hallo PEINE wochenende

32 · 50. Jahrgang · 8. August 2026 www.hallopeine.de **Zustellung** hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ · **Geschäftskunden** (05171) 406 -301/-309 · **Kleinanzeigen** (0800) 1234-913 · **Redaktion** (05371) 808-122

15768601_002426

Groß Ilsede: Schulcontainer nach langer Zeit endlich nutzbar

Obergeschoss der mobilen Klassenzimmer am Schulzentrum steht schon seit 2025

GROß ILSEDE. Acht mobile Klassenräume werden am Schulzentrum Groß Ilsede in den Sommerferien fertiggestellt. Das teilte kürzlich der Landkreis Peine als Schulträger mit. Tatsächlich befinden sich diese schon seit dem vergangenen Jahr auf dem Gelände. Doch bislang konnten sie gar nicht für den Unterricht genutzt werden. Warum?

> Die brandschutzrechtlichen Auflagen konnten bisher vom Auftragnehmer nicht hergestellt werden.
>
> **Katja Schröder**
> stellvertretende Sprecherin des Landkreises Peine

Die mobilen Klassenräume konnten nicht freigegeben werden, da es Probleme mit den Fundamenten gegeben habe, sagt Malte Holthusen, Leiter des Gymnasiums in Groß Ilsede. Foto: Ralf Büchler

Ein unglücklicher Umstand, der aber gar nicht auf den Landkreis selbst zurückzuführen sei, heißt es von der Verwaltung und dem Leiter des Gymnasiums. Denn schuld sei die für die Aufstellung beauftragte Firma gewesen. Jetzt aber werde das Problem aus der Welt geschafft.

Aufgestellt wurden die mobilen Klassenräume - umgangssprachlich Schulcontainer genannt - in Groß Ilsede zweigeschossig, um dem Raummangel im Schulzentrum entgegenzuwirken. Schon kurz nachdem die unteren Container standen, habe es den ersten Ärger gegeben: Die mobilen Klassenräume konnten nicht freigegeben werden, da es Probleme mit den Fundamenten gegeben habe, sagt Malte Holthusen, Leiter des Gymnasiums in Groß Ilsede. Wie die Kreisverwaltung seinerzeit erklärte, habe die für die Aufstellung beauftragte Firma nicht die passenden statischen Unterlagen eingereicht. Und nicht nur das: Auch technische Vorgaben bei der Errichtung der Anlage seien nicht berücksichtigt worden.

Das Problem konnte schließlich beseitigt werden, sodass die Räume im Schuljahr 2025/2026 genutzt werden konnten. Das galt aber nicht für das hinzugekommene Obergeschoss: Für die acht Räume fehlte bis vor Kurzem die Freigabe. Der Grund: „Die brandschutzrechtlichen Auflagen konnten bisher vom Auftragnehmer nicht hergestellt werden“, sagt Katja Schröder, stellvertretende Sprecherin der Peiner Kreisverwaltung.

RAUMBEDARF IST JETZT WIEDER GESTIEGEN

Im vergangenen Schuljahr sei es zum Glück kein Problem gewesen, dass acht mobile Klassenräume ungenutzt bleiben mussten, sagt Holthusen. Die Schülerzahlen hätten es erlaubt: „Wir mussten einige Klassen zusammenlegen, darum brauchten wir auch weniger Räume.“ Doch das habe sich nun geändert, im jetzt kommenden Schuljahr, das am 13. August beginnt, sei der Bedarf definitiv vorhanden.

Darüber hinaus ist laut Holthusen eine Änderung bei der Aufteilung der mobilen Klassenräume in Groß Ilsede vorgesehen. Drei von diesen hätte bislang die Realschule genutzt, was für ein wenig Durcheinander gesorgt habe - schließlich bilden die Container einen Komplex. Jetzt aber nutze das Gymnasium alle Container für sich, während die entsprechenden Realschulklassen in einen Gebäudetrakt ziehen würden.

ZUSÄTZLICHE MIETE WURDE NICHT FÄLLIG

Der Landkreis Peine hat die mobilen Klassenzimmer nicht gekauft, sondern gemietet. Laufende Kosten habe es bislang aber nur für die Räume gegeben, die tatsächlich genutzt wurden: „Für die anderen mussten wir auch keine Miete zahlen“, sagt Katja Schröder. Allerdings musste der Landkreis jetzt 750.000 Euro für die Räume in die Hand nehmen. Schröder erklärt: „Das sind die Kosten für den erteilten Auftrag - Montage und Miete -, ab der ganzheitlichen Nutzungsfreigabe.“

Jetzt sollen also alle mobilen Klassenzimmer zur Verfügung stehen. Besser spät als nie, meint der Adenstedter Carsten Könnecker (CDU), der Mitglied im Schulausschuss des Landkreises ist. Dennoch fügt er kopfschüttelnd hinzu: „Unglaublich, dass es ein Jahr dauert, diesen Missstand zu beheben.“ Die Container dürften ohnehin nur eine Übergangslösung sein. Um dauerhaft Klassenräume zu schaffen, müsste „vernünftig an- oder umgebaut werden“.

Stadtorchester übergibt 2200 Euro an Tiertafel

Spendenübergabe im Rahmen des Zeltkonzertes – Geld kommt vom Benefizkonzert

PEINE. Musik, Gemeinschaft und soziales Engagement gingen beim diesjährigen Zeltkonzert des Stadtorchesters Peine Hand in Hand. Im Rahmen des Freischießen-Konzerts auf dem Festzelt des TSV Bildung übergab der Vorsitzende des Stadtorchesters, Prof. Dr. Benjamin Heidrich, im Beisein von Bürgermeister Klaus Saemann den Erlös des Benefizkonzerts an die Peiner Tiertafel.

Bei dem Benefizkonzert am 25. April waren insgesamt 2200 Euro zusammengekommen. Mit der Spende unterstützt das Stadtorchester die Arbeit der Peiner Tiertafel. Die Einrichtung hilft Tierhaltern finanzieller Notlage dabei, ihre Haustiere weiterhin zu versorgen und leistet so einen wichtigen Beitrag zum Tierschutz. So können Tiere auch in schwierigen Lebenssituationen ihrer Besitzer gut versorgt werden.

DANK AN ALLE SPENDER UND FÜR DIE GUTE RESONANZ

Die Spendenübergabe fand während des Zeltkonzerts im Rahmen des Peiner Freischießens statt und wurde von den Besuchern mit großem Applaus begleitet. Mitarbeiter der Peiner Tiertafel nahmen die Spende dankbar entgegen.

Das Stadtorchester Peine zeigte sich erfreut über die große Resonanz auf das Benefizkonzert und bedankte sich bei allen Konzertbesuchern, die mit ihrem Besuch und ihrer Unterstützung zum Erfolg der Veranstaltung beigetragen haben.

Prof. Dr. Benjamin Heidrich (l.) und Anton Wagner-Shibata (r.) vom Stadtorchester haben im Beisein von Bürgermeister Klaus Saemann (2.r.)den Erlös des Benefizkonzertes an Mitarbeiter der Tiertafel übergeben. Foto: Stadtorchester Peine

SEIT 1899 • PERSÖNLICH • KOMPETENT • ZUVERLÄSSIG

Baustoff Brandes
Da bau ich drauf.

VON DER BERATUNG
BIS VOR IHRE HAUSTÜR

persönliche Beratung • moderne Ausstellung
hohe Lagerverfügbarkeit • eigene Logistik
Lieferung bis zur Baustelle • umfangreicher Fachmarkt

AUSSTELLUNG & BERATUNG
Persönlich. Kompetent.
Inspiration erleben.

LAGER
Große Auswahl,
sofort verfügbar.

EIGENE LOGISTIK
Zuverlässig. Schnell.
Pünktlich für Sie da.

LIEFERUNG
Bis vor die Haustür.
Oder direkt zur Baustelle.

Jetzt Beratungstermin vereinbaren!

Baustoff Brandes GmbH • Dieselstr. 1 • 31228 Peine
0 51 71 70 09-0
www.baustoff-brandes.de

22340101_002426

Vermehrt Hakenkreuze im Peiner Land

Geschmiert, gesprüht, gemalt: Immer mehr Embleme des Nationalsozialismus an Wänden und Plakaten

PEINE. In Bettmar wurden Hakenkreuze auf Wahlplakate gesprüht. In Solschen auf Gebäudewände gemalt und jüngst auch in Vechelde im örtlichen Gymnasium an die Wände geschmiert. Nur drei Beispiele. Und grundsätzlich keine Lappalie, sagt die Polizei. Der Staatsschutz ermittelt. Kommt es zu einer Verurteilung drohen in der Regel Geldstrafen, aber auch Haftstrafen sind möglich.

„Viele bei uns im Dorf sind regelrecht entsetzt", sagt Berend Heinemann, Ortsbürgermeister in Solschen im südlichen Landkreis Peine. Am Wochenende 25./26. Juli haben noch unbekannte Täter die zentrale Holzhütte am Schützenplatz des 1.000-Seelen-Dorfes mit Hakenkreuzen und rassistischen Beleidigungen bekritzelt. „Wir akzeptieren so etwas nicht als Dumme-Jungen-Streich. Das sind gefährliche Entwicklungen, wir haben deshalb Anzeige erstattet. Zumal in unserer Mitte jemand lebt, der Vorfahren in Afrika hat", so Heinemann. Das gebe der Tat nochmal eine persönliche Komponente.

HAKEN ANS KREUZ GESPRÜHT

Persönlich betroffen fühlt sich auch John-Paul Klie von der Satirepartei „Die Partei". Dass nun ausgerechnet ein Wahlplakat mit der Aufschrift „Demokratie ohne Haken" auf einem Untergrund, der an die alten Banner der Nationalsozialisten erinnert, besprüht worden sei, mache ihn fassungslos.

„Für den Wahlkampf haben wir den Klassiker ‚Demokratie ohne Haken' gewählt, um zu verhindern, dass nationalsozialistisches Denken ein Kreuz bekommt. Da hört sogar bei uns der Spaß auf", so der Satiriker. „Diese Form der Bemalung ist widerlich."

> Sollte sich der Verdacht bestätigen, erwarten wir eine konsequente Aufklärung und Strafverfolgung.
>
> **John-Paul Klie**
> Satirepartei-Vorsitzender

Er habe die Tat deshalb ebenfalls zur Anzeige gebracht. „Wir vertrauen darauf, dass Polizei und gegebenenfalls der Verfassungsschutz den Sachverhalt sorgfältig prüfen werden. Sollte sich der Verdacht bestätigen, erwarten wir eine konsequente Aufklärung und Strafverfolgung."

Ein weiterer Fall: In Vechelde waren jüngst Räume des Spiegelberg-Gymnasiums verwüstet und mit Hakenkreuzen beschmutzt worden. Die Ermittlungen sind schon vorangeschritten. Die Staatsanwaltschaft Braunschweig hat Verdächtige im Visier.

„Wir hatten so etwas bisher nicht bei uns im Dorf", sagt Heinemann. Die örtliche Landjugend hatte die Hütte vor erst vier Jahren gebaut. Vor drei Wochen erst hätten Ehrenamtliche die Hütte neu gestrichen. Ob Jugendliche aus dem eigenen Ort Täter sein könnten? „Ich hoffe mal, dass es nicht so ist", sagt der Ortsbürgermeister von Solschen noch.

Ortsbürgermeister Berend Heinemann vor der vor einigen Tagen mit Hakenkreuzen beschmierten Hütte. Foto: Ralf Büchler

An vielen Stellen wurde die Hütte im Dorf Solschen mit Kennzeichen der verfassungswidrigen Partei und Beleidigungen beschriftet. Foto: privat

John-Paul Klie in Bettmar vor einem besprühten Plakat (verpixelt) Foto: privat

So sieht das Plakat eigentlich aus. Foto: privat

POLIZEI: „VOR WAHLEN HÄUFIG"

Die Polizeiinspektion Salzgitter/Peine/Wolfenbüttel hat alle Fälle an den Staatsschutz, eine Abteilung bei der Kriminalpolizei für staatsgefährdende Delikte, weitergeleitet. „Gerade vor Wahlen verzeichnen wir regelmäßig wiederkehrend eine Häufung von Hakenkreuz-Schmierereien" sagt Matthias Pintak, Pressesprecher der Polizeiinspektion.

Im September sind in Niedersachsen Kommunalwahlen. Seit dem Beginn des Jahres 2026 hat die Polizei für den Bereich Peine in bisher 24 Fällen wegen des Verdachts einer Straftat nach § 86a Strafgesetzbuch ermittelt. Nicht immer könnten die Täter dingfest gemacht werden. Bei den Ermittlungen sei die Polizei oft auf möglichst genaue Zeugenhinweise angewiesen.

ZEUGEN GESUCHT

Dürfte man als Zeuge denn Täter fotografieren? „Ja", sagt der Polizist. Zwar gebe es das Recht am eigenen Bild. Fotos, die man den Strafermittlungsbehörden weiterleiten wolle, seien dennoch zulässig. Nicht aber deren eigenmächtige Veröffentlichung auf Social Media beispielsweise. Auch die Verfolgung „aus sicherem Abstand" sei hilfreich, um der Täter - in diesem Fall Straftätern gegen den demokratischen Rechtsstaat - habhaft zu werden.

30 BIS 60 TAGESSÄTZE STRAFE

Die Tendenz der veröffentlichten Rechtsprechung in Deutschland ist eindeutig: Verurteilungen nach § 86a StGB enden bei Ersttätern meist mit einer Geldstrafe. Die Auswertung von veröffentlichten Gerichts-Entscheidungen zeigt: Typisch sind 30 bis 60 Tagessätze, etwa bei Hitlergrüßen oder Hakenkreuzschmierereien. Bei politischer Motivation, Wiederholungstaten oder weiteren Delikten wie Sachbeschädigung oder Volksverhetzung verhängen Gerichte häufig 90 Tagessätze oder mehr, in schweren Fällen auch Freiheitsstrafen, meist auf Bewährung.

Das Strafmaß richtet sich im Rechtsstaat stets nach den Umständen des Einzelfalls – insbesondere nach Motivation, Öffentlichkeit der Tat und Vorstrafen. Die Höhe der Tagessätze richtet sich nach den wirtschaftlichen Verhältnissen des Täters. Wer beispielsweise 1.500 Euro netto verdient, muss mit einem Tagessatz von etwa 50 Euro rechnen. Fünfzig mal Fünfzig macht also eine eine Strafe in Höhe von 2. 500 Euro. Die Höchststrafe wäre drei Jahre Gefängnis.

Warum Hakenkreuzschmierereien mehr als Sachbeschädigung sind

Hakenkreuze und andere Kennzeichen des Nationalsozialismus sind in Deutschland verboten. Mit den Paragrafen 86 und 86a des Strafgesetzbuches hat der Gesetzgeber nach Gründung der Bundesrepublik festgelegt, dass Propagandamittel und Symbole verfassungswidriger Organisationen nicht im öffentlichen Raum verbreitet oder verwendet werden dürfen. Ziel ist es unter anderem, die Verherrlichung der NS-Diktatur zu verhindern und Opfer sowie ihre Angehörigen vor einer erneuten Konfrontation mit den Symbolen des Terrorregimes zu schützen. Zu den verbotenen Kennzeichen zählen unter anderem Hakenkreuze, SS- oder Odal-Runen, Hitlergruß oder Parolen nationalsozialistischer Organisationen. Dabei kommt es auf den Zusammenhang an: Manche Symbole, etwa Runen oder das Hakenkreuz, haben historische Ursprünge außerhalb des Nationalsozialismus. Strafbar wird ihre Verwendung jedoch, wenn sie in einem rechtsextremen Kontext eingesetzt werden. Oder anders: Bringt man von einer Skandinavienreise einen mit der Odal-Rune verzierten 200 Jahre alten Becher mit, hat man nichts zu befürchten. Schreibt man dieselben Runen heute an eine Hauswand, könnte ein politischer Hintergrund angenommen werden und zur Strafverfolgung führen. Ähnlich verhält es sich mit Hakenkreuzen. Ausnahmen gelten etwa für Schule, Wissenschaft, Kunst, Forschung oder die Berichterstattung über Zeitgeschichte. Dort dürfen die Symbole zu Dokumentations- oder Aufklärungszwecken gezeigt werden. Übrigens: Ausflüchte helfen am Ende nicht. Wer den Arm - vielleicht sogar nur den linken - zum Hitlergruß hebt, um lediglich provozieren zu wollen, beseitigt nach einem Urteil des Oberlandesgerichts Hamm von 2024 die Strafbarkeit der Handlung nicht. Die Verurteilung würde also mit der Begründung nicht verhindert. Auch andere Zeichen sind verboten: Beispielsweise von Organisationen wie Hamas, Sendero Luminoso, PKK, IS, oder auch von Wikingjugend oder Blood-and-Honour-Division Deutschland.

NOTDIENSTE

APOTHEKEN

PEINE Arkaden-Apotheke Tel. (05171) 6644, Bodenstedtstr. 8: Sa. 9-9 Uhr
EDEMISSEN Dirk Apotheke Tel. (05176) 241, Hermann-Löns-Str. 21: So. 9-9 Uhr
HOHENHAMELN Apotheke Hohenhameln Tel. (05128) 204, Clauener Str. 9: So. 9-9 Uhr

ÄRZTE

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

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

ZAHNÄRZTE

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

TIERÄRZTE

BROISTEDT Tierarzt Ewald Eswein Tel. (0176) 70591532, Bahnhofstr. 7: Sa., So.

22119901_002626

Hundestrand am Eixer See

PEINE. Die sommerlichen Temperaturen steigen in diesen Tagen wieder über die 30-Grad-Grenze. Menschen finden in Schwimmbädern oder Seen viele Möglichkeiten zur Abkühlung – aber was machen Hundehalter mit ihren Vierbeinern? Im Landkreis Peine rückt da der Eixer See in den Fokus von Tierhaltern, denn hier gibt es eine Badestelle für die Tiere. Doch die sorgt bei den Tierfreunden auch für Unmut, denn bei aller Freude über das Angebot gibt es auch Kritik.

Der Abschnitt sei zu klein und zudem sei das Baden an der Leine für die Hunde gefährlich, heißt es immer wieder. Ob das wirklich so ist und wie der Landkreis sich zu dem Thema stellt, das erfragten wir bei einigen Badegästen am See und in der Verwaltung beim Pressesprecher Fabian Laaß.

Der fährt bei der Nachfrage gleich schwere Geschütze auf: In seiner Antwort heißt es, dass sich in den vergangenen Wochen vermehrt Besucher des Sees beschwert hätten, dass sich viele Hundehalter mit ihren Vierbeinern nicht an die Regeln halten und überall am See mit den Hunden ins Wasser gehen würden.

Nicole Meine, die mit ihrem Labrador am Eixer Hundestrand anzutreffen war, hat ihre eigene Meinung dazu, nämlich: „Hunde an der Leine ins Wasser zum Schwimmen zu schicken, das halte ich schlichtweg für gefährlich." Die Vierbeiner könnten sich in der Leine verheddern oder hängen bleiben. Deshalb würde sie nur ganz selten an den See kommen, um ihren Labrador ins Wasser zu lassen.

FÜR HUNDE GILT EINE ANLEINPFLICHT

Dass die Anleinpflicht auch für das Baden am Hundestrand gilt, bestätigt auch der Pressesprecher. Und er betont: An anderen Stellen ist es gar nicht erlaubt, mit dem Hund ins Wasser zu gehen. Leider, heißt es in der Pressemitteilung, würden sich viele Hundehalter jedoch überhaupt nicht an die Regeln halten und mit ihren Tieren ins Wasser gehen - ohne Rücksicht auf andere Badegäste, insbesondere Kinder, zu nehmen. Deshalb sei der Sicherheitsdienst mehrmals täglich unterwegs, spreche die Hundehalter an und weise sie entsprechend auf die Hausordnung hin.

Auf der anderen Seite beschweren sich Hundehalter darüber, dass der Hundestrand viel zu klein sei. Das bestätigt ebenfalls Hundehalterin Lena Jahn, denn sie versteht die Welt nicht mehr. „Der zugeteilte Raum für uns Hundebesitzer ist viel zu dicht an dem Weg, wo andere Badegäste entlanggehen." Und nicht nur das: Der Streifen sei zudem unübersichtlich und am Uferrand mit viel Strauchwerk bepflanzt.

IDEE: HUNDESTRAND VERLEGEN

Aus ihrer Sicht könnte diese Situation ganz einfach entschärft werden, indem der Hundestrand vom Anfang etwas weiter in eine naheliegende Einbuchtung verlegt werden würde. „Dann könnte der Teil eingezäunt werden und die Hunde könnten sich frei bewegen und würden keinen stören", ist sich Jahn aus Telgte sicher.

Dem Ansinnen von Jahn steht die Einschätzung des Wirtschafts- und Tourismusvereins (wito) entgegen. Der meint, seiner Einschätzung nach sei die derzeitige Größe der Hundebadestelle ausreichend. Bei der Flächenaufteilung am See stünde die Nutzung durch die Badegäste im Vordergrund, deshalb werde der überwiegende Teil des Strandbereichs für die Erholung der Menschen vorgehalten. Und an vielen anderen Badeseen sind Hunde überhaupt nicht zugelassen. Mit der ausgewiesenen Hundebadestelle besteht am Eixer See ein entsprechendes Angebot für Hundehalter.

DIE BADESTELLE WIRKT UNGEPFLEGT

Es wäre auch aus Sicht einer anderen Hundehalterin schöner, wenn es einen abgeteilten Platz gäbe. Die Fläche sei aus ihrer Sicht einfach nicht ausreichend. Ihr sei durchaus bewusst, dass es kaum Seen gebe, an denen Hunde erlaubt seien. Dennoch würde ihr die ungepflegte Badestelle nicht gefallen.

Das Statement seitens des Landkreises lautet: Die Entscheidung für die Haltung eines Hundes geht grundsätzlich mit der Verantwortung einher, auch für das Wohlbefinden der Vierbeiner an heißen Tagen Sorge zu tragen. Wie dies im Einzelfall sichergestellt werde, liege in der Verantwortung der jeweiligen Halter.

Ob für etwaige Verbesserungen an der Badestelle die Hundesteuer beitragen könnte, dazu gab es keine schlüssige Aussage. Aber zur Wasserqualität: Die sei derzeit sehr gut und das Gesundheitsamt prüfe diese regelmäßig. Deshalb sei bisher noch keine Blaualgengefahr bekannt und Badegäste könnten sich im kühlen Nass bedenkenlos abkühlen.

Das ist verboten: Hunde dürfen nur angeleint ins Wasser des Eixer Sees. Foto: Heike Heine-Laucke

Mehr Meer: Zwei Peiner werden Gastgeber an der Ostsee

Für Vivian und Jonas Upmann hat sich in Niendorf ein Traum erfüllt

PEINE/NIENDORF. Mit einem Picknick am Strand den Tag ausklingen lassen und nach der Arbeit das warme Ostsee-Licht genießen – für die gebürtigen Peiner Vivian und Jonas Upmann ist dieser Traum Wirklichkeit geworden. Sie haben das Meer jetzt vor der Haustür. Im Januar 2025 wagten die beiden ein neues Abenteuer, jetzt betreiben und vermieten sie vier Wohnungen in einem Ferienhaus in Niendorf in der Lübecker Bucht. Das Geibel-Haus. Mit Urlaub beschäftigt sich Jonas Upmann nun haupt- und nebenberuflich.

ERST JURA, DANN ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Ein treffsicherer Sturm-Turm – so ist der heute 44-Jährige vielen Peiner Fußballern noch in Erinnerung. Der 1,90 Meter-Schlaks ging unter seinem Geburtsnamen Jonas Müller höherklassig für den TSV Hohenhameln oder Grün-Weiß Vallstedt auf Torejagd. „Aber Fußball – das hat sich erledigt“, stellt er schmunzelnd fest. Nach seinem Abi 2001 am Peiner Silberkamp-Gymnasium ist viel passiert.

Upmann studierte zunächst Jura in Göttingen. Mit Abschluss. „Ich bin Volljurist.“ Kurz heuerte er aufgrund seiner Spanisch-Kenntnisse sogar in einer Kanzlei auf Mallorca an. Doch irgendwie war ihm die Jura-Sache doch zu trocken. „Ich wollte etwas Kreativeres machen, etwas mit Sprache.“ In einer kleinen Agentur in Köln absolvierte er ein PR-Volontariat.

BESONDERE BEGEGNUNG MIT MANUEL NEUER

In der Domstadt lebte er schon mit seiner Partnerin Vivian Upmann zusammen. Auch sie kommt aus dem Peiner Land, wuchs in Voigtholz-Ahlemissen im Nordkreis auf. Nach ihrem Abitur 2002 am Ratsgymnasium und dem Studium in Göttingen qualifizierte sich die heute 42-Jährige für einen Platz an der RTL-Journalistenschule, arbeitete als TV-Journalistin und Moderatorin und ist Sprecherin für verschiedene Hörbücher von Netflix-Serien.

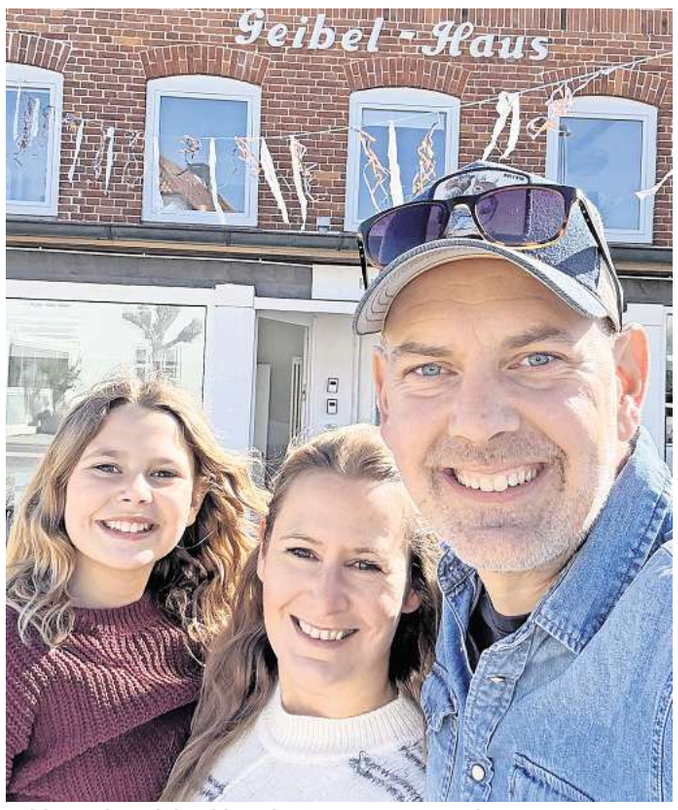
Einige Jahre lebten die beiden in Berlin. Jonas Upmann arbeitete zunächst in der Firma, die sich um das Marketing und die Kommunikation für das Wachsfiguren-Kabinett Madame Tussauds kümmerte – und jene Zeit verbindet er mit einem besonderen Erlebnis mit einer Torwart-Legende. „Ich durfte mit Manuel Neuer dessen Wachsfigur enthüllen“, verrät er.

„DARAUF HABEN WIR LANGE GEWARTET“

Statt um Promi-Kopien geht es für den gebürtigen Peiner schon seit 2015 aber um Ferienhaus-Originale. Er ist Leiter Kommunikation bei „HomeToGo“, einer Internet-Plattform für die Vermietung von Ferienunterkünften. Die Corona-Krise nutzte das Peiner Paar für einen Wohnort-Wechsel mit Tochter Lilia.

„Wir fragten uns: Wie wollen wir wohnen?“ Die Antwort: „Am Meer!“ In Niendorf an der Ostsee wurde die Familie fündig. „Der Ort hat einen kleinen, ganz romantischen Hafen, der sich großartig mit Angeboten entwickelt hat“, schwärmt Jonas Upmann. Yoga am Strand, Beach-Kino, Beach-Volleyball-Camp, Mini-Golf, Fischbude – alles da. „Ein toller Urlaubsort für Familien“, sagt der 44-Jährige.

Und die können die Upmanns seit Januar 2025 nun auch als Gäste empfangen. Sie bekamen das Angebot, das Geibel-Haus zu mieten und die vier Ferienwohnungen dort für Urlauber anzubieten. Schlaflose Nächte? Ja, die gab es vor der Zusage, „aber eher aus positiver Aufregung“, betont Jonas Upmann, „denn auf so eine Möglichkeit haben wir lange gewartet“. Ein paar Tage wurde kalkuliert, es entstand ein Mini-Konzept, dann folgte die Zusage.



Fühlen sich pudelwohl an der Ostsee: Jonas und Vivian Upmann mit Tochter Lilia. Das Paar stammt aus Peine und betreibt in Niendorf das Geibel-Haus mit mehreren Ferienwohnungen. Foto: privat

Jetzt sind die gebürtigen Peiner selbst Vermieter. „Wir haben auch ein bisschen die Möglichkeit, unser Hobby zum Beruf zu machen, denn wir dekorieren gerne“, erläutert Upmann. Aber nicht nur auf die Optik kommt es an.

Was erwartet der Urlauber von heute? Flexible Check-In-Zeiten, startet Jonas Upmann seine Aufzählung. Auch wichtig: „Ein kostenloser Parkplatz.“ Denn in Urlaubsorten sei es mitunter nicht einfach, sein Auto günstig abzustellen. W-LAN? Pflicht! „Es gibt Gäste, die wollen oder müssen auch im Urlaub mal kurz arbeiten“, berichtet der Ferien-Experte.

Und: Eine gute Basis-Ausstattung für die Küche der Ferienwohnung ist ein Qualitätsmerkmal. „Es nervt, wenn kein scharfes Messer oder kein Korkenzieher da ist oder nur ein kleiner Topf und eine Pfanne.“ Oder wenn schon am Anreisetag kein Klopapier mehr im Halter eingespannt ist...

PLATZ FÜR EINE GANZE VOLLEYBALL-MANNSCHAFT

Wert legen Gäste auch auf gute Fernseher, deren Bedienung genauso gut erklärt ist. Gäste schätzen Gäste-Mappen mit Tipps, wo zum Beispiel der nächste Bäcker zu finden ist. Zu jenem fahren sie gerne mit dem E-Bike, deshalb sollte es auch dafür Parkplätze geben.

Wenn andere in den Urlaub fahren, dann müssen Jonas und Vivian Upmann arbeiten. Ja, das kann gerade an Wechseltagen anstrengend sein. „Aber das Positive überwiegt. Die Gäste sind per se entspannter als zu Hause, es gibt schöne Gespräche. Der Austausch ist einfach toll“, schwärmt der 44-Jährige.

Seine Frau bietet im Geibel-Haus auch Bildungsurlaube zum Thema Kommunikation an. 22 Gäste finden insgesamt Platz in den vier Wohnungen. „Wir hatten auch schon mal eine ganze Volleyball-Mannschaft zu Gast“, erinnert sich Upmann.

DIE OSTSEE IST AM BELIEBTESTEN

Dass die Ostsee auch für den Sommer 2026 die häufigste Suchanfrage für Ferienunterkünfte in Deutschland auf dem Portal seines Arbeitgebers „HomeToGo“ war, wundert den Experten nicht. „Die Ostsee hat rund 1.000 Küstenkilometer, mit ganz unterschiedlichen Arten von Stränden. Es gibt auch schöne kleine Waldgebiete. Man findet Ruhe und es ist trotzdem etwas los“, sagt er. Die Abwechslung, die vielen Angebote – ein richtiges Pfund.

Rund viermal im Jahr besuchen die Upmanns noch ihre alte Heimat in Peine. Ein Amarena-Kirsch-Eis bei Venezia auf dem Marktplatz, ein Glühwein auf dem Euling-Hof in der Adventszeit – das ist Pflicht für Jonas Upmann. Dann ist er auch gerne mal Gast statt Gastgeber.

LEMANCZIK
DELIKATESSEN
FLEISCHEREI
SEIT 2015
31275 LEHRTE/SIEVERSHAUSEN
MEISTERSTR. 1
0163 7838623

Angebote für den Monat August

Schweinerückensteaks
mariniert oder Natur 100 g 1,09 €

Fleischsalat
hausgemacht 100 g 1,29 €

Unser Verkaufsautomat bietet eine praktische Möglichkeit, sich auch am Wochenende nach Ladenschluss mit wichtigen Dingen einzudecken.

22279201_002626

SAVE THE DATE
TAG DER OFFENEN TÜR
22.08.2026
10:00 - 16:00 Uhr
Ackerköpfe 28
31249 Hohenhameln / Mehrum
GW ENERGYTEC
PHOTOVOLTAIK | WÄRMEPUMPE
Powered by avacon
Besuchen Sie uns vor Ort!
PHOTOVOLTAIK
WÄRMEPUMPEN
KOMPLETTLÖSUNGEN
www.gw-energytec.de

18949401_002426

Gültig: MO 10.08. bis SA 15.08.2026
BIG! DURST
Cello´s Getränkehandel
+++ MO-FR VON 8.00-18.00 UHR • SA VON 8.00-14.00 UHR GEÖFFNET +++
O'Donnell Moonshine 0.7 Ltr. versch. Sorten im Sortiment sowie viele andere Party-spirituosen! REINSCHAUEN LOHNT SICH!
12.99 Lindener Spezial 30x0.33 Ltr. + 3.90 Pfand Ltr. 1.31
18.99 Weihenstephaner versch. Sorten 20x0.5 Ltr. + 3.10 Pfand Ltr. 1.90
4.99 Extaler Mineralwasser versch. Sorten 12x0.75 Ltr. Glas + 3.30 Pfand Ltr. 0.55
9.99 Ohlenhof Multivitamin 6x1 Ltr. Glas + 2.40 Pfand Ltr. 1.67
9.99 Deit Limonaden versch. Sorten 12x1 Ltr. PET + 3.30 Pfand Ltr. 0.83 teilw. koffeinhaltig
Marcel Bartsch • Peiner Straße 9 • 31228 Peine-Stederdorf
Service Hotline: 0 51 71 - 177 22 • bd-getraenkemarkt@arcor.de
Druckfehler & Irrtümer vorbehalten! Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen, solange der Vorrat reicht. BIG DURST ist ein Kooperationssystem der Getränke Ahlers GmbH, Industriestrasse 15, 28832 Achim. Vertragsverhältnisse kommen ausschließlich mit dem Rechtsträger des jeweiligen Getränkemarktes, in dem Sie einkaufen, zustande. www.big-durst.de

18919101_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

17296601_002426

Nasse Keller? Feuchte Wände? Undichter Balkon?
• 30 Jahre Erfahrung
• 10 Jahre Gewährleistung
• TÜV-zertifiziert
• qualifiziertes Fachpersonal
• Sauberkeitsgarantie
• Festpreis
innotech GmbH
sanierungsfachbetrieb für feuchte bauwerke
Ehlbeek 17 · 30938 Burgwedel
www.innotech-team.de
Tel. 05139/27 82 60
Fachbetrieb für Bautenschutz
TÜVRheinland ÜBERWACHT
www.tuv.com ID 0000001510

22100301_002626

Anzeige

Aufklärung aus 180 Jähriger Tradition durch Niedersächsische Goldbörse Braunschweig - Ungetragen, beschädigt, vergessen – aber keineswegs wertlos

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

August 2026

Aktueller Goldkurs: 4.255,80 USD/Feinunze

Braunschweig. Eine gerissene Kette, ein einzelner Ohrring oder ein zerkratzter Ring verliert nicht automatisch seinen Edelmetallwert. Gerade in Schubladen und alten Schmuckkästchen verbergen sich häufig Goldwerte, die seit Jahren unterschätzt werden. Erst eine fachkundige Prüfung zeigt, was tatsächlich in den einzelnen Stücken steckt und welchen Gegenwert sie besitzen. Das Traditionsunternehmen Niedersächsische Goldbörse Braunschweig prüft mit moderner Technik kostenlos, unverbindlich und transparent direkt vor den Augen des Kunden. Wer seinen alten Schmuck ohnehin nicht mehr trägt, kann ihn anschließend verkaufen und aus vergessenen Werten sofort neuen finanziellen Spielraum schaffen.

Auch viele Besitzer in Braunschweig und Umgebung unterschätzen diesen Unterschied. Beschädigte, unvollständige oder längst nicht mehr getragene Schmuckstücke werden deshalb häufig jahrelang aufbewahrt oder vorschnell aussortiert. Doch der äußere Zustand sagt wenig darüber aus, welcher Wert tatsächlich darin steckt. Gewissheit schafft erst eine fachkundige Prüfung.

Wer alten Schmuck verkaufen möchte, muss ihn weder reparieren noch aufwendig reinigen. Eine Kette muss nicht gelötet, ein Ring nicht poliert und ein einzelner Ohrring nicht wieder zu einem Paar ergänzt werden. Beim Edelmetallankauf zählen vor allem Legierung, Gewicht und der aktuelle Edelmetallkurs – nicht Schönheit oder Tragbarkeit.

Das gilt für Goldschmuck und Bruchgold ebenso wie für Zahngold, einzelne Ketten und Ohrringe, Münzen, Barren, Silber, Platin oder Palladium.

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig empfiehlt: zu Hause nichts vorsortieren, sondern einfach alles mitbringen. Insbesondere ältere Schmuckstücke tragen häufig keine erkennbare Punze mehr. Auch Farbe und Aussehen erlauben keine verlässliche Bestimmung. Was tatsächlich wertvoll ist, sollte daher nicht nach dem ersten Eindruck beurteilt werden.

Vor Ort in Braunschweig wird jedes Stück einzeln und nachvollziehbar vor den Augen der Kunden geprüft.

Wer sich für den Verkauf entscheidet, erhält den vereinbarten Betrag sofort in bar oder per Echtzeitüberweisung auf das eigene Konto. So werden aus Schmuckstücken, die seit Jahren ungenutzt in Schubladen liegen, innerhalb kurzer Zeit frei verfügbare Geldmittel. Deshalb gilt: Jetzt prüfen lassen, Wert erkennen und vergessene Goldwerte direkt zu Geld machen.

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 - 14:00 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.

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

22415601_002426

Wo KI drinsteckt, muss auch KI draufstehen – meistens jedenfalls

Neue EU-Regeln sollen offenlegen, wann Bilder, Videos, Audios oder Texte künstlich erzeugt oder manipuliert wurden – bei Verstößen drohen empfindliche Bußgelder.

VON SVEN CHRISTIAN SCHULZ

Der Hinweis „mit KI erstellt" wird in Europa künftig häufiger zu sehen und zu hören sein.
Quelle: RND (Montage), Foto: Pixabay

In TV-Spots und Supermarktprospekten ist der Hinweis „mit KI erstellt" längst zu sehen: Seit Sonntag, 2. August, gelten in der EU neue Transparenzpflichten für den Einsatz Künstlicher Intelligenz (KI). Sie sollen erkennbar machen, wann Inhalte künstlich erzeugt oder manipuliert wurden. Bisher gab es für den KI-Einsatz kaum Regeln – das ist nun zum Glück vorbei. Bei Verstößen drohen Bußgelder von bis zu 15 Millionen Euro oder 3 Prozent des weltweiten Jahresumsatzes. Was künftig für wen gilt – und wo Ausnahmen greifen.

Neu für Profis: Unternehmen, Behörden und andere professionelle Nutzer müssen KI-Inhalte vor allem dann kenntlich machen, wenn sie täuschend echt wirken oder ein öffentlich relevantes Thema betreffen. Dazu zählen etwa Deepfakes, die Politiker bei erfundenen Handlungen zeigen oder ihr Gesicht manipulieren. Der Hinweis muss gut sichtbar sein, bei Musik und anderen Audios hörbar. Auch bei Chatbots muss klar sein, wenn kein Mensch, sondern eine KI antwortet. Wie die Kennzeichnung konkret aussieht, schreibt das Gesetz nicht vor. Ein gut erkennbarer Hinweis wie „KI-generiert" auf einem Plakat an der Bushaltestelle, im Filmabspann oder unter dem Text aus dem Rathaus kann genügen. Offensichtlich künstliche Illustrationen und abstrakte Bilder, die niemand für echt halten würde, sind dagegen von der Vorgabe ausgenommen.

Für Texte gilt: Transparenz ist bei Themen von öffentlichem Interesse Pflicht, etwa Politik, Gesundheit oder Finanzen. Eine Ausnahme von der Kennzeichnungspflicht gibt es nur, wenn ein Mensch den Text sorgfältig geprüft hat. Wer die KI-Ergebnisse ungeprüft übernimmt, riskiert Fehler und im Ernstfall rechtliche Folgen. Die Verantwortung trägt immer der Mensch, der die KI einsetzt.

Neu für private Nutzer: Solange Bilder und Texte im privaten Raum bleiben, müssen diese nicht mit „KI generiert" gekennzeichnet werden. Wer E-Mails von einer KI formulieren lässt oder KI-Bilder in privaten Chats verschickt, muss dies nach den EU-Vorgaben in der Regel nicht offenlegen.

Neu für Vereine: Wo ein wirtschaftlicher oder gewerblicher Zweck im Spiel ist, gilt auch die Transparenzpflicht. Wer für eine Aufführung mit Eintritt seines Tanzvereins Plakate von der KI gestalten oder für den Fußballverein mit Sponsoren Texte für seine Website erstellen lässt, muss dies meist kennzeichnen. Grauzonen und Unsicherheit beim KI-Einsatz in Vereinen sind vorprogrammiert. Im Zweifel gilt: Lieber einmal zu viel transparent machen, dass KI eingesetzt wurde.

Neu für Influencer und YouTuber: Wer regelmäßig mit Bildern und Videos im Netz Geld verdient, muss auch KI-generierte oder manipulierte Inhalte entsprechend kennzeichnen. Plattformen wie Instagram, Tiktok und Youtube bieten dafür eigene Funktionen an und erkennen manche KI-Inhalte automatisch. Der Hinweis „KI-generiert" könnte für Fans den Zauber mancher Influencer-Beiträge schmälern. Aus Sicht der EU ist genau diese Klarheit aber gewollt.

Neu für Tech-Konzerne: KI-Anbieter wie OpenAI, Google oder Meta müssen ihre KI-generierten Inhalte technisch erkennbar machen. Pflicht werden maschinenlesbare Markierungen, etwa Einträge in Metadaten oder digitale Wasserzeichen, die für das menschliche Auge unsichtbar bleiben. Andere Plattformen können so erkennen, ob ein Bild, Video oder Audio mit KI erstellt wurde. Wurden weite Teile einer Doktorarbeit von der KI geschrieben, könnte dies künftig leichter von Prüfprogrammen erkannt werden. Wichtig ist nun, dass die EU-Kommission europäisches Recht gegenüber den Tech-Konzernen auch konsequent durchsetzt und sonst mit Strafen ahndet.

Risiken von Social-Media-Trends: Viele Kinder nehmen aus sozialem Druck an gefährlichen Challenges teil.
Foto: Annette Riedl/dpa/dpa-mag

„Blackout-Challenge": So bewahren Eltern einen kühlen Kopf

Wenn Eltern erfahren, dass ihr Kind bei einer sogenannten „Blackout-Challenge" mitgemacht hat, ist der Impuls groß, aus Panik loszuschimpfen. Besonders, wenn sich das Kind sogar selbst bis zur Bewusstlosigkeit würgen ließ. Das sei zwar verständlich, sagt Erziehungs- und Familienberaterin Kira Liebmann - von solchen Reaktionen rät sie jedoch ab.

„Stattdessen sollten Eltern erst einmal nicht vollkommen panisch reagieren und Ruhe bewahren", so Liebmann. Dann komme es darauf an, zu ergründen, was genau passiert ist: Hat mein Kind selbst die Challenge gemacht, war es „nur" dabei oder hat es davon gehört.

ERST EINMAL SELBST SAMMELN, DANN DARÜBER REDEN

Für den Fall, dass sich das Kind selbst würgen ließ - sozusagen als Mutprobe, sollte man nicht sofort los schimpfen. „Wichtig ist, dass man sich selbst erst einmal sammelt und dann das Gespräch führt, wenn sich die ersten Emotionen etwas gelegt haben", rät die Erziehungsberaterin.

Dann gilt es, in Ruhe nach dem Warum zu fragen: War es Gruppenzwang? War es Deine eigene Idee? Geht die Herausforderung auf einen Social-Media-Aufruf zurück? „Dann kann man entscheiden, ob man eventuell auch den Klassenlehrer oder Schulpsychologen einbezieht", so Liebmann.

Hat das Kind von einem Vorfall erfahren oder war Zeuge, dass andere die Challenge gemacht haben, gelte es ebenfalls, erst einmal Ruhe zu bewahren, sich zu sammeln und erst danach mit dem Kind zu sprechen. Das könne man auch genau so kommunizieren: „Ich muss das erst selbst verdauen. Lass uns in 15 Minuten darüber reden." Wichtig sei dann zu ergründen: Wer war alles dabei? Muss ich vielleicht auch andere Eltern kontaktieren? Was ist genau passiert? Wurde ein Kind ohnmächtig? Wie lange?

AN VERNUNFT APPELLIEREN – UND SOGAR DEN KINDERARZT INS BOOT HOLEN

„Fand die Challenge sogar in der Nähe von Wasser statt, sollte man klarmachen, wie gefährlich das ist, und die ganze Challenge ohnehin ein Spiel mit dem Leben", so Liebmann. Aus ihrer Sicht können Eltern in dem Gespräch zwar ihre Sorgen und Nöte platzieren - aber eigentlich könnten sie nur an die Vernunft appellieren und Risiken und Konsequenzen aufzeigen. Manchmal helfe es aber auch, wenn der Kinderarzt oder die Kinderärztin ins Boot geholt wird und die Gefahren noch mal ganz anders erklärt.

SPAGAT: AM THEMA DRANBLEIBEN, ABER KIND NICHT DAMIT NERVEN

Auch nach dem Erst-Gespräch sei es wichtig, am Thema dranzubleiben und eine Vertrauensbasis zu schaffen. „Das ist das A und O bei allen Krisen", so die Beraterin. „Man sollte dem Kind oder Jugendlichen nun nicht täglich mit dem Thema auf den Geist gehen, aber sich schon ab und an erkundigen, ob es von weiteren Fällen gehört hat", rät Liebmann.

Die „Blackout-Challenge" ist auch als „Choking Game" bekannt. Die Internet-Mutprobe, die vor allem auf TikTok kursiert, ist nicht neu, aber lebensgefährlich. Aktuelle Fälle meldete die Polizei aus Mecklenburg-Vorpommern. Ziel der Teilnehmenden ist es, sich selbst oder gegenseitig so lange die Luft abzuschnüren oder zu würgen, bis durch den Sauerstoffmangel eine kurze Bewusstlosigkeit beziehungsweise ein Ohnmachtsanfall eintritt. (dpa)

Zahl's noch einmal, Sam? – Gefährlicher „Booking.com"-Betrug

Kurz vor dem Urlaub trudelt per Messenger eine Nachricht des bereits gebuchten Hotels ein? Die Zahlung sei fehlerhaft gewesen und müsse wiederholt werden? Dann ist höchste Vorsicht geboten, berichtet das IT-Fachmagazin „c't".

Denn dahinter könnte ein ausgeklügelter Betrugsversuch stecken, der auf echten Buchungsdaten basiert. Es gelte: Keinesfalls auf Links in derartigen Nachrichten klicken. Im Zweifel direkt beim Hotel oder der Unterkunft anrufen.

HOTELS SIND SCHON AUSGETRICKST WORDEN – JETZT SIND DIE GÄSTE DRAN

Doch was steckt hinter dem Betrug? Die Angreifer haben sich selbst über erfolgreiche Phishing-Angriffe Zugang zu den Konten verschafft, über die die Hotels ihre Buchungen auf den Plattformen abwickeln und verwalten. Und dort lagern viele sensible Informationen: vollständige Gästenamen, Reisezeiträume oder eben auch Telefonnummern.

Mit diesen Daten täuschen die Betrüger die Identität des Hotels vor und fordern die Reisenden auf, eine angeblich fehlerhafte Zahlung über einen mitgeschickten Link zu begleichen. Da die Nachrichten auf realen Buchungsdaten beruhen, wirken sie täuschend echt.

Eine Nachricht über eine fehlgeschlagene Zahlung kurz vor Abreise?
Foto: Fabian Sommer/dpa/dpa-mag

NACHRICHT KURZ VOR REISESTART IST KEIN ZUFALL, SONDERN KALKÜL

Sie werden von den Kriminellen gezielt kurz vor Reisebeginn, also zu einem Zeitpunkt, an dem das Stresslevel vermutlich hoch und die Aufmerksamkeit gegenüber Ungereimtheiten geringer ist. Die verknüpften Links führen auf gefälschte Zahlungsseiten, auf denen Kreditkartendaten abgegriffen werden.

Viele betroffene Gäste erhielten oder erhalten die Betrugs-Nachrichten zeitgleich mit Phishing-Warnungen der Buchungsplattform, was die Lage zusätzlich unübersichtlich macht.

5 TIPPS ZUM PERSÖNLICHEN SCHUTZ

Reisenden empfehlen die Experten zum persönlichen Schutz Folgendes:

1. Skepsis bei Messenger-Zahlungsaufforderungen: Seriöse Hotels forderten Zahlungen grundsätzlich über die offiziellen Kanäle der Plattform oder direkt vor Ort.
2. Buchung selbst prüfen: Alle relevanten Informationen lassen sich jederzeit über die offizielle App oder Webseite der Buchungsplattform einsehen.
3. Verdächtige Nachrichten melden: Wer eine fragwürdige Nachricht erhält, sollte diese umgehend dem Kundenservice der Plattform melden.
4. Im Zweifel direkt anrufen: Ein kurzer Anruf beim Hotel über eine selbst recherchierte Nummer klärt rasch, ob die Nachricht echt ist.
5. Sofort reagieren: Wer bereits auf einen Link geklickt und Zahlungsdaten eingegeben hat, sollte die betreffende Kreditkarte sofort sperren lassen und Anzeige erstatten. (dpa)

Was gut ist, ist nicht teuer: Multigeschirrspüler im Test

Nach einem Festmahl oder auch nur einem Familienabendbrot unter der Woche mit der Hand spülen?

Machen die meisten längst nicht mehr. Nahezu alles, was über den Tisch geht, landet am Ende im Geschirrspüler. Inklusive Fett- und Essensresten. Multigeschirrspüler sollen für Sauberkeit und Glanz sorgen, und Geschirr und Maschine schonen. Wie gut gängige Produkte das schaffen, hat sich die Stiftung Warentest in ihrer aktuellen Ausgabe (8/2026) angesehen.

Insgesamt 16 Multigeschirrspülmittel haben die Tester ausführlich unter die Lupe genommen - 10 Tabs und 6 Caps. Davon haben insgesamt 8 die Note „Gut" bekommen, 3 schnitten mit „Befriedigend" ab, 2 waren „Ausreichend", und 3 „Mangelhaft".

Besonders auffällig: Vor allem günstige Mittel überzeugten. Allen voran die Tabs „Power Force All-in-One" von Aldi und „Domol Ultra Power All-in-One" von Rossmann. Beide bekamen die Note 2,1. Alle mit „Gut" bewerteten Tabs sind Eigenmarken von Drogerie- und Handelsketten und kosten pro Stück 9 Cent.

Erstmals hat es auch ein Cap in die Liste der mit „Gut" bewerteten Produkte geschafft. Allerdings kostet ein Cap von „Somat Excellence Premium 5in1" 20 Cent.

IN DIESEN KATEGORIEN WURDE GETESTET

Getestet wurde in den Kategorien Reinigung, Klarspülen, Kalkverhinderung, Trocknen, Materialschonung, Gewässerbelastung und Nutzerfreundlichkeit der Verpackung. Acht Tabs und Caps reinigen im Test gut. Fette und Teeränder machten vielen Produkten im Test aber Probleme. Der Cap-Testsieger von Somat konnte hier punkten.

Klarspüler sollen Flecken und Schlieren verhindern, indem sie das Wasser am Ende des Spülgangs schnell und gleichmäßig über das Geschirr ablaufen lassen, sodass es schnell trocknet. Passiert das nicht, bleiben Wassertropfen zurück, enthaltene Salze und Mineralien werden nach dem Trocknen häufig sichtbar. Fast zwei Drittel schaffen das zuverlässig.

UMWELT, BELADUNG UND MASCHINE SCHONEN – SO GEHT'S

Mit dem Blick auf die Materialschonung von Beladung und Maschine konnten nicht alle Produkte überzeugen. Besonders mit Blick auf Kunststoff und Silberbesteck machten die Tester bei einigen Produkten Abstriche in der Bewertung.

Besonders bemängelt wurden zwei Produkte, die Inhaltsstoffe enthalten, die Gewässer belasten. Für Benzotriazole zum Silberschutz sowie Tenside wurden bei insgesamt zwei Produkten bemängelt. Die anderen kamen ohne aus.

Was die Tester nicht bewertet haben, waren die Fettrückstände im Sieb. Hier geben sie Verbrauchern aber einen wichtigen Tipp zur Vorsorge: Um die Maschine zu schonen, sollte einmal im Monat ein Intensivprogramm durchlaufen und Maschinengeschirrspülmittel verwendet werden. Außerdem sollte das Sieb am Boden regelmäßig gereinigt werden. (dpa)

Multigeschirrspülmittel sollen für Sauberkeit und Glanz sorgen, und Geschirr und Maschine schonen.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

ANZEIGE

vhs Kreisvolkshochschule Peine

Neue kvhs-Angebote

www.kvhs-peine.de

Bildungsurlaub: Zeit für Entwicklung und neue Perspektiven

Bildungsurlaub ist weit mehr als nur eine Auszeit vom Job. Es eröffnet Räume für persönliches Wachstum, neue Impulse und die Möglichkeit, sich intensiv mit Themen auseinanderzusetzen, die im Alltag oft zu kurz kommen. Mit ihrem vielfältigen Angebot an Bildungsurlaubsseminaren lädt die Kreisvolkshochschule Peine dazu ein, Lernen bewusst zu erleben.

LERNEN MIT FREIRAUM

Viele Beschäftigte wissen gar nicht, dass ihnen ein gesetzlicher Anspruch auf Bildungsurlaub zusteht. In Niedersachsen sind es in der Regel fünf Tage pro Jahr, die für anerkannte Weiterbildungen genutzt werden können.

Mit dem geplanten neuen Bildungszeitgesetz soll dieser Anspruch künftig noch flexibler und moderner gestaltet werden. Ziel ist es, Bildungszeiten besser an die Lebensrealität der Menschen anzupassen, neue Lernformate stärker zu berücksichtigen und den Zugang insgesamt zu erleichtern.

VIELFALT ENTDECKEN

Das Angebot an Bildungsurlauben ist breit gefächert und spricht unterschiedliche Interessen an. Es reicht von beruflich orientierten Themen wie Kommunikation, Digitalisierung oder MS Office bis hin zu Sprachen oder Angeboten aus den Bereichen Gesundheit und persönliche Entwicklung, etwa Stressbewältigung, Resilienz oder Ernährung.

INTENSIV LERNEN, NACHHALTIG PROFITIEREN

Über mehrere Tage hinweg beschäftigen sich die Teilnehmenden intensiv mit einem Thema, tauschen sich in der Gruppe aus und profitieren von der Expertise erfahrener Kursleitungen. Diese konzentrierte Lernatmosphäre unterscheidet den Bildungsurlaub von klassischen Kursformaten.

Alle Bildungsurlaube der Kreisvolkshochschule Peine sind nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt und richten sich sowohl an Vollzeit- als auch an Teilzeitbeschäftigte.

INVESTITION IN DIE EIGENE ZUKUNFT

Bildungsurlaub ist eine Investition in die persönliche und berufliche Zukunft. „Gerade in einer sich wandelnden Arbeitswelt wird es immer wichtiger, offen für Neues zu bleiben und sich kontinuierlich weiterzuentwickeln“ sagt Eva Kazmierczak (Programmbereichsleiterin Gesundheitsbildung)

Weitere Informationen zu Themen, Terminen und Voraussetzungen bietet die Website der Kreisvolkshochschule Peine. Das Team unterstützt Interessierte dabei, den passenden Bildungsurlaub zu finden.

(v. l.): Eva Kazmierczak (Gesundheit), Rosa Daumlechner (Deutschkurse), Kerstin Wassmann (Pädagogik), Ingrid Knobbe (Kultur und Beruf & Digitales), Sarah Korn (Sprachförderung), Stefanie Laurion (Leiterin kvhs Peine), Andreas Teichmann (Verwaltungsleitung), Knut Arnold (Fremdsprachen). Foto: kvhs Peine

BILDUNGSURLAUBE 2026

- ***Bewegt gegen Stress*** *14.9. – 18.9., 8.30 – 13.30 Uhr, Vechelde*
- ***Italienisch für Anfänger*** *28.9. – 2.10., 9 – 16 Uhr, Peine*
- ***Stark gegen Stress und*** *Burnout 12.10. – 16.10., 9 – 16 Uhr, Vechelde*
- ***Spanisch für Anfänger*** *12.10. – 16.10., 9 – 16 Uhr, Peine*
- ***Zeitinseln – Zeit effektiv nutzen*** *2.11. – 6.11., 8.30 – 13.30 Uhr, Vechelde*
- ***Gesund im Beruf – Wechseljahre aktiv gestalten*** *16.11. – 20.11., 8.30 – 12 Uhr, Vechelde*

www.kvhs-peine.de
Alle Veranstaltungen finden Sie auf unserer Website. Die Suche ist ganz einfach, probieren Sie es gern aus! Ausdrucke aktueller Kurse können auch in der Geschäftsstelle der kvhs Peine abgeholt werden.

Mit Herz und Leidenschaft für Gesundheit und Entspannung

Wer Angela Klieme begegnet, erlebt einen Menschen voller Herzlichkeit und Begeisterung für das Lernen. Seit vielen Jahren begleitet sie Menschen auf ihrem Weg zu mehr Gesundheit, Gelassenheit und Wohlbefinden. Genau diese Leidenschaft prägt auch ihre Arbeit als Dozentin an der Kreisvolkshochschule Peine.

2007 erfüllte sie sich mit der Ausbildung zur Ernährungs- und Gesundheitsberaterin einen lang gehegten Traum. Seit 2008 arbeitet sie freiberuflich. Mit Ausbildungen zur Entspannungspädagogin, Qi-Gong-Lehrerin, Präventionssport-Übungsleiterin und Coach.

DER WEG ZUM BILDUNGSURLAUB

Ein besonderer Meilenstein war die Entwicklung ihres Bildungsurlaubs ***„Gesunder Umgang mit Stress – Fit und entspannt am Arbeitsplatz“***. Die Idee entstand nach ihrer Coaching-Ausbildung. Mit diesem Angebot kann sie ihre Kompetenzen in den Bereichen Gesundheitswissen, Entspannungstechniken und Coaching wunderbar einbringen. Der Bildungsurlaub „Gesunder Umgang mit Stress – Fit und entspannt am Arbeitsplatz“ wird auch 2027 wieder angeboten: vom 1. bis 5. März 2027, jeweils von 8.30 bis 16 Uhr, im Bürgerzentrum Vechelde.

Besonders am Herzen liegt ihr dabei, dass Lernen nicht belehrend wirkt, sondern stärkend. „Wir alle haben unser eigenes Tempo“, sagt sie. In ihren Seminaren geht es nicht um Perfektion, sondern um kleine, realistische Schritte zu mehr Balance und Selbstfürsorge.

LERNEN IN WOHLTUENDER ATMOSPHÄRE

Auch in ihren regulären Kursen schafft Angela Klieme eine Atmosphäre, in der sich Menschen willkommen und gesehen fühlen. Humor, Praxisnähe und eine respektvolle Kommunikation sind für sie entscheidend.

Besonders beliebt sind ihre Qi-Gong-Angebote, die sanfte Bewegung, Atmung und innere Ruhe verbinden. Neu starten im kommenden Semester die Kurse ***„QiGong - Pflege des Lebens mit langer Tradition“*** X-9578V4 (3.9. bis 19.11.2026, donnerstags 9 bis 10.15 Uhr) und X-9573V4 (3.9. bis 19.11.2026, donnerstags 10.30 bis 11.45 Uhr).

Privat findet Angela Klieme ihren Ausgleich beim Yoga, Fitness-Training, Spaziergängen in der Natur, beim Wandern, Tanzen oder auf Radreisen.

Immer wieder inspirieren Angela Klieme Bücher, wie „5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen. Was zählt am Ende des Lebens wirklich?“ von Bronnie Ware. Die Australierin hat mehrere Jahre Sterbende bis zu ihrem letzten Atemzug begleitet, ihnen zugehört und darüber ein Buch geschrieben. Auch „Das Leben ist zu kurz für später“ von Alexandra Reinwarth hat ihr viele Anregungen gegeben, ebenso wie „25 letzte Sommer“

Foto: Ulf Jasmer

von Stephan Schäfer. Angela Kliemes Motto lautet:

„Wann, wenn nicht jetzt? Weil das Leben nicht auf später wartet.“
Angela Klieme

Sie weiß: „Das Leben ist endlich, kostbar und zu wertvoll, um das Wesentliche auf irgendwann zu verschieben.“ Eine Haltung, die sie nicht nur selbst lebt, sondern die sie auch an ihre Teilnehmenden weitergibt.

19526801_002426

vhs Kreisvolkshochschule Peine

Stederdorfer Str. 8/9
31224 Peine
Telefon: (05171) 401 - 3041
Fax: (05171) 401 - 7720
E-Mail: anmeldung@kvhs-peine.de

Öffnungszeiten

Montag	8.30 - 12 Uhr
Dienstag	8.30 - 16 Uhr
Mittwoch	nach Vereinbarung
Donnerstag	8.30 - 17 Uhr
Freitag	8.30 - 12 Uhr

Landkreis Peine

Impressum: Landkreis Peine – vertreten durch den Landrat Henning Heiß, Burgstraße 1, 31224 Peine

HIGHLIGHTKURSE OFFENES KURSANGEBOT SEMESTER 2026

SPRACHEN – *Knut Arnold*

Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse
X-7228P3 | ab Dienstag, 15. September, 18 – 19.30 Uhr, Peine

English in the Kitchen. Englisch lernen beim Kochen
X-9255Y7 | ab Samstag, 7. November, 10 – 13 Uhr, Hohenhameln

Thailändisch für den Einstieg
X-7830Y3 | ab Sonntag, 6. September, 8 – 12 Uhr, Peine

Bildungsurlaub Spanisch für Anfänger
X-7630X3 | ab Montag, 12. Oktober, 9 – 16 Uhr, Peine

GESUNDHEIT – *Eva Kazmierczak*

Wassergymnastik in Mehrum. Mobilisation im Wasser
X-9667H4 | ab Donnerstag, 10. September, 8.30 – 9.30 Uhr, Hohenhameln

Yin Yoga am Abend. Meditative Yogapraxis
X-9590V4 | ab Donnerstag, 10. September, 18.30 – 20 Uhr, Vechelde

Flow & Relax. Sanftes Yoga am Abend
X-9511P4 | ab Dienstag, 15. September, 18 – 20 Uhr, Peine

Zurück in deine Kraft. Atemübungen und sanftes Qi-Gong
X-9551P4 | ab Freitag, 25. September, 18.15 – 19.15 Uhr, Peine

ERNÄHRUNG – *Eva Kazmierczak*

Ausgewogen essen und genießen. Ausgewogene und vollwertige Ernährung.
X-9220P7 | ab Montag, 2. November, 18 – 21 Uhr, Peine

Deftige Hausmannskost. Grünkohl, Frikadelle und Kartoffelstampf.
X-9269P7 | Mittwoch, 11. November, 18 – 21.45 Uhr, Peine

Ersetze deine Drogerieprodukte. Naturkosmetik selber machen.
X-9207Y7 | Samstag, 14. November, 10 – 14 Uhr, Hohenhameln

Darmfreundliche Ernährung. Praxisseminar
X-9209Y7 | Samstag, 21. November, 15 – 18 Uhr, Peine

MENSCH & GESELLSCHAFT / PFLEGE & BETREUUNG – *Stefanie Laurion*

Female Finance. Geld ist (auch) Frauensache!
X-1404P5 | Donnerstag, 8. Oktober, 18.30 – 20.45 Uhr, Peine

Kommunikation in Krisensituationen. Für Ehrenamtliche der FFW
W-KIKS | Samstag, 26. September, 9 – 16 Uhr, Peine

DUO-Seniorenbegleiter. Für Ehrenamtliche
X-9741N2 | ab Samstag, 7. November, Peine

Qualifizierung für Betreuungskräfte. Wochenkurs
X-9754P2 | ab Freitag, 16. Oktober, Peine

BERUF & DIGITALES – *Ingrid Knobbe*

Wie benutze ich mein Smartphone und Handy?
X-5951P2 | ab Freitag, 25. September, 17 – 20 Uhr, Peine

Schlagfertigkeit – Ein Sparring
X-8655Y3 | am Samstag, 14. November, 9.30 – 17 Uhr, Peine

Was Ihr Handy im Notfall kann
X-5916P2 | am Freitag, 27. November, 17 – 20 Uhr, Peine

Smartphone und KI für Senioren
X-5962P2 | ab Donnerstag, 27. Oktober, 9 – 11 Uhr, Peine

KULTUR – *Ingrid Knobbe*

Einführung Linolschnitt. Postkarten gestalten
X-8126Y2 | Sonntag, 13. September, 12 – 15 Uhr, Peine

Kalligrafie. BoneScript – die Schrift mit dem Dreh
X-8130P2 | ab Dienstag, 15. September, 18.30 – 20.45 Uhr, Peine

Einstieg ins Nature Journaling. Kreativ mit Stift und Papier
X-8129Y2 | Samstag, 19. September, 10 – 13 Uhr, Vechelde

Weidenflechten. Holzkorb flechten
X-8232Y2 | Sonntag, 27. September, 9 – 18 Uhr, Peine

PÄDAGOGIK & FAMILIE – *Kerstin Wassmann*

Eltern/Großeltern-Kind-Bewegungskurs (2–5 Jahre)
X-2111P8 | Dienstag, 1. September, 15 – 15.45 Uhr, Peine

Tanzbasis. Kreativer Kindertanz (5–7 Jahre)
X-2112P8 | Dienstag, 1. September, 16 – 16.45 Uhr, Peine

Netzwerktreffen für päd. Mitarbeitende. Leseförderung
X-2133V8 | Freitag, 27. November, 15 – 17.30 Uhr, Vechelde

JUNGE VHS – *Knut Arnold*

Chemische Experimente des Alltags (8-12 Jahre)
X1333K3 | am Samstag, 7. November, 15 – 17.15 Uhr, Peine

Feuer & Eis (8-12 Jahre)
X-1332K3 | am Samstag, 9. Januar, 15 – 17.15 Uhr, Peine

FOTO: IMAGO IMAGES

Direkt am Comer See: So eindrucksvoll ist die Nesso-Schlucht

Der Wasserfall Orrido di Nesso ist die Hauptattraktion des Ortes

Die Nesso-Schlucht gehört zu den schönsten Orten am Comer See. Wie du dorthin kommst und was du dort erleben kannst, liest du hier.

Die Nesso-Schlucht am Comer See in Italien teilt ein ganzes Dorf in zwei Hälften: Sie verläuft mitten durch den gleichnamigen Ort, beide Seiten sind unter anderem durch die alte Steinbrücke Ponte della Civera miteinander verbunden. Die Schlucht wurde über die Jahrhunderte von einem steilen Wasserfall geformt, der sich beim Zusammenfluss der Flüsse Tuf und Nosè bildete. Bis heute prasseln die Wassermassen etwa 200 Meter in die Tiefe.

DIE PERFEKTE AUSSICHT AUF DIE NESSO-SCHLUCHT

Vom Ortskern von Nesso aus führen mehrere Treppen hinunter zum türkisblauen Wasser. An warmen Tagen kannst du inmitten der Schlucht baden gehen und die Traumkulisse vom Wasser aus bewundern. Wer lieber trocken bleiben will, hat den schönsten Blick auf die Schlucht und den Wasserfall vom Ponte della Civera aus. Diese Brücke erreichst du ebenfalls vom Ortskern aus über steile Steintreppen.

AKTIVITÄTEN RUND UM DIE NESSO-SCHLUCHT

Auch das Dorf selbst ist einen Besuch wert. Etwa 1000 Einheimische wohnen hier in malerischen Steinhäusern. Schlendere durch die engen Gassen und lass dich von dem einzigartigen Charme dieses italienischen Örtchens verzaubern. Darüber hinaus gibt es mehrere Wanderwege, die sich rund um Nesso erstrecken. Besonders empfehlenswert ist ein Abschnitt der historischen Strada Regia, die Como mit Bellagio verbindet. Der Weg ist etwa 30 Kilometer lang und bietet herrliche Aussichten auf den Comer See. Der Comer See selbst bietet darüber hinaus unendlich viele Möglichkeiten für Badespaß und Erholung in der Sonne.

ANREISE NACH NESSO

Ab Mailand, Como, Lecco und Varese ist Nesso mit dem Auto in einer halben bis ganzen Stunde zu erreichen. Alternativ gelangst du von Como aus auch per Boot nach Nesso. Die Überfahrt dauert etwa eine Stunde. Sportliche können von den Nachbarorten Bellagio und Brunate auch nach Nesso wandern. Von Bellagio aus sind es etwa zwölf Kilometer bis dorthin, von Brunate aus bist du nach 16 Kilometern in Nesso. Beide Routen sind teilweise mit steilen An- und Abstiegen verbunden, bieten dafür aber immer wieder beeindruckende Ausblicke auf den Comer See.

Weitere Informationen unter: www.reisereporter.de/nesso-schlucht

Traumhaft schön: Die Ponte della Civera vor der dem Wasserfall der Nesso-Schlucht. Foto: imago images/ Joana Kruse

Nesso ist ein bildhübscher Ort am Comer See, der von einer Schlucht in zwei Teile geteilt wird. Foto: imago images/Depositphotosi

Warum manche Menschen ihren Reisepass in Alufolie einwickeln

Wie unsere E Reisepässe überhaupt funktionieren

Alufolie gegen Datenklau: Was skurril aussieht, hat einen echten physikalischen Hintergrund. Wie unsere Reisepässe überhaupt funktionieren und wovor Alufolie wirklich schützen kann.

Der Datenschutz ist den Deutschen heilig. Das gilt auch am Flughafen. Manche gehen dort sogar so weit, dass sie ihren Reisepass in Alufolie einwickeln.

Das gilt jedoch nicht nur für Deutschland, sondern ist ein weltweites Phänomen. Die Alufolie hat mit der Sorge vor dem Ausspionieren sensibler Daten zu tun. Zwar setzen die Airports vieler Länder auf dieselben Sicherheitsstandards, ältere oder weniger moderne E Pässe sind jedoch teilweise schlechter gegen unbefugtes Auslesen geschützt.

Doch was soll das bringen, seinen Pass in Alufolie einzuwickeln? Alles begann mit der Einführung des biometrischen Passes, dem sogenannten E Pass oder ePass. Dieser ist mit einem sogenannten RFID-Chip ausgestattet, der – ganz einfach gesagt – Daten über Funkwellen überträgt. RFID steht dabei für „Radio-Frequency Identification", also „Identifizierung mithilfe von Radiofrequenzen".

Auf dem winzigen Chip liegen die Daten, in dem Fall beispielsweise Name, Fingerabdruck und Passfoto. Um den Chip ist eine hauchdünne Drahtschleife gewickelt, die als Antenne dient und Daten versenden sowie empfangen kann.

Der Chip hat keine eigene Batterie, sondern wird durch das schwache elektromagnetische Feld eines Lesegeräts, beispielsweise bei der elektronischen Passkontrolle am Flughafen, sozusagen aufgeweckt.

IT-Sicherheitsexperte Bruce Schneier war Anfang der 2000-er einer der ersten, die die Praxis mit der Alufolie in den Umlauf brachten. Er warnte früh vor möglichen Datenschutzrisiken kontaktloser RFID-Chips und empfahl Alufolie als einfachen Schutz gegen unerwünschte Funkkommunikation. Auch der Chaos Computer Club (CCC) zeigte mit RFID-Lesegeräten die Funktionsweise der kontaktlosen Chips und empfahl die Alufolie als Sofortmaßnahme für datenschutzbewusste Bürgerinnen und Bürger. Eine Alternative seien metallisierte Schutzhüllen.

Das Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik versucht jedoch zu beruhigen und betont, dass deutsche E Pässe mit einem kryptografischen Verfahren besonders geschützt sind und erst nach der Eingabe oder nach einem Scan der maschinenlesbaren Zone ausgelesen werden können. Wer die Funkkommunikation im Ruhezustand vollständig unterbinden möchte, kann zusätzlich eine RFID-Schutzhülle verwenden.

Alufolie blockiert hochfrequente elektromagnetische Wellen und ist somit ein rein physikalischer Schutz. Inzwischen gibt es aber auch RFID-Schutzhüllen, die weniger auffällig sind.

Doch auch ohne Alufolie und spezielle Schutzhülle ist die Gefahr recht gering, dass wirklich Daten gestohlen werden. Denn bei modernen elektronischen Reisepässen wird auch das sogenannte PACE-Sicherheitsverfahren eingesetzt, was ausgeschrieben „Passwort Authenticated Connection Establishment" heißt und den RFID-Chip vor unbefugtem Auslesen schützt.

In der Praxis sieht das wie folgt aus: Ein Lesegerät liest erst mal die maschinenlesbare Zone aus, das sind die beiden Zeilen mit den vielen „<"-Zeichen.

Daraus wird ein geheimer Schlüssel berechnet, und erst wenn dieser stimmt, kann eine verschlüsselte Verbindung zum RFID-Chip aufgebaut werden, sodass dieser die gespeicherten Daten freigibt. Das macht Alufolie und Schutzhüllen in der Regel überflüssig.

Weitere Informationen unter: www.reisereporter.de/alufolie

Manche Menschen wollen ihren Reisepass mit Alufolie vor Datenklau schützen. Ist das überhaupt sinnvoll? Foto: Lisa-Marie Leuteritz

Ein Sommerklassiker im Check: Die Testergebnisse zeigen, dass viele Kirschjoghurts beim Fruchtanteil nicht überzeugen können. Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Kirschjoghurt: Meist lecker, aber was ist mit Frucht?

Auf ihren Bechern werben die Hersteller gerne mit tiefroten Kirschen, die im Joghurt versinken: „Fruchtig-rotes Sommervergnügen“ oder „Fruchtgenuss für alle Sinne“ lauten die Versprechen.

Doch wie viel Frucht steckt wirklich in den beliebten Fruchtjoghurts mit Kirschgeschmack? Und gibt es Unterschiede und eine mögliche Belastung mit Pestiziden?

WAS SAGT DAS LABOR, WAS SCHMECKEN DIE VERKOSTER?

Dem ist die Stiftung Warentest (Ausgabe 8/26) auf den Grund gegangen und hat 20 Produkte in den Kategorien Kirschjoghurt, Kirschsahnejoghurt und Joghurt griechischer Art mit Kirschen ins Labor und zu Verkostern geschickt.

Die gute Nachricht voran: 14 der 20 Produkte schneiden mit „Gut“ ab. Fünf Becher erreichen ein „Befriedigend“ und ein Produkt ein „Ausreichend“ befunden.

DIE TESTSIEGER:

▶ Die beste Note «sahnt» der Sahne-Joghurt von Milbona (0,26 Euro pro 100 g) von Lidl ab.

▶ Bei den Kirschjoghurts ohne Sahne liegt Müller mit der Ecke (0,59 Euro pro 100 g) knapp vorn.

▶ Lyttos von Aldi (0,27 Euro pro 100 g) ist bester Joghurt griechischer Art mit Kirschen.

Dass guter Joghurt nicht teuer sein muss, beweist für die Warentester der Preis-Leistungs-Sieger:

▶ Milsani Alpighurt von Aldi (0,19 Euro pro 100 g). Er kostet nicht mal ein Drittel des Preises des teuersten Produktes im Test.

WAS DEN TESTERN AUFFIEL:

Wer viel Kirschen im Joghurt erwartet, muss sich schon selbst Früchte in den Joghurt schnippeln: Denn einige Kirschjoghurts bringen es gerade mal auf den Mindestgehalt für Fruchtjoghurt von 6 Prozent. Im Schnitt seien es laut Zutatenlisten rund 10 Prozent. Da aber der Fruchtgehalt analytisch nicht bestimmbar ist, wurde er auch nicht bewertet, schreiben die Tester.

Dafür würden die meisten Anbieter bei Geschmack und Aussehen mit Aromastoffen und färbenden Pflanzenkonzentraten nachhelfen, wie Holunder, Trauben oder Rote Bete. Dass es auch ohne zusätzliche Aromatisierung und Farbe ginge, zeige ein Joghurt mit 16 Prozent Kirschanteil: Der Feinjoghurt Kirsche von Mövenpick (0,66 Euro pro 100 g).

WAS DIE TESTER NOCH BEMÄNGELN:

▶ In allen konventionell erzeugten Kirschjoghurts wurden im Labor Rückstände von Pflanzenschutzmittel nachgewiesen, vor allem der Wirkstoff Captan, der Pilzkrankheiten vorbeugen soll - allerdings unterhalb des gesetzlichen Höchstgehalts. Captan soll laut Stiftung Warentest im Verdacht stehen krebserregend zu sein. Ganz ohne Pestizidrückstände schneiden alle drei Bio-Kirschjoghurts ab.

▶ Alle Joghurts enthalten reichlich Zucker: Der Prozentanteil reicht von 9,3 bis 13,3.

▶ Unklarheiten bei der Deklaration, etwa wenn es heißt «Fruchtzubereitung aus Deutschland», aber die Kirschen aus Polen stammen. (dpa)

Hochsitz bis Strandkorb: Hier wird Schlafen zum Abenteuer

Abenteuerhungrig, aber Zeit oder Reisebudget sind eher knapp bemessen? Dann kann eine Idee sein: sich für eine Nacht einen ganz besonderen Ort zum Schlafen zu suchen. Ob im Wald, am Strand oder sogar am Fels - hier kommen fünf zum Teil spektakuläre Übernachtungserlebnisse in verschiedenen Regionen Deutschlands:

Am Strand von Eckernförde (Schleswig-Holstein) gibt es auch Schlafstrandkörbe - wie in vielen anderen Orten an Ostsee- und Nordseeküste auch. Foto: Ricarda Dieckmann/dpa-mag

1. SAUERLAND: IN DER JAGDKANZEL

Durchs Wildgehege spazieren, wenn die Tore für Tagesbesucher längst geschlossen sind. Das geht, wenn man sich als Übernachtungsgast im Wildwald Vosswinkel in Arnsberg (NRW) einbucht.

Etwa in einer Schlafkanzel, in der man nachts in mehreren Metern Höhe den Geräuschen des Waldes lauschen kann. Im September stehen die Chancen gut, vom Schlaf-Hochsitz aus Zeuge der Hirschbrunft zu werden. Isomatte und Schlafsack müssen die Gäste mitbringen. Den Start in den Tag versüßt der optional buchbare Frühstückskorb.

Auch in Baumzelten, Wagen oder Hütten kann man übernachten. Dort kommen Familien und Gruppen von bis zu zwölf Personen unter.

Infos: Die Schlafkanzel für 2 Personen kostet 55 Euro pro Nacht (www.wildwald.de/waldabenteuer/uebernachtungen).

2. NORD- UND OSTSEEKÜSTE: IM SCHLAFSTRANDKORB

Mit Meeresrauschen einschlafen, durch Möwengeschrei aufwachen: An verschiedenen Orten an der deutschen Nord- und Ostseeküste kann man für Übernachtungen Strandkörbe buchen, etwa in Eckernförde, Travemünde, Grömitz, auf der Insel Föhr, in Büsum und auf Norderney.

Schlafstrandkörbe sind größer als die herkömmlichen und haben eine Liegefläche, die meist 1,30 mal 2 Meter misst. Durch ein Verdeck lassen sie sich schließen, sodass man vor Regen und Wind geschützt ist.

Infos: Eine Nacht im Schlafstrandkorb kostet - je nach Ort und ob Frühstück und Bettzeug inbegriffen sind - zwischen 65 und rund 100 Euro (www.sh-tourismus.de/schlafstrandkorb)

3. ODERBRUCH: IM BAHNWAGON AM FLUSS

Bahn-Nerds mit Naturbegeisterung finden am östlichen Rand des Oderbruches (Brandenburg) ihr Mini-Abenteuer für eine Nacht, im Kulturhafen Groß Neuendorf.

Dort kann man mit bis zu vier Leuten in ausgebauten historischen Güterwaggons übernachten, die nur wenige Meter vom Fluss entfernt stehen. Eine Option auch für alle, die auf dem Oder-Neiße-Radweg unterwegs sind.

Infos: Zwei Personen zahlen für eine Übernachtung im Bahnwaggon 80 Euro (www.verladeturm.de)

4. ALLGÄU: AN DER FELSWAND

Wer Höhenangst hat, bekommt hier wahrscheinlich kein Auge zu: Im Waldseilgarten Höllschlucht in Pfronten-Kappel (Bayern) kann man nämlich in Baumkronen oder sogar am Fels übernachten - beides allerdings kein Schnäppchen.

Dabei schläft man auf einem sogenannten Portaledge. Das ist eine zusammenklappbare Plattform, die Profikletterer auf mehrtägigen Touren an Felswänden befestigen, um darauf zu schlafen.

Teil des Abenteuers ist daher eine Einweisung in die Kletter- und Seiltechnik, um das „Bett“ auf bis zu sechs Metern Höhe sicher zu erreichen und zu verlassen. Ein Sicherheitstrainer schläft am Boden und gibt Hilfe, etwa, wenn man nachts austreten muss.

Infos: Eine Nacht im Baum kostet für eine Person 270 Euro, eine Nacht an der Felswand kostet pro Person 890 Euro; Verpflegung inklusive (www.waldseilgarten-hoellschlucht.de).

5. RHÖN: UNTER DEM STERNENHIMMEL

Hier kann man besonders viele funkelnde Sterne am Himmel sehen: Das Unesco-Biosphärenreservat Rhön ist ein internationaler Sternenpark.

Wer sich ein paar Sternstunden gönnen möchte, kann sich im „Sternenwagen“ in Dermbach-Urnshausen (Thüringen) einmieten. Das Dach über dem Bett ist verglast, was freie Sicht auf den Großen Wagen und Co. erlaubt, wenn sich keine Wolken dazwischenschieben.

Infos: Unter der Woche kostet eine Nacht für maximal zwei Personen 200 Euro, an Wochenenden und Feiertagen sind es 230 Euro (www.gruene-kutte.de/wohnen/sternenwagen). (dpa)

Hang zum Overthinking? Das hilft, um im Moment zu leben

Sich abends im Bett wälzen und nicht einschlafen können, weil man dieses eine Gespräch vom Vortag wieder und wieder durchgeht: „Wie hat die Person das nur gemeint? Und hätte ich nicht lieber so oder so reagieren sollen?“ Vielleicht bereitet der Kopf sogar schon in akribischen Gedankenschleifen den nächsten Tag vor.

Ein klassischer Fall von Overthinking: „Wir denken zu viel nach“, so Ramón Schlemmbach, Psychologe und Coach aus Schwerin. Und zwar über vergangene Situationen, die wir ohnehin nicht mehr lösen können. Oder Zukunftsszenarien, die wir zwar theoretisch durch Handeln beeinflussen können, praktisch durch übermäßiges Grübeln aber nur von uns herschieben.

In der Regel betrifft Overthinking also Vergangenes oder Zukünftiges. „Es gibt aber auch Menschen, die sind zum Beispiel auf einem Date und denken dann immerzu: „Oh Gott, sitzt mein Haar in Ordnung? Und habe ich das jetzt richtig gesagt?“ “, so Schlemmbach.

Was alle Varianten des Grübelns vereint: Sind wir zu sehr im Kopf, sind wir nicht wirklich präsent. „Ich kann den Moment nicht genießen.“

WAS ALLES HINTER DEM OVERTHINKING STECKEN KANN

Manche Menschen neigen mehr zum Overthinking als andere. Im Grunde sei das eine Bewältigungsstrategie, um mit bestimmten Kindheitsprägungen fertig zu werden, erklärt Ramón Schlemmbach. „Häufig machen Menschen sich über alles Sorgen, weil sie das Problem haben, dass sie sich grundsätzlich nicht in Ordnung fühlen.“ Sie haben eine Unzulänglichkeitsprägung.

Diese Menschen grübeln dann vor allem über die Zukunft, weil sie Angst haben, Fehler zu machen. „Wenn jemand verinnerlicht hat: Ich bin in Ordnung, ob ich das nun perfekt mache oder nicht - solche Leute haben das Overthinking-Problem in der Regel nicht“, so der Psychologe.

Ein anderer Fall: Menschen mit der sogenannten Unterwerfungsprägung passen sich übermäßig an und haben Schwierigkeiten damit, Grenzen zu setzen. Etwa, weil sie in der Kindheit oft bestraft worden sind. Diese Menschen haben Schlemmbach zufolge die Tendenz, nach bestimmten Situationen in Grübelschleifen zu versinken, weil sie sich eigentlich lieber anders verhalten hätten. Typische Gedanken dann: „Ich hätte den Mund aufmachen sollen“ oder „Ich hätte Nein sagen sollen“.

ZURÜCK IN DEN MOMENT FINDEN: DIESE TOOLS HELFEN

Wer sich dabei ertappt, mal wieder mehr im Kopf als im Moment zu sein, kann sich mit einer Gegenwartsmeditation zurückholen, rät Ramón Schlemmbach. „Ich schaue mich um: Was sehe ich im Hier und Jetzt? Dann bin ich mit der Wahrnehmung meiner Umwelt beschäftigt und kann gar nicht grübeln.“

Wer die Methode erweitern möchte, kann es mit dem 5-4-3-2-1-Ansatz versuchen: Man konzentriert sich auf fünf Dinge, die man sieht, auf vier Dinge, die man hört, auf drei, die man fühlt, etwa Wind auf der Haut, auf zwei Gerüche und auf einen Geschmack.

Wer in sozialen Situationen am Moment vorbeilebt, etwa bei einem Date, kann die Gegenwartsmeditation abwandeln. Hier analysieren wir meist, weil der Fokus auf uns selbst liegt: Wie komme ich gut rüber, was kann ich als Nächstes sagen? Die „Meditation“ besteht dann schlicht darin, der anderen Person bewusst zuzuhören. „Wenn wir uns ehrlich für unser Gegenüber interessieren, dann geht der Druck zu performen weg“, so Schlemmbach.

Ein weiterer Tipp gegen Overthinking: einfach mal alles aufschreiben, was da so wabert. „Wenn ich das aufs Papier bringe, muss ich nicht mehr alles im Kopf jonglieren.“ Wenn das Grübeln sehr belastet, rät Schlemmbach aber, herauszufinden, wozu es individuell dient und entsprechende Prägungen aufzulösen - wenn nötig mit professioneller Begleitung. (dpa)

Overthinking bezieht sich oft auf Vergangenes. Manche Menschen beginnen aber schon in einer Situation über sich selbst oder gerade Gesagtes nachzugrübeln. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Bahn: Darf ich ohne Bestellung im Bordrestaurant sitzen?

Der Zug ist proppevoll und kein freier Platz in Sicht. Wer ohne Sitzplatzreservierung reist, hat jetzt keine guten Aktien: Stundenlang stehen, das will ja keiner. Wie kann ich also Platz finden? Ein kurzer Leitfaden mit sechs praktischen Tipps für die nächste Bahnfahrt.

1. DORT ZUSTEIGEN, WO FREIE PLÄTZE WAHRSCHEINLICH SIND

Bei der Verteilung der Reisenden auf den Zug gebe es einen gewissen Trend zur Mitte, so eine Sprecherin der Deutschen Bahn. „Daher empfehlen wir Reisenden ohne Reservierung, sich bereits am Bahnsteig möglichst weit vorn oder hinten zu positionieren.“ Die Wagenreihung mitsamt der Verteilung der Sitzklassen ist an der Anzeigetafel und in der „DB Navigator“-App zu sehen.

2. NICHTS FREI? IM ZWEIFEL BEIM ZUGPERSONAL NACHFRAGEN

Zugbegleiterinnen und -begleiter haben in der Regel einen guten Überblick über freie Plätze im Zug und sind laut der Sprecherin gern bei der Suche behilflich.

3. DER ERSTE TRUBEL IST VORBEI? EIN ZWEITER BLICK LOHNT SICH

Nach der Abfahrt bleiben 15 Minuten, um einen reservierten Sitzplatz zu nutzen. Danach erlischt die Reservierung und der Sitz steht zur freien Verfügung für alle. „Es kann sich daher lohnen, dann noch mal durch den Zug zu gehen und nach einem freien Platz zu schauen“, so die Bahnsprecherin.

Ist in den Wagen kein Sitz mehr frei, könnte man ja im Bordrestaurant des ICE sein Glück versuchen. Foto: Martin Schutt/dpa/dpa-mag

4. 2. KLASSE VOLL, 1. KLASSE HALBLEER – KANN ICH UPGRADEN?

Es passiert nicht so selten, dass die 2. Klasse im ICE gerammelt voll ist, während ein Wagen weiter diverse Plätze in der 1. Klasse frei sind. Sich dort einfach hinsetzen, das ist nicht erlaubt. Wer jedoch ein Flexpreis-Ticket für die 2. Klasse gebucht hat, kann bis zehn Minuten nach Abfahrt noch über die App oder auf „Bahn.de“ ein Upgrade buchen und sich dann in die 1. Klasse setzen. Für Sparpreis- und Supersparpreis-Tickets gibt es die Option nicht.

5. PLATZ IM BORDRESTAURANT: MUSS ICH DANN AUCH ESSEN?

Im Bordrestaurant ist noch etwas frei: Dort kann man sich zwar grundsätzlich auch hinsetzen, wenn man nichts trinken oder essen will. Allerdings stehen die Plätze laut Bahn vorrangig denen zur Verfügung, die etwas konsumieren wollen. Die Sprecherin formuliert es diplomatisch: „Sollte ein Platz für diese Gäste benötigt werden, werden unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Fahrgäste ohne Bestellwunsch um einen Platzwechsel bitten.“

Wer also die ganze Zugfahrt dort sitzen will, wird vermutlich gelegentlich etwas bestellen oder auf kurz oder lang den Platz räumen müssen.

6. AUF DEN BODEN IST MEISTENS ETWAS FREI

Die letzte Option, aber dafür eine, die meistens geht. Denn es ist in den Beförderungsbedingungen der Deutschen Bahn nicht ausdrücklich verboten, sich auf den Boden zu setzen. Einzige Bedingung: Die Gänge müssen freibleiben, sodass Leute problemlos durchgehen können. (dpa)

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

WIR STELLEN EIN!

Techn. Mitarbeiter (m/w/d)

TISCHLER | ELEKTRIKER | KAROSSERIEBAUER
für unsere Wohnwagen- und Wohnmobilwerkstatt

- Abwechslungsreiche Tätigkeiten
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- Familiäres Team
- Quereinsteiger willkommen!
- Moderne Werkstatt

Komm in unser Team!

WOHNWAGEN BODENBURG
Bierstraße 118 31246 Ilsede OT Groß Lafferde
05174 / 800880
info@wohnwagen-bodenburg.de

22471201_002426

10 Jahre Ilseder JOB Börse

ARBEIT, AUSBILDUNG, STUDIUM

Präsenzmesse
10.09.2026
10:00 – 16:00 Uhr
Gebläsehalle in Groß Ilsede

Virtuelle Messe
28.08.2026
bis 27.09.2026
www.ilseder-jobboerse.de

Jetzt kostenloses Ticket sichern!

27119301_002425

Wir sind ein Unternehmen der Wohnungswirtschaft und suchen eine/n

Hausmeister (m/w/d)
auf Minijob-Basis

für die Pflege der Grünanlagen, Winterdienst und Reinigungsarbeiten in unseren Wohnanlagen in Peine.

GEWO
Wohnungsunternehmen
GmbH & Co. KG
Tel. 05175/954763
www.gewo.org

21829901_002426

Achtung Stellensuchende

Legen Sie Bewerbungen keine Originalzeugnisse oder andere wichtige Papiere bei, deren Verlust oft unersetzlich ist.

Für verlorengegangene Einsendungen können wir keinerlei Haftung übernehmen.

Ihre Anzeigenabteilung

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Peine, Neustadtmühlendamm Reinigungskräfte m/w/d gesucht Arbeitszeit: 5 x wöchentlich je 1,75 Stunden. Tel. Bewerbung 0531 210330 Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Nanny/Haushalthilfe
Suchen 3-4x/wtl. Nanny/Haushaltshilfe auf Minijob in PE/OT für 2 KiKa Kinder. gern russ. sprechend. schriftl an:
Whatsapp ☎ 015205722778

STELLENGESUCHE

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

Suchen Sie eine Haushaltshilfe? Ich unterstütze Sie gerne beim Einkaufen, zum Arzt fahren, gemeinsames Spazierengehen, kochen. PKW vorhanden- mobil u. zuverlässig. Wenn ich Ihr Interesse geweckt habe, freue ich mich auf Ihren Anruf um alle weitere zu besprechen. ☎ 01701604021

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:
- Duttenstedt
- Edemissen
- Bortfeld
- Wendeburg
- Kl. Bülten
- Kl. Ilsede
- Stedum

hallo PEINE wochenende

22485901_002426

Dein Job in Peine und Region

lokalboten.de
#1 für Zustelljobs

Freie Stellen in
- Bierbergen
- Soßmar
- Zeitungszusteller Gadenstedt
- Aushilfe Postzustellung
- Zeitungszusteller
- Zeitungszusteller am Samstag 6-8 Stunden (Führerschein erforderlich)

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)

20659701_002426

Deutsches Rotes Kreuz

Hilfe, *die ankommt.*

Gemeinsam helfen. Vor Ort und weltweit.

Jetzt spenden! drk.de/spenden

VERSCHIEDENES

Fassadenanstriche
m. Siliconharzfarbe o. Acrylputz, qm ab 18,00 € Klinkerversiegelung, Gewebeputz, kostenl. Angebote
Firma Kreh ☎ 05131/ 56237

Erledige Gartenarbeit, jegl. Art inkl. Entsorgung. Beet, Fugen kratzen, Rollrasen, Zaunbau uvm. 0176/77123446

VERANSTALTUNGEN

Flohmarkt Harz+Heide BS! Sa./So. 08. u. 09. AUGUST- pinguin-maerkte.de

BEKANNTSCHAFTS–ANZEIGEN

ER SUCHT SIE

Er, 60 J., gut situiert, sucht Sie, jung, diskret und aufgeschlossen für erotische Momente ☎ 0157 / 33366626

IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

HÄUSER

Peine Stadt, 4 Fam.-Haus, