hallo PEINE wochenende

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
3559001_002426

12 ❖ 50. Jahrgang · 14. März 2026 www.hallopeine.de Zustellung hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ Geschäftskunden (05171) 406 -301/-309 Kleinanzeigen (0800) 1234-913 Redaktion (05371) 808-122

Was kostet die Kugel Eis jetzt in Peine?

Die Preise haben sich in den meisten Eisdielen geändert

Kreis Peine. Endlich ist Frühling. Die Sonne zeigt sich, die Temperaturen steigen und mit ihnen die Lust auf eine leckere Kugel Eis. Die ersten Eisdielen im Kreis Peine haben bereits geöffnet. Doch was kostet die Kugel in diesem Jahr? Und welche neuen Sorten gibt es in den Eiscafés und Cafés in und um Peine?

Venezia: „Alles ist teurer geworden“

Elias Emilio vom **Eiscafé Venezia** am Peiner Marktplatz ist zufrieden. Die Saison ist gut angelaufen. Seit dem 20. Februar hat die Eisdiele geöffnet, die er gemeinsam mit Lorenzo Babbo betreibt. Strahlender Sonnenschein, warme Temperaturen – schon Anfang März ist die Eisdiele gut besucht. „Das passt“, sagt Emilio. Für eine Kugel Eis müssen Eisliebhaber 1,80 Euro im Eiscafé Venezia bezahlen - 20 Cent mehr als noch im vergangenen Jahr. Die Gründe: „Alles ist teurer geworden“, sagt Emilio, „wie etwa Zucker und Milch.“



Ridval Saleh, Inhaber des Eiscafès Firenze, ist in die Saison gestartet. FOTO: RALF BÜCHLER

Doch nicht nur die Preise sind neu, sondern auch die Sorten. Beispielsweise das Dubai-Eis aus dunkler Schokolade mit Pistazien. „Und es wird bald noch eine neue Sorte dazukommen, etwa Mitte des Monats“, berichtet der Eisverkäufer, „welche Sorte das genau sein wird, müssen wir noch entscheiden.“

Fortsetzung auf Seite 2

JETZT NEU!
Dein Kaufland-Prospekt ab sofort im Innenteil
9078601_002426


ZEITUNG, WO DU WILLST.
Unser E-Paper direkt im Web oder als App.
abo.PAZ-online.de/vorteile
Peiner Allgemeine PAZ
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland RND

Wir starten in die Saison!
Angebote ab 16.3.2026

QiO
Ab sofort bei uns erhältlich!
Wir bieten die große Auswahl der „COMPACTEN“ Trendräder!
Natürlich mit unserem Top Service, Ersatzteilen und einer Menge Zubehör!
Testen Sie Ihr neues QiO bei uns!
eBike QiO „Eins AP-8“
Nightline/Pianoline


Bosch Motor AL+, Akku 500 Wh
Reichweite bis zu 170 km,
Unisex 20 Zoll
2.999,- €
eBike Grecos ELI 2.2 SFG


Bosch Mittelmotor, Activeline plus,
Akku 500 Wh bis zu 170 km Reichweite,
8-Gang-Shimano Nabenschaltung
mit Rücktrittbremse, Federgabel
~~3.699,-~~
2.799,- €
CGO800S TENWAYS-Design
Unser Leichtgewicht


Unisex-Rahmen, Gates-Carbon-Riemenantrieb,
Akkureichweite bis zu 100 km
Auch als Herrenmodell Tenways CGO 600 Pro
1.899,- €
1.799,- €
Solange der Vorrat reicht.
Unser Service macht uns so stark!
Öffnungszeiten:
Mo.–Fr. 9–13 Uhr und 15–18 Uhr, Sa. 9–13 Uhr
Tel. 05171 - 5 22 59
... wenn Sie den besten Service zu schätzen wissen
HOTOPP Zweirad
ZEG Der Zweirad-Fachhandel mit dem kompletten Service!
Fahrrad. Fitness. Elektro Fahrrad Center Peine.
Schwarzer Weg 78 · 31224 Peine
Telefon 0 51 71/5 22 59
www.zweirad-hotopp-peine.de
E-Mail: zweirad-hotopp@web.de
P Parken ohne Probleme
34897901_002425

Iran-Krise stoppt Urlaub: Auch Peiner Touristen sitzen fest

Viele Nachfragen in Reisebüros – Kunden suchen sich Ersatzziele

Kreis Peine. Gesperrte Flughäfen, ankernde Kreuzfahrtschiffe, weil der Seeweg versperrt ist: Auch Peiner Touristen sind wegen der Eskalation im Nahen Osten in Dubai, Abu Dhabi oder Doha gestrandet. Peiner Reisebüros halten Kontakt mit ihren Kunden. „Rund zehn sind es bei uns“, bestätigte Geschäftsführer Osman Benzer vom Peiner Reisebüro „Benzer Touristik“.

Trösten, Infos weiterleiten, beraten, beruhigen – vor allem via Whats App kommuniziert Benzers Team mit den festsitzenden Kunden. Nach dem Verkauf und dem Start der Reise sei die Betreuung schließlich nicht beendet, betont Benzer. „Wir fühlen uns bis zur Rückreise verantwortlich für die Kunden – und das lassen wir sie auch spüren“, sagt der Geschäftsführer. Vor Ort würden sich zudem die Reiseleiter der Veranstalter um die Gäste kümmern.

Auch im Tui-Reisebüro in der Peiner Fußgängerzone klingelt derzeit das Telefon einmal häufiger als sonst. „Viele Fragen betreffen Reisen, die in der Zukunft liegen“, schildert Mitarbeiterin Wibke Fiene. Die Kunden wollen wissen: Wie geht es weiter? Doch genau diese Frage ist derzeit nicht so leicht zu beantworten. „Wir empfehlen daher, noch etwas abzuwarten.“ Das gilt auch für Reisende, die Ägypten besuchen wollen. Auch für dieses Ziel gab es zuletzt vermehrt Nachfragen, weil das Land an Israel grenzt.

Problematisch ist die Iran-Krise aber nicht nur für Reisende, die im Nahen Osten Urlaub machen wollen. Die Flughäfen in Dubai, Abu Dhabi oder Doha sind große Drehkreuze, hier steigen auch Fernreisende um, die auf die Malediven oder nach Thailand weiterfliegen wollen. „Das haben wir im Blick“, betont Fiene.

Beobachtet hat sie bereits, dass Kunden sich Alternativen suchen für ursprünglich geplante Reisen in den Nahen Osten. Komplett gestrichen werden die Reisepläne eher nicht. Statt Dubai heißt es nun Kanarische Inseln. Über Ersatzbuchungen freut sich die Reisebranche.



Auf der Anzeigetafel ist es zu lesen: Auch am Flughafen Frankfurt wurden einige Flüge wegen des Iran-Kriegs in der Region Naher Osten annulliert. FOTO: PIXABAY

Die Verbraucherzentrale weist jedoch auch darauf hin, dass Kunden bei einer Pauschalreise vom Vertrag zurücktreten können, wenn das Urlaubsparadies wegen außergewöhnlicher Umstände zum Albtraum wird. Kriege, bei denen Raketen und Drohnen im Land einschlagen, sind ein solcher Albtraum.

Wer für die kommenden Tage eine Pauschalreise in ein Land gebucht hat, für das jetzt eine Reisewarnung des Auswärtigen Amts besteht, der kann laut Deutschen Reiseverband kostenfrei auf ein anderes Zielgebiet oder einen anderen Zeitraum umbuchen. Ansonsten gelten die üblichen Storno-Regelungen der Anbieter.

Osman Benzer besuchte am Dienstag übrigens den Auftakt der ITB in Berlin, der weltweit größten Reisemesse. Und auch dort sei die Iran-Krise mit ihren Folgen das Thema Nummer 1 gewesen. Mehrere Aussteller aus betroffenen Ländern, die für ihre Destination werben wollten, hätten nicht anreisen können. „Die Stände waren deshalb leerer“, stellte Benzer fest.

In den vergangenen Jahren hatte er beobachtet, dass Ziele wie Dubai immer beliebter bei den Peinern wurden. Spannende Architektur, Strandwetter wenn hier grauer Winter herrscht, gute Erreichbarkeit mit sechs bis sieben Flugstunden, Shopping und Kulinarik – „Viele wollten da gerne einmal hin.“ Doch derzeit würden viele gerne vor allem weg.

Die Eissaison in Peine hat begonnen

Fortsetzung von Seite 1

Am beliebtesten seien aber immer noch die Klassiker: Vanille, Schokolade und Stracciatella und Nuss.

Der Verkaufsschlager im **Eiscafé Firenze** in Ilsede ist die Sorte „Nutella“ - und das nicht nur bei den jungen Gästen. „Auch Erwachsene essen gerne Nutella“, sagt Eiscafé-Inhaber Ridvan Saleh und lächelt. Was außerdem beliebt ist? „Auf jeden Fall Cookies und Joghurt-Holunder“, berichtet der Eisverkäufer. Demnächst will er noch Cheesecake mit Karamell anbieten. Schon im Angebot ist eine Sorte, die seinen Namen trägt: „Mr.Saleh“ mit Macadamia, Mango und Joghurt.

Eine Kugel kostet im Firenze 1,70 Euro, also ebenfalls 20 Cent mehr als noch 2025. „Mein Umsatz war im vergangenen Jahr gut, aber ich habe nicht viel Gewinn gemacht“, berichtet Saleh. Zudem sei die Miete zweimal erhöht worden, diese Kosten müsse er decken. Auch der Strom sei für die Eisproduktion teurer geworden. Der Preis bleibe aber gleich, egal ob die Gäste das Eis im Café essen oder mitnehmen.

Was für die Menschen eine Kugel Nutella-Eis ist, das ist für Hunde das Leberwurst-Eis. Denn Saleh bietet im Firenze auch Eis für Vierbeiner an. Auch Emmentaler und Lachs gibt's im Eiscafé für die tierischen Gäste.



Die Eis-Saison ist gut angelaufen: Elias Emilio (l.) und Lorenzo Babbo vom Eiscafé Venezia freuen sich über das frühlingshafte Wetter. FOTO: RALF BÜCHLER

Eiscafé Amary mit „Apricose Skier“

Thomas Hoppe betreibt das **Eiscafé Amary** im Peiner Lindenquartier und freut sich besonders über das schöne Wetter Anfang März. „Mit dem Sonnenschein ging es auch bei uns richtig los“, sagt er.

Bereits im vergangenen Spätsommer musste Hoppe den Preis pro Kugel Eis auf 1,90 Euro erhöhen. „Die Lieferanten haben ihre Preise massiv erhöht“, betont er. Dabei spiele es keine Rolle, welche Sorte man wähle. „Die kosten alle gleich, und an der Qualität wollen wir ohnehin nicht sparen“, erklärt er.

Auch in dieser Saison bietet das Amary neue Sorten an. Dazu gehört etwa „Apricose Skier“, den Hoppe als „gesündere Variante von Joghurt“ beschreibt. Die zweite Neuerung heißt „Chunky Peanut“ und schmeckt wie ein Snickers. „Aber das ist ein geschützter Name“, sagt Hoppe mit einem Augenzwinkern.

Eiscafé San Lorenzo vergrößert die Kugel

Francesco Laratta vom **Eiscafé San Lorenzo** in Vöhrum hat wenig Zeit für lange Gespräche. Es gibt viel zu tun. Die Preise in seinem Eiscafé bleiben in dieser Saison auf dem Niveau des vergangenen Jahres.

„Die Kugeln sind sogar größer geworden“, betont Laratta mit Blick auf den Wunsch seiner Kundinnen und Kunden, dem er auch in diesem Jahr wieder nachkommen wollte. Eine Kugel Eis kostet bei ihm weiterhin 1,60 Euro.

Neue Sorten gibt es 2026 im San Lorenzo nicht. „Neue Sorten lohnen sich nicht“, sagt er. „Die Kunden wählen meist die klassischen Sorten und nur selten außergewöhnliche.“

Eiscafé Adrian in Groß Lafferde

Das **Eiscafé Adrian** in Groß Lafferde hat seine Preise zur neuen Saison leicht erhöht. Inhaberin Wioletta Jansen erklärt: „Wir haben im letzten Jahr nicht erhöht und mussten die Preise jetzt anpassen.“ Eine Kugel Eis kostet nun 1,80 Euro.

„Die Kugeln sind dafür aber größer geworden“, betont sie. Sie wiegen jetzt zwischen 90 und 100 Gramm. Neue Sorten bietet das Adrian in diesem Jahr nicht an. „Wir versuchen zwar jedes Jahr, neue Sorten einzuführen, aber die Kunden greifen letztlich doch meist zu den Standardsorten“, sagt Jansen.

Besonders gefragt seien Pistazie, Schokolade und Haselnuss. „Diese Sorten sind teuer in der Herstellung, aber seit dem letzten Jahr sind sie die Renner“, so die Inhaberin. Das Eiscafé Adrian eröffnet am kommenden Freitag.

Info zu den Öffnungszeiten:

- Eiscafé Venezia in Peine: Montag bis Sonntag 9.30 bis 19 Uhr, bei gutem Wetter länger
- Eiscafé Firenze in Ilsede: Dienstag bis Donnerstag 11 bis 19 Uhr, Freitag bis Sonntag 11 bis 20 Uhr, ab April auch montags geöffnet
- Eiscafé Amary in Peine: Montag bis Sonntag, 10 bis 18 Uhr
- Eiscafé San Lorenzo in Vöhrum: Motnag bis Sonntag 11 bis 20 Uhr
- Adrian in Groß Lafferde: Montag bis Sonntag 11 bis 18 Uhr, ab 1. Mai auch länger

Diese Übersicht erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Mit neun Millionen Schritten zum Pokal

Kinder setzen Zeichen gegen Bewegungsmangel

Peine. Mit viel Energie und bemerkenswertem Teamgeist haben Schülerinnen und Schüler aus der Direktion Peine am Step-Brawo-Schrittewettbewerb teilgenommen. Über den gesamten Wettbewerbszeitraum von zehn Wochen kamen so 84.276.316 Schritte zusammen. Das entspricht einer Strecke von rund 56.465 Kilometern. Besonders erfolgreich war dabei die Klasse 3b der Grundschule Abbensen: Sie legte insgesamt 9.028.751 Schritte zurück und ist damit Gesamtsieger.

Bei der Siegerehrung am 5. März 2026 in Peine nahmen die Schülerinnen und Schüler stolz den Step Brawo-Pokal sowie ihre Urkunden entgegen. Über viele Wochen hinweg hatten sie im Unterricht, in den Pausen und auch in ihrer Freizeit mit großem Engagement Schritte gesammelt.

Organisiert wurde das Projekt bereits zum siebten Mal von der fit4future foundation gemeinsam mit der „Stiftung RTL – Wir helfen Kindern“ sowie United Kids Foundations, dem Kindernetzwerk der Brawo Group. An dem Wettbewerb nahmen die Grund- und Hauptschule Groß Ilsede, die Grundschule Abbensen, die Grundschule Dungelbeck, die Grundschule in der Südstadt Pein und die Grundschule Plockhorst teil.



Stolze Sieger: Die 3b der Grundschule Abbensen nahm jubelnd ihren Pokal von Stefan Honrath, Leiter der Brawo-Direktion Peine, entgegen. FOTO: ISABELL MASSEL

„Die schnellen Löwen“ aus Groß Ilsede laden vor den „Flotten Glubschies“ der Parallelklasse

Auf dem zweiten Platz landete die Klasse 3b der Grund- und Hauptschule Groß Ilsede mit dem Teamnamen „Die schnellen Löwen“. Sie kam auf 7.005.758 Schritte und 8.242.068 Scoring-Punkte. Den dritten Rang belegte die Klasse 3a „Die flotten Glupschies“ derselben Schule. Dieses Team sammelte 5.410.860 Schritte und erreichte 7.214.480 Scoring-Punkte. Insgesamt beteiligten sich fünf Schulen aus der Direktion Peine am Wettbewerb.

Während der zehn Wettbewerbswochen integrierten die Kinder Bewegung ganz selbstverständlich in ihren Alltag. Nicht nur im Sportunterricht wurde gelaufen und gezählt. Auch auf dem Schulweg, in den Pausen oder am Wochenende sammelten viele Schülerinnen und Schüler zusätzliche Schritte. Jeder einzelne davon floss in die Wertung ein.

Ziel: Kinder für einen aktiven Lebensstil begeistern

Der Step Brawo-Schrittewettbewerb verfolgt das Ziel, Kinder frühzeitig für einen aktiven Lebensstil zu begeistern und dem zunehmenden Bewegungsmangel entgegenzuwirken. „Es ist wunderschön zu sehen, mit welchem Ehrgeiz und welcher Freude die Schülerinnen und Schüler dabei sind“, sagte Stefan Honrath, Botschafter von United Kids Foundations und Leiter der Volksbank-Brawo-Direktion Peine. „Die Kinder haben bewiesen, wie viel Spaß gemeinsame Bewegung machen kann.“

Auch bei den Lehrkräften stieß der Wettbewerb auf große Resonanz. Stefanie Baars, Klassenlehrerin der Siegerklasse 3b der Grundschule Abbensen, berichtete von einer spürbaren Motivation innerhalb der Klasse. „Der Wettbewerb hat unsere Klasse enorm motiviert. Alle haben sich angespornt, so viele Schritte wie möglich zu machen.“ Für sie ist es nicht das erste Mal, dass ihre Klasse Direktionssieger wird. Vor einigen Jahren war ihr das bereits mit einer Grundschulklasse in Vöhrum gelungen.

Schritte werden mit Fitnessarmbändern aufgezeichnet

Das Konzept hinter Step Brawo ist einfach: Schülerinnen und Schüler der dritten und vierten Klassen sammeln über zehn Wochen hinweg möglichst viele Schritte. Diese werden mithilfe von Fitnessarmbändern aufgezeichnet und anschließend als Scoring-Punkte auf ein virtuelles Klassenkonto übertragen. Eine Berechnungsformel sorgt dafür, dass auch kleinere Klassen faire Chancen im Wettbewerb haben.

In dem gesamten Aktionsgebiet der Brawo in Südostniedersachsen beteiligten sich rund 2500 Schülerinnen und Schüler am Wettbewerb, der vom 24. November 2025 bis zum 29. Januar 2026 stattfand. Gemeinsam kamen sie auf 613.769.108 Schritte. Das entspricht rund 411.225 Kilometern – oder etwa 10,3 Erdumrundungen.

SIND ELEKTROAUTOS ALLTAGSTAUGLICH?
Fachvortrag
Podiumsdiskussion
Erfahrungsaustausch
19.März 2026
18:00 Uhr
Grundschule Drachenstark
Am Mühlenberg 7
31234 Edemissen
ANMELDUNG
SAVE THE DATE
save-the-dates@outlook.de
0151 50799600
9238301_002426

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

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 Maurermeisterfachbetrieb für Feuchtigkeitsschäden
Eingetragener Meisterbetrieb!
Celler Straße 124, 38114 Braunschweig
☎ (05 31) 5 90 63 68
www.das-abdichtungssystem.de
8642901_002426

SCHENKE LEBEN, SPENDE BLUT.
Mo., 16. März | 15:00 - 19:00 Uhr
Forum
Winkel 30, Peine
Do., 19. März | 16:00 - 19:30 Uhr
Gemeindesaal
Pfarrgasse 1, Solschen
Jetzt QR-Code scannen und einen Termin reservieren!
SPENDE BLUT
BEIM ROTEN KREUZ
7947701_002626

KONZEPT ENTSORGUNG
Struck Recycling-Hof OHG
– Wir machen Ihren Schrott zu Geld –
• Schrott & Metalle
• Wertstoffe
• Containerdienst
• Abbruch und Demontage
Auch bei uns: Gold- und Silberankauf mit modernster Röntgentechnik zu börsenorientierten Tageshöchstpreisen!
05171-6375
Woltorfer Str. 72
31224 Peine
www.struck-recycling.de
EHRLICH. SAUBER. KONSTANT.
36765801_002425

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

Welche Putzmittel beim Frühjahrsputz echt helfen

Es klingt verrückt: Aber beim Putzen ist weniger oft mehr. Das gilt zumindest, wenn es um den Kauf und Einsatz von Putzmitteln geht. Bestes Beispiel, wenn man Fenster oder Spiegel reinigen will. Zu viel Putzmittel im Wasser führt hier schnell zu Streifen und Schlieren auf der Glasscheibe, erklärt die Verbraucherzentrale NRW. Meist reicht Wasser, ein Tropfen Spülmittel, ein Abzieher sowie ein fusselfreies, trockenes Tuch zum Nachpolieren.

Generell ist der Einsatz von etwas Zeit und Kraft meist schlauer, als große Mengen ätzender Putzmittel zu verwenden. Der Nabu rät, Mittel länger einwirken lassen und dann kräftig schrubben.



Weniger ist mehr: Beim Fensterputzen reicht oft ein Tropfen Spülmittel, Wasser und etwas Muskelkraft, denn übermäßiger Einsatz von Putzmitteln kann Streifen hinterlassen. (zu dpa: «Welche Putzmittel beim Frühjahrsputz echt helfen») FOTO: CHRISTIN KLOSE

Welche Putzmittel sind sinnvoll?

Im Grunde braucht man nur wenige, effektive Putzmittel. Statt teurer Spezialreiniger tun es oft auch preiswerte Alternativen, so die Verbraucherschützer. Wichtig ist nur, dass Verbraucher die Mittel gezielt und für den richtigen Zweck einsetzen:

- Allzweckreiniger: Er löst Schmutz und Fett, etwa auf glatten Böden und kann gemischt mit Wasser Lichtschalter, Türklinken, Schranktüren und Handläufe hygienisch saubermachen. Er kann auch beim Reinigen des Kühlschranks und Vorratsregals zum Einsatz kommen - am besten alle ein bis zwei Monate.
- Handspülmittel: Es reinigt Töpfe, Geschirr und Oberflächen in der Küche. Durch seine Fett lösende Wirkung kann es oft sogar Allzweckreiniger ersetzen.
- Essigreiniger oder Zitronensäure: Sie entfernen Kalkablagerungen in Küche und Bad sowie hartnäckigen Urinstein im WC. Vorsicht bei säureempfindlichen Materialien wie Marmor oder Naturstein - dafür sind die Mittel nicht geeignet.
- Natron: Dieses unbedenkliche Hausmittel hilft aus Sicht der Verbraucherschützer unter anderem gegen unliebsame Gerüche. So kann man einfach ein Schälchen mit dem weißen Pulver etwa in den Schuhschrank oder Küchenschrank stellen.

Übrigens: Geht es um hartnäckige Verschmutzungen auf unempfindlichen, kratzfesten Materialien, eignen sich Putzsteine oder Wiener Kalk. Damit kann man auch Edelstahl polieren.

Tipp: Beim Kauf von Reinigungsmitteln auf Siegel achten, etwa den „Blauen Engel“ oder das Europäische Umweltzeichen „EU Ecolabel“, schreibt der NABU. Das Label „Ecocert“ steht für biobasierte Reinigungsmittel.

Auf welche Putzmittel sollten Sie besser verzichten?

Auf viele Produkte kann man verzichten - insbesondere, wenn man auf die Gesundheit und die Umwelt achten will. Keimkiller sind nicht empfehlenswert. Desinfektionsmittel, Spezialreiniger oder Produkte mit Bleichmitteln wie Chlor sind in der Regel überflüssig - sie „bringen keinen hygienischen Mehrwert“, so die Verbraucherzentrale NRW.

Auch WC- und Rohr-Reiniger sowie Backofensprays sind laut NABU ätzend und sehr schädlich für die Umwelt. Daher sollte man sie besser nicht verwenden. Ebenso sollte man auf Duftsteine für das WC verzichten. Denn diese haben laut NABU keine reinigende Wirkung, dafür gelangen bei jeder Spülung aber Chemikalien in den Abfluss. Bei Reinigern sollte man ebenfalls darauf achten, dass sie keine „Limonene“ oder andere Duftstoffe enthalten, die die Gewässer schädigen können.

Selbst wenn es muffelt - von Reinigungssprays und Raumdüften rät auch die Verbraucherzentrale NRW ab. Putzmittelsprays können die Atemwege reizen, besonders wenn man damit großflächig Oberflächen einsprüht. Und Raumdüfte und Sprays belasten die Luft in der Wohnung mit Chemikalien. Sie könnten bei Menschen mit Allergien und Asthma etwa Hustenreiz, Atembeschwerden, Kopfschmerzen oder tränende Augen verursachen. Stattdessen besser die Quelle des Miefs beseitigen und gründlich lüften.

Übrigens: Desinfektionsmittel sollten aufgrund von gesundheitlichen Risiken und Umweltbelastung in Privathaushalten nur zum Einsatz kommen, wenn sie ärztlich empfohlen werden, etwa bei Erkrankungen wie Magen-Darm.

Warum Unerledigtes im Urlaub stresst

Ein paar freie Tage, kein Termindruck - eigentlich die perfekte Gelegenheit, um Dinge zu erledigen, die seit Wochen auf der To-do-Liste stehen. Doch genau hier beginnt das Dilemma: Wird der Kurzurlaub so zur verlängerten Arbeitswoche?



Unerledigtes kann uns im Urlaub an der Erholung hindern. FOTO: CHRISTIN KLOSE

„Unerledigte Dinge schwirren oft im Kopf herum“, sagt Maike Sauermann, Wirtschaftspsychologin und Gesundheitswissenschaftlerin bei IFBG (ehemals: Institut für Betriebliche Gesundheitsberatung). Dahinter steckt ein psychologisches Phänomen, das als „Zeigarnik-Effekt“ bekannt ist. Unerledigte oder unterbrochene Dinge bleiben uns demnach besonders präsent im Gedächtnis.

Das kann dazu führen, dass man im Urlaub innerlich unruhig bleibt. Wer ständig an die Steuererklärung oder den ausstehenden Arzttermin denkt, entspannt oft nicht richtig. Ist der Druck hoch, kann es deshalb sinnvoll sein, einen Teil des Liegengebliebenen bewusst anzugehen. „Wenn unerledigte Aufgaben als erdrückend erlebt werden, entlastet es, sie gezielt abzuarbeiten“, so Sauermann.

Allerdings warnt die Gesundheitsexpertin davor, den Urlaub komplett in Pflichterfüllung zu verwandeln. Besser sei ein klarer Rahmen, etwa: „Am Montag von 10 bis 12 Uhr kümmere ich mich um Organisatorisches - danach ist wirklich frei.“ Solche klaren Absprachen mit sich selbst helfen, nicht in einen Dauer-Erledigungsmodus zu rutschen.

Besonders groß ist die Gefahr, wenn der Kurzurlaub zu Hause stattfindet. Im gewohnten Umfeld fallen einem ständig weitere unerledigte Dinge ins Auge: die Schublade, die man schon lange ausmisten wollte, die E-Mails, die noch unbeantwortet sind. Wer in vertrauten Mustern bleibt, gerät schnell in einen Strudel aus „Das mache ich auch noch eben“. „Am Ende kommt die Erholung zu kurz“, so Sauermann. Ein Ortswechsel kann hier helfen, aus gewohnten Mustern auszubrechen: „Wegfahren ist dann eine gute Sache.“

+ NOTDIENSTE AM WOCHENENDE+

APOTHEKEN

PEINE Brücken-Apotheke Tel. (05171) 3244, Bahnhofstr. 5: So. 9-9 Uhr
GROSS BÜLTEN Mickefett-Apotheke Tel. (05172) 13055, Zuckerweg 1: Sa. 9-9 Uhr
WENDEBURG Apotheke Wendeburg Tel. (05303) 2081, Peiner Str. 13: 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.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Glückauf Apotheke auf Telgte
Inh.: Susanne Webersinn
365 Tage immer für Sie da ...
Mo - Sa 8.00 - 20.00 Uhr
So 10.00 - 18.00 Uhr
Lieferdienst von Montag - Freitag
Hannoversche Heerstr. 53
Tel. (05171) 21100
37021501_002425

Mehrgenerationenurlaub? Nicht unbedingt zustimmen

„Lasst uns doch diesmal gemeinsam Urlaub machen“: Manchmal kommt dieser Vorschlag von den Großeltern, die mehr Zeit mit den Enkeln verbringen möchten und das Gefühl haben, im Alltag zu wenig von ihnen mitzubekommen. Manchmal kommt er von den Eltern, die sich Unterstützung bei der Betreuung der Kinder erhoffen und die Aussicht schätzen, Verantwortung teilen zu können.

Hinter der Idee stehen also oft ganz unterschiedliche Erwartungen und Wünsche. Und nicht immer stößt sie bei allen Beteiligten auf Begeisterung – denn so verlockend gemeinsame Familienzeit klingt, sie bedeutet auch, Gewohnheiten, Bedürfnisse und Rollen neu auszuhandeln.

«Man sollte nicht aus Pflichtgefühl zustimmen, und man muss sich für diese Entscheidung auch nicht entschuldigen oder rechtfertigen», sagt Dana Mundt. Die Sozialpädagogin koordiniert bei der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (bke) die Beratungsangebote für Eltern und Jugendliche



Gemeinsam mit der Enkelin baden gehen: Auch wenn die Oma davon träumt, kann es sein, dass ein gemeinsamer Urlaub mit der jungen Familie gerade nicht passt. FOTO: MASCHA BRICHTA

Sie empfiehlt, die Gründe ehrlich zu kommunizieren, am besten „in wertschätzender Verpackung“, beispielsweise mit der Formulierung: „Wir schätzen euch sehr, aber es fühlt sich für uns im Moment noch nicht richtig, noch nicht passend an.“ Das macht deutlich, dass die Absage keine Ablehnung der Person ist, sondern Ausdruck der eigenen Bedürfnisse.

Zugleich könne man Alternativen anbieten, einen Tagesausflug oder ein gemeinsames Wochenende. „Und wenn alle merken, dass es gut läuft, kann man die gemeinsame Zeit vielleicht auch irgendwann auf einen Urlaub ausdehnen“, sagt Mundt. (dpa)



9578701_002426

Die aktuelle Wochenendzeitung

hallo wochenende

Anzeige

Vergessene Schätze – Gesammelte Werke aus dem Schmuckkästchen – Hohe Goldkurse machen Altgold in Braunschweig zum Frühlingsthema

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

März 2026

Aktueller Goldkurs: 4.402,45 EUR/Ounce

Braunschweig. Zum Frühlingsbeginn notiert der Goldkurs weiterhin auf hohem Niveau und reagiert sensibel auf neue Nachrichtenlagen. Für Privathaushalte kann das eine seltene Gelegenheit sein: Was jahrelang ungetragen in Schubladen lag, besitzt heute oft einen überraschend hohen Materialwert. Viele Braunschweigerinnen und Braunschweiger merken erst jetzt, dass kleine Einzelstücke in Summe beachtliche Werte ergeben können. Und genau deshalb lohnt sich gerade in dieser Zeit ein nüchterner Blick auf das, was zu Hause „still mitläuft“.

Denn der Frühlingsbeginn ist für viele auch Frühlingsputz-Zeit. Schmuckkästchen werden geöffnet, alte Schatullen hervorgeholt, Ketten entwirrt, einzelne Ohrringe wiedergefunden, Ringe aussortiert – dazu Münzen, Bruchgold oder Zahngold. Häufig tauchen dabei Stücke auf, die man längst vergessen hatte: ein beschädigtes Armband, ein einzelner Manschettenknopf, eine geerbte Brosche oder ein Ring, der nicht mehr passt. Vieles wird „für später“ aufbewahrt, ohne den tatsächlichen Wert zu kennen – und genau das führt dazu, dass Potenziale jahrelang ungenutzt bleiben.

Genau hier setzt die **Niedersächsische Goldbörse** in Braunschweig an: als bundesweit tätiger **deutscher Fachbetrieb** mit festem Standort in der Stadt und geballter Erfahrung aus vielen Jahren Edelmetallhandel. Wer Werte prüfen lassen möchte, erhält eine nachvollziehbare Einschätzung – fair, ruhig und verständlich erklärt. In der Niedersächsischen Goldbörse wird deshalb transparent erklärt, wie sich ein Preis zusammensetzt und welche Faktoren den Wert beeinflussen. Für viele ist das schon der wichtigste Schritt: weg vom Bauchgefühl, hin zu einer Entscheidung auf Basis nachvollziehbarer Fakten – ob man am Ende behält oder verkauft.



Transparenz zeigt sich auch im Ablauf vor Ort. In der Niedersächsischen Goldbörse steht eine präzise, zerstörungsfreie Prüfung im Vordergrund – auf Wunsch Schritt für Schritt erklärt, ohne Zeitdruck. Gerade ältere Schmuckstücke oder Mischlegierungen lassen sich so verlässlich einordnen, selbst wenn Punzen fehlen oder die Herkunft unklar ist. Viele Kunden schätzen, dass sie nicht „vorbereitet“ kommen müssen: Man kann gemischte Stücke einfach mitbringen, und die Sortierung erfolgt professionell. Ein wichtiger Bestandteil der Bewertung ist die **Röntgenfluoreszenz-Analyse (XRF)**. Dabei wird das Edelmetall **zerstörungsfrei** geprüft, ohne Steine zu lösen oder Schmuckstücke zu beschädigen. So lassen sich auch unbekannte Legierungen, ältere Stücke ohne klare Punze oder Mischmetalle zuverlässig bestimmen – schnell und nachvollziehbar. Das Ergebnis schafft Sicherheit, weil der Wert nicht geschätzt, sondern messbar belegt wird.

Die Experten der Niedersächsischen Goldbörse weisen darauf hin: Rekordstände können schwanken – und wer sich mit dem Thema beschäftigt, möchte oft nicht „irgendwann“, sondern bewusst handeln. Viele nutzen daher den Frühlingsbeginn, um Bestände zu sortieren und Werte prüfen zu lassen. Besonders bei Nachlässen ist Klarheit hilfreich: Was ist reiner Materialwert, was hat Sammlerwert, was gehört als Erinnerung in die Familie? Eine saubere Einordnung nimmt Druck aus der Situation und verhindert vorschnelle Entscheidungen.

Ein entscheidender Qualitätsfaktor ist dabei die **Partnerschaft mit Heimerle + Meule (gegründet 1845)**, der ältesten aktiven Gold- und Silberscheideanstalt Deutschlands. Diese Zusammenarbeit steht für hohe Standards in der Weiterverarbeitung und sorgt dafür, dass Preise marktgerecht und professionell kalkuliert werden. Gerade in einem sensiblen Bereich wie Edelmetallen ist das ein Pluspunkt, weil Kundinnen und Kunden nachvollziehbare Strukturen erwarten – und keine „Schätzungen ins Blaue“. Zusätzlich stärkt eine etablierte Partnerschaft die Prozesssicherheit: vom Ankauf über die Abwicklung bis zur weiteren Verarbeitung.

Und genau hier verbindet sich Frühlingsputz mit einem modernen Gedanken: **Goldrecycling**. Altgold, defekte Ketten, einzelne Ohrringe oder Bruchstücke müssen nicht ungenutzt liegen bleiben – durch die fachgerechte Aufbereitung wird das Material wieder in den Wirtschaftskreislauf zurückgeführt. Das schont natürliche Ressourcen und verringert den Bedarf an Neugewinnung – ein Aspekt, der für viele immer wichtiger wird. Wer Werte realisiert, kann dabei also nicht nur finanziell aufräumen, sondern gleichzeitig seinen Beitrag zu einem verantwortungsvolleren Umgang mit Rohstoffen leisten. Denn Recycling reduziert den CO_2-**Fußabdruck** im Vergleich zur Förderung neuer Rohstoffe merklich.

Der Frühlingsbeginn ist damit nicht nur ein Neustart im Alltag, sondern auch eine Chance, finanzielle Ordnung zu schaffen. Wer beim Aufräumen Gold findet, muss nicht sofort verkaufen – aber sollte es zumindest bewerten lassen. Klarheit ist der erste Schritt zu einer guten Entscheidung: transparent, fair und mit dem sicheren Gefühl, den eigenen Wert zu kennen. Und manchmal entsteht daraus mehr als nur ein Betrag auf dem Papier: nämlich das gute Gefühl, Dinge bewusst zu ordnen – im Schmuckkästchen wie im eigenen Alltag.

Original-Kundenbewertung: Sehr professionelle und kompetente Beratung. Allgemein höfliche und entspannte Atmosphäre. Uns wurde der gesamte Ankaufvorgang erklärt, ohne uns zu drängen zu verkaufen. Die Abwicklung des Ankaufs war schnell erledigt und völlig transparent für uns als Verkäufer. Alles in Allem sind wir sehr zufrieden. Vielen Dank dafür!

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

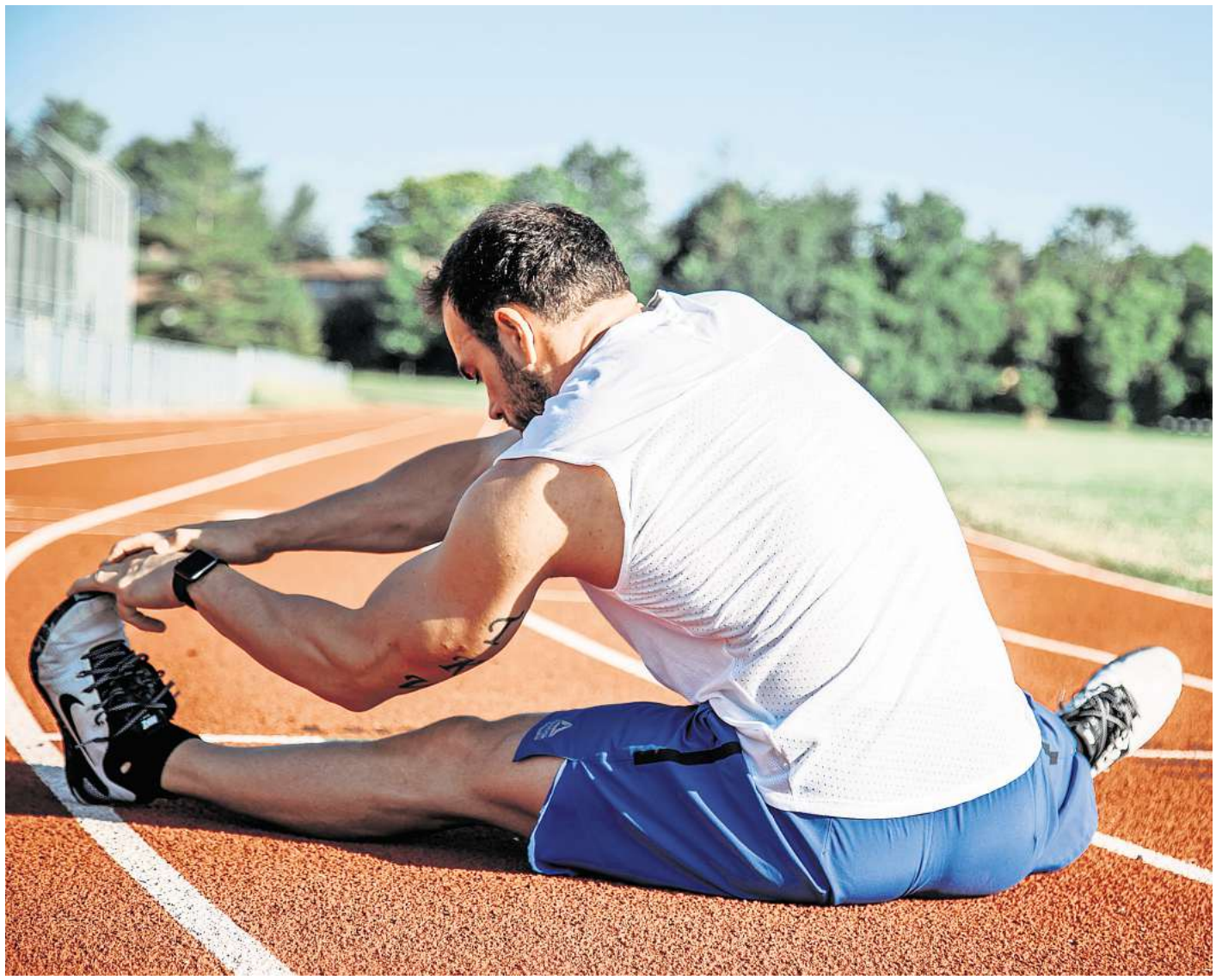
1. Gold, Silber und Platinschmuck wie Ringe, Ketten, Armbänder, Anhänger, Broschen, Königsketten, Bettelarmbänder, Bruchgold und Feuerzeuge.
2. Zahngold mit und ohne Zähne oder im Gebiss, Brücken, Kronen, Inlays oder noch im Gebiss, kleine und große Mengen sauber und verunreinigt.
3. Markenuhren wie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

9634001_002426

Hausmittel im Leistungssport

Senf und Gurkenwasser bei Krämpfen – geheimer Profitipp oder Mythos?

VON HEIDI BECKER



SYMBOLFOTO: ALORA GRIFFITHS / UNSPLASH

Nicht nur Leistungssportler kennen das Problem: Beim Tennis, beim Joggen oder im Fitnessstudio zieht es plötzlich in der Wade, der Muskel verhärtet sich, jeder Schritt tut weh. Ein Krampf. Während Freizeitsportler meist versuchen zu dehnen oder einfach abzuwarten, greifen manche Profis zu ungewöhnlichen Mitteln. So erklärt Eishockey-Star Leon Draisaitl im Eurosport-Interview, er esse auf der Bank Senf, sobald sich ein Krampf ankündige. Der Tennisspieler Carlos Alcaraz wurde bei den Australian Open 2026 beobachtet, wie er im Medical Time-Out Gurkenwasser trank - angeblich wegen eines Krampfes.

Doch können Senf oder Gurkenwasser tatsächlich helfen?

„Es gibt ein paar anekdotische Berichte, dass das wirken kann“, sagt die Ernährungswissenschaftlerin Anja Carlsohn. Studien hätten versucht, diesen Effekt zu überprüfen - mit widersprüchlichen Ergebnissen. Manche Untersuchungen deuteten demnach darauf hin, dass stark gewürzte oder saure Substanzen die Dauer eines Krampfes minimal verkürzen könnten, andere fänden keinen Effekt. „Die Evidenzlage ist uneinheitlich“, so Carlsohn.

Hinzu komme: „Ein Muskelkrampf dauert in der Regel nur wenige Sekunden bis Minuten - und hört oft von selbst wieder auf“. Wer in diesem Moment Senf esse oder Gurkenwasser trinke, könne den natürlichen Verlauf leicht mit einer Wirkung des Hausmittels verwechseln. „Das ist ein bisschen schwierig mit Ursache und Wirkung“, erklärt die Professorin für Ernährungswissenschaft und Sporternährung.

TRP-Rezeptoren im Mund

Hinter Senf oder Gurkenwasser könnte man einen Elektrolyt-Effekt vermuten - schließlich enthalten beide Lebensmittel Natrium. Doch aus Sicht der Expertin ist das unwahrscheinlich. „Die Elektrolyte kommen in dieser kurzen Zeit noch gar nicht im Organismus an“, erklärt sie. Bis Natrium im Magen aufgenommen und im Körper verteilt sei, vergehe deutlich mehr Zeit, als ein akuter Krampf normalerweise dauere.

Als mögliche - bislang nicht eindeutig bewiesene - Erklärung wird Carlsohn zufolge ein anderer Mechanismus diskutiert: sogenannte TRP-Rezeptoren in der Mundhöhle. Sie reagieren auf scharfe oder saure Reize. „Die Überlegung ist, dass dieser sensorische Reiz reflektorisch eine Fehlschaltung im Muskel lösen könnte“, sagt Carlsohn. Muskelkrämpfe seien letztlich eine „neuromuskuläre Fehlkopplung“ - eine Art Fehlschaltung von Synapsen. „Der Muskel kontrahiert dann ohne Befehl von oben“, erklärt sie. Ob dieser Reflex tatsächlich eine Rolle spielt, ist jedoch nicht abschließend geklärt.

Überforderung einzelner Muskelgruppen

Auch aus sportmedizinischer Sicht steht weniger der Mineralstoffhaushalt als vielmehr die Ermüdung der Muskulatur im Vordergrund. „Belastungsbedingte Muskelkrämpfe sind nach heutigem Stand in erster Linie ein neuromuskuläres Ermüdungsphänomen“, sagt Hans-Georg Predel, Leiter des Instituts für Kreislaufforschung und Sportmedizin an der Deutschen Sporthochschule Köln. Wenn ein Muskel unter extremer Belastung die hemmende Kontrolle verliere, steige seine Erregbarkeit - es komme zur unwillkürlichen Dauerkontraktion. Elektrolytverschiebungen könnten diesen Prozess zwar verstärken, stünden Predel zufolge aber nicht im Zentrum.

Warum es selbst Top-Athleten trifft? „Im Wettkampf bewegen sich selbst hervorragend trainierte Athletinnen und Athleten oft über dem Bereich, den sie im Training realistisch simulieren können“, erklärt Predel. Ein Krampf sei deshalb häufig kein Zeichen schlechter Vorbereitung, sondern Ausdruck einer akuten situativen Überforderung einzelner Muskelgruppen. „Die wichtigste Stellschraube ist nicht das ‚Nachsalzen‘, sondern die spezifische Ermüdungsresistenz der wettkampfrelevanten Muskulatur“, sagt Predel. Wer Belastungsspitzen trainiere, senke das Risiko deutlich - ganz ausschalten lasse es sich jedoch nie.

Und auch bei Senf oder Gurkenwasser sieht der Mediziner keinen klassischen Mineralstoff-Effekt: „Wenn Senf oder Gurkenwasser helfen, dann wohl kaum wegen der Mineralstoffe, sondern primär wegen starker sensorischer Reize im Mund-Rachen-Raum. Das ist eher Neurophysiologie als Hausmittel-Magie.“

Leichtes, vorsichtiges Dehnen

Ein weiterer verbreiteter Mythos: Muskelkrämpfe entstehen vor allem durch Magnesiummangel. „Das wird total überschätzt“, sagt Carlsohn. Solange kein ausgeprägter Mangel vorliege, spiele Magnesium bei akuten belastungsbedingten Krämpfen kaum eine Rolle. Auch eine zusätzliche Einnahme im Moment des Krampfes löse das Problem nicht. Stattdessen handelt es sich meist um ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren. Intensive Belastung, Ermüdung der Muskulatur und mitunter Elektrolytverschiebungen durch starkes Schwitzen. „Meistens ist das ein komplexes System“, so die Expertin. Carlsohn räumt direkt mit einem weiteren Gerücht auf: Wer viel trinkt, bekommt keine Muskelkrämpfe. „Nur mehr zu trinken, reicht nicht aus - zumal Wasser selbst keine Elektrolyte enthält“.

Was also tun, wenn der Muskel plötzlich dichtmacht? Zunächst sollte die Belastung beendet werden. Leichtes, vorsichtiges Dehnen der betroffenen Muskulatur kann helfen, die Kontraktion zu lösen. In den meisten Fällen verschwindet der Krampf nach kurzer Zeit von selbst. Treten Krämpfe regelmäßig an derselben Stelle auf, empfiehlt Carlsohn eine sportärztliche Abklärung.

Reiner Placeboeffekt?

Und Senf oder Gurkenwasser? Empfehlen würde Carlsohn es nicht ausdrücklich. „Ich würde jetzt aber auch nicht dringend davon abraten“, sagt sie. Ein Löffel Senf sei in der Regel unproblematisch. Von regelmäßigem Gurkenwasser-Konsum rät sie im Freizeitbereich eher ab - wegen des hohen Salzgehalts und möglicher Auswirkungen auf den Blutdruck. Wer im Wettkampf dennoch darauf setzt, könne es ausprobieren. „Der Placeboeffekt ist ja auch etwas.“

Langfristig bleibt jedoch entscheidend, was ohnehin gilt: eine ausgewogene Ernährung, ausreichende Flüssigkeitszufuhr, gute Trainingssteuerung und ein angepasstes Aufwärmen, so die Expertin. Einen hundertprozentigen Schutz vor Muskelkrämpfen gibt es nicht - weder im Fitnessstudio noch im Profisport.

Neue Generation des Mazda CX-5 startet im April

Mazda erneuert seinen Bestseller und bringt im April die dritte Generation des CX-5 in den Handel. In Radstand und Länge um jeweils rund zwölf Zentimeter gewachsen und mit einem größeren Motor bestückt, steigen auch die Preise.

Sie starten dem Hersteller zufolge künftig bei 34.990 Euro. Berücksichtige man allerdings die bessere Ausstattung, werde das Auto im Endeffekt sogar um zehn Prozent billiger, argumentieren die Japaner.

Mehr Platz und ein neues Cockpit

Jetzt 4,69 Meter lang und etwas sehniger gezeichnet als früher, bietet der Konkurrent für Autos wie Ford Kuga und Toyota RAV-4 vor allem Hinterbänklern mehr Platz und obendrein einen größeren Kofferraum. Dieser fasst laut Mazda nun 583 bis 2.019 Liter. Außerdem haben die Japaner ein neues Cockpit mit größerem Bildschirm und leistungsfähigerer Google-Software eingebaut.

Als einzigen Motor gibt es einen auf 2,5 Liter vergrößerten Vierzylinder mit nun 104 kW/141 PS und Front- oder Allradantrieb, den ein Mildhybrid und eine Zylinder-Abschaltung besonders effizient machen soll. So ist er zwar bis zu 195 km/h schnell, soll aber im Zusammenspiel mit der serienmäßigen ebenfalls überarbeiteten Sechsstufen-Automatik aber nur 7,3 Liter verbrauchen (CO2-Ausstoß 157 g/km).



Mehr Platz und Komfort: Der neue Mazda CX-5 bietet mehr Beinfreiheit und einen größeren Kofferraum mit bis zu 2.019 Litern Volumen. FOTO: MAZDA

Wer komplett auf Strom setzen möchte, den bitten die Japaner noch um etwas Geduld: Später im Jahr bringen sie mit dem CX-6e für etwa 50.000 Euro aufwärts ein ähnlich großes SUV mit Batterie statt Benzintank und einer Reichweite von knapp 500 Kilometern. (dpa)

Urteil zeigt: Datenschutzrechte sind nicht vererbbar

Wem durch einen Datenschutzverstoß ein materieller oder immaterieller Schaden entsteht, hat laut Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) das Recht auf Beschwerde - und Schadenersatz. Entsprechende Ansprüche können Betroffene aber nur selbst einfordern. Nach dem Tod werden diese Ansprüche nicht weitervererbt, zeigt eine Entscheidung des Oberverwaltungsgerichts Koblenz (Az. 10 A 11059/23.OVG), auf die das Rechtsportal anwaltauskunft.de hinweist.

In dem konkreten Fall hatte eine Witwe gegen die Einstellung eines datenschutzrechtlichen Beschwerdeverfahrens geklagt, in dem es um Daten ihres verstorbenen Ehemanns ging. Sie hatte sich bei der zuständigen Datenschutzaufsichtsbehörde darüber beschwert, dass medizinische Unterlagen ihres Ehemanns zwischen Ärzten ausgetauscht worden seien. Die Behörde sah darin keinen Datenschutzverstoß und stellte das Verfahren ein.

Datenschutzrechte stehen alleine Betroffenen zu

Gegen die Einstellung des Verfahrens wollte sich die Frau wehren. Sie war der Auffassung, als Alleinerbin ihres verstorbenen Mannes dessen Datenschutzrechte wahrnehmen zu können. Das Oberverwaltungsgericht wies die Klage allerdings ab und stellte klar, dass das Beschwerderecht bei der Datenschutzbehörde ausschließlich der betroffenen Person selbst zusteht.

Als betroffen gilt nur, wessen personenbezogene Daten verarbeitet wurden. Da sich die Beschwerde nur auf die Daten des verstorbenen Ehemanns bezogen, sei die Klägerin selbst keine betroffene Person im Sinne der Datenschutzgrundverordnung, so das Gericht. Auch als Erbin könne man das Beschwerderecht nicht geltend machen, weil dieses nicht vererblich ist. Die DSGVO schützt grundsätzlich nur lebende natürliche Personen. Mit dem Tod des Ehemanns endete darum auch dessen Schutz. (dpa)



Die DSGVO schützt grundsätzlich nur lebende natürliche Personen. Nach dem Tod werden Ansprüche auf Schadenersatz nicht weitervererbt. FOTO: DAVID-WOLFGANG EBENER

Anzeige

Start in die neue Campingsaison mit starken Neuigkeiten



Wohnwagen Bodenburg startet mit frischem Rückenwind in die neue Campingsaison. Das familiengeführte Traditionsunternehmen aus der Region steht seit 1975 für Kompetenz und Qualität rund um Wohnwagen, Reisemobile und Anhänger.

Neu im Sortiment: Ab sofort ist Wohnwagen Bodenburg offizieller Händler der Marke **Weinsberg**. Die modernen Wohnwagen und Reisemobile überzeugen durch durchdachte Grundrisse, zeitgemäßes Design und ein attraktives Preis-Leistungs-Verhältnis. Damit erweitert das Unternehmen sein Angebot neben den bewährten Modellen von **Hobby** um eine weitere starke Marke im Bereich mobiles Reisen.

Auch im Servicebereich gibt es erfreuliche Neuigkeiten: Die neue, moderne Werkstatthalle wurde erfolgreich fertiggestellt. Mit erweiterten Kapazitäten, moderner Technik und optimierten Arbeitsabläufen bietet Wohnwagen Bodenburg seinen Kundinnen und Kunden nun noch schnellere Termine, mehr Servicekomfort und höchste Qualitätsstandards.

Ob Fahrzeugkauf, Werkstattservice oder Zubehör – bei Wohnwagen Bodenburg finden Kundinnen und Kunden kompetente Beratung, starke Marken und einen Service, auf den man sich verlassen kann.

WOHNWAGEN-BODENBURG.DE / Bierstr. 118 Groß Lafferde B1

HOBBY & WEINSBERG REISEMOBILE & CARAVANS
UNSINN/SARIS/STEMA-PKW-ANHÄNGER

Frühlingsfest 25.+26. April



FINANZIERUNG & ANKAUF INZAHLUNGNAHMEN

„Gebrauchte" Wohnwagen und Reisemobile mit Garantie!
Meisterwerkstatt * eigene TÜV-Station
Telefon: 0 51 74 800 880

Geöffnet: MO–FR 9–18, SA 9–13
Sonntags – Schautag 11 – 16 Uhr

Jetzt auch Weinsberg-Vertragshändler

Unsere Frühlingsangebote für Sie:

Weinsberg Pepper 600 MF/ MEG	~~70.069,- €~~ **NEU 61.900,- €**
Weinsberg Spicy 650 MEG	~~75.290,- €~~ **NEU 70.500,- €**
Hobby Ontour C 680 GE	~~81.861,- €~~ **NEU 74.900,- €**

Ständig mehr als 100 Fahrzeuge sofort verfügbar.
Unsere Frühlingsangebote und viel mehr stark reduzierte Eröffnungspreise in unserer neuen, modernen Werkstatt!

9422801_002426

Dieser Mercedes-Truck setzt auf Wasserstoff

Daimler Truck setzt auf Dampf statt Dieselqualm. Denn parallel zum elektrischen Lastwagen entwickelt der Nutzfahrzeugkonzern für den Schwerverkehr auch die Brennstoffzelle zur Serienreife. So wollen die Schwaben lokal emissionsfreie Mobilität auf der Langstrecke bieten und den Aktionsradius des Mercedes eActros glatt verdoppeln: Bis zu 1.000 Kilometer soll der voll beladen 42 Tonnen schwere NextGenH2-Truck schaffen, bevor seine 85 Kilo großen Wasserstofftanks wieder gefüllt werden müssen.

Genau wie der rein elektrische eActros fährt auch der Wasserstoff-Actros laut Hersteller mit einem E-Motor, der hier bis zu 375 kW/510 PS leistet. Aber wo beim elektrischen Laster eine Batterie von 600 kWh an Bord ist, gibt es hier nur etwa 100 kWh als Pufferspeicher. Die Hauptlast tragen zwei Brennstoffzellen von 150 kW/204 PS, in denen der Wasserstoff zu Wasserdampf reagiert und der Strom zum Fahren entsteht.

Noch gibt es beim Preis für Fahrzeug und beim Treibstoff Hürden

Zwar hat sich die Technik mittlerweile auf vielen 100.000 Kilometern bewährt. Doch nicht nur ist der Fahrzeugpreis bislang offenbar so hoch, dass Daimler Truck dazu noch keine Angaben macht. Sondern auch der Wasserstoffpreis von aktuell 11 bis 13 Euro müsse sich mehr als halbieren für einen rentablen Betrieb, räumen die Schwaben ein. Außerdem gibt es für den auf -253 Grad herabgekühlten Flüssigtreibstoff aktuell nur zwei Tankstellen in Deutschland, während für einen flächendeckenden Betrieb mindestens fünf nötig seien, so die Entwickler weiter.

Dennoch wollen Daimler Truck ab dem Jahresende die ersten 100 Fahrzeuge in Kleinserie an Kunden ausliefern. Bis der Wasserstoff-Actros neben E-Modell und Diesel regulär im Katalog steht, werde es aber bis in die frühen 2030er-Jahre dauern. (dpa)



Große Reichweite für schwere Lasten: Daimlers NextGenH2-Truck fährt mit Wasserstoff statt Diesel und schafft mit vollen Tanks bis zu 1.000 Kilometer am Stück. FOTO: DAIMLER AG

JETZT ONLINE: NEUE FOLGE, NEUER YOUTUBE-KANAL

GESUND GEHÖRT

EUER VIDEOPODCAST
RUND UM DAS THEMA GESUNDHEIT

BURNOUT
RICHTIG VERSTEHEN

ARLETT DÜKER & NAIEL ARAFAT

Jetzt auf unserem neuen YouTube-Kanal ansehen!
www.youtube.com/@gesundgehoert

Mehr Infos:
www.paz-online.de/gesundgehoert

powered by
PAZ Südstadt Apotheke

Enthält bezahlte Werbung. Die Redaktion der Peiner Allgemeinen Zeitung hat keinen Einfluss auf den Inhalt des Podcasts.

8721501_002426

Verona Pooths Ehemann bei Sohn Rocco in Dubai

Verona Pooths Ehemann Franjo hat Sohn Rocco (14) in Dubai nach einer längeren Odyssee in die Arme schließen können. „Endlich wieder vereint“, postete Moderatorin Pooth (57) in ihrem Instagram-Account und zeigte ein Foto, auf dem sich Vater und Sohn in den Armen liegen.

Die Pooths waren aus ihrer Wahlheimat Dubai zu einem Gerichtstermin nach Düsseldorf gereist, als wegen der Eskalation des Nahost-Konflikts viele Staaten in der Region ihren Luftraum schlossen. Der 14-jährige Sohn war in Dubai geblieben, wo Raketen einschlugen und Explosionen zu hören waren.

Rocco hielt sich nach Angaben von Pooth zusammen mit der Freundin seines großen Bruders Diego in Dubai auf. Dass die 23-jährige Louisa bei ihrem Sohn sei, sei ein großes Glück, hatte Verona Pooth gesagt.

Ehemann Franjo hatte auf dem Weg zum Sohn 18 Stunden in Istanbul festgesessen. Sein Flug nach Riad (Saudi-Arabien) war gestrichen worden. Auch ein Flug nach Kairo war kurzfristig storniert worden. Er wollte stattdessen über den Oman und dann mit einem Auto nach Dubai reisen. (dpa)



Franjo Pooth und Verona Pooth nehmen am roten Teppich der Bertelsmann Party 2025 teil. Das Unternehmen mit Sitz in Gütersloh lädt Vertreter aus Unterhaltung, Kultur und Politik in seine Hauptstadtvertretung ein. FOTO: FABIAN SOMMER

Was hinter „Mir ist sooo langweilig“ steckt

Haben Sie auch das Gefühl, Ihr Kind kann sich zu Hause nie alleine beschäftigen? Schon in kurzen Zeitfenstern ohne Entertainment ertönt aus dem Kindermund ein „Mir ist ja so langweilig!“.

Dahinter stecke oft ein Bedürfnis nach Nähe, erklärt die Psychologin Fabienne Becker-Stoll in der Zeitschrift „Apotheken Umschau Eltern“ (Ausgabe 03/2026). Viele vermeintlich gelangweilte Kinder möchten „schlicht in Verbundenheit spielen“, so die Direktorin des Staatsinstituts für Frühpädagogik und Medienkompetenz.

Eltern sollten den Ausruf der Langweile daher nicht als Aufforderung interpretieren, doch bitte beschäftigt zu werden. Manchmal reicht es schon, gemeinsam ein Spiel zu beginnen oder zusammen den ersten Turm aus Bausteinen zu bauen. Danach würden Kinder „sehr schnell in ihre eigene Entdecker:innenwelt übergehen“, so Becker-Stoll.

Die Expertin empfiehlt Eltern, den Satz „Mir ist langweilig“ eher als Einladung zu verstehen, gemeinsam herauszufinden, worauf das Kind wirklich Lust hat. So bringe man dem Kind direkt auch Kompetenz im Umgang mit den eigenen Gefühlen bei. (dpa)



Papa, mir ist langweilig! Langeweile als Nähebedürfnis: Oft suchen Kinder bei Langeweile keine Beschäftigung, sondern Verbundenheit.

FOTO: ANNETTE RIEDL

AnzeigenSpezial

Ihre Nachrichten. Ihr Tablet. Ihr Geschenk.

Jetzt PAZ Digital inklusive Tablet und 200 Euro geschenkt!

Peine. Mit unseren attraktiven Bundle-Angeboten verbinden Sie die digitale Ausgabe Ihrer Peiner Allgemeinen Zeitung (E-Paper) mit einem hochwertigen Tablet von Samsung oder Apple – für ein modernes und komfortables Leseerlebnis. Zur Auswahl stehen das Samsung Galaxy Tab A11+, ein iPad (11. Gen) sowie das Samsung Galaxy Tab S10 Lite inkl. Pencil. So bleiben Sie jederzeit bestens informiert über Peine, die Region und das Weltgeschehen – und das sogar schon am Vorabend ab 20 Uhr, denn die digitale Ausgabe der PAZ von morgen steht bereits ab diesem Zeitpunkt zur Verfügung.

Das Tablet begleitet Sie von Beginn an – und ist selbstverständlich nicht nur geliehen, sondern gehört nach 24 Monaten Ihnen. Sie lesen flexibel zu Hause oder unterwegs und genießen dabei die gewohnte Qualität Ihrer Zeitung in digitaler Form. Darüber hinaus erhalten Sie uneingeschränkten Zugang zu allen Artikeln, Podcasts, Videos und Services auf PAZ-online.de sowie in der App. Auch die PAZ am Sonntag, das digitale Rätselmagazin und ausgewählte Sondermagazine sind im Paket enthalten.

Als besonderes Extra erhalten Sie für die Bestellung eine Prämie in Höhe von 200 Euro. Dieses Angebot gilt nicht nur für Neuabonnentinnen und Neuabonnenten, sondern ebenso für bestehende Bezieherinnen und Bezieher der gedruckten Ausgabe, die auf digitales Lesen umsteigen möchten.

Das Komplettpaket ist schon ab 48,90 Euro monatlich erhältlich, zuzüglich einer einmaligen Gerätezuzahlung ab nur 1 Euro. Die Mindestlaufzeit beträgt 24 Monate.

Bestellen Sie bis zum **27. April 2026** unter abo.PAZ-online.de/geschenkt und sichern Sie sich Ihr Tablet inklusive 200 Euro Prämie. Bei Fragen erreichen Sie das Team der Peiner Allgemeinen Zeitung unter 05171/ 406 176.

5420601_002426



So versüßen wir Bienen und Co. den Start in den Frühling

Frühblüher sorgen bereits zum Frühlingsanfang für erste Farbtupfer im Garten und auf dem Balkon. Doch sie sind weit mehr als nur hübsche Frühlingsboten: Schon jetzt sind die ersten Hummelköniginnen und Zitronenfalter unterwegs - und auf Nahrungssuche. Diese Insekten sind auf frühe Blüten angewiesen. Neben krautigen Pflanzen spielen auch Gehölze dabei eine wichtige Rolle.

Der Nabu rät deshalb, Frühblüher nicht allein nach ihrem Aussehen auszuwählen, sondern vor allem danach, welchen Nutzen sie für Insekten haben. Beispiele für insektenfreundliche Frühblüher:

- Krautige Pflanzen: Frühlings-Krokusse, Winterlinge, Schneeglöckchen
- Gehölze: Hasel, Kornelkirsche, Seidelbast, Weidenkätzchen

Nicht alles, was früh im Jahr blüht, ist wertvoll für Insekten. Die Forsythie etwa steht in vielen Gärten und blüht schon ab März in ihrem fröhlichen Gelb. „Allerdings haben die Blüten keinen Pollen oder Nektar, damit sind sie für Insekten nutzlos“, so Silvia Teich vom Nabu. Eine Alternative ist die Kornelkirsche, die ebenfalls schön gelb blüht und Insekten reichlich Nahrung bietet.



Frühe Tankstelle: Krokusse versorgen Bienen schon am Frühlingsanfang mit Pollen und Nektar. FOTO: JULIAN STRATENSCHULTE

Primeln als Insektenmagnet

Frühlingsprimeln überzeugen mit einer großen Farbpalette: Wer sich jetzt diese Blumen für Garten oder Balkon holt, kann beim Kauf auch an Bienen und andere Insekten denken.

Der Nabu empfiehlt dafür, zu einheimischen Arten wie „Primula veris“, „Primula elatior“ und „Primula vulgaris“ zu greifen. Sie sind robust und liefern reichlich Nektar und Pollen.

Bei Labels wie „insektenfreundlich“ oder „bienenfreundlich“ sollte man übrigens aufpassen. „Darauf kann man sich leider nicht immer verlassen“, so Silvia Teich. Am besten informiert man sich vor dem Besuch im Baumarkt oder Gartencenter gut, welche Pflanzen Insekten wirklich helfen.(dpa)

+++ 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
Fedelhören 12
28203 Bremen
WIR SIND FÜR SIE VOR ORT IN
HANNOVER
CALENBERGER ESPLANADE I-8
Bundesweit 42 Standorte
Qualitätsbarren & -münzen
Schnelle & professionelle Abwicklung
Anonymer Goldkauf
Beste Preise für Ihr Altgold
www.ophirum.de
9694001_002626

ANZEIGE

2x2 Tickets für VfL Wolfsburg gegen Werder Bremen zu gewinnen!

Peine. Am 21. März empfängt der VfL Wolfsburg Werder Bremen in der Volkswagen Arena. Anpfiff der Partie ist um 15:30 Uhr. Erleben Sie spannende Bundesliga-Atmosphäre live im Stadion und seien Sie hautnah dabei! Die Aller-Zeitung, Wolfsburger Allgemeine Zeitung und Peiner Allgemeine Zeitung verlosen gemeinsam mit Hallo Wochenende 2x2 Tickets für das Spiel. Zur Teilnahme scannen Sie einfach den QR-Code und hinterlassen Sie Ihre Kontaktdaten auf der Gewinnspielseite. Teilnahmeschluss ist der 17. März 2026, 12 Uhr. Wir wünschen Ihnen viel Glück!

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

8345701_002426



Foto: IMAGO/SEBASTIAN PRIEBE

Magischer Wintertraum in Finnisch Lappland

Direktflug ab Braunschweig ins Winterwunderland der Nordlichter

170 begeisterte Gäste – jetzt neu für 2027 buchbar

Nach dem überwältigenden Erfolg im Januar 2026 hebt Fuhrmann Mundstock – *Mein Reiseprofi* erneut exklusiv ab Braunschweig nach Finnisch Lappland ab. 170 Gäste durften auf dem ersten exklusiven Vollcharterflug nach Kuusamo ein Wintermärchen erleben – und kehrten durchweg begeistert zurück.

Prokurist und Touristik-Leiter Thomas Schiffner begleitete die Reise persönlich von Anfang bis Ende und war selbst tief beeindruckt: „Es war eine der schönsten Reisen, die ich je erleben durfte. Diese besondere Stille der verschneiten Wälder, das Leuchten der Polarlichter am Himmel und die Herzlichkeit der Menschen – Lappland berührt auf eine ganz besondere Art. Für mich war es nicht nur eine Reise, sondern ein echtes Herzensprojekt."

Aufgrund des großen Erfolges bietet Fuhrmann Mundstock diese einzigartige Reise erneut an:

11.01. – 16.01.2027

22.03. – 27.03.2027 **TIPP: *Ferientermin***

Winterwunder im Norden – Finnisch Lappland im 4★ Holiday Club Tropiikki in Kuusamo

Wenn Schneekristalle in der klaren Polarluft glitzern und sich die Landschaft in ein endloses Weiß verwandelt, beginnt das arktische Wintermärchen. Ziel ist erneut Kuusamo – eingebettet zwischen dem Nationalpark Oulanka und dem Wintersportgebiet Ruka.

Das 4★ Holiday Club Tropiikki verbindet nordische Gemütlichkeit mit modernem Komfort und bietet den perfekten Ausgangspunkt für unvergessliche Erlebnisse.

Wellness unter Polarlichtern

Ein besonderes Highlight ist der großzügige SPA-Bereich. Während draußen die Temperaturen weit unter dem Gefrierpunkt liegen, genießen Gäste wohltuende Wärme in Pools und Saunen. Und mit etwas Glück tanzen am Abend die Polarlichter über den Himmel – ein Moment, der für viele Gäste 2026 zum emotionalen Höhepunkt wurde.

„Als wir gemeinsam draußen standen und die Nordlichter in Grün- und Lilatönen über uns schwebten, war es mucksmäuschenstill – man hat förmlich gespürt, wie besonders dieser Augenblick ist", erinnert sich Thomas Schiffner.

Vom gemütlichen Hotelzimmer bis zum eigenen Ferienhaus

Die komfortablen Hotelzimmer überzeugen mit warmen Farben, skandinavischem Design und moderner Ausstattung. WLAN, Flachbildfernseher und stilvolle Bäder sorgen für Behaglichkeit – einige Zimmer bieten sogar direkten Zugang zum SPA-Bereich.

Familien oder Gäste mit Wunsch nach mehr Privatsphäre wählen eines der Ferienapartments oder ein Ferienhaus mit eigener Küche, mehreren Schlafzimmern und privater Sauna – perfekt zum Aufwärmen nach einem Tag im Schnee.

Viele unvergessliche Erlebnisse bereits inklusive

Das Besondere: Diese Reise ist komplett durchorganisiert und enthält bereits zahlreiche hochwertige Aktivitäten:

- Besuch einer Rentierfarm mit Schlittenfahrt
- Hundeschlittenfahrt durch die verschneite Winterlandschaft
- Schneeschuhwanderung durch die arktische Natur
- Traditioneller Saunagang mit Eisbaden im See
- alle Transfers und geführten Ausflüge
- ausgewählte Unterkünfte und nordische Küche
- kostenfreier Eintritt zu Schwimmbad, Sauna- und Fitnessbereich
- tägliche Reiseleitersprechstunde im Hotel
- persönliche Reisebegleitung durch Fuhrmann Mundstock

„Wir wollen keine Standardreise anbieten, sondern ein echtes Rundumprogramm", so Thomas Schiffner. „Jede Aktivität wurde von uns persönlich geprüft. Die strahlenden Gesichter unserer Gäste haben uns gezeigt: Es war genau richtig." Der komfortable Nonstop-Sonderflug startet erneut direkt ab Braunschweig – ohne Umsteigen, ohne lange Wege, entspannt von Beginn an. Ein Rundum-Sorglos-Paket mit persönlicher Reisebegleitung aus der Region.

Sichern Sie sich jetzt Ihren persönlichen Wintertraum für 2027!

Weitere Informationen erhalten Sie unter

www.fumu-reisen.de

telefonisch unter **0531 – 250 99 30** (Mo. – Fr. 09:00 – 17:00 Uhr)

oder in vielen guten Reisebüros.





FUHRMANN MUNDSTOCK *Mein Reiseprofi*

2 % Frühbucherrabatt *
Haustürservice zubuchbar!
Zustieg auch in Peine



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

Winterzauber in Finnisch Lappland

6 Tage Flugreise

Schnee und Eis in Kuusamo

Leistungen

- Exklusiver Flug ab/bis Braunschweig
- Transfer Flughafen-Hotel-Flughafen
- 5 x Übernachtung mit Frühstück im Holiday Club Kuusamo Tropiikki
- kostenfreier Eintritt zu Schwimmbad, Sauna- und Fitnessbereich
- tägliche Reiseleitersprechstunde im Hotel
- Reisebegleitung durch Fuhrmann Mundstock Reisen ab/bis Flughafen Braunschweig
- Schnuppersauna am See
- geführte Schneeschuhwanderung durch die Winterlandschaft mit Ausrüstung
- Hundeschlittenfahrt 5 km
- Ausflug Rentierfarm inkl. kurzer Schlittenfahrt

Termin 11.01. – 16.01.27 **ab 1.899,- €**

Preise pro Person

Doppelzimmer	ab 1.959,- €
Doppelzimmer zur Alleinnutzung	ab 2.299,- €
Familienzimmer	ab 1.959,- €
Appartement 2 Personen	ab 2.149,- €
Appartement 3 Personen	ab 2.059,- €
Appartement 4 Personen	ab 1.899,- €
Ferienhaus 2 Personen	ab 2.159,- €
Ferienhaus 3 Personen	ab 2.089,- €
Ferienhaus 4 Personen	ab 1.940,- €

Termin 22.03. – 27.03.27 **ab 1.999,- €**

Preise pro Person

Doppelzimmer	ab 1.999,- €
Doppelzimmer zur Alleinnutzung	ab 2.335,- €
Familienzimmer	ab 1.999,- €
Appartement 2 Personen	ab 2.199,- €
Appartement 3 Personen	ab 2.099,- €
Appartement 4 Personen	ab 1.999,- €
Ferienhaus 2 Personen	ab 2.210,- €
Ferienhaus 3 Personen	ab 2.099,- €
Ferienhaus 4 Personen	ab 1.999,- €



Aufpreise

Haustürservice	100,- €
Flughafentransfer ab/bis Braunschweig	40,- €
5 x Abendessen im Hotel	190,- €
Ermäßigung 0 – 4 Jahre	-270,- €
Ermäßigung 5 – 11 Jahre	-210,- €
Ermäßigung 12 – 13 Jahre	-150,- €

Fakultative Ausflüge
Bis 6 Wochen vor Abreise zubuchbar!

Schlittenfahrt im Anhänger	115,- €
Ausflug Rovaniemi Weihnachtsmanndorf	100,- €
Ausflug Rovaniemi Weihnachtsmanndorf (Kind)	50,- €
Aufpreis 1,5 km Rentierschlittenfahrt	50,- €
Pferdeausritt in die Natur	220,- €
Motorschlittenfahrt Einsteiger 2 Personen	150,- €
Motorschlittenfahrt Einsteiger 1 Person	185,- €
Aufpreis Hundeschlittenfahrt 10 km	125,- €
River Floating	125,- €
Eiskarting	115,- €
Winterkleidung (Leihgebühr)	110 ,- €
Übernachtung Glasvilla 2er Belegung	420 ,- €

Termine

11.01. – 16.01.27
22.03. – 27.03.27

Reisecode: FIN-LAPP

Highlights

- Direkflug ab/bis Braunschweig
- Besuch einer Rentierfarm
- Huskys erleben bei einer Schlittenfahrt
- Bei Gästen beliebte Tour

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@reisebuero-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.

Kleine Frühlingscheckliste fürs Wohnmobil

Wer sein Wohnmobil über den Winter eingemottet hat, dürfte in den letzten Tagen mancherorts unruhig geworden sein. Der Frühling ist da und erste Touren locken. Doch vor der ersten Ausfahrt gibt es ein paar Dinge zu tun. Der ADAC Hessen-Thüringen hat Tipps parat:

Wer die Batterie vor dem Winter ausbaute, muss diese nun wieder einsetzen und aufladen, falls sie nicht an einem Ladungserhaltungsgerät angeschlossen gewesen war. Der nächste Blick gilt technischen Geräten wie Kühlschrank und Warmwasserboiler. Ist die normale Funktion noch gegeben?



Das gute Wetter lockt: Bevor es losgeht, sollten die Batterien eingebaut, aufgeladen und technische Geräte sowie Reifen und Flüssigkeitsstände gründlich überprüft werden. FOTO: SWEN PFÖRTNER

Flüssigkeiten nachfüllen und richtig Druck machen

Auch andere Prüfpunkte - vom Blinker und Licht bis zur Klimaanlage, Lüftung und Heizung - gehören zum Check. Dann müssen die Füllstände kontrolliert und aufgefüllt werden: Wie sieht es bei Motoröl und Kühlwasser aus? Wer hier nicht prüft und gegebenenfalls nachfüllt, riskiert Schäden. Funktionieren die Bremsen noch einwandfrei, ist ausreichend Bremsflüssigkeit vorhanden? Bei Bedarf nachfüllen.

Bevor man den Sommerscheibenreiniger einfüllt, sollte mit Frostschutz vermengtes Wischwasser vollständig geleert werden - also möglichst schnell leerspritzen. Denn Winterfrostschutz hat meist einen Alkoholanteil und eignet sich nicht zur Beseitigung von Verschmutzungen im Sommer – etwa durch Insekten oder Vogelkot. Die Vermischung von Winter- und Sommerzusatz könne zu einer Verminderung der Wirkung führen, so der ADAC.

Bei den Rädern ist ein Blick auf die Reifen und den richtigen Fülldruck wichtig. Ist noch genug Profil vorhanden? Und sind die Reifen vielleicht schon zu alt? Das Alter lässt sich am vierstelligen Ende der DOT-Nummer an der Flanke ablesen – sie steht für Produktionswoche und Jahr, „0522“ etwa für die fünfte Woche im Jahr 2022.

Der Club rät, Reifen unabhängig vom Profil spätestens nach acht bis zehn Jahren auszutauschen. Denn selbst ungenutzte und gut gelagerte Reifen altern. So härtet beispielsweise die Gummimischung über die Zeit aus, so der Verkehrsclub. Die Folge ist eine Verschlechterung der technischen Eigenschaften des Reifens, etwa hinsichtlich Grip und Bremsweg bei Nässe.

Auf Sauberkeit und Dichtigkeit prüfen

Bestenfalls haben Campingfreunde die Wassertanks und -leitungen schon vor dem Einwintern gereinigt. Aber auch dann sollte vor dem ersten Gebrauch eine kurze Reinigung erfolgen. Denn in der Pause könnten sich Bakterien gebildet haben.

Bei der Gasanlage untersucht man die Schläuche auf Risse und Schäden hin. Wichtig: Seit 2025 muss man als Halter von Wohnmobilen mit Flüssiggasanlage diese alle zwei Jahre prüfen lassen. Und am Ende: Sind alle Dokumente noch gültig – etwa die HU und die eben erwähnte Gasprüfung – oder steht vielleicht eine Inspektion an?

Je nachdem wo und wie das Fahrzeug eingemottet wurde, dürfte der Aufwand der Außenreinigung entsprechend ausfallen. Innen dürfte es zumeist mit Saugen und Wischen getan sein: Dabei sollte man übermäßige Feuchtigkeit vermeiden, also nur wenig Wasser nehmen - und natürlich ausreichend lüften.

Modetrend: So trägt man jetzt Gelb und Orange

Gelb und Orange - das ist für die „Vogue“ die „wohl angesagteste Farbkombination für Frühjahr/Sommer 2026“. Zu sehen war das auffällige Duo auf den Schauen etwa bei Dolce & Gabbana - gelber Pulli zur Hose mit orangefarbenen Streifen. Bei Miu Miu - gelbes Blumenkleid zum Pulli in Orange. Und bei Loewe - knallorange Hose zum gelben Täschchen.

Bei Ferragamo lief es hingegen genau andersherum: zum schreiend gelben Gewand gab es die kleine orange Tasche.

Gelb und Orange also. Das hebt automatisch die Laune, oder? Für die Farbberaterin Jasmin Link sind Gelb und Orange jedenfalls „sehr aktive Farben“, die für „positive Stimmung, Aktivität und Präsenz“ stehen. Für den Modeberater Andreas Rose wirkt Kleidung in Gelb „belebend und strahlt eine gewisse Freundlichkeit aus.“ Und auch Orange hat ihm zufolge Pluspunkte: Der Farbe werde ein „positiver, stimulierender Effekt“ zugeschrieben.



Funktioniert auch ohne Gelb: Orange ist derzeit viel zu sehen. FOTO: SEM PER LEI

Klingt gut. Doch wie trägt man das Ganze nun alltagstauglich?

Jasmin Link empfiehlt etwa ein gelbes Top mit einer orangefarbenen Strickjacke zu kombinieren - und zwar zu einer dunklen oder weißen Jeans. Das wirke „ausdrucksstark, modern“. Und auch zu Cremeweiß, Dunkelblau und Braun kann sich Link orangefarbene und gelbe Stücke gut vorstellen. Die Basisfarben glichen dann die beiden „Powerfarben“ aus.

Andreas Rose rät, das Augenmerk „auf eine Farbwelt“ zu legen, „also ausschließlich warme oder kalte Nuancen“ zu tragen. Und: Der Trend funktioniert ihm zufolge „auch dezent bei Accessoires“ wie Taschen oder Schuhen im Zusammenspiel mit neutralen Farben wie Schwarz, Grau oder Weiß.

Möglich sei auch eine weitere, dritte Farbe. Roses Rat allerdings: „Je auffälliger die Farben eines Looks ausfallen, desto mehr sollte man auf klare Schnitte setzen.“

Zitronengelb ins Frühjahr

Wer die Kombi Gelb-Orange nun doch ein wenig zu schrill findet, kann aber natürlich auch nur eine der beiden Farben tragen - und liegt damit immer noch im Trend. Für das Modemagazin „Glamour“ wird ein knalliges Orange schließlich auch für sich genommen im „Frühjahr/Sommer 2026 groß“ - und lässt sich etwa „hervorragend mit neutralen Tönen wie Weiß, Beige oder Schwarz kombinieren“. Für mutige Akzente funktioniert Orange dem Magazin zufolge übrigens auch „mit kräftigen Farben wie Blau oder Lila“ oder zu sanften Erdtönen wie Braun oder Olivgrün.

Und auch Zitronengelb ist laut „Glamour“ jetzt angesagt. Es lasse sich gut zu Jeansblau oder Schwarz tragen „und passt im Frühling 2026 außerdem wunderbar zu Grau, Braun und Beige“. (dpa)



Zeit für Frühjahrsputz und Reifenwechsel

Ab einer konstanten Temperatur von 7 Grad ist Zeit für Sommer-Pneus

Mit den frühlingshaften Temperaturen steigt die Lust, das Auto endlich wieder auf Vordermann zu bringen. Nach der Winterzeit ist das auch ratsam, um langfristige Schäden zu vermeiden.

Reinigung ist das A und O

Winterdreck, Streusplit und Feuchtigkeit schädigen das Fahrzeug auf Dauer. Deshalb beginnt die Frühjahrskur am besten mit einer Fahrt durch die Waschanlage. Das Waschen mit Reinigungsmitteln an der Straße ist übrigens verboten. Zur dauerhaften Lackpflege kann eine Behandlung mit Konservierungswachs erfolgen. Ist älterer Lack matt und Wasser perlt nicht mehr ab, dann eignet sich eine Wagenwäsche mit Hartwachs. Neuer, bis zu einem Jahr alter Lack sollte möglichst nur mit klarem Wasser gewaschen werden – auf keinen Fall Lackreiniger oder Polierwachs verwenden.

Ein Blick unter die Motorhaube ist ebenfalls ratsam. Sind im Motorraum weiße Salzschleier zu sehen, empfiehlt der ADAC eine Dampfstrahlwäsche, wie sie von vielen Werkstätten und Waschanlagen angeboten wird.

Auch der Innenraum freut sich über einen Frischekick. Bei lästiger Feuchtigkeit wirken Saugen und Lüften wahre Wunder. Beim Putzen nicht die Frontscheibe vergessen, hier bildet sich über den Winter ein schmieriger Schmutzfilm, der für schlechte Sicht sorgt.

Der prüfende Blick sollte ebenso unters Auto gehen. Obwohl viele Pkw serienmäßig mit einem Unterbodenschutz versehen sind, können hoch geschleuderte Steine bis zum Blech vordringen und dort schnell zu Rost führen. Diese Stellen müssen ausgebessert werden.

Sommerreifen bis Anfang Mai aufziehen

Die Formel „von O bis O“, also von Oktober bis Ostern, ist grundsätzlich eine gute Faustregel zur Nutzung von Winterreifen. Sich allein auf diese Regel zu verlassen, ist jedoch nicht ratsam. Am Ende bestimmt das Wetter den richtigen Zeitpunkt für den Reifenwechsel. Wenn die Temperaturen anhaltend über der Marke von 7 Grad Celsius liegen, empfiehlt es sich, auf Sommerreifen zu wechseln.



Die Wetterlage bestimmt über den richtigen Zeitpunkt für den Reifenwechsel.

FOTOS: HUTCHROCK/PIXABAY

Bei unsicherer Wetterlage noch bis Anfang Mai mit dem Reifenwechsel zu warten, ist kein Problem. Aber länger sollte der Winterreifen nicht gefahren werden, da sich die weichere Gummimischung schneller abnutzt.

Die Pneus des Vorjahrs oder ein Satz neue Reifen? Ein wichtiger Indikator ist die Profiltiefe. Gesetzlich vorgeschrieben sind 1,6 mm, doch der ADAC empfiehlt mindestens 3 mm. Mit einer 1-Euro-Münze kann jeder schnell und unkompliziert die Profiltiefe seiner Reifen selbst überprüfen. Verschwindet der 3 Millimeter breite Goldrand der Münze im Profil, ist alles in Ordnung. Ragt der goldene Rand jedoch aus dem Profil heraus, sollte auf neue Reifen gewechselt werden.

Grundsätzlich sollten Sommerreifen nicht älter als 8 Jahre sein. Das Produktionsdatum kann an der Flanke abgelesen werden.

SBK Sachverständigenbüro Klebsch

Seriöse **Kaufberatung** · Sichere **Beweissicherung** · Vertrauensvolle **Wertgutachten**

Klare **Rechnungsprüfung** · Genaue **Karosserievermessung** · Professionelle **Schadensgutachten**

Mühlenweg 17a, 31246 Ilsede
www.kfz-sachverstaendiger-peine.de
Telefon 0160 / 526 94 86

9328502_002426

Die Nr. 1 am Wochenende! hallo wochenende

Service rund ums Auto

J. Klebsch
Ilseder Weg 3 · 31246 Oberg
Tel.: 0 51 72 / 88 77
www.kfz.werkstatt-klebsch.de

KLEBSCH KFZ-REPARATUREN

• Reparaturen sämtlicher Fabrikate • Inspektion • Fehlerdiagnose
• Abschleppdienst • Bremsen-/Klima-/Reifenservice
• Jeden Dienstag und Donnerstag HU- Abnahme

9340902_002426

Sommerreifen zu Sonderpreisen!

- 155/70 R13 ab 29,90 €
- 165/70 R14 ab 32,90 €
- 175/70 R14 ab 36,90 €
- 195/65 R15 ab 42,90 €
- 205/55 R16 ab 47,90 €

– Alle Größen und alle Hersteller für alle Fabrikate zum Angebotspreis
– preiswerte Montage und Räder-einlagerung direkt bei uns

opitz AUTO-HAUS

Autohaus Opitz

MehrMarkenWerkstatt und Fahrzeughandel

Bortfelder Straße 11a, 38176 Bortfeld
Tel. 0 53 02/91190

9421902_002426

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

Autohaus LEGE

Sicher unterwegs mit den richtigen Reifen!

Unfall-Reparaturen, Klimaanlagen-Service, Ersatzteilverkauf, Inspektionsservice, TÜV+AU Abnahme jeden Donnerstag Reifenservice. Auch Reparaturen an anderen Pkw

Tel. 0 51 72/60 60 · Fax 0 51 72/70 05
Dreschereistraße 5 · 31246 Ilsede/Adenstedt

Kfz-Meisterbetrieb speziell für VW - Audi Fahrzeuge

9327201_002426



Vergölst Reifen + Autoservice Partnerbetrieb

Der Continental AllSeasonContact 2

Sicherheit zu jeder Jahreszeit – entwickelt in Deutschland.

Kopf-Autoteile GmbH

Peiner Str. 43, Tel. 05171/77690
info@kopf-autoteile.de

www.kopf-autoteile.de

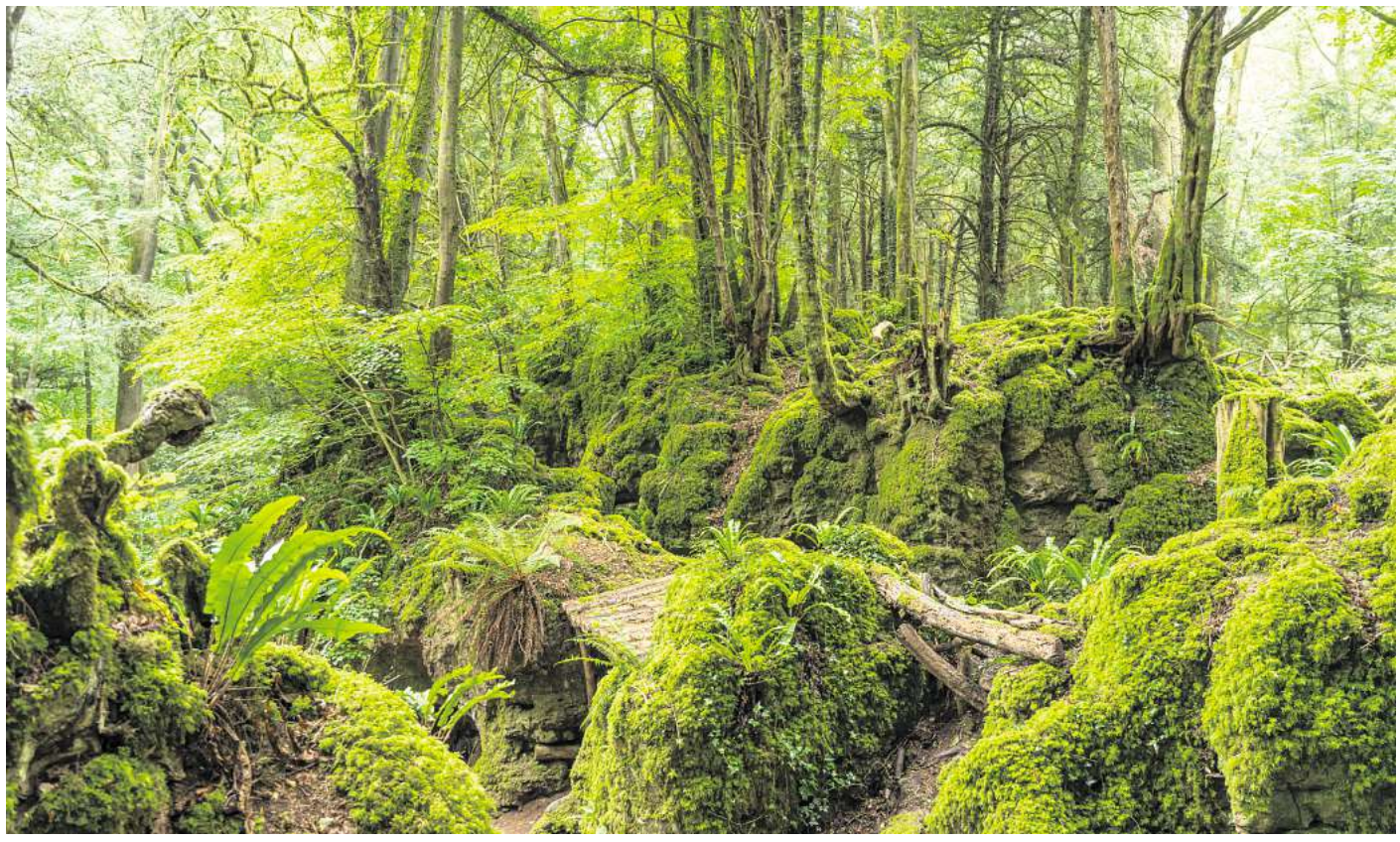
38201602_002425



FOTO: IMAGO IMAGES

Von „Harry Potter“ bis „Star Wars“: Der verwunschene Wald, den Hollywood liebt

Ein ideales Ziel für **Familien**, **Naturfans** und **Hobbyfotografen**



Puzzlewood diente schon als Filmset für bekannte Filme wie Star Wars. FOTO: IMAGO/PETER SCHICKERT

Wer Südwestengland bereist, sollte Puzzlewood unbedingt einplanen. Zwischen den uralten Felsen und dichtem Grün wurden schon Filme wie „Star Wars“ oder „Harry Potter“ gedreht.

Moosbewachsene Felsen, knorrige Baumwurzeln und schmale Pfade, die sich durch ein Labyrinth aus bizarren Gesteinsformationen schlängeln: Wer den Wald namens Puzzlewood in der englischen Grafschaft Gloucestershire betritt, hat das Gefühl, in eine andere Welt einzutauchen.

Drehort für „Star Wars“ und „Doctor Who“

Im Südwesten Englands, am Rand des riesigen Forest of Dean, verbirgt sich einer der magischsten Wälder Europas. Wasser und Erosion höhlten den Kalkstein aus und schufen über Millionen Jahre ein verzweigtes System unterirdischer Höhlen. Durch tektonische Bewegungen wurden diese Strukturen vor mehr als 4000 Jahren freigelegt. Über den zerklüfteten Felsen wuchs im Laufe der Zeit ein dichter Wald, dessen Wurzeln sich heute über moosige Steine winden.

Auf rund zweieinhalb Kilometern führen kleine Wege über hölzerne Brücken und vorbei an Felsspalten – eine perfekte Kulisse für Fantasy- und Abenteuerfilme. Kein Wunder also, dass Puzzlewood seit Jahren ein gefragter Drehort ist.

2015 etwa diente der Wald als Kulisse für „Star Wars: Das Erwachen der Macht“. Auch Kultformate wie „Doctor Who“ sowie die Naturdokumentation „Unser Planet“ nutzten bereits die mystische Atmosphäre des Waldes.

„Harry Potter“-Autorin wuchs am Waldrand auf

Besonders eng ist das Waldgebiet, in dem Puzzlewood liegt, jedoch mit der Welt von „Harry Potter“ verbunden. Immer wieder taucht das Gerücht auf, der Wald habe J. K. Rowling als Inspiration für den „Verbotenen Wald“ von Hogwarts gedient. Unwahrscheinlich ist das nicht.

Rowling verbrachte einen Teil ihrer Kindheit in Tutshill, direkt am Rand des Forest of Dean, jenes rund 120 Quadratkilometer großen historischen Waldgebiets in Gloucestershire. Und tatsächlich: Seine düsteren Baumreihen, das Spiel von Licht und Schatten und der Flusslauf des Wye River kommen in „Harry Potter und die Heiligtümer des Todes“ vor – sowohl im Buch als auch im Film. Auf ihrer Suche nach den Horkruxen verstecken sich Harry, Hermine und Ron in einem Waldgebiet vor den Greifern – im Forest of Dean. Dort schlagen sie ihr Zelt auf und halten sich bedeckt, bis Harry einen Horkrux mit dem Schwert von Gryffindor zerstören kann. Die Szenen wurden hauptsächlich bei Coppett Hill am Fluss Wye gedreht.



Der Forest of Dean war Drehort für die Harry Potter-Filme. FOTO: IMAGO/DAVID SLATER / AVALON

Puzzlewood: Alle Infos für den Besuch

Doch auch abseits der Filmgeschichte ist Puzzlewood ein Erlebnis. Anfang des 19. Jahrhunderts ließ ein wohlhabender Landbesitzer Wege anlegen, ein Jahrhundert später wurde der Wald für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Heute ist das Waldstück ein ideales Ziel für Familien, Naturfans und Hobbyfotografen.

Puzzlewood liegt etwa zwei Kilometer südlich von Coleford im Forest of Dean. Wer mit dem Auto anreist, fährt zunächst nach Coleford und folgt den braunen Hinweisschildern Richtung Puzzlewood. Für einen Tagesausflug lässt sich der Besuch gut mit einer Tour durch den Forest of Dean oder ins nahe gelegene Wye Valley verbinden.

Auch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln ist ein Besuch möglich.

Die nächstgelegenen Bahnhöfe befinden sich in Lydney, Chepstow und Gloucester. Die nächste Bushaltestelle ist etwa 15 Gehminuten entfernt, in Coleford.

Eintrittspreise für den Puzzlewood

- Erwachsene: 9,90 Pfund (umgerechnet etwa 11,50 Euro)
- Kinder: 8,50 Pfund (umgerechnet etwa 9,90 Euro)
- Kinder bis 2 Jahre: freier Eintritt

Puzzlewood Öffnungszeiten 2026

- 14. bis 23. Februar: täglich geöffnet
- 23. Februar bis 27. März: nur Samstag, Sonntag und Montag geöffnet
- ab 28. März: täglich geöffnet
- ab November: nur Samstag, Sonntag und Montag geöffnet
- Dezember bis Mitte Februar geschlossen

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

Evakuierungsflüge: Reisende müssen sich an Kosten beteiligen

Die Rückholung deutscher Reisender aus der Krisenregion im Nahen Osten ist angelaufen, ein erster Evakuierungsflug aus dem Oman ist am Morgen in Frankfurt gelandet, weitere sind geplant.

Wer mit einem dieser Flüge der Bundesregierung zurückkommt, wird dafür im Nachhinein wohl zur Kasse gebeten. Für die Ausreiseunterstützung werde, wie im Konsulargesetz vorgesehen, ein Kostenbeitrag erhoben, heißt es auf Anfrage aus dem Auswärtigen Amt. Die Beteiligung entspreche etwa dem Äquivalent eines Economy-Linienflugs.

Das sei möglich und etwa auch bei Rückholaktionen während der Coronapandemie so gehandhabt worden, sagt die Reiserechtsexpertin Karolina Wojtal. „Will ich das nicht zahlen, bin ich weiter auf Veranstalter und Airline angewiesen“, sagt die Expertin vom Europäischen Verbraucherzentrum.



Rückholaktion: Für Evakuierungsflüge erhebt das Auswärtige Amt einen Kostenbeitrag, der sich meist am Preis eines Economy-Linienflugs orientiert. FOTO: HANNES P ALBERT

Der Hintergrund: Bei Pauschalreisenden sind die Veranstalter in der Pflicht, Rückflüge zu organisieren – damit wurde auch schon begonnen. Bei individuell gebuchten Flügen ist es so, dass die Airline bei Flugstreichungen in der Regel kostenfrei Ersatzflüge anbieten muss.

Kann man sich das Geld woanders zurückholen?

Bleibt die Frage: Könnte man sich das Geld, dass man für den Evakuierungsflug an den Staat zahlen muss, bei Airline oder Veranstalter zurückholen? Damit sieht es schlecht aus, lautet Wojtals Einschätzung.

Sie verweist auf eine vergleichbare Rechtsprechung des Europäischen Gerichtshofs (EuGH) zu damaligen Corona-Rückholflügen, bei dem sich Flugreisende das Geld nicht zurückholen konnten. Das gelte für Pauschal- und Individualreisende, die Rechte aus der Fluggastrechte-Verordnung geltend machen möchten.

Hintergrund: Wenn europäische Fluggastrechte greifen, ist eine Airline zur schnellstmöglichen Ersatzbeförderung verpflichtet und muss dafür im Zweifel auch Flüge anderer Airlines in Betracht ziehen. Aber: „Das gilt der Entscheidung zufolge nur für kommerzielle Flüge.“ Evakuierungsflüge sind aber keine kommerziellen Flüge.

Neben der Fluggastrechte-Verordnung gibt es auch noch die Pauschalreise-Richtlinie für Reisende, die ein entsprechend abgesichertes Paket aus mehreren Reiseleistungen bei einem Veranstalter gebucht haben. Ob sich daraus Ansprüche auf eine Rückzahlung der Kosten ableiten ließen, ist offen. Das Urteil des EuGH bezog sich nur auf die Fluggastrechte. (dpa)

Thema Nervenschmerzen

Ischias: Wenn der Schmerz auf die Nerven geht

Arzneitropfen behandeln Nervenschmerzen gezielt

Zieht es schmerzhaft vom Rücken bis ins Bein, steckt umgangssprachlich häufig der „Ischias“ dahinter: Durch eine Reizung oder Quetschung des Ischias-Nervs können starke Nervenschmerzen entstehen. Mit Restaxil (Apotheke, rezeptfrei) ist es Experten gelungen, ein vielversprechendes Arzneimittel speziell bei Nervenschmerzen zu entwickeln.



Abbildung Betroffenen nachempfunden

Langes Sitzen, schweres Heben, falsches Bücken – und schon ist er da! Ein stechender, brennender Schmerz im unteren Rücken, der über den Po bis zum Fuß ausstrahlen kann. Die einen klagen zudem über Taubheitsgefühle oder ein Kribbeln an den betroffenen Stellen. Andere wiederum fühlen sich sogar wie vom „Strom durchflossen“. Hinter den Schmerzen rund ums Gesäß steckt meist der Ischias-Nerv. Wird Druck auf den Ischias-Nerv ausgeübt, z. B. durch falsche Bewegungen oder Verspannungen, kann dieser gequetscht oder gereizt werden. Auch eine verrutschte Bandscheibe, die auf den Nerv drückt, kann die Ursache sein.

Nervenschmerzen im Ischias gezielt behandeln

Aus medizinischer Sicht ist es wichtig, für eine erfolgreiche Behandlung direkt an den Nervenschmerzen anzusetzen. Überraschend: Bei Nervenschmerzen zeigen viele Schmerzmittel nur wenig Wirkung, denn sie bekämpfen meist Entzündungen. Anders die Schmerztropfen Restaxil speziell zur Behandlung von Nervenschmerzen. So wird etwa der Arzneistoff Iris versicolor in Restaxil laut Arzneimittelbild vor allem bei Ischialgien mit ziehenden, reißenden und brennenden Schmerzen im Hüftnerv bis zum Fuß eingesetzt. Nicht weniger eindrucksvoll wirkt Cimicifuga racemosa: Der Arzneistoff kommt erfolgreich bei ausstrahlenden Schmerzen im Rücken sowie bei Neuralgie im Becken zum Einsatz. Doch nicht nur das: Auch bei Taubheitsgefühlen verspricht er Linderung!

5-fach-Wirkkomplex, gut verträglich

Für Restaxil haben Wissenschaftler Iris versicolor und Cimicifuga racemosa in spezieller Dosierung mit drei weiteren bewährten Arzneistoffen kombiniert. Gemeinsam bilden sie den besonderen 5-fach-Wirkkomplex von Restaxil! **Das Beste:** Die Schmerztropfen sind nicht nur wirksam, sondern zugleich gut verträglich und somit auch für die Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet.

Bekannt aus dem TV

Für Ihre Apotheke:
Restaxil
(PZN 12895108)

www.restaxil.de



RESTAXIL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing

8092701_002426



ZEITUNG, WO DU WILLST.

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

Peiner Allgemeine ZEITUNG PAZ

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland RND

Fakten über Wärmepumpen: Was stimmt wirklich?

Der Frühling ist ein guter Zeitpunkt, um einen Heizungstausch zu planen. Doch wer über die Installation einer Wärmepumpe nachdenkt, hört unter Umständen solche Sätze: „Wärmepumpen lohnen sich nicht für ältere Bestandsgebäude“, „Sie sind laut“, „Eine Anschaffung ist nur sinnvoll, wenn man eine Photovoltaikanlage und eine Fußbodenheizung hat“. Aber stimmen diese Aussagen überhaupt? Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen (VZNRW) klärt typische Irrtümer auf.

1. Irrtum: Lautstärke belästigt Nachbarn

Vor einigen Jahren waren Wärmepumpen noch deutlich lauter. Mittlerweile liegen moderne Wärmepumpen laut VZ NRW meist unter 50 Dezibel - dies entspricht etwa dem Geräuschpegel eines Geschirrspülers.

Dazu noch einige Tipps:

- Bei der Modellwahl auf die Lautstärke-Angaben achten. Sole-Wasser-Wärmepumpen verursachen im Gegensatz zu Luft-Wasser-Wärmepumpen kaum Schallemissionen, so die Verbraucherschützer.
- Den Standort so wählen, dass sich Nachbarn nicht belästigt fühlen. Das Außengerät kann man etwa auf eine Schallschutzmatte stellen. Alternativ hat eine sogenannte Wärmepumpen-Behausung eine dämmende Wirkung.
- Eine regelmäßige Wartung trägt ebenfalls zu einem geräuscharmen Einsatz der Wärmepumpe bei.

Übrigens: Luft-Wasser-Wärmepumpen müssen seit Anfang 2026 strengere Grenzwerte einhalten, um eine staatliche Förderung zu erhalten. Für Geräte mit sechs bis zwölf Kilowatt Leistung liegt der Grenzwert bei 60 Dezibel, schreibt Zukunft Altbau, ein vom Umweltministerium Baden-Württemberg gefördertes Informationsprogramm.

Geräte mit geringerer Leistung dürfen 55 Dezibel nicht überschreiten. In der Regel erfüllen Geräte auf dem Markt aber schon jetzt diese Fördervorgaben für Deutschland.

2. Irrtum: Nur für energieeffiziente Gebäude

In Neubauten sind Wärmepumpen laut VZNRW inzwischen Standard und die derzeit am häufigsten eingesetzte Heiztechnologie. Aber auch wer im Altbau wohnt, kann über eine Wärmepumpe als Alternative zur Gas-Heizung nachdenken.

Wichtig damit, das Gerät die Räume ausreichend heizen kann: Die Vorlauftemperatur sollte nicht zu hoch sein. Dieser Wert gibt an, wie heiß das Wasser ist, wenn es den Heizkessel oder die Wärmepumpe verlässt, bevor es im Heizungssystem zu den Heizkörpern oder der Fußbodenheizung transportiert wird. Wenn die Vorlauftemperatur den Wert von 50 bis maximal 55 Grad Celsius nicht überschreiten muss, steht dem Betrieb einer Wärmepumpe auch in einem Altbau nichts entgegen, schreibt die Verbraucherzentrale.

Übrigens: Anders als manchmal vermutet, ist eine Fußbodenheizung oder Wandheizung keine zwingende Voraussetzung für eine Wärmepumpe. Solche Flächenheizungen sind zwar ideal, weil sie mit geringen Vorlauftemperaturen auskommen. Wärmepumpen können auch mit herkömmlichen Heizkörpern betrieben werden.

Tipp: Schon kleine Maßnahmen können große Effekte haben, wenn man etwa die obere Geschossdecke oder die Kellerdecke dämmt. Je besser die Gebäudehülle gedämmt ist, umso kleiner darf die Wärmepumpe sein.



Moderne Wärmepumpen sind leiser als früher: Mit unter 50 Dezibel arbeiten sie so leise wie ein Geschirrspüler. FOTO: LAURA LUDWIG

3. Irrtum: Nur mit Photovoltaikanlage sinnvoll

Wer seine Heizung mit Strom vom eignen Dach betreibt, kann seine Energiekosten erheblich reduzieren. Das bedeutet aber nicht, dass sich eine Wärmepumpe nur lohnt, wenn man bereits eine Photovoltaikanlage sowie einen Batteriespeicher hat, stellt die Verbraucherzentrale klar.

Bei älteren Bestandsgebäuden lohnt es sich zunächst in die Dämmung zu investieren. Denn auch dadurch sinkt der Heizbedarf und die Energiekosten - wodurch man die Wärmepumpe auch ohne selbsterzeugten Sonnenstrom günstiger betreiben kann.

Tipp: Für Wärmepumpen gibt es spezielle Stromtarife, die laut VZNRW günstiger als normaler Hausstrom sind. Auch so kann man Stromkosten sparen. Dafür muss man die Wärmepumpe aber über einen eigenen Zähler betreiben.

Nicht kratzen: So bekommen Sie den Saharastaub vom Auto

Frühlingswetter. Mancherorts ist es richtig schön dieser Tage. Aber auch Sahara-Staub hat sich wieder einmal angekündigt. Bis zu 20 Mal im Jahr kann Sahara-Staub über Deutschland hinwegziehen und sich auch auf Autos absetzen, erläutert der Auto Club Europa (ACE).

Der Staub an sich ist auf dem Auto erst einmal problemlos. Allerdings: Wer falsch reinigt, kann Schäden hervorrufen. Nämlich dann, wenn beim Abwaschen zu wenig Wasser zum Einsatz kommt. Denn der Staub besteht aus feinen Sandkörnern, die auf dem Autolack, den Scheiben oder den Kunststoffoberflächen Kratzer hinterlassen können.

Daher ist vor der Fahrt durch die Waschanlage eine gründliche Vorwäsche mit viel Wasser etwa in einer Waschbox oder auf einem Waschplatz ratsam. Denn allein eine automatisierte Vorwäsche als Bestandteil des Waschprogramms ist laut ACE nicht ausreichend.

Lappen können wie 'Schmirgelpapier wirken

Wichtig: Auf Bürsten und Lappen bei der Vorwäsche verzichten - sie können wie Schmirgelpapier wirken und zu Kratzern im Lack führen. Am besten zunächst das Auto großzügig mit einem Hochdruckreiniger vom Schmutz-Sand-Gemisch befreien.

Vor der Fahrt in die Waschanlage müssen die Scheiben, Scheinwerfer und Rückleuchten so von Schmutz befreit werden, dass die Sicht nicht eingeschränkt und man im Zweifel auch bei Nacht für andere gut sichtbar ist. Gegebenenfalls muss man also zunächst die Scheiben mit ausreichend klarem Wasser abspülen. Eine komplette Autowäsche von Hand auf der Straße oder auf dem eigenen Grundstück ist vielerorts nicht erlaubt.



Sahara-Staub legt sich als feiner Film auf Autos ab und kann bei falscher Reinigung Kratzer verursachen. FOTO: MARIJAN MURAT

STELLENANGEBOTE ALLGEMEIN

Dein Job in Peine und Region

lokalboten.de

#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in

- Postzusteller Wendeburg
- Telgte
- Oelheim
- Oedesse
- Bierbergen
- Groß Ilsede
- Handorf

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)

7946101_002426

KOMM IN UNSER TEAM!
(m/w/d)

Wir suchen in Vollzeit :

BÄCKER
KOCH/KÜCHENKRAFT
BÄCKERHELFER/VERSAND

Du arbeitest nachts und hast tagsüber gerne frei?
Ein familiäres Team und gute Benefits warten auf Dich.

Du hast vorab Fragen? Dann ruf gerne an oder schreibe uns per WhatsApp: Andreas Höver, 0170 52534258.
Wir freuen uns auf Deine Bewerbung.
Seidel Qualitätsbackwaren GmbH
Woltorfer Straße 99, 31224 Peine
andreas.hoever@baecker-seidel.de



9104701_002426

LKW-Fahrer/in gesucht!
Jeden Abend zuhause
LKW kann mit nach Hause genommen werden! Sehr gute Bezahlung, neuste LKW-Technik & komfortable Fahrzeuge, Tagestour, Nahverkehr. **Jetzt bewerben & direkt starten ☎ 05121/54058**
✉ **info@spedition-bartkowiak.de**

Malner Gartenbau
sucht Vollzeit-Mitarbeiter ab 15.03.26 mit mehrjähriger Berufserfahrung im GaLaBau u. FS Klasse B/BE oder höher
☎ 05171-292322 oder per Mail: info@malner-gartenbau.de

Lagune Pflegedienst
Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt!

Lagune Peine GmbH • Eschenstraße 12
31224 Peine • Tel. 05171 - 9078835
www.pflegedienst-lagune.de

Wir suchen:

Pflegehelfer & Pflegehelferinnen (m/w/d)
Vollzeit / Teilzeit / Minijob

Hauswirtschaftskraft (m/w/d)
Vollzeit / Teilzeit

Bewerbung bitte schriftlich oder per mail unter:
info-pe@pflegedienst-lagune.de

9583901_002426

Reinigungskraft (m/w/d) .
Kleines, mittelständisches Unternehmen aus Wendeburg sucht zuverl. Reinigungskraft, 1x wöchentlich auf Minijobbasis ☎ (0 53 03) 9 10 90

MÜLLER TIEFBAU
Suche
Tief- und Straßenbauer (m/w/d)
in Peine, OT Woltorf in VZ
mit Führerschein
0173 - 6437105

9408701_002426

STELLENANGEBOTE HAUSPERSONAL

Zuverl. Putzhilfe, 2x wö. á 3 h, in Stederdorf gesucht ☎ 0172/5187546

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

Gelernter Gärtner sucht Arbeit
☎ 0157/33254341

GESCHÄFTSANZEIGEN LOKAL

Ha-Ra Martina Timpe
Beratung & Verkauf☎ 0176 5760 5038

VERKAUF ALLGEMEIN

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

Kaminholz Buche / Eiche trocken od. frisch, frei Haus ☎ 0173/8793906

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

ANTIQUITÄTEN VERKAUF

Antik Galerie Braunschweig,
www.biedermeier.co

FÜR DEN GARTEN VERKAUF

Vertikutieren, Wurzeln entfernen, Heckenschnitt. ☎ (01 60) 760 95 28

ALLGEMEIN ANKAUF

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

Gebrauchten Kassettenrecorder Tonbandgerät zu kaufen gesucht. Tel. 0179/1698142

BASTELN, HEIMWERKER, MODELLBAU ANKAUF

Modelleisenbahn und altes Spielzeug gesucht ☎(039403) 94168

ANTIQUITÄTEN ANKAUF

Stop! Nichts wegwerfen, zahle fair für Trödel & Krempel ☎ (0163) 8 30 97 83

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:

- Vöhrum
- Telgte
- Bierbergen
- Bülten
- Klein Ilsede
- Edemissen

hallo PEINE wochenende

8695801_002426

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

ENTLAUFEN / ZUGELAUFEN

Katze zugelaufen, anthrazitfarbig, weißes Lätzchen + Pfötchen.
☎05171/293888

BEKANNTSCHAFTEN ALLGEMEIN

Erotischer Er, 60, gut situiert sucht diskrete Sie für prickelnde Telefonate und mehr. ☎ 01 57 / 33 36 66 26



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

Zustellung:
WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH
August-Madsack-Str. 1, 30559 Hannover
Unter www.hallowochenende.de können Sie uns ganz einfach melden, wenn Sie die Zeitung nicht erhalten haben.

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

WV Peine
Wasserverband Peine

Bettmar (Gem. Vechelde): Geringerer Wasserdruck ab 17. März möglich wegen Baustelle

Dringende Arbeiten an der Trinkwasserinstallation in Bettmar (Gemeinde Vechelde) im Bereich Rosenwinkel/ Breite Straße, die im Zusammenhang mit dem Ausbau der B1 nun erfolgen müssen, machen eine zeitweilige Änderung der Trinkwasserversorgung in der Ortschaft Bettmar notwendig.

Eine Ersatzversorgung wird vom 17. März bis voraussichtlich 31. März die Versorgung sichern. Damit einhergehend **kann es in dieser Zeit zu einem geringeren Versorgungsdruck im Ortsnetz kommen,** der immer auch abhängig von der Entnahmemenge ist. Wir bitten die Unannehmlichkeit zu entschuldigen.

Ihr Wasserverband Peine

9577301_002426

▶ VERKAUF PKW

Wir kaufen auch Ihr Auto!!!
Sie wollen Ihr Auto verkaufen? Ihr Fahrzeug wird nach Zustand und Laufleistung bewertet und Sie erhalten ein faires Angebot für Ihren Gebrauchten.
Wir verkaufen gepflegte und werkstattgeprüfte Gebrauchtwagen aller Fabrikate.
Wunschbestellung auch für Gebrauchtwagen möglich sowie die Vermittlung von Kraftfahrzeugen.
KRAFTFAHRZEUGTECHNIK FÜR ALLE FABRIKATE
Auto Börse Guse
Jahres- und Gebrauchtwagen
Kfz-Meisterbetrieb
Andreas Guse · Mühlenstraße 1 · 31234 Edemissen-Abbensen
Telefon: 05177 - 8217 · Telefax: 05177 - 985109 · Mobil: 0172 - 4228351
www.auto-boerse-guse.de info@auto-boerse-guse.de

3655501_002426

▶ OPEL CORSA

Opel-Corsa-C, BJ.06, TÜV 03/28, 142.000KM, von Rentner, wie neu, 2190€ Tel: 01637379739

▶ 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

3698801_002426

▶ HANDWERKER

Dachdecker bietet Flachdach & Dachrinnenabdichtung, Holzanstrich. Uvm. Tel: 0152/18590189

Üner Putz und Fliesen GmbH
seit 30 Jahren
Putzarbeiten aller Art, Sanierungsputz u. Reparaturarbeiten, kleine Rigips- und Fugarbeiten
☎ 0175/2127702
info@uener-putz.de

7335301_002426

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

6064501_002426

▶ DACHDECKER

Zuverlässiger Dachdecker aus der Region hat kurzfristig Termine frei ☎ 0163/2045605

▶ FLIESENLEGER

Treppen- Balkone- Terrassenfliesenverlegung ☎0160/977 396 54

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

▶ ANKAUF KRAFTRÄDER

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

▶ CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

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

▶ MALER / TAPEZIERER

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

Maler- u. Tapezierarbeiten, Bodenverlegung, Fa. Seidensticker, Peine ☎(01 78) 18 96 899

▶ MÖBELTRANSPORTE

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

9376801_002426

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

▶ ENTRÜMPELUNG

BBB Entrümpelungen
Alles aus einer Hand, innerhalb 24 Std., Nachlassräumungen mit Anrechnung, Entrümpelungen jeder Art auch Extremfälle mit Grundreinigung, Tapeten und Bodenbelagsentfernung, Renovierungsarbeiten zu Sonderpreisen.
Telefon (05 31) 2 50 89 00
oder 01 60 / 6 45 91 41
BBBBuesing@gmx.de
Inh. U. Büsing

8642601_002426

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

3169901_002426

▶ 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

Gartenpflege Tel.: 0172 / 1593860

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

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

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

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

▶ IMMOBILIENMARKT ANGEBOTE

7 Zimmer | 157 m² | 249.900,- €



Festpreis Impuls 157
Wärmepumpe, Sicherheitsfenster 3-fach verglast, Rollläden, Gästezimmer im EG, inkl. Ausbaureserve, Drempel 1,31 m
☎ 0531/877040
Westermann Massivhaus GmbH, 38122 BS, Steinberganger 2

8642501_002426

▶ BIS 150 000 EURO

Ilsede: Fachwerkhaus
Mit Garten zum Modernis., 140m² Wfl, 6 Zi, Keller, Grg, Bj.1899, OH Elektro, B: 247kWh/(m²a), Kl.G, 135.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ 200 000 BIS 250 000 EURO

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, 240.000,-. 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

▶ 350 000 BIS 450 000 EURO

Modernes 1-Fam.haus
Edemissen: Mit großem Garten u. hochwertiger Ausstattung, 135m² Wfl, 4 Zi, 2 Stellplätze, Bj.2021, ZH WP, B: 31 kWh/(m²a), Kl.A, KP 445.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ 3-ZIMMER-EIGENTUMSWOHNUNGEN

3 Zimmer +450m² Garten
Lengede: Modernis. ETW mit 68m² Wfl, Kellerr., EBK, Bj.1956, EH Gas, B: 475 kWh/(m²a), Kl.H, KP 148.000,-. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

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

▶ IMMOBILIENMARKT GESUCHE

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

▶ EIN- & ZWEIFAMILIENHÄUSER

Wohnung zu klein ...
Bauzeichner sucht für sich, seine Frau u. die 5-jähr. Tochter neues Zuhause ab 100m² Wfl., gern mit Garten. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Mit Platz für Wallbox
Familie mit 2 Kindern sucht Haus im Raum Peine, ab 5 Zi und 120m² Wfl., gern mit Garage oder Carport. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Bis ca. 350.000,- gesu.
Gemütl., solides Haus oder Haushälfte, ggf. auch großzüg. RH ab 4 Zi von Controller und Familie gesucht. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Großes Haus gesucht
Familie mit 2 Kindern u. Großeltern su. großes 2-Fam.haus oder Haus mit mind. 180m² Wfl. u. 6 Zimmern 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Modernes Haus gesucht
Gepfl. EFH ab Baujahr 1990 oder jünger mit Garten von VW-Mitarbeiterin und ihrer Familie gesucht. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Zum Renovieren gesu.
Junges Paar sucht EFH, DHH oder RH zum Ausbauen mit mind. 4-5 Zi. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ EIGENTUMSWOHNUNGEN

Als Kapitalanlage gesu.
ETW mit 2-4 Zi im Raum Peine von Unternehmerpaar gesucht, gern mit Balkon und/oder Kellerraum. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

3 oder 4 Zi gesucht
Projektleiterin und Kundenberater su. großzüg. Wohnung zum Kauf, auch unrenoviert. Gern mit Stellplatz. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ MEHRFAMILIENHÄUSER

Ab 8 Einheiten gesucht
MFH in gut vermietb. Lage bis ca. 1 Mio. von Unternehmerpaar gesucht. Provisionsfrei für den Verkäufer. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

▶ BAUGRUNDSTÜCKE

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

▶ WOHNUNGSMARKT VERMIETUNGEN

▶ 1-ZIMMER-WOHNUNGEN

40 qm großes Einzimmer-Appartement mit Küchen- und Badnutzung für Wochenendheimfahrer/-in ab sofort in Hohenhameln-Bierbergen für mtl. € 480,00 zuzügl. Endreinigung zu vermieten. Stellplatz und Terrasse vorhanden. Zuschriften/Anfragen bitte an ✉ Z 92036

Suche kleine Singlewohnung, gern auch möbliert im Raum Vechelde. ☎ 0151/67506456



MEIN ERBE WILDNIS
INFORMIEREN SIE SICH JETZT
zgf.de/testament

Toilettengang kostet extra? Für Restaurantgäste unzulässig

„Keine öffentliche Toilette - Toilettengebühr 50 Cent, Gäste frei!“ Einen solchen Hinweis hat wohl jeder und jede schon mal in einer Gaststätte oder Kneipe gelesen. Und diese Regelung ist laut Claudia Both von der Verbraucherzentrale Berlin in dieser Form auch vom Gesetz gedeckt.

Denn Gastronomen sind laut Gaststättenverordnung lediglich dazu verpflichtet, ihren Gästen die Toilettennutzung kostenfrei zu ermöglichen. „Nicht-Gästen darf die Nutzung hingegen aufgrund des Hausrechts untersagt oder gegen kleine Gebühr gestattet werden“, so die Verbraucherschützerin.

Wer auch unter seinen Gästen für die Notdurft abkassieren möchte, verstößt gegen die Gaststättenverordnung. Das musste nun auch ein Veranstaltungsunternehmen erfahren, gegen das die Verbraucherzentrale Berlin erfolgreich auf Unterlassung geklagt hatte. Es hatte bei seinen Gästen je Toilettengang einen Euro abkassiert - oder alternativ eine Flatrate für fünf Euro angeboten. Das Kammergericht Berlin (Az. 5 UKl 15/25) untersagte es dem Unternehmen nun, aus der Not seiner Gäste Profit zu schlagen.

Claudia Boths Rat lautet daher: „Wer Gast in einem Restaurant ist und dazu aufgefordert wird, eine Toilettengebühr zu zahlen, sollte sich weigern und auf die Gaststättenverordnung verweisen.“



Gastronomen dürfen Nicht-Gästen die Toilettennutzung gegen eine Gebühr erlauben, Gäste hingegen nutzen sie kostenfrei. FOTO: FRANZISKA GABBERT

Der perfekte
Wurf.
8 Wochen
PAZ Digital
für nur
3,50 € pro Woche
Und so geht's: QR-Code scannen, telefonisch 0800 12 34 912 (kostenfrei) oder online bestellen unter abo.PAZ-online.de/8wocheninformiert
Wissen, was Peine, die Region und die Welt bewegt.
Peiner Allgemeine Zeitung PAZ
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland
37483801_002425

Energiepreise: Jetzt noch günstigen Gasvertrag sichern?

Die Gaspreise im Großhandel steigen wegen der Eskalation im Konflikt mit dem Iran deutlich an. Welche Folgen das für Verbraucherpreise hat, ist schwer abzuschätzen. Denn neben den Beschaffungs- und Absicherungsstrategien der Anbieter spielen auch die jeweils abgeschlossenen Verträge eine Rolle.

Grundsätzlich gilt: Höhere Börsenpreise schlagen sich nach Angaben des Ratgeberportals „Finanztip“ nicht immer sofort in neuen Gasverträgen für Haushalte nieder. Beobachtungen zufolge lagen die Preise für angebotene Gastarife zunächst weiter auf dem niedrigen Niveau der vergangenen Wochen.

Für Haushalte mit Gasheizung heißt das: Unter Umständen kann es sich lohnen, schnell noch einen neuen Vertrag mit einer günstigen Preisgarantie für ein oder zwei Jahre zu sichern.

Das ist laut „Finanztip“ dann sinnvoll, wenn die Preisgarantie des aktuellen Gasvertrags bereits abgelaufen ist oder in den nächsten Monaten ausläuft. Anhaltend steigende Großhandelspreisen würden Vertragsinhaber dann nicht treffen.

In den günstigsten empfohlenen Tarifen werden nach Angaben von Finanztip derzeit (Stand: 3. März) im Bundesdurchschnitt rund 9,34 Cent pro Kilowattstunde Gas fällig. In der Grundversorgung sind es dagegen etwa 13,54 Cent.



Gaspreise steigen am Großmarkt: Die Kämpfe am Persischen Golf treiben die Preise deutlich nach oben. FOTO: BERND WEIßBROD