sei die hohe Nachfrage nach Seepferdchen-Kursen, die regelmäßig und sehr schnell ausgebucht sind. Zudem zeige sich bei den Anmeldungen ein klarer Trend: Das Einstiegsalter der Kinder steige zunehmend an. „In den Kursen erleben wir leider häufig, dass viele Kinder kaum wassergewöhnt sind und bereits im flachen Wasser - wo den Kindern das Wasser bis zum Bauch reicht- erhebliche Schwierigkeiten haben“, sagt die 25-Jährige.



Jana Weindok bringt Peiner Kindern das Schwimmen bei. FOTO: RALF BÜCHLER



Ulrike Hofmann ist bei der DLRG Peine und unterrichtet Schwimmen in Peiner Schulen. FOTO: DLRG PEINE

Um dem vorzubeugen, weist der Verein ausdrücklich darauf hin, dass vor Kursbeginn eine Wassergewöhnung erfolgen sollte. „Leider wird diese Empfehlung von vielen Eltern nicht ausreichend umgesetzt. Einige Kinder kennen beispielsweise das Gefühl von Wasser im Gesicht kaum oder gar nicht“, so Weindok. Das erschwere den Lernprozess und wirke sich negativ auf die Erfolgsquote der Schwimmkurse aus.

Ein weiteres Problem: Schwimmkurse - besonders private - sind oft sehr teuer. „Es interessieren sich vor allem die Familien für das Schwimmenlernen, die es sich finanziell leisten können. Aus anderen sozialen Gruppen erhalten wir kaum oder gar keine Anfragen“, hat Weindok beobachtet.

Auch beim Schulschwimmen erlebt Weindok, die Schwimmen an einer Schule im Kreis Peine unterrichtet, Ähnliches: „In den fünften Klassen gibt es einen hohen Anteil an Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmern.“ Zwar gebe es von Seiten der Schule spezielle Angebote für Nichtschwimmer in Form einer Arbeitsgemeinschaft, doch werde diese nur selten angewählt. „Ich frage mich häufig, warum dieses kostenlose Förderangebot so wenig genutzt wird“, sagt sie.

Im Zuge ihres Masterstudiums an der Universität Hannover hat die 25-Jährige eine Statistik über den Nichtschwimmer-Anteil in den fünften Klassen einer Schule im Landkreis Peine erstellt. Demnach konnten im Schuljahr 2022/23 von 154 Fünftklässlern 28 gar nicht, weitere 51 nur sehr unsicher schwimmen, womit auch sie zu den Nichtschwimmern zählen. Damit konnte mehr als die Hälfte des Jahrgangs der Schule nicht schwimmen (51,3 Prozent). Nach einem Halbjahr Schwimm- und zusätzlichem Schwimmförderunterricht ließ sich der Anteil der Kinder ohne Freischwimmer auf 11,7 Prozent reduzieren.

Auch Ulrike Hofmann unterrichtet Schwimmen an mehreren Peiner Schulen. Dort erlebt sie immer wieder, dass Kinder auch in höheren Klassen noch kein Schwimmabzeichen haben. Die Gründe dafür sind vielfältig: Umzüge, durch die Kinder den Schwimmunterricht in der Schule verpassten, zu wenig Engagement der Eltern, Angst vor dem Wasser, zu wenig Schwimmkurse und Lehrpersonal.

„Die Hauptvoraussetzung, damit Kinder schwimmen lernen, ist, dass die Eltern mitmachen“, sagt sie. „Manche Eltern geben auch dem Willen des Kindes nach, wenn es nicht schwimmen will.“ Dabei lernten auch sehr ängstliche Kinder schwimmen. „Es dauert nur länger“, so Hofmann, die beim Peiner Ortsverein der Deutschen Lebensrettungsgesellschaft (DLRG) aktiv ist. „Nach einem Jahr ist die Angst vor dem Wasser überwunden.“

Sicher schwimmen erst mit Bronze

Hat ein Kind das Seepferdchen-Abzeichen erworben, ist es damit aber noch nicht getan. Denn um sicher schwimmen zu können, benötigt es mindestens noch das Schwimmabzeichen in Bronze (Freischwimmer). Das besagt die Verordnung des Deutschen Schwimmverbandes. Demnach muss ein Schwimmer, um sicher schwimmen zu können, 15 Minuten ohne Halt und ohne Hilfen im tiefen Wasser schwimmen können und dabei mindestens 200 Meter zurücklegen - sechs Bahnen in einer und zwei Bahnen in einer anderen Schwimmart. Weitere Voraussetzungen sind das Schwimmen in Bauch- und Rückenlage, das Beherrschen eines Paket- sowie Kopfsprungs und das Orientieren unter Wasser. „Der Freischwimmer ist in vielen weiterführenden Schulen auch Pflicht, um am Schulschwimmen teilnehmen zu können“, sagt Hofmann.

Auch Erwachsene fragen bei der DLRG an, weil sie das Schwimmen erlernen möchte. „Teilweise sind das auch Eltern, deren Kinder bei uns im Anfängerschwimmkurs sind“, so die Schwimmlehrerin. Daher werden inzwischen auch Schwimmkurse für Erwachsene angeboten.

Und noch etwas ist Jana Weindok vom Peiner Schwimmverein aufgefallen: Deutlich mehr, vor allem ältere Kinder, möchten in den Verein eintreten. „Es erreichen uns zunehmend Anfragen von Kindern im Alter von etwa elf Jahren, die lediglich über das Seepferdchen-Abzeichen verfügen“, schildert die Schwimmlehrerin. „Diese Kinder können wir leider nicht aufnehmen, da sie sich in Trainingsgruppen von Fünf- bis Achtjährigen weder wohlfühlen würden, noch das Training inhaltlich auf ihre Altersgruppe ausgerichtet ist.“ Auch diese Kinder würde der Verein gerne fördern, jedoch fehlten dafür, wie auch für weitere Schwimmkurse, die Wasserzeiten und das notwendige Personal.

Weitere Infos gibt es unter https://peiner-schwimmverein.de und https://peine.dlrg.de/ im Internet.



Gasthaus Pröde Eickenrode
Inh. Michaela Kowski



Rouladenwochen im Gasthaus vom 05.02. – 01.03.2026 – Rinderrouladen / Wirsingrouladen / Kohlrouladen / Hähnchenrouladen / vegetarische Rouladen

Um Reservierung wird gebeten

- Rouladenbuffet — So. 22.02.2026, von 12 – 14 Uhr
- Karfreitag Matjesbuffet — 03.04.2026, von 12 – 14 Uhr und 17 – 19 Uhr, Matjesplatten auch außer Haus nach Vorbestellung
- Ostersonntag Osterbuffet — 05.04.2026, von 12 – 14 Uhr und 17 – 19 Uhr
- Muttertagsbuffet — 10.05.2026, von 12 – 14 Uhr und 17 – 19 Uhr

Mittwoch ist Schnitzeltag – Schnitzelgerichte gem. Schnitzelkarte am Mittwoch mit Beilage nach Wahl für 15,50 Euro natürlich auch zum Abholen.

Grünkohlessen bis Anfang März!

Öffnungszeiten bis 31. März 2026:
Mittwoch bis Samstag 17.00 – 22.00 Uhr ❖ Sonntag 11.30 – 20.00 Uhr
Öffnungszeiten können abweichen
Reservierungen unter 05372/958150 o. mkowski@t-online.de
Alle Gerichte auch außer Haus zum Abholen ❖ Lieferung nach Vereinbarung

Alter Postweg 12 · 31234 Edemissen OT Eickenrode · mkowski@t-online.de · Tel. 05372-95 81 50

5821901_002426

Elektrofachmarkt Expert heuert an in Stederdorf

Media-Markt-Saturn sucht nach neuer Fläche in Peine - Sprecherin: „Wir möchten gerne bleiben“

Peine. Der Media-Markt verlässt Stederdorf: Schon zum 1. Juli 2026 soll in das Gebäude am Hesebergweg der Elektrofachmarkt Expert einziehen und nach einer Umbauphase eröffnen. Das gaben das Unternehmen Expert Gröblinghoff am Montag bekannt.

Betrieben wird der neue Expert Fachmarkt von zwei Peinern, Marten und Birger Gröblinghoff. Die beiden in Peine aufgewachsenen Brüder betreiben nach eigener Auskunft bereits 16 Expert Elektrofachmärkte in Nordrhein-Westfalen, Niedersachsen und Rheinland-Pfalz. Damit seien sie der zweitgrößte Expert-Händler Deutschlands.

Durch das Auslaufen des Media-Markt-Mietvertrages habe sich die Chance für die Brüder ergeben, an der Stelle einen Expert-Fachmarkt zu eröffnen. „Wir freuen uns sehr auf Peine und den Markt, in dem ich damals bei Hans-Georg Menz angefangen habe. Wir sind Peiner und werden uns aktiv in der Stadt engagieren. An der Stelle wird einer der modernsten Elektrofachmärkte entstehen“, kündigt Marten Gröblinghoff an.

Neben Sortiment und attraktiven Preisen lege Expert Gröblinghoff besonderen Wert auf Beratung und Service: „Dazu zählen neben der persönlichen Kaufberatung auch Lieferung, Montage und die fachgerechte Entsorgung von Altgeräten“, heißt es in einer Pressemitteilung. Auch Themen wie Energieeffizienz und Reparaturservices seien Teil des Angebots – etwa durch Kooperationen mit Werkstattpartnern und den Einsatz moderner Gebäudetechnik. Alle Produkte könnten im Markt oder online gekauft werden.

Expert ist ein Zusammenschluss inhabergeführter Familienunternehmen mit rund 280 Fachmärkten in ganz Deutschland.

Media-Markt-Saturn bedauert einer Unternehmenssprecherin zufolge den Auszug am Hesebergweg sehr: „Unser bestehender Mietvertrag wurde nicht verlängert, da der neue Eigentümer der Immobilie andere Pläne mit der Fläche verfolgt. Dies führt dazu, dass wir unseren aktuellen Standort voraussichtlich im Frühsommer 2026 verlassen müssen“, so die Sprecherin. Seit 2005 war Media-Markt in Stederdorf vertreten.

Der Standort Peine sei für Media-Markt-Saturn von großer Bedeutung. „Wir möchten gerne bleiben“, so die Sprecherin. „Daher arbeiten wir intensiv daran, eine neue, passende Immobilie in der Stadt zu finden, um unseren Kunden auch weiterhin vor Ort zur Verfügung zu stehen.“ Der Media-Markt Peine habe sich seit dem ersten Tag erfolgreich entwickelt und sei bei den Kunden zu einem beliebten Anlaufpunkt geworden. „Als starker regionaler Partner mit neun Märkten in der Umgebung ist es unser klares Ziel, auch weiterhin in Peine präsent zu sein“, heißt es vom Unternehmen.

Weitere Media-Markt-Standorte gibt es in Braunschweig, Hannover, Wolfsburg und Gifhorn. „Wir arbeiten daran, für möglichst viele Mitarbeitende eine Lösung der Weiterbeschäftigung zu schaffen“, erklärt die Sprecherin.



In das Media-Markt-Gebäude am Hesebergweg in Stederdorf zieht der Elektrofachmarkt Expert ein. FOTO: JAN TIEMANN



Mit dem Modernisierungsrechner wissen, was zu tun ist.

Unser Modernisierungsrechner zeigt dir, welche Maßnahmen sich für dich lohnen – und welche nicht. Einfach. Online. Unverbindlich. Jetzt berechnen:
sparkasse-hgp.de/modernisierungsrechner

Weil’s um mehr als Geld geht.

4804601_002426

MEHR NACHRICHTEN AUS PEINE UND DER REGION FINDEN SIE AUF PAZ-online.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

22272301_002425



5545701_002426

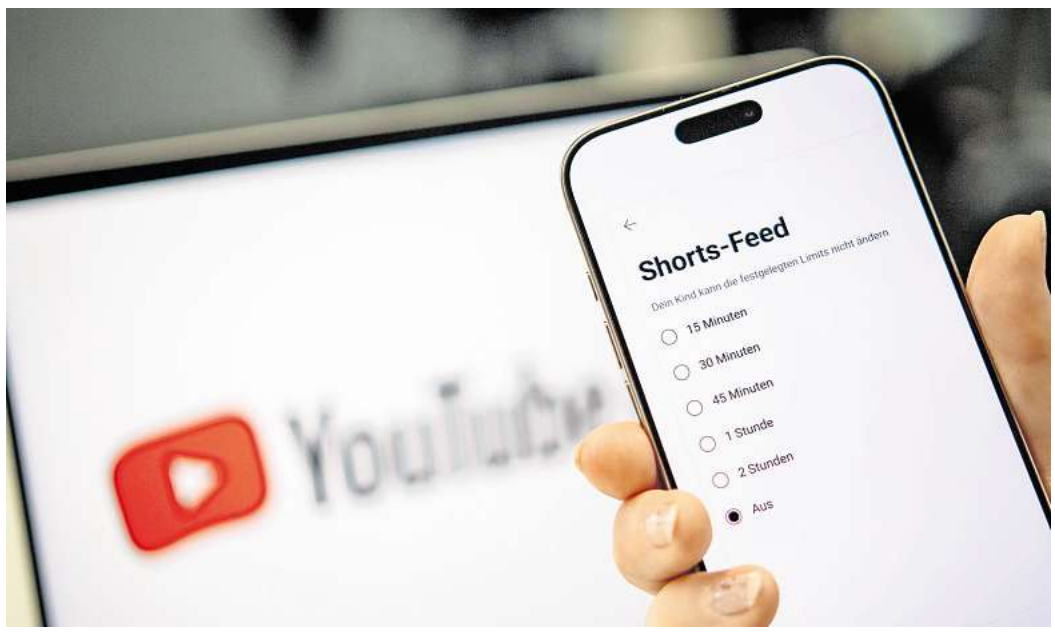
YouTube erleichtert Eltern die Kontrolle über Shorts

YouTube hat angekündigt, seine Jugendschutzeinstellungen für Kinder- und Teenagerkonten zu erweitern. Darunter auch Neuerungen, die es Eltern leichter machen, das Konsumverhalten ihrer Kinder zu steuern und Inhalte altersgerecht einzuschränken. Eine davon betrifft die beliebten Kurzvideos, also die „Shorts“.

Eltern können schon jetzt festlegen, wie lange ihr Kind täglich YouTube Shorts nutzen darf – also die kurzen, vertikalen Clips, ähnlich wie bei TikTok. Oder ob es die gar nicht gucken darf, zumindest zeitweise.

Und zwar so:

YouTube-App öffnen > Einstellungen > Family Center/Kindersicherung > Kinder- oder Teen-Konto auswählen und eine tägliche Zeitbegrenzung festlegen:



Weniger Endlos-Scrollen: Eltern können die tägliche Nutzungszeit für YouTube Shorts in den Einstellungen begrenzen oder die Shorts ganz abschalten. FOTO: NICO TAPIA/DPA-MAG

Hintergrund: Gerade bei kurzen Videos gerät man schnell ein unkontrolliertes Scrollen - und bei YT Shorts handelt es sich dem Fachportal „heise online“ zufolge oft um Content, der von anderen Plattformen wie Instagram, Snapchat oder TikTok kommt und von Eltern eigentlich verboten beziehungsweise blockiert wurde.

Eine weitere Einstellungssache: Erinnerungen, die den Tagesablauf strukturieren können:

Diese Optionen findet man ebenfalls unter den Jugendschutz-Einstellungen im Family Center.

Mit dem Family Center kann man alle Einstellungen für Kinder- und Teen-Konten zentral verwalten, etwa Alterskategorien zuweisen, Konten einsehen und zwischen mehreren Kinder-Accounts wechseln.

Die Einrichtung und Verwaltung soll noch intuitiver werden, erklärte der globale Leiter von YouTube Health, Garth Graham, bei „heise online“. Ähnlich wie bei Streaming-Portalen, wo Erwachsenen- und Kinderprofile in einer Startansicht zusammen angezeigt werden.

Alternativ zum Familiy Center könne man auch weiterhin die Kinderschutz-App „Family Link“ von Google benutzen, um Einstellungen an Kinder- oder Teen-Konten vorzunehmen, die dann auch die Nutzung von YouTube betreffen, so Graham weiter.

Übrigens: Für Kinder unter 13 Jahren gibt es die App YouTube Kids, in der Einschränkungen voreingestellt sind. (DPA)

Anzeige

Gold glänzt, wie nie zuvor - Warum jetzt ein guter Zeitpunkt zum Verkaufen

Schließfach, Schublade?
Aufbewahrungsrisiko hoch! Beste Chance für Ihr Altgold

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

FOCUS online MEDIEN PARTNER 2025

Februar 2026

Aktueller Goldkurs: 3.950,83 EUR/Ounce

Braunschweig: Gold glänzt wie nie zuvor und damit wächst für viele der Wunsch, Werte zu sichern und Entscheidungen nicht länger aufzuschieben. Ausgerechnet jetzt stellen die Märkte und Experten den Mythos vom „sicheren Hafen“ infrage und raten zur besonderen Vorsicht. Obwohl sich der Goldpreis derzeit noch auf historisch hohem Niveau bewegt –wird gleichzeitig immer deutlicher: Wer Gold jahrelang nur aufbewahrt, trägt nicht nur Kursrisiken, sondern auch ein ganz reales Aufbewahrungsrisiko. Berichte über Einbrüche, gestohlene Sammlungen oder aufgebrochene Schließfächer erinnern daran, dass „weggelegt“ nicht automatisch „sicher“ bedeutet. In solchen Zeiten ist Klarheit wichtiger als Hoffnung: Was ist Ihr Schmuck tatsächlich wert – und was lässt sich heute dafür erzielen?

Hinzu kommt ein Punkt, den viele erst auf den zweiten Blick erkennen: In Hochpreisphasen schießen vermeintlich „seriöse“ Goldankäufer wie Pilze aus dem Boden. Dazu kommen bekannte Tricks aus verwandten Bereichen, etwa bei Pelzankäufern: Dort wird manchmal suggeriert, Pelze würden „hoch“ angekauft – tatsächlich aber oft nur unter der Bedingung, dass gleichzeitig bestimmte Mengen Gold (oder andere Wertsachen) mitverkauft werden. Solche Koppelgeschäfte machen Preise schwer vergleichbar und erhöhen das Risiko, über den Tisch gezogen zu werden. Umso wichtiger ist ein seriöser Partner, dessen Standards über Jahrzehnte gewachsen sind – und der durch einen deutschen Traditionsbetrieb mit rund **180 Jahren Edelmetall-Erfahrung** im Hintergrund zusätzlich stabilisiert wird.



Für alle, die jetzt über den Verkauf von Altgold nachdenken und **mehr Geld für ihr Gold** erzielen wollen, ist **Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** eine etablierte Anlaufstelle vor Ort. Als deutscher Fachbetrieb, bekannt aus **FOCUS Online** und **FOCUS-MONEY**, begleitet das Team Kundinnen und Kunden transparent – von der ersten Einordnung bis zur persönlichen Entscheidung. Wer wartet, spekuliert automatisch auf „noch mehr“ und nimmt in Kauf, dass sich Stimmungen, Zinsen oder geopolitische Signale schnell ändern und Kurse nachgeben.

Praktisch bedeutet das: In unzähligen Haushalten liegen – in Schubladen oder vermeintlich sicheren Schließfächern – alte Ketten, einzelne Ohrringe, kaputte Ringe, Armbänder, Zahngold, Münzen oder geerbter Schmuck. Oft hängt eine Geschichte daran, getragen wird es aber nicht mehr. Eine Bewertung schafft Klarheit: Was ist wirklich Gold, wie hoch ist die Feinheit, und welchen Gegenwert ergibt das beim Tageskurs?

Warum jetzt verkaufen für viele sinnvoll ist: (1) Hohe Preise sind nicht lange garantiert. (2) Ungenutztes Gold bringt keinen laufenden Nutzen – Verkauf schafft Rücklagen und Spielraum. (3) Aufschieben führt oft zu Stillstand, besonders bei Erbstücken. (4) Erinnerungen hängen nicht am Material; manchmal ist Liquidität die bessere Form von Sicherheit.

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig setzt auf nachvollziehbare Abläufe: Jedes Stück wird einzeln betrachtet, erläutert und bewertet; Kundinnen und Kunden behalten alles im Blick. Die Bestimmung der Metallzusammensetzung erfolgt per **Röntgenfluoreszenz-Analyse (XRF)** – zerstörungsfrei und präzise, auch ohne Punze. Wichtig: Die Bewertung verpflichtet nicht zum Verkauf. Kommt es zum Verkauf, erfolgt die Auszahlung sofort – **bar oder per Echtzeit-Überweisung.**

Zusätzlicher Vertrauensfaktor: die Zusammenarbeit mit **Heimerle + Meule (seit 1845)** für verlässliche Weiterverarbeitung in Deutschland. Angekauft werden u. a. Goldschmuck (auch defekt), Zahngold, Bruchgold, Münzen/Barren sowie Silber, Platin, Palladium, Erbschaften und Konvolute.

Fazit: Hoher Goldpreis, unruhige Zeiten, reale Aufbewahrungs- und Betrugsrisiken – eine unverbindliche Bewertung bringt Klarheit und macht aus Bauchgefühl eine sichere Entscheidung.

Niedersächsische GOLD BÖRSE BRAUNSCHWEIG

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.

5722001_002426

KI-Chatbots um Rat gefragt: Antworten nicht blind vertrauen

KI-Chatbots haben auf alles ruckzuck eine Antwort parat. Und die ist in aller Regel sogar verständlich. Das sorgt für ein gutes Gefühl, ist aber trügerisch. Denn die Auskünfte stimmen längst nicht immer.

Das zeigt auch ein Test der britischen Verbraucherorganisation „Which?“, die sechs KI-Chatbots auf die Probe gestellt hat - mit insgesamt 40 Fragen aus den Themenbereichen Geld, Recht, Gesundheit und Ernährung sowie Verbraucherrechte und Reisen. Experten bewerteten dann die Qualität der Antworten.

Fazit des Vergleichs, über den die Stiftung Warentest berichtet: Die meisten Chatbots schlagen sich recht anständig, blind vertrauen kann man aber keinem. Mit 72 Prozent richtigen Antworten schnitt Perplexity noch am besten ab, gefolgt von Googles KI-Zusammenfassungen namens AI Mode (70 Prozent), Google Gemini (68 Prozent), Microsoft Copilot (67 Prozent) und ChatGPT (65 Prozent). Relativ abgeschlagen landete Meta AI (54 Prozent) auf dem letzten Platz.



IKI-Chatbots liefern schnelle Antworten, doch die Qualität und Richtigkeit der Auskünfte variiert stark. FOTO: HENDRIK SCHMIDT/DPA-MAG

Insgesamt denkwürdig: Teilweise ignorierte die KI den Angaben zufolge regionale Besonderheiten oder empfahl riskante bis potenziell rechtswidrige Verhaltensweisen. Andere Antworten stützten sich auf zweifelhafte oder veraltete Quellen, verschwiegen kostenlose Alternativen zu kostenpflichtigen Angeboten oder redeten Verbraucherrechte klein.

Deshalb geben die Verbraucherschützer folgende Tipps:

- Jede KI-Antwort kritisch überprüfen, erst recht, wenn es um wichtige Geld-, Rechts- oder Gesundheitsfragen geht.
- KI immer nach ihren Quellen fragen und eine zweite Meinung einholen.
- Fragen an KI-Chatbots möglichst präzise formulieren und dabei so viele Hintergrundinfos wie möglich geben. Denn das kann zu deutlich besseren Antworten führen. (DPA)

Für alle Fahrten gilt:
Taxiservice ab/an Haustür inklusive!
REISEDETAILS
Sausewind
entspannt reisen


DZ 765 € I EZ 910 €
03.04. – 07.04.26
Osterball mit festlichem Abendessen & Live-Musik

Ostern im polnischen Riesengebirge
Auf Ihren Ausflügen und Besichtigungen entdecken Sie das reizvolle Schlesien, das polnische Riesengebirge und Breslau mit landschaftlicher Schönheit und Gastfreundschaft.


DZ 1.229 € I EZ 1.369 €
24.05. – 31.05.26
Sie besuchen die Gärten von Schloss Trauttmansdorff

Genusswoche in Südtirol
Auf der Sonnenseite des Eisacktals, in Feldthurns, erwartet Sie die Vielfalt der Natur und sonnige Aussichten auf genussvolle Tage! Erleben Sie fünf Ausflüge inkl. Reiseleitung, ein Galadinner und eine Weinverkostung.


DZ ab 1.769 € I EZ ab 2.159 €
10.06. – 19.06.26
Tolle Reisezeit! Genießen Sie weiße Nächte im Baltikum

Baltikumrundreise Sommersonnenwende
Unsere sehenswerte Rundreise führt in die Hauptstädte Vilnius, Riga und Tallinn und auf die Kurische Nehrung. Der Zauber der Landschaft und die Kultur der Städte machen diese Reise zu einem tollen Erlebnis.


DZ 1.559 € I EZ 1.709 €
01.07. – 06.07.26
Glacier Express und Bernina zur Almrosenblüte

Bernina und Glacier Express
Erleben Sie auf dieser Reise die Fahrt durch die Rheinschlucht und über den Oberalppass sowie die faszinierende Fahrt durch das Albulatal und über den Berninapass nach Tirano in Italien.


DZ 1.479 € I EZ 1.639 €
08.08. – 15.08.26
Dahoam im ****Hotel Römerhof – ein kleines Paradies

Nationalpark Hohe Tauern
Genießen Sie erholsame Urlaubstage in der wunderschönen Alpenregion. Die saftig grünen Wiesen, das einzigartige Bergpanorama, die idyllischen Wanderwege und das alpine Klima werden Sie begeistern!


DZ 1.595 € I EZ 1.849 €
18.09. – 25.09.26
Erlebnisprogramm mit ****Hotel am Plattensee

Balaton und Puszta Romantik
Wenn im September in den Weinbergen die Trauben reif sind, dann beginnt hier eine besondere Zeit. Lassen Sie sich anstecken von purer Lebensfreude und einer unnachahmlichen Gastfreundschaft.

Sausewind Reisen GmbH | Dingelber Str. 6 | 31174 Schellerten **Tel: 05123 32499 90 | info@sausewind-reisen.de | www.sausewind-reisen.de**

5390301_002426

Dauerhaft auf Abruf

Viele Menschen haben verinnerlicht, dass nur **Leistung** und Stärke zählen, bis sie irgendwann am Limit sind.

VON STEFAN BOES



„Funktionierer“ funktionieren auch dann noch, wenn sie eigentlich abschalten sollten. SYMBOLFOTO: ANASTASIA SHURAEVA / PEXELS

Stark sein, funktionieren, weitermachen: Viele Menschen haben verinnerlicht, dass nur Leistung und Ergebnisse zählen – bis sie irgendwann am Limit sind. Wie „Funktionierer“ erkennen, was sie antreibt, und sich von Pflichtgefühlen und Überlastung befreien.

Wer im Beruf erfolgreich sein will, muss funktionieren – und zwar ständig, ohne Kompromisse. Für Nina Schwarting war das nie eine Entscheidung, sie konnte gar nicht anders. Die 40-Jährige arbeitete als Führungskraft bei der Deutschen Bahn, der Otto Group und anderen großen Unternehmen, etablierte sich als Expertin für modernes Lernen und entwickelte ein inzwischen weltweit verfügbares Lernjournal.

Lernen ist das Lebensthema der Hamburgerin, und so lernte sie irgendwann auch ihre vielleicht wichtigste Lektion: Sie konnte nicht ewig so weitermachen. „Ich habe meinen Körper zehn Jahre lang ausgeschaltet“, sagt sie. Sie war rund um die Uhr erreichbar, schlief wenig, arbeitete permanent. Ihr Umfeld bemerkte, wie gereizt sie wurde, wie erschöpft, wie sehr sie verlernte, abzuschalten – und wie sie trotzdem immer weitermachte.

Ein zweites Lebensthema zog sich wie ein roter Faden durch ihr Leben: das Funktionieren. „So wurde ich geprägt. Ich habe gelernt, dass ich stark sein muss. Wenn ich funktioniere, sehe ich Ergebnisse.“

Es dauerte lange, bis Schwarting die Signale ihres Körpers ernst nahm. Die Schlafprobleme, die wachsende Erschöpfung, die Schulter, die sie irgendwann kaum noch spürte. „Mein Körper war durch“, sagt sie. „Du kannst so nicht weitermachen“ bekam sie von Menschen außerhalb ihres beruflichen Umfelds zu hören.

Keine richtige Unterstützung erhalten

Sie sprach auch am Arbeitsplatz über ihre Erschöpfung, wollte ihr Arbeitsmodell anpassen, stieß Veränderungen an. Doch sie drang nicht durch. „Ich wurde gehört, aber richtige Unterstützung habe ich nicht erhalten.“ Vielmehr sei ihr suggeriert worden, sie sei nicht stark genug für die Rolle. „Ich habe verstanden, dass ich als Person nichts zähle“, sagt sie. Und so zog sie irgendwann die Notbremse und kündigte. „Ich habe mich aus einem System herausgenommen, das nicht zu meinen Werten passt.“

Kathleen Kunze bezeichnet Menschen wie Schwarting als „Funktionierer“. Kunze betreibt einen der reichweitenstärksten deutschsprachigen Instagram-Kanäle zum Thema Nervensystemregulation, arbeitet als systemische Coachin und Autorin. Gerade ist ihr neues Buch „Raus aus dem Funktionsmodus zurück zu dir“ erschienen.

„Funktionierer“, sagt Kunze, seien meist sehr gut darin, die Bedürfnisse anderer zu lesen und auf unausgesprochene Erwartungen zu reagieren. Eigentlich eine wertvolle Fähigkeit. Doch: „Menschen, die häufig funktionieren, fehlt oft eine ganz wichtige Fähigkeit: nämlich die, für sich selbst zu sorgen“, sagt sie. Also, dem Körper ausreichend Phasen der Erholung zu gönnen. Dieser innere Kompass gehe bei Menschen, die im Funktionsmodus feststecken, verloren.

Dauerhaft zu funktionieren bedeutet, dass das Nervensystem in einem hoch aktivierten Zustand bleibt. „Der Körper produziert dann kontinuierlich Stresshormone, die Atmung wird flacher und schneller, die Muskulatur bleibt angespannt, wir stehen dauerhaft auf Abruf“, erklärt Kunze. Mit der Zeit werde es immer schwerer, aus diesem Modus auszusteigen.

Nach Einschätzung von Hannah Schade sind immer mehr Menschen im Dauerstress. „Das Arbeitstempo, die Eigenverantwortung und die Erreichbarkeit sind deutlich gestiegen“, sagt die Sozialpsychologin vom Leibniz-Institut für Arbeitsforschung an der TU Dortmund. Um trotzdem gesund zu bleiben, reagierten viele Menschen auf die hohe Zahl der Stressoren – also der inneren und äußeren Reize, die Stress auslösen können – mit Sport oder Yoga, was auch hilfreich sei. „Aber so wird auch Entspannung zur abzuhakenden Aufgabe statt zum erholsamen Freiraum.“

„Funktionierer“ funktionieren auch noch dann, wenn sie eigentlich abschalten wollen. Bei manchen setzt eine regelrechte Erholungsunfähigkeit ein, erklärt Schade. Wer chronisch gestresst ist, gerate in einen Zustand anhaltender Übererregung, bei dem sich Schlaf, Konzentration und Stimmung messbar verschlechtern. Je länger Menschen dauerhaftem Stress ausgesetzt seien, desto stärker verfestigten sich diese Symptome und desto deutlicher sinke die Belastbarkeit. „Irgendwann reagiert der Körper, als befände er sich in permanenter Alarmbereitschaft. Dauerstress wird dann zur existenziellen Bedrohung.“

Wie man dem Funktionsmodus entkommt

Wichtig sei daher, häufiger Dinge zu tun, die keinen Nutzen haben, rät Schade. „Etwas Zweckfreies zu tun, nur, weil ich Lust darauf habe und es mich begeistert, das ergibt ein großes Gefühl von Freiwilligkeit und Freiheit, das Selbstwirksamkeit wiederherstellt.“

„Vielen ‚Funktionierern‘ fällt es sehr schwer, einfach mal nichts zu tun“, weiß Kunze. Genau das sei aber wichtig, um aus dem Funktionsmodus auszusteigen. Anfangen könne man damit, eine Minute am offenen Fenster zu sitzen, die gegenüberliegenden Bäume zu beobachten und weder etwas zu planen noch zu leisten. „Das wird den meisten Menschen anfangs schwerfallen: weil sie dann fühlen, was sie gerade fühlen, weil sie merken, dass ihr Körper vielleicht an bestimmten Stellen verspannt ist, dass da Empfindungen sind, die nicht angenehm sind“, sagt die Coachin. „Wenn sie aber lernen, dass diese Stille sicher ist, können aus einer Minute irgendwann zwei, fünf oder zehn werden.“

Parallel gehe es darum, die emotionalen Reaktionen zu regulieren, die beim Ausstieg aus dem Funktionsmodus aufbrechen: Schuldgefühle, der Verlust des eigenen Produktivitätswerts, Scham. Entscheidend sei schließlich Selbstmitgefühl: „Hinter dem Funktionieren stecken häufig alte Prägungen, Glaubenssätze, manchmal traumatische Erfahrungen“, sagt Kunze. Einer dieser inneren Beweggründe könne sein, dass Menschen ihren Wert über Leistung und Erfolg definieren, im Sinne von: „Ich bin nur etwas wert, wenn ich etwas leiste.“

Diese Überzeugung hat Schwarting früh zur „Funktioniererin“ gemacht. Sie gehört zum Typus der „erfolgreichen Funktionierer“, also zu jenen Menschen, die rund um die Uhr Leistung erbringen und dafür bereit sind, alles andere im Leben hinten anzustellen. Kunze beschreibt in ihrem Buch noch weitere Typen: die „immer Erreichbaren“, die „Multitasker“, die „Ja-Sager“, die „Kümmerer“, die „zuverlässigen Pflichterfüller“, die „Selbstoptimierer“ und andere. Die Übergänge zwischen den Typen sind fließend.

Schwarting war an diesem Punkt. Bis sie aufhörte, die Zeichen ihres Körpers zu ignorieren. „Ich wollte meinen Körper wieder spüren.“ Nach der Burnout-Diagnose absolvierte sie eine Ausbildung in neurosystemischer Integration, arbeitete mit einer Therapeutin und lernte Shiatsu kennen, eine japanische Massagetechnik. Bewegung, Sport, gesunde Ernährung, Körper- und Atemübungen gehören heute fest zu ihrem Alltag. Sie kennt die Muster, die sie seit ihrer Kindheit antrieben. Sie hat gelernt, zu hinterfragen, was sie ein Leben lang geglaubt hat.

„Ich mache meinen Wert nicht mehr von Leistung oder Ergebnissen abhängig“, sagt sie. Heute arbeitet sie selbstständig und zeigt Führungskräften und Teams, wie ihr Nervensystem unter Druck reagiert und wie sie mit neurowissenschaftlichen Tools stabiler und wirksamer führen können. Aus der „Funktioniererin“, die fremde Erwartungen managte, ist ein Mensch geworden, der sich selbst führt und heute sagen kann: „Ich bin bei mir angekommen.“

Gemeinde haftet nicht für geplatzte Reifen

Gemeinden müssen Straßen frei von Gefahren halten – Stichwort Verkehrssicherungspflicht. Doch wo sind die Grenzen und wann fängt die Verantwortung des Autofahrers an?

In jedem Fall dient die Sicherungspflicht nicht dazu, dass Verkehrsteilnehmer das „allgemeine Lebensrisiko“ auf die Gemeinden abwälzen können, heißt es in einem Urteil des Landgerichts Flensburg.

Ein Autofahrer wollte dabei Schadenersatz von einer Gemeinde, weil er sich in Bruchstellen am Straßenrand zwei Reifen platt gefahren hatte. Doch das Gericht wies ihn ab. Es sei zu erkennen gewesen, dass die Straße in weiten Teilen nicht befestigt und der äußere Straßenrand nicht stabil sei. Entsprechend hätte er langsamer fahren müssen, als er dem Gegenverkehr dorthin auswich.

„Eine Pflichtverletzung beginnt grundsätzlich erst dort, wo auch für den aufmerksamen Verkehrsteilnehmer eine Gefahrenlage überraschend eintritt und nicht rechtzeitig erkennbar ist“, schreibt das Landgericht in den Leitsätzen seines Urteils, auf das der ADAC hinweist. (Az.: 2 O 90/25)

Der Mann war wegen eines entgegenkommenden Autos auf dem rechten asphaltierten Rand weitergefahren - dabei gab es einen lauten Knall: Beide Reifen an der rechten Seite platzten, zudem wurde die Felge beschädigt. Der Schaden: 1.400 Euro. Diesen Betrag wollte der Fahrer von der Gemeinde erstattet bekommen. Sein Argument: Die Gemeinde hätte die Verkehrssicherungspflicht verletzt.

Die Bruchstellen wären am rechten Straßenrand gewesen – in einer Größe von 13 bis 15 Zentimetern. Auch das danebenliegende ausgewaschene Bankett mit – erkennbaren – tiefen Schlaglöchern wäre nicht in einem befahrbaren Zustand gewesen, lauteten seine Argumente.



Flickenteppich und Kraterlandschaften: Nicht immer ist der Straßenbelag ideal - welche Pflicht hat die Gemeinde, Gefahren abzuwenden? FOTO: FEDERICO GAMBARINI/DPA

Der Autofahrer vertrat die Ansicht, die Gemeinde wäre verpflichtet gewesen, die Bruchstellen zu reparieren oder vor ihnen zu warnen. Das sah die betroffene Gemeinde ganz anders: Die Straße stand unter regelmäßiger Kontrolle und die Schäden wären erkennbar gewesen. Die Sicherungspflicht sah sie nicht verletzt. Deshalb ging die Sache vor Gericht.

Im Detail führte das Gericht aus: Ja, die entsprechenden Vorschriften nehmen die Gemeinde zwar grundsätzlich in die Pflicht, die Verkehrsflächen von Gefahren freizuhalten. Sie muss im Rahmen des Zumutbaren alles tun, auf solche Gefahren zu reagieren, um die Verkehrsteilnehmer zu schützen.

Aber: Sie muss nicht für alle erdenkbaren Möglichkeiten Vorsorge treffen. Eine absolute Gefahrlosigkeit kann nicht eingefordert werden.

Der zuständige Bauhof führte drei bis vier Kontrollen im Jahr an der Straße durch, die letzte zwei Wochen vor dem Unfall. Das wertete das Gericht dahingehend, dass alles Zumutbare getan worden wäre.

In diesem Fall sei außerdem für einen ortsunkundigen Fahrer, wie den Kläger, erkennbar gewesen, dass es sich um eine in weiten Teilen unbefestigte Straße handelte. Sie war bei Gegenverkehr erkennbar nur mit reduziertem Tempo zu befahren. Laut Gericht war auch zu erkennen, dass der äußere Rand nicht genügend stabil war. Mit Abbruchkanten musste man rechnen.

Der Mann hätte in dem Fall die schadhafte Stelle also selbst erkennen können. Deshalb wurde seine Klage abgewiesen. (DPA)



34115901_002425

Im Internet finden Sie uns unter:
www.hallopeine.de
hallo wochenende

Brütting INTERNATIONAL
remonte
superfit
RICOSTA

Damen und Herren
20%
auf das gesamte Warensortiment
Pantoletten • Sandalen • Halbschuhe • Slipper
30%
auf Stiefel & Stiefeletten
WALDLÄUFER LAUFKOMFORT SPÜRBAR ERLEBEN

SCHUHE VON Thiemann
Peine-Vöhrum
Herrenfeldstraße 37
Tel. 2 57 06

Ab sofort:
Räumungsverkauf

Kinder
alle Kinderwinterstiefel
maximal 40 €
10%
auf Kinderhalbschuhe & Sandalen

rieker
legero
Josef Seibel THE EUROPEAN COMFORT SHOE
PEPINO Die kleinen Feinen von RICOSTA
JOMOS aircomfort MADE IN GERMANY
5558701_002426

Schlechtes Arbeitszeugnis? Das können Sie tun

Wenn das Arbeitsverhältnis endet, muss der Arbeitgeber auf Nachfrage ein Arbeitszeugnis aushändigen. Nicht immer fühlen sich Arbeitnehmer darin gut abgebildet. Welche Möglichkeiten haben sie in diesem Fall?

Die Formulierungen im Arbeitszeugnis lassen sich in der Regel Schulnoten zuordnen. Der Arbeitgeber ist nicht verpflichtet, ein „gutes“ oder „sehr gutes“ Zeugnis auszustellen. Allerdings muss es wohlwollend und wahrheitsgemäß sein. Das ist es aber unter Umständen schon bei der Bewertung „Befriedigend“.



Mit einem Arbeitszeugnis, in dem schlechter als "gut" bewertet wird, gestaltet sich die Jobsuche schwierig. FOTO: MONIQUE WÜSTENHAGEN/DPA-MAG

„Wer behauptet besser als Note 3 zu sein, muss das beweisen“, so Alexander Bredereck, Fachanwalt für Arbeitsrecht. Das ist schwer. „Ein Beweis gelingt regelmäßig nur, wenn man über ein entsprechend gutes und halbwegs aktuelles Zwischenzeugnis verfügt.“ Daher sollte man ein solches alle ein bis zwei Jahre auch schon während des bestehenden Arbeitsverhältnisses anfordern.

Tipp: Wer ein besseres Zwischenzeugnis hat, könne sich auch mit diesem statt des schlechten Beendigungszeugnisses bewerben.

Zeugnisstreitigkeiten würden laut dem Experten für Arbeitnehmer schnell kompliziert. Daher rät Bredereck, sollte der Arbeitnehmer durch einen Aufhebungsvertrag ausscheiden, die entsprechende Zeugnisnote gleich mitzuverhandeln.

Geht es um Schreibfehler, Formfehler oder verdeckte Hinweise, ist eine Änderung des Zeugnisses leichter. Weigert sich der Arbeitgeber das zu tun, können Arbeitnehmer diese notfalls gerichtlich mit guten Erfolgsaussichten durchsetzen. (DPA)

AnzeigenSpezial

PAZ Digital lesen wie gedruckt – und dabei kräftig sparen!

Peine. Die Peiner Allgemeine Zeitung (PAZ) geht einen wichtigen Schritt in Richtung Zukunft und macht den Einstieg bzw. Umstieg auf das digitale Lesen so attraktiv wie nie: Mit unseren „Bundle“-Paketen bestehend aus der digitalen Ausgabe der PAZ (E-Paper) und Tablet genießen Leserinnen und Leser alle Nachrichten aus Peine, der Region und der Welt jederzeit – bequem, flexibel und modern.

Das Prinzip ist einfach: Wie bei einem Mobilfunkvertrag erhalten Sie ein hochwertiges Tablet von Samsung oder Apple zu einem stark vergünstigten Preis – und nach 24 Monaten gehört es Ihnen. So wird der Einstieg ins digitale Lesen besonders leicht.

Bereits am Vorabend, pünktlich ab 20 Uhr, steht Ihnen Ihre PAZ digital zur Verfügung.

Zusätzlich profitieren Sie vom vollständigen Zugang zu allen Artikeln, Podcasts, Videos und Services auf PAZ-online.de und in der PAZ Nachrichten & Podcast App.

Auch die PAZ am Sonntag, das digitale Rätselmagazin sowie wechselnde Sondermagazine sind Teil des Pakets.

Aktuell sind ausgewählte Bundles um 25 Prozent reduziert – das bedeutet eine Ersparnis von bis zu 336 Euro.

Das Angebot richtet sich sowohl an neue Leserinnen und Leser als auch an langjährige Abonnenten, die von der gedruckten zur digitalen Ausgabe wechseln möchten.

Das Komplettpaket gibt es bereits ab 32,90 Euro im Monat zuzüglich einer einmaligen Gerätezuzahlung ab 1 Euro. Die Mindestlaufzeit beträgt 24 Monate

Das Angebot kann noch bis zum **23. Februar 2026** unter abo.PAZ-online.de/rabatt abgeschlossen werden.

5308301_002426

Zwei in eins: Hier gibt es beim Skifahren den Meerblick dazu



Erhebung Himmeltindan auf der Lofoten-Insel Vestvågøya: Der Aufstieg beim Skitourengehen macht sich bei der Aussicht mehr als bezahlt.
FOTO: KRISTIN FOLSLAND OLSEN/VISITNORWAY.COM/DPA-MAG

Berge oder Meer? Wenn Sie sich bei dieser Frage nie entscheiden können und gerne Skifahren, könnten Sie in diesen Skigebieten sehr glücklich werden.

Skifahren in Sizilien ist ein echtes «Once-in-a-Lifetime-Erlebnis». Wie sonst sollte man eine Abfahrt auf dem höchsten Vulkan Europas mit Blick auf das Meer und erkaltete Lavafelder beschreiben? Stößt der aktive Feuerberg dann noch eine Lavafontäne in den Himmel, ist das «Fire and Ice»-Erlebnis perfekt. Aber nicht vergessen: Vorsicht ist geboten! www.etnasci.it

Im Winter verwandelt sich die zerklüftete Küste Nordnorwegens in ein Skitourenparadies mit Abfahrten bis ans Meer. Auf speziellen Schiffsreisen schippert man gemütlich von einer Touren-Etappe bis zur nächsten; auch kleine Skigebiete liegen auf den Routen. www.visitlofoten.com

Skifahren in Island kann mystisch sein. Das Mini-Skigebiet Hlíðarfjall am Eyjafjörður-Fjord macht vor allem abends unter Flutlicht Spaß, Skitouren auf der Troll-Halbinsel mit Abfahrten bis ans Ufer eigentlich immer. An Heliskiing im Land der Feen und Trolle reicht aber nichts heran – erst recht nicht spät in der Saison, wenn Heliskier im Juni unter der Mitternachtssonne bis tief in der Nacht unterwegs sind. www.hlidarfjall.is

Das Skigebiet in Alaska ist nur etwas für gute Skifahrer und Snowboarder. Wer seine Grenzen vollends ausloten möchte, lässt das Resort bei Anchorage hinter sich und geht - das entsprechende Budget vorausgesetzt - zum Heliskiing. Sowohl von den Pisten als auch von vielen Freeride-Hängen aus sieht man den Pazifik. www.alyeskaresort.com

Der riesige Lago Llanquihue gehört zum Panorama, der smaragdgrüne Lago Todos Los Santos ebenfalls – und bei gutem Wetter auch der Pazifik. Bei knapp zwölf Pistenkilometern im Skigebiet Centro de Esquí Volcán Osorno darf man sich ruhig etwas Zeit für die Aussicht nehmen. www.centrovolcanosorno.cl

Niseko ist Japans Freeride-Hotspot mit Pulverschnee-Garantie. Die außergewöhnlich gute Kombination aus Kälte und feuchten Luftmassen sorgt für legendäre Schneefälle, über die weltweit berichtet wird. Klart der Himmel auf, entdeckt man das Japanische Meer in der Ferne. Meerblick beim Wintersport erhascht man auch rund um Sapporo. www.niseko.ne.jp/en/

Zur Vorbereitung auf den Ski-Weltcup trainieren viele Rennläufer im Sommer auf der Südhalbkugel – zum Beispiel in Neuseeland. Dort ist der Mt. Hutt das Haus-Skigebiet der Stadt Christchurch. Wer nicht nur Bestzeiten im Kopf hat, genießt dort die Aussicht bis zum Pazifik. www.mthutt.co.nz (DPA)

Hilfe, meine Zähne lockern sich! Woran das liegen kann



Lockere Zähne können verschiedene Ursachen haben – eine frühzeitige zahnärztliche Untersuchung ist wichtig.
FOTO: BENJAMIN NOLTE/DPA/DPA-MAG

Köln. In Apfel, Möhre oder Brot mit Kruste zu beißen - das macht keinen Spaß, wenn einer oder gleich mehrere Zähne locker sind. Auch die Aussprache kann das beeinflussen.

Wie kommt es zu den Wackelkandidaten im Mund? Das sollten Betroffene zeitnah in der Zahnarztpraxis abklären lassen - auch, um das Problem dahinter möglichst rasch behandeln zu lassen, damit es nicht noch schlimmer wird.

Die häufigste Ursache für lockere Zähne sind Entzündungen des Zahnfleischs (Gingivitis) oder des Zahnbettes (Parodontitis), wie die Zahnärztin Julia Thome vom Kölner Zahnmedizinzentrum Carree Dental sagt.

Bei beiden treiben Bakterien des Zahnbelags ihr Unwesen. Mit Folgen: „Diese Entzündungen führen dazu, dass das Zahnfleisch zurückgeht“, so Thome. Bei einer Parodontitis baut sich sogar der Kieferknochen mit der Zeit ab. Kurz: Die Zähne verlieren an Halt.

Am besten werden Entzündungen schon vorher erkannt. Ein frühes Warnzeichen ist Julia Thome zufolge blutendes Zahnfleisch.

Zur Behandlung kommen unter anderem Zahnreinigungen, Antibiotika und desinfizierende Mundspülungen zum Einsatz. Immerhin: Leicht wackelnde Zähne festigen sich oft wieder von selbst, sobald die Entzündung eingedämmt ist.

Auch nächtliches Zähneknirschen kann auf Dauer zu lockeren Zähnen führen. Durch das Pressen wirken enorme Kräfte auf Zähne und Kiefergelenk ein, viel stärker als beim Kauen. Das hat mit der Zeit unerwünschte Auswirkungen: Das Zahnfleisch geht zurück, die Zähne nutzen sich ab und können sich lockern, so Thome.

Wer knirscht, lässt sich am besten eine Kunststoffschiene anfertigen, die Zähne und Kiefergelenk entlastet. Ebenfalls wichtig: der Ursache hinter dem Knirschen auf den Grund zu gehen - oft ist es Stress. (DPA)

+ NOTDIENSTE +

APOTHEKEN

PEINE Arminius Apotheke Tel. (05171) 15590, Kantstr. 40: So. 9-9 Uhr
Hirsch-Apotheke Tel. (05171) 95980, Feldstr. 20: Sa. 9-9 Uhr
VECHELDE Phönix-Apotheke Tel. (05302) 800677, Peiner Str. 11: So. 9-9 Uhr

ÄRZTE

PEINE Allgemeiner Bereitschaftsdienst telefonische Erreichbarkeit bis zum Folgetag 7 Uhr, Tel. 116117: Sa., So. 8 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

VECHELDE Dr. Anja Jansen Tel. (05302) 805088, Peiner Str. 30: Sa., So.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Reisebüro muss zu Visum umfassend aufklären

Braucht es für das Urlaubsland ein Visum? Darauf müssen Reisebüros ihre Kunden bei Pauschalreisebuchungen deutlich hinweisen – auch dazu, wie lange es ungefähr dauert, das Visum zu erhalten.

Macht es das nicht und platzt deshalb am Ende der gebuchte Urlaub, muss einem das Reisebüro unter Umständen den Reisepreis zurückzahlen. Das zeigt eine Entscheidung des Landgerichts Köln, über die nun die Fachzeitschrift „Reiserecht aktuell“ berichtet.

In dem Prozess hatte ein Mann gegen ein Reisebüro geklagt: Er hatte für sich und seine Familie kurzfristig eine Pauschalreise gebucht – der Abflug sollte zwei Tage später sein. Am Flughafen aber endete der Trip, ehe er richtig begonnen hatte: Wegen fehlender Visa nahm die Airline die Familie nicht mit.

Der Mann sagte, vom Reisebüro nicht über die Visumspflicht informiert worden zu sein, das Reisebüro widersprach.

Das Gericht gab dem Mann recht. Zum einen bestanden nach der Zeugenbefragung Zweifel, ob die Mitarbeiter im Reisebüro den Kunden tatsächlich umfassend aufgeklärt haben. Zum anderen wäre die Zeit wohl ohnehin zu knapp gewesen: Die Bearbeitungszeit für diese Ländervisa betrug demnach im Schnitt zwei bis drei Tage. Damit war unsicher, ob die Familie die Dokumente überhaupt noch rechtzeitig bekommen hätte.



Ohne Visum kein Abflug: Reisebüro musste nach gescheiterter Pauschalreise den Preis erstatten. FOTO: ANDREAS ARNOLD/DPA/DPA-MAG

Über all das hätte das Reisebüro im Rahmen der sogenannten Informationspflicht aufklären müssen. „Die ungefähren Fristen“, um ein Visum zu erhalten, müssten dabei auch erwähnt werden, heißt es in dem Urteil. Dabei sei vom Normalfall auszugehen und nicht von der kürzestmöglichen Frist.

Das Reisebüro musste wegen der fehlerhaften Beratung den Reisepreis in Höhe von gut 5.100 Euro zurückzahlen, entschied das Gericht. (Az.: 17 O 139/23)

In dem Zusammenhang ist wichtig zu wissen: Generell ist es immer ratsam, dass sich Pauschalurlauber auch selbst über die Einreiseregeln auf dem Laufenden halten – gerade bei Buchungen für länger in der Zukunft liegende Reisen.

Denn ändern sich die Bestimmungen im Zeitraum zwischen Buchung und Abreise, sind Urlauber in der Pflicht, sich darüber zu informieren – sie können und sollten sich dann nicht allein auf das Reisebüro als Vermittler oder auf den Reiseveranstalter verlassen, warnen Verbraucherschützer.

Empfehlenswert ist, einige Wochen vor Urlaubsstart noch einmal die Reise- und Sicherheitshinweise des Auswärtiges Amtes zu checken – dort sind auch die für die Einreise notwendigen Dokumente aufgeführt. Die Hinweise, die es für jedes Land der Welt gibt, sind in der Regel sehr aktuell. (DPA)

ANZEIGE

BRAWO Mühlenlichter in Gifhorn – gewinnen Sie 1x2 Karten

Peine. Noch bis zum 8. März 2026 verwandeln die BRAWO Mühlenlichter das Internationale Mühlenmuseum Gifhorn in eine stimmungsvolle Winterwelt. Historische Mühlen, besondere Bauwerke und Wege werden mit aufwendigen Lichtinstallationen beleuchtet und schaffen eine einzigartige Atmosphäre aus Licht, Architektur und Natur.
Besucherinnen und Besucher erwartet ein abendlicher Rundgang durch das leuchtende Museumsgelände, der zum Staunen und Verweilen einlädt. Abgerundet wird das Erlebnis durch gastronomische Angebote mit warmen Getränken und kleinen Speisen. Ein besonderes Highlight für die kalte Jahreszeit in der Region, für das die Peiner Allgemeine Zeitung zusammen mit Hallo Wochenende 1x2 Tickets verlost.


Foto: Sebastian Preuß

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

Wie Sie teilnehmen können? Gehen Sie einfach auf unsere Gewinnspielseite und hinterlassen dort Ihre Kontaktdaten.

Teilnahmeschluss ist Sonntag, 08. Februar 2026 um 23:30 Uhr.

Viel Glück!

5360501_002426

FUHRMANN MUNDSTOCK Mein Reiseprofi

2 % Frühbucherrabatt *
Haustürservice zubuchbar!
Zustieg auch in Peine



Fordern Sie kostenlos unseren neuen Katalog an unter: www.fumu-reisen.de



Österreich — 7 Tage Busreise

Traumhaft schöner Achensee

Wunderbare Seenlandschaft in atemberaubender Bergkulisse

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- 6 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Fischerwirt in Achenkirch
- Begrüßungsschnaps am ersten Abend
- 6 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 5 x Abendessen als 3-Gang-Menü
- 1 x Bauernbuffetabend (i.R.d.HP)
- 1 x Kaffee und Kuchen am Nachmittag
- Ortsspaziergang mit Kaiserschmarren Jause im Hotel
- Ausflug Pertisau
- Ausflug Krimmler Wasserfälle und Kitzbühel mit Reiseleitung
- Kostenfreie Nutzung der Sauna
- Kurtaxe
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflüge Innsbruck, Kufstein und Wilder Kaiser zubuchbar

Termine
29.05. - 04.06.26
29.06. - 05.07.26
27.07. - 02.08.26*

Preis pro Person
im DZ: **ab 879,- €**
EZ-Zuschlag: Kein Zuschlag / *110,- €

Reisecode: A-ACHEN



Österreich — 7 Tage Busreise

Kärnten all inclusive

„Grüß Gott" im sonnigen Süden

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- Begrüßungsschnaps
- 6 x Übernachtung im DZ im ***+Alm-Resort Frühauf an der Nockalmstraße
- 6 x Frühstücksbuffet
- 4 x Abendbuffet
- 1 x Essen vom heißen Stein
- 1 x Grillfeier am Biotop mit Musik
- 2 x Kaffee/Kuchen im Hotel
- ausgewählte Getränke im Hotel von 10:00-22:00 Uhr
- alle Leistungen lt. Reiseverlauf
- durchgehende Reisebegleitung

Termine
12.07. - 18.07.26
25.09. - 01.10.26

Preis pro Person
im DZ: **1.079,- €**
EZ-Zuschlag: 110,- €

Reisecode: A-KAAI



Schweiz — 8 Tage Busreise

Die „Grand Tour" der Schweiz

Schweizer Berg- und Seenrausch

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Übernachtung in Zug im ***Hotel
- 2 x Übernachtung in Täsch im ***Hotel
- 2 x Übernachtung in Savognin im ***Hotel
- 7 x Halbpension
- Ortstaxen
- Stadtführung in Luzern
- Pilatusbahn von Alpnachstad zum Pilatus-Kulm und zurück nach Kriens
- Rigi Bahnen von Arth-Goldau zum Rigi-Kulm und zurück nach Vitznau
- Schifffahrt auf dem Vierwaldstätter See von Vitznau nach Luzern
- Bahnfahrt mit der Golden Pass Line Luzern - Interlaken - Montreux
- Zahnradbahn Täsch – Zermatt – Täsch
- Bahnfahrt im Glacier-Express von Brig nach Chur (2. Klasse)
- Stadtführung in Chur
- Bahnfahrt im Bernina-Express von Tirano nach Tiefencastel (2. Klasse)
- durchgehende Reisebegleitung/Reiseleitung

Termin
24.07. - 31.07.26

Preis pro Person
im DZ: **2.199,- €**
EZ-Zuschlag: 250,- €

Reisecode: CH-GRAND



Schweiz — 6 Tage Busreise

Das ist ja der Gipfel

Matterhorn - Eiger, Mönch und Jungfrau - Mont-Blanc-Massiv

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- 5 x Übernachtung im DZ im ***Hotel Le Chamois in Le Diablerets
- 5 x Halbpension
- 1 x Bahnfahrt von Les Diablerets nach Aigle, 2. Klasse (ca. 55 Min.)
- 1 x Zahnradbahnfahrt Täsch-Zermatt-Täsch, 2. Klasse
- 1 x Zahnradbahnfahrt Wilderswil - Schynige Platte - Wilderswil
- 1 x Eintritt Alpengarten
- 1 x Bahnfahrt Mont-Blanc Express von Martigny nach Le Châtelard-Frontière oder retour, 2. Klasse
- Ortstaxe
- durchgehende Reisebegleitung

Termin
01.09. - 06.09.26

Preis pro Person
im DZ: **1.079,- €**
EZ-Zuschlag: 320,- €

Reisecode: CH-GIPF



Deutschland — 6 Tage Busreise

Inselhüpfen Nordsee

Föhr - Sylt - Römö - Amrum - Hallig Hooge

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- Begrüßungsgetränk
- 5 x Übernachtung im DZ im „Landhaus Smaga" in Süderlügum
- 5 x Frühstücksbuffet
- 5 x Abendessen als 3-Gang-Menü
- Aufenthalt Nordstrand
- Ausflug Föhr mit Inselrundfahrt
- Ausflug Römö und Sylt
- Unterhaltungsabend im Hotel
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflüge Hallig Hooge, Amrum zubuchbar

Termine
19.06. - 24.06.26
18.08. - 23.08.26
12.09. - 17.09.26

Preis pro Person
im DZ: **749,- €**
EZ-Zuschlag: 80,- €

Reisecode: D-INSNF



Deutschland — 4 Tage Busreise

Einzigartiger Spreewald

Urlaubstraum in Grün

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Übernachtung im DZ im Gasthaus Zum Oberspreewald in Neu-Zauche
- 3 x Halbpension
- 1 x Grillabend (i.R.d.HP) im Hotel
- 1 x Kesselgulasch inkl. Dessert im Grünen
- Tanzabend und Folkloreabend im Hotel
- 1 x Führung in einem Gurkenbetrieb inkl. Verkostung
- 1 x Kahnfahrt
- Stadtführung Lübben
- Spreewald-Rundfahrt mit Reiseleitung
- Stadtrundfahrt Cottbus mit dem Fürst-Pückler-Park Branitz
- Eintritt und Verkostung Schokoladenfabrik „Confiserie Felicitas"
- Besuch und Eintritt Holländermühle und Kornspeicher in Straupitz
- durchgehende Reisebegleitung

Termine
25.06. - 28.06.26
03.09. - 06.09.26

Preis pro Person
im DZ: **609,- €**
EZ-Zuschlag: 40,- €

Reisecode: D-QSPRE



Deutschland — 6 Tage Busreise

Bodensee zum Verlieben

Wasser, Charme und Weitblick

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- 5 x Übernachtung im ****Hotel Knoblauch in Friedrichshafen
- 5 x Frühstücksbuffet
- 5 x Abendessen als 3-Gang-Menü
- Stadtführungen Friedrichshafen, Konstanz, Lindau
- Ausflug Westlicher Bodensee, Rheinfall Schaffhausen und Stein am Rhein
- Fährüberfahrten Meersburg-Konstanz/Staad-Meersburg
- Transfer zur Insel Mainau
- freie Benutzung von Hallenbad, Saunalandschaft und Natur-schwimmbad
- Leihbademantel
- durchgehende Reisebegleitung

Termine
09.05. - 14.05.26
06.09. - 11.09.26

Preis pro Person
im DZ: **999,- €**
EZ-Zuschlag: 130,- €

Reisecode: D-BODB



Deutschland — 5 Tage Busreise

Moselglanz und Rheinzauber

Zwei romantische Flüsse auf einen Streich

Leistungen
- Fahrt im Luxusreisebus
- 4 x Übernachtung im DZ im °°°Hotel „Vergissmeinnicht" in Poltersdorf
- 4 x Frühstücksbuffet
- 4 x Abendessen (3-Gang-Menü)
- Ausflug Mosel inkl. Schifffahrt und Stadtführung Cochem
- Weinprobe beim örtlichen Winzer
- Stadtführung Koblenz
- Ausflug Trier und Bernkastel-Kues mit Reiseleitung
- durchgehende Reisebegleitung

Termine
03.06. - 07.06.26
19.10. - 23.10.26

Preis pro Person
im DZ: **699,- €**
EZ-Zuschlag: 85,- €

Reisecode: D-WUMO

Beratung und Buchung:

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@reisebüro-hohenhameln.de

Reisetraum Peine
Am Markt 22-23 • 31224 Peine
Tel. 05171 - 9075075
urlaub@reisetraum-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 aktuellen AGB des Reiseveranstalters. Druckfehler und Änderungen vorbehalten. * Sie erhalten bei Buchung bis 4 Monate vor Reisebeginn 2% Preisnachlass auf den Reisegrundpreis.

5767902_002426

Grippe, Impfung, Zahn gezogen: Wann geht Blutspenden wieder?

In Deutschland spenden derzeit nach Angaben des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) zu wenig Menschen Blut. Ein Grund neben Feiertagen und Winterwetter: Viele Menschen hat es erwischt, sie liegen etwa mit Grippe flach.

Wer an einer akuten Atemwegsinfektion leidet, kann vorübergehend kein Blut spenden, so der DRK-Blutspendedienst Nord-Ost. Und auch danach ist etwas Warten angesagt.

Solche Wartezeiten gelten übrigens auch in anderen Fällen. Sie dienen der Sicherheit der Spenderinnen und Spender sowie der Menschen, denen das Blut zugutekommen soll. Ein Überblick.

Es kommt darauf an, wie stark es einen erwischt hat:

Übrigens: Auch wer Antibiotika einnimmt, darf kein Blut spenden. Nach der letzten Dosis sind ebenfalls vier Wochen Wartezeit angesagt.

Erst zum Impftermin, dann direkt zur Blutspende: Das geht nicht. Wie lange man warten muss, hängt von der Art der Impfung ab, wie das Portal „blutspenden.de“ erklärt:

Übrigens: Wer als Prophylaxe nach einem Tierbiss eine Tollwut-Impfung bekommen hat, kann sogar erst nach zwölf Monaten wieder Blut spenden.

Zahn ziehen oder Wurzelkanalbehandlung: Solche umfassenderen Behandlungen in der Zahnarztpraxis führen ebenfalls zu einer Wartezeit von vier Wochen. Anders sieht es nach professionellen Zahnreinigungen oder Kontrollterminen aus: In diesen Fällen ist laut „Blutspende-Magazin“ des DRK schon am nächsten Tag eine Blutspende wieder möglich.

Gut zu wissen: Jeder Blutspendetermin beginnt mit einer genauen Prüfung, ob man als Spender oder Spenderin infrage kommt. Wer vorab eine erste Einschätzung haben möchte, kann sich durch einen Check des DRK-Blutspendedienstes West klicken. Generelle Voraussetzungen für die Blutspende sind, dass man mindestens 18 Jahre alt ist und mindestens 50 Kilogramm wiegt. (DPA)



Nach Krankheit, Impfung oder Zahnbehandlung gilt: Erst die vorgeschriebene Pause einhalten, dann Blut spenden.

FOTO: PATRICK PLEUL/DPA/DPA-MAG



32242201_002425

„Bei Oma darf ich das aber“: Warum Eltern gemein sein dürfen

Wenn Kinder von den Großeltern zurückkehren, bekommen Eltern oft Sätze zu hören wie: „Bei Oma darf ich das aber!“ oder „Das ist so gemein“. Solche Aussagen bringen Väter und Mütter dann oftmals ins Nachdenken. Sie grübeln und fragen sich: „Bin ich zu streng?“ Oder: „Bin ich fair genug?“

In solchen Fällen rät Erziehungsberater und Buchautor Jan-Uwe Rogge den Eltern schon mal: „Ja, dann seid eben gemein!“ Für den Experten ist das auch gar kein Problem. Denn Kinder sollen ruhig mit Unterschieden leben. „Sie erleben unterschiedliche Regeln, unterschiedliche Haltungen, unterschiedliche Beziehungen. Das ist kein Mangel, sondern eine Erfahrung, die zum Aufwachsen dazugehört“, erklärt Rogge.

Es hätte aus Sicht des Experten dabei sogar eine entlastende Seite, wenn sich Erwachsene erlauben, nicht alles erklären oder ausgleichen zu müssen. Wenn sie zu ihren Eigenheiten stehen, zu ihren Ecken und Kanten. Dann sei es eben so, dass Oma und Opa andere Regeln haben. Rogge: „Sie dürfen das. Genauso wie es zu Hause anders sein darf. Kinder halten das aus.“

Und manchmal entstehe genau dadurch sogar etwas Wertvolles: Entlastung im Alltag, Zeit für Partnerschaft, neue Kraft. Einen Grundsatz sollten Eltern allerdings beherzigen: Kinder wissen gern, woran sie sind. Sie bräuchten keine perfekten Eltern, sondern authentische Eltern.

ZUR PERSON: Jan-Uwe Rogge, 1947 geboren, ist seit fast 50 Jahren als Familien- und Kommunikationsberater tätig und hat mehrere Sachbücher zu Erziehungsthemen geschrieben. (DPA)



Bei den Großeltern gelten oft andere Regeln - und das ist auch in Ordnung.

FOTO: BENJAMIN NOLTE/DPA-MAG

Powerbanks im Flugzeug: Lufthansa verschärft die Regeln

Die Lufthansa macht Ernst und begrenzt die Nutzung und Mitnahme von Powerbanks in Flugzeugen. Die Energiespeicher dürfen während des Flugs nicht mehr über das Bordnetz geladen oder zum Laden von Geräten wie Smartphones oder Tablets genutzt werden.

Die Mitnahme bleibt erlaubt, es gelten aber klare Grenzen

Als Grund nennt eine Sprecherin überarbeitete Empfehlungen der Flugsicherheitsbehörde EASA, die nun umgesetzt wurden. Etliche andere Airlines haben bereits ähnliche Bestimmungen eingeführt oder planen dies. Passagiere würden in den Pre-Fligh-E-Mails vor Antritt des Flugs und zunächst auch an Bord auf die neuen Regeln hingewiesen, so die Sprecherin. Die Regeln gelten für alle Airlines der Lufthansa, also auch für:

Wie viel Energie in der eigenen Powerbank maximal enthalten ist, verrät ein Blick auf das Typenschild auf der Rückseite - sofern vorhanden. Hier ist die Kapazität entweder in Wattstunden (Wh) oder Milliamperestunden (mAh) angegeben.

Zum Umrechnen von Milliamperestunden in Wattstunden multipliziert man den angegebenen mAh-Wert mit der Spannung der Powerbank von 3,7 Volt und teilt diese Zahl durch 1.000. So erhält man die Kapazität in Wattstunden. Eine Beispielrechnung:

Kabel mit eckigem USB-A-Anschluss passt

Am besten vor dem Abflug oder - in moderneren Maschinen schon möglich - über die vorhandenen USB-Anschlüsse. Wer hier zusätzlich zum eigenen Ladekabel noch ein Kabel mit dem eckigen USB-A-Anschluss einpackt, ist auf der sicheren Seite. Diese ältere USB-Variante ist noch häufig anzutreffen. (DPA)



Nur noch im Handgepäck und mit maximaler Kapazität von 100 Wattstunden: Lufthansa begrenzt die Nutzung und Mitnahme von Powerbanks in Flugzeugen. FOTO: TILL SIMON NAGEL/DPA-MAG

Schlimmes Datenleck: Interrail-Kunden droht Betrug

. Beim Zugpass-Anbieter Eurail ist es zu einem IT-Sicherheitsvorfall gekommen, bei dem Unbefugte Zugriff auf Kundendaten hatten. Wer also etwa schon einmal einen Interrail-Pass gekauft hat, sollte wachsam sein, insbesondere bei unerwarteten oder verdächtigen Anrufen, SMS oder Mails angeblicher Eurail-Mitarbeiter, warnt das Unternehmen.

Betrüger könnten auf diesem Weg versuchen, an weitere sensible Daten zu gelangen, etwa Bezahldaten oder Passwörter. Neben Interrail-Kunden können auch Käufer aller anderen Eurail-Pässe sowie Inhaber des von der EU-Kommission aufgelegten, kostenlosen Zugpasses DiscoverEU für junge Leute sein.

Um diese Daten geht es Eurail zufolge:

Die EU-Kommission spricht zudem von Ausweis- oder Pass-Fotokopien sowie Gesundheitsdaten, die betroffen sein könnten, falls sie zur Verfügung gestellt worden sind.

Eurail rät Kundinnen und Kunden vorsichtshalber, das Passwort für die Rail-Planner-App (für Eurail- und Interrail-Pässe) zu ändern und etwa auch das Bankkonto zu beobachten und ungewöhnliche Vorgänge sofort der Bank zu melden. (DPA)



Achtung Datenleck: Wer Interrail-Kunde ist, ändert besser schnell sein Konto-Passwort und schaut im Kontoauszug nach verdächtigen Abbuchungen. FOTO: NICO TAPIA/DPA-MAG



„Wir sind Baumpate, weil Heimat mehr ist als vier Wände!“
Andreas Bahr und Sabrina Cramme (Bahr Immobilien)

„Als Wohnungsunternehmen denken wir langfristig – für unsere Mieter genauso wie für die Umwelt. Die Baumpatenschaft ist in unserem Jubiläumsjahr ein sichtbares Zeichen unseres Engagements für Nachhaltigkeit und Klimaschutz.“
Sven Gottschalk (Peiner Heimstätte)

„Wir nehmen an der Baumpatenaktion teil, weil Bäume und Wälder, unsere Lebensqualität verbessern – und weil der Wald mein Lieblingsort für entspannte Spaziergänge mit meinem Hund Manni ist.“
Silke Ebermann-Gaus (Bestattungshaus Silke Ebermann-Gaus)

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 Zeitung PAZ

6309801_002426

powered by Sparkasse Hildesheim Goslar Peine



FOTO: IMAGO IMAGES

Geheimtipp Bilbao: Diese Stadt im Baskenland ist ein Highlight

Kunst und **Kultur**, **Geschichte** und **Nightlife** in Spaniens sechstgrößter Stadt

Am nordöstlichen Rand von Spanien, im Baskenland, liegt Bilbao: ein Städtehighlight, das du vielleicht noch nicht auf dem Schirm hast. Dabei hat die Stadt so viel zu bieten! Ein reichhaltiges Angebot an Kunst und Kultur, Geschichte und Nightlife – und hast du schon mal vom „Bilbao-Effekt" gehört?

Knapp 350.000 Menschen leben in Spaniens sechstgrößter Stadt Bilbao. Der Fluss Nervión bahnt sich seinen Weg durch die City am prächtigen Teatro Arriaga und am weltberühmten Guggenheim-Museum vorbei.

Kilometerweit kann man hier am Ufer des Flusses auf breiten Fußgängerwegen flanieren und auch die dichte Wohnhausbebauung in unterschiedlichen Formen und Farben bewundern – von klassischer spanischer Architektur bis zu modernen Bauten. Hinter der Skyline erheben sich die grünen Hügel des Baskenlandes.



Die Plaza Nueva mit ihren hochgewachsenen Palmen, eingerahmt von Gebäuden neoklassizistischer Architektur, ist ein Besuchermagnet. FOTO: IMAGO IMAGES/ ZOONAR

Von der Industriestadt zum Kultur-Hotspot: Der „Bilbao-Effekt"

Bilbao war einst geprägt von der Schwerindustrie: Eisen- und Stahl- sowie Schiffsbau. Bis heute hat Bilbao den größten Hafen Spaniens. Wobei dieser nicht im Stadtzentrum liegt, sondern etwa 15 Kilometer flussabwärts in der Stadt Getxo.

In den 90er-Jahren strukturierte sich Bilbao um: zum spanischen Zentrum für Architektur und Kunst. Die Eröffnung des Guggenheim-Museums von Architekt Frank Gehry im Jahr 1997 markierte den Start eines neuen Zeitalters. Das Museum sorgte für einen Touristenansturm, und die Aufwertung der Stadt durch weitere architektonische Glanzleistungen folgte.

Moderne und baulich anspruchsvolle Brücken wie die Zubizuri-Brücke und die La-Salve-Brücke überspannen heute den Nervión. Die Isozaki- und Iberdrola-Türme überragen Bilbao und verleihen der Stadt eine Wolkenkratzer-Skyline. Selbst die Metro ist ein Designerstück, und zwar vom englischen Architekten Norman Foster.

Bilbaos Aufschwung wurde sogar studiert: Der „Bilbao-Effekt", die Aufwertung von Städten durch Architektur-Highlights, ist ein wissenschaftlich untersuchtes Phänomen.



Mercado de La Ribera: Schlemmerparadies am Flussufer. FOTO: IMAGO IMAGES/ZOONAR

Im Stadtzentrum ist die Kunst zu Hause

Die Kunst verhalf Bilbao zu seinem heutigen Glanz, und sie ist in den Winkeln des Stadtzentrums zu spüren: Aufregende Skulpturen, unter anderem vom Ausnahmekünstler Salvador Dalí, stehen am Flussufer, und im Bilbao Art District sind rund 30 Kunstgalerien nah aneinander angesiedelt.

Neben dem Guggenheim-Museum sind auch das Museo de Bellas Artes von Bilbao und das Schifffahrtsmuseum beliebte Anlaufpunkte für Kunst- und Kulturfans. Neben vielen weiteren Orten für zeitgenössische Kunst.

Und für eine kurze Kunst-Pause? Kannst du dich dem Konsum hingeben – Bilbao bietet vielfältige Einkaufsmöglichkeiten für Shopping-Fans, mit Geschäften bekannter Kleidungsketten bis hin zu von Einheimischen geführten Concept-Stores.

Pintxos und Plätze in Bilbao

Prächtige Plätze bauen, das haben die Spanierinnen und Spanier drauf, und so ist es auch in Bilbao: Der Plaza Nueva mit seinen hochgewachsenen Palmen, eingerahmt von Gebäuden neoklassizistischer Architektur, ist ein Besuchermagnet. Hier reihen sich Restaurants, Bars und Cafés aneinander.

Die Spezialität: Pintxos – eine typische Mahlzeit des Baskenlandes. Pintxos sind kleine Speisen, mit einem Spieß zusammengehalten, oft auf Brot – Fisch, Oliven, saure Gurken, Champignons, Serrano-Schinken übereinandergestapelt ... hier kommen alle Reisenden kulinarisch auf ihre Kosten.

Anders als Tapas werden Pintxos nicht kostenlos zu einem Getränk serviert, sondern werden separat dazu bestellt.

Die Highlights der „Siete Calles"

Pintxos-Restaurants sind in der ganzen Stadt verteilt, nicht zuletzt in der Altstadt von Bilbao, den „Siete Calles" oder auch „Casco Viejo". Hier kann man hervorragend an historischen, bunten Häusern vorbeischlendern und im Herzen der Altstadt unter anderem die gotische Kathedrale aus dem 13. Jahrhundert bewundern.

Die Markthalle Mercado de la Ribera im Art-decó-Stil ist ein weiteres Highlight der Altstadt. Einer der größten überdachten Märkte Europas! Besucherinnen und Besucher, aber auch Einheimische schlemmen sich hier durchs breite, frische Angebot an Lebensmitteln und Speisen oder erledigen ihre Einkäufe.

Abends ändert sich das Gesicht der Altstadt, die Bars erwachen mit Licht und Musik und das Nachtleben von Bilbao beginnt.

Biskaya-Brücke: Die älteste Schwebefähre der Welt

Zu einem Besuch in Bilbao gehört auch ein Ausflug nach Portugalete beziehungsweise Getxo – etwa 15 Kilometer den Fluss hinunter, Richtung Meer. Die weltberühmte Biskaya-Brücke verbindet die beiden niedlichen Orte miteinander. Das mächtige rote Bauwerk gehört zum Unesco-Weltkulturerbe.

Entweder lässt du dich mit dem Fahrstuhl in 45 Meter Höhe bringen und spazierst über einen Holzweg ans andere Ende der Brücke. Oder du steigst unten in die Schwebefähre ein, die an langen Stahlseilen knapp übers Wasser gleitet und dich ans gegenüberliegende Ufer bringt.

Wo geht's in Bilbao zum Strand?

Nach der Fahrt mit der Schwebefähre bist du bereits auf der „richtigen" Seite, wenn du schnell an einen Strand willst. Die Strände Las Arenas und La Bola bei Getxo sind einen Besuch wert, wenn du bei deinem Städtetrip Sand unter den Zehen spüren willst.

Bei Getxo und Portugalete mündet der Nervión langsam ins Meer. Am Rande des Flusses sitzen die Spanierinnen und Spanier bis spätabends in den Bars und atmen die von der Biskaya kommende Meeresbrise ein.

Hast du nun Lust bekommen auf die Stadt im hohen Norden Spaniens? Bilbao heißt dich mit baskischer Herzlichkeit und seinen vielen Gesichtern willkommen.

Weitere Informationen findest du unter:
» **www.reisereporter.de/bilbao**

Braunschweiger City im Umbruch?

Das **Warum** findest du bei uns!





Jetzt scannen

rnd Braunschweig

Kassenband-Knigge: Muss der Warentrenner sein?

Ein kurzer Moment der Unaufmerksamkeit, ein fehlendes Plastikstäbchen - und schon liegt Spannung in der Luft. Der Warentrenner auf dem Kassenband ist klein und unscheinbar, und trotzdem erstaunlich konfliktträchtig. Für die einen ist es ein Akt der Höflichkeit, ihn hinter seine Einkäufe zu platzieren, für die anderen eine lästige Nebensache. Doch wer ihn nicht benutzt, riskiert nicht selten missliebige Blicke. Aber warum eigentlich? Gibt es eine Pflicht, ihn zu benutzen oder ist das nur eine Frage des guten Tons?

Eher letzteres. Dem Berliner Rechtsanwalt Roosbeh Karimi zufolge gibt es keine Regelung in den Geschäftsbedingungen der Märkte, die die Nutzung eines Warentrenners vorschreibt. „Eine gesetzliche Pflicht gibt es ohnehin nicht." Es handelt sich also um eine reine Gepflogenheit.

Juristisch sei man Karimi zufolge lediglich dazu verpflichtet, sich am Kassenband so zu verhalten, dass es nicht zu Missverständnissen oder Verwechslungen kommt - etwa indem man ausreichend Abstand zwischen den eigenen Produkten und den Einkäufen des Kassenbandnachbarn hält.

Aber wie kommt es dann, dass Menschen verstimmt reagieren, wenn der Warentrenner nicht zum Einsatz kommt? „Weil sich die Nutzungserwartung sozusagen als ungeschriebene Regel eingebürgert hat", schätzt Roosbeh Karimi. „Wird der Warentrenner nicht genutzt, darf das somit berechtigt als unhöflich verstanden werden" - zumindest, solange das Kassenband von mehr als einer Person genutzt wird.

Am Ende ist der Einsatz eines Warentrenners also vor allem eines: eine Geste des Respekts und eine Einladung zu einem entspannteren Miteinander an der Kasse. Wer diesen kleinen Handgriff vornimmt, macht darum zumindest nichts falsch. (DPA)



Der Warentrenner sorgt am Kassenband immer wieder für Konflikte. FOTO: SVEN HOPPE/DPA/DPA-MAG



5427501_002426

Wärmepumpen-Strom: Einigen Nutzern winkt Rückerstattung

Hängt Ihre Wärmepumpe an einem separaten Stromzähler? Dann können Sie sich für diesen Teil des im Haushalt verbrauchten Stroms für das Jahr 2025 rückwirkend zwei Strompreis-Umlagen erstatten lassen, teilt die Verbraucherzentrale NRW mit.

Konkret geht es um die sogenannte KWKG-Umlage sowie die Offshore-Netzumlage, die zusammen und inklusive Mehrwertsteuer 1,301 Cent je Kilowattstunde des Strompreises ausmachen. Für ein Einfamilienhaus mit einem durchschnittlichen Wärmepumpen-Stromverbrauch von 6.000 Kilowattstunden könne sich so eine Entlastung von etwa 78 Euro ergeben, sagt Thomas Zwingmann, Energieexperte der Verbraucherzentrale NRW.

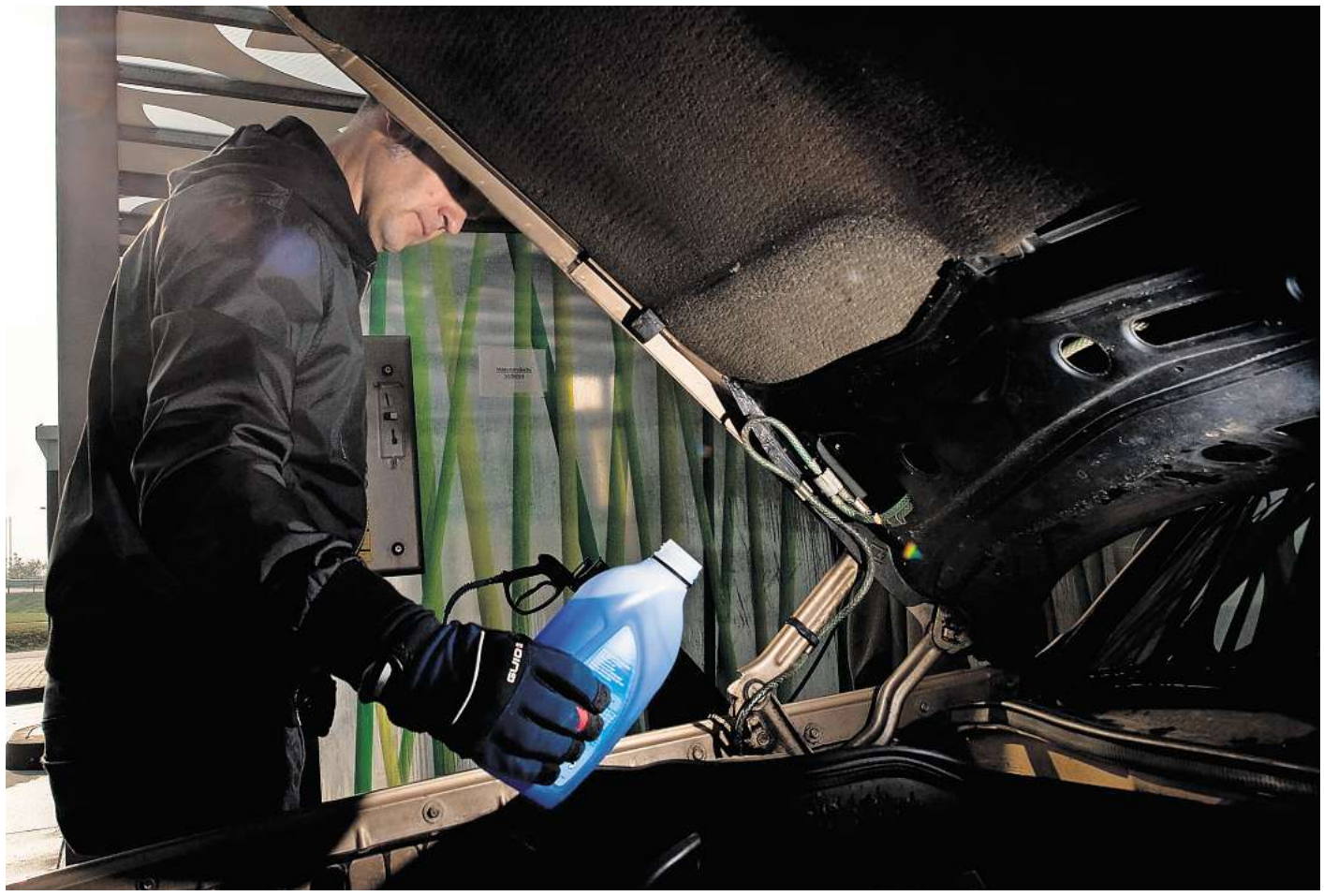
Um den Anspruch rechtzeitig geltend zu machen, müssen Verbraucherinnen und Verbraucher aber spätestens einige Tage vor dem Stichtag des 28. Februars aktiv werden und die Stromkosten-Erstattung formlos bei ihrem Energieversorger beantragen.

Der Verbraucherzentrale zufolge halten viele Anbieter dafür entsprechende elektronische Formulare oder Musterbriefe bereit. Der Stromversorger ist dann seinerseits dazu verpflichtet, dem zuständigen Netzbetreiber bis Ende Februar den Befreiungsanspruch anzuzeigen. (DPA)



Frist nicht verpassen: Wer den Wärmepumpen-Strom separat misst, kann sich Geld vom Stromanbieter zurückholen. FOTO: DANIEL MAURER/DPA-MAG

Warum Sie beim Auto mal den Frostschutz checken sollten


Klare Sicht fein? Jetzt noch den Frostschutz des Kühlsystems checken. FOTO: KLAUS-DIETMAR GABBERT/DPA-MAG

Ihr Auto hat die jüngste Kältewelle gut überstanden? Glückwunsch! Dann könnte jetzt die perfekte Gelegenheit sein, den Frostschutz zu kontrollieren. Weil vielleicht war das alles nur Glück - und der nächste Frost kommt bestimmt. Eine Checkliste:

Viele denken beim Frostschutz an die klare Scheibe. Hat man keinen in die Scheibenwaschanlage eingefüllt, oder zu wenig beigemischt, friert das Waschwasser ein und die Scheibe bleibt schmutzig. Im besten Fall taut die Scheibenwaschanlage wieder auf und funktioniert danach. Schlimmstenfalls kommt es zu Schäden an Pumpen, Schläuchen und Düsen.

Der Tüv Süd empfiehlt hier Reinigungs- und Schutzmittel aus dem Fachhandel. Sie sollte Minus 20 bis Minus 25 Grad aushalten. Wer sich das Mischen nicht zutraut, kann - teurere - Fertigmischungen nutzen.

Was man nicht tun sollte: Spiritus als Frostschutz nutzen. Das gerne mal genannte Hausmittel ist laut Alexander Bausch vom Tüv Süd nicht als Zusatz zum Wischerwasser geeignet. Denn einmal weggewischt, bilden sich schnell wieder kleine Eiskristalle. Die Fachhandelprodukte hingegen hätten Glykol oder Glycerinbeimischungen für länger klare Scheiben.

Sind die klaren Scheiben gesichert, lohnt auch ein Blick auf eine andere Stelle des Motorraums - nämlich den Kühlmittelvorratsbehälter. Der Kühlkreislauf sollte nicht nur genug Flüssigkeit enthalten, so Alexander Bausch. Auch die Konzentration des Frostschutzmittels muss stimmen. Ist sie zu gering, können Kühlsystem und Motor Eisschäden davontragen.

Also hinschauen:
Wer Frostschutz nicht in der Werkstatt nachfüllen lässt, sondern das lieber selbst erledigt, muss aufpassen. Denn nicht alle Flüssigkeiten sind auch für jeden Motor oder Kühler geeignet. Und man darf auch nicht alle Produkte miteinander mischen.

Wer etwa silikathaltige Mittel mit silikatfreiem Kühlerfrostschutz mischt, riskiert Schäden an Kühlsystem und Motor.

Am besten füllt man nur vom Hersteller empfohlene Mittel ein. Welche das sind, steht in der Bedienungsanleitung des Fahrzeugs. Von der Farbe der Produkte lässt man sich dabei besser nicht leiten - sie ist laut Tüv Süd nur ein Anhaltspunkt, aber kein guter. Denn die Hersteller können sie frei wählen. (DPA)

Juckt's? Hautprobleme beim Hund erkennen

Hunde haben ein Fell, das sie vor Kälte, Sonne und Verletzungen schützt. Doch auch die darunterliegende Haut übernimmt wichtige Aufgaben – kann dem Vierbeiner aber durchaus auch Probleme bereiten. Welche Erkrankungen dahinterstecken können und wann ein Besuch beim Tierarzt unvermeidlich ist.

Wichtig ist, den Vierbeiner aufmerksam zu beobachten und auf Veränderungen zu achten: Das Fell ist stumpf, der Hund kratzt sich ständig, hat kahle oder gerötete Stellen? Die Ursachen sind oft nicht auf den ersten Blick erkennbar.

„Probleme mit der Haut können oft schon frühzeitig auf Krankheiten hindeuten, die erst mit Laboruntersuchungen eindeutig festgestellt werden können“, so Tierärztin Steffi Schmidt gegenüber dem Industrieverband Heimtierbedarf (IVH). So etwa eine Schilddrüsenunterfunktion oder Leberprobleme.


Der Hund kratzt sich unentwegt? Dahinter können Allergien, Entzündungen oder Parasiten stecken. FOTO: MARKUS SCHOLZ/DPA-MAG

Auch Allergien – etwa gegen Pollen oder bestimmte Futtermittel – sowie Parasiten wie Flöhe, Zecken oder Milben können Hautprobleme verursachen. Juckreiz und Rötungen sind die Folge.

Runde, kahle Stellen mit ausgeprägter Schuppenbildung können auf eine Pilzinfektion hindeuten. Kratzt sich der Hund häufig, kann das außerdem zu Entzündungen auf der Haut führen.

Grundsätzlich können Hautprobleme alle Hunde treffen. „Hunde mit starker Faltenbildung wie Möpse, Bulldoggen oder Cocker Spaniel sind allerdings besonders anfällig“, so Tierärztin Schmidt. In Hautfalten kann sich Feuchtigkeit schneller stauen, was die Entstehung bakterieller Infektionen begünstigt.

Bei plötzlichen Hautveränderungen, starkem Juckreiz oder offenen beziehungsweise nässenden Stellen auf der Haut sollte man unbedingt ein Tierarzt das Tier untersuchen.

Gezielte Pflege kann Hunden mit Allergien und älteren Tieren mit trockener oder schuppiger Haut helfen, so Steffi Schmidt. Spezielle Produkte aus dem Fachhandel wie etwa Hundeshampoos mit Chlorhexidin oder rückfettenden Inhaltsstoffen können Keime reduzieren und die Hautschutzfunktion stärken. (DPA)

STELLENANGEBOTE ALLGEMEIN

Dein Job in Peine und Region

lokalboten.de

#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

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

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)

4477301_002426

Renneberg
Fachärzte für Allgemeinmedizin

Hausarztpraxis Renneberg

Eichstraße 5 • 31241 Ilsede • Tel: 05172/129360

Medizinische/n Fachangestellte/n
(m/w/d)
gerne auch Wieder- oder Quereinsteiger, wie Gesundheits- und Krankenpfleger/-innen
in Voll- oder Teilzeit.

Wir suchen für unser motiviertes und qualifiziertes Praxisteam **ab sofort** Verstärkung.

Ihre Bewerbung wird vertraulich behandelt.

Bitte richten Sie diese an
info@praxis-renneberg.de

6052901_002426

Wir suchen zum 01.04.2026 einen Platzwart/in für die Tennisanlage des TSV Arminia Vöhrum e.V. auf Basis eines Minijobs. Einsatzschwerpkt. in d. Monaten April und Oktober. Arbeitszeit ist grundsätzl. frei einteilbar. Bezahlung erfolgt mtl. bargeldlos. Handwerkl. u. Technisches Geschick wäre von Vorteil. **Nähere Info: 01757231396**

5836201_002426

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

IMMOBILIENMARKT ANGEBOTE

Stilvolle Villa aus 1935 ...

Ilsede: Mit Einliegerwhg auf 1.000m² Grdst, 310m² Wfl, 10 Zi, 3 Bäder, Vollkeller, Bj.1935, ZH Gas, B:123 kWh/(m²a), Kl.D, KP 695.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

MFH ab 6 Einheiten ...

... auch mit Gewerbeanteil von Kapitalanleger aus Hannover gesucht. Voll vermietet oder mit Leerstand. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

200 000 BIS 250 000 EURO

Freisteh. EFH mit Keller

Ilsede: 182m²Wfl, 614Grdst, 7 Zi, WiGa, Do.garage, Bj.1959, ZH Gas, B:182 kWh/(m²a), Kl.F, KP 235.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

250 000 BIS 300 000 EURO

Ilsede:Gr. Backsteinhaus

Mit 2 gepfl. Wohnungen, 286m² Wfl, 10 Zi, 2 Garagen, Bj.1910, ZH Öl, B:276 kWh/(m²a), Kl.H, KP 299.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Ilsede: 2-Fam.hs m. 8 Zi

Viel Platz + schöner Garten, 228m² Wfl, Keller, Garage, Bj.1906, OH Elektro, B: 218 kWh/(m²a), Kl.G, 260.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

300 000 BIS 350 000 EURO

Vechelde: Fachwerkhaus

2 Whg, teilsan., auf idyllischem Grdst, 270m² Wfl, 8 Zi, Bj.1920, ZH Gas, B: 267kWh/(m²a), Kl.H, 315.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

IMMOBILIENMARKT GESUCHE

SUCHE Haus zum kauf

EFH & MFH, auch sanierungsbedürftig und älter oder zum abreißen.
☎ **0176/ 86099868**

Legende/Broistedt gesu

Bereichsleiter, seine Frau u. der 5-jähr. Sohn suchen Haus mit 4-5 Zimmern u. gern 2 Bädern oder Gäste-WC. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

EIN- & ZWEIFAMILIENHÄUSER

Bungalow gesucht

Pensionierter Architekt sucht für sich u. seine Frau gepfl. einen Bungalow oder kleines Haus in ruhiger Lage. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Bis ca. 250.000,- gesu.

Familie mit 11-jähriger Tochter + Hund Max sucht bezahlbares Haus, DHH od. RH mit mind. 4-5 Zimmern. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Viele Zimmer gesucht

Ehepaar im Homeoffice u. die 3 Kinder suchen großes Haus oder 2-Fam.hs mit mind. 6-7 Zimmern u. 2 Bädern. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Bis ca. 450.000,- gesu.

Ehepaar, Ende 30, sucht gepfl. Haus od. DHH ab 120m² Wfl und gern Keller, in Peine oder alternativ Ilsede. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Im Internet finden Sie uns unter:
www.hallowochenende.de

Familie aus Lüneburg ...

... sucht Haus, DHH od. großzüg. RH ab 120m² im Raum Peine, Ilsede oder Vechelde, bis max. 350.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Schülerjob gesucht?

Jetzt Zeitungen austragen und Geld verdienen bei der WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH

Einfach online oder über **WhatsApp bewerben** und den **QR-Code scannen:**



Freie Gebiete:

- Groß Lafferde
- Siersse
- Wierthe
- Vöhrum
- Bierbergen
- Klein Ilsede
- Edemissen

hallo PEINE wochenende

5842401_002426

EIGENTUMSWOHNUNGEN

3 Zimmer gesucht ...

Helle, gepfl. Whg zum Kauf mit Balkon/ Terrasse u. Stellplatz von PR-Beraterin und ihrem Mann gesucht. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Direkt in Peine gesucht

Versicherungskauffrau und ihr Partner suchen ETW nahe der Innenstadt ab 70m², auch zum Renovieren. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

BAUGRUNDSTÜCKE

SUCHE Baumöglichkeit

ab 400qm Abschnitt vom Garten, Abriss, 2. Reihe, Resthof o.ä.
☎ **0176/ 15416372**

WOHNUNGSMARKT VERMIETUNGEN

2-ZIMMER-WOHNUNGEN

Stederdorf, 2 Zi., Kü., Bad, 72 m², KM 360,-- + NK/KT, ✉ Z 50536

WOHNUNGSMARKT GESUCHE

Wohnung im Erdgeschoß, mögl. Nordstadt, 1-2 Zimmer, großzüg. Bad und eine Garage Zu mieten, aber gern auch zu kaufen. Erstkontakt:
☎ 0170 / 51 455 21

Alzheimer
Forschung braucht Ihre Hilfe!
www.breuerstiftung.de

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 Rehman

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

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.

BVDA
Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter

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 Verbraucherprotal www.werbung-im-Briefkasten.de

37212001_002425

VERKAUF ALLGEMEIN

BUCHENBRENNHOLZ OFENFERTIG **echte** RM, Abholung/Lieferung ☎(0160) 6513853

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

ANTIQUITÄTEN VERKAUF

Antik Galerie Braunschweig, www.biedermeier.co

Die aktuelle Wochenendzeitung
hallo wochenende

TIERMARKT VERKAUF

HUNDE & ZUBEHÖR

Suche gelegentliche Betreuung f. liebe+erzogene Dackelhündin, gerne Rentner. 015127573984

ALLGEMEIN ANKAUF

Ihr Anruf ist Geld wert! Kaufe Nähmasch., altes Spielzeug, Rohbernstein, Schmuck, Münzen, Bücher, Handtaschen, Abendgarderobe, Teppiche, Musikinstrumente, Porzellan, Puppen, Gobelinbilder, LPs, Militaria 1 + 2. WK, Silberbesteck (auch versilbert 90iger), Zinn, Zahle sofort u. bar. BS ☎(0152) 15790993

Gebrauchten Kassenrecorder Walkman zu kaufen gesucht. Tel. 0179/1698142

Möbel Bilder Ölgemälde Hausrat, usw. Möbel aus Omas Zeiten, Nähmaschinen Musikinstrumente, Spielkonsolen mit Spielen Plattenspieler Tonbänder Alles an Uhren Besteck versilbert alte Postkarten Briefmarken Münzen Modellautos Tel. 0179/1698142

BASTELN, HEIMWERKER, MODELLBAU ANKAUF

Modelleisenbahn und altes Spielzeug gesucht ☎(039403) 94168

HANDWERKER

Handwerker hat Termine frei:
• Dachrinnenreinigung 2.50 € pro lfdm
• Dacharbeiten aller Art
• Kleinaufträge vom Keller bis Dach
15% Rabatt für Neukunden
Tel. 0531 61 83 68 19
5447301_002426

Sanierung 10%: Dach/Dachrinnen/ Fassaden/Carport/Garagen, Reparatur, Termine frei ☎ (0157) 33 37 07 99
6064501_002426

Maler- u. Tapezierarbeiten, Treppenhäuser u. Fassaden. Malermeister Lars Kather ☎ 05172/ 126940

Dach/Reparatur/Flachdach wir haben Zeit. ☎ 05341/8865464 oder ☎0176/80702644

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
3169901_002426

ELEKTRIKER

Biete Elektrokarb. ☎05171-7727537

GÄRTNER

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

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

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN
Seit über 27 Jahren alles rund ums Haus von A–Z.
Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11
4463701_002426

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

MÜLLER TIEFBAU
• Pflasterarbeiten
• Kanalarbeiten
• Erdarbeiten • Baggerarbeiten
• Keller-Freilegung und Abdichtung
0173 - 6437105
32626501_002425

GEBÄUDE- & FENSTERREINIGUNG

Fensterreinigung
mit Abrechnung der Krankenkasse § 45 SGB Entlastungsbeitrag. **Kastek Service Gebäudereinigung** **☎ 0157/57260207**

MALER / TAPEZIERER

Bachmann Tapezier- und Anstricharbeiten ☎ 05171/9881742

MÖBELTRANSPORTE

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

PLATE UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestr. 4 · 38112 Braunschweig
Kostenlose Servicenummer
0800-0400666
info@plate-umzuege.de
5720501_002426

HANDWERKSARBEIT ZU VERGEBEN

Kindermann Gartenpflege
Strauch- und Heckenschnitt, Baumschnitt und Fällung, Rodungen, Pflasterarbeiten, Zaunbau, Gartengestaltung uvm. Rufen Sie jederzeit an. **☎Tel. 0152 24 93 48 37**

Tolle Sträuße zum Valentinstag gibt es bei:
Blumen & Holland Home Deko
www.blumen-peine.de
Tel. 05171 / 588 079
Unsere Öffnungszeiten
Sa. 14. Februar 2026
8-18 Uhr geöffnet
6162301_002426

ANKAUF PKW

Unfall +Totalschäden – Gebrauchtwagen –
VW, Audi, Opel, Ford, MB, Japaner, Skoda, Busse usw., Bj. 2004 – 2026
ZAHLE HÖCHSTPREISE
☎ (05365) 88 66 F. H. Autohandel
3129901_002426

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

Im Internet finden Sie uns unter:
www.hallowochenende.de
hallo wochenende

ANKAUF KRAFTRÄDER

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

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



Mach es wie Bianca und Bjarne. Mach mit.
Für uns alle. www.duh.de/50jahre
DZI Spenden-Siegel



PAZ Digital inkl. Tablet – jeden Monat über 25 % sparen.



336 € Ersparnis in 24 Monaten

Gilt nur für Neukunden.
Mehr Informationen zum Angebot auf
abo.PAZ-online.de/rabatt
oder telefonisch unter 05171/406 176

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

Peiner Allgemeine ZEITUNG

PAZ

rnd **Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland**

5281502_002426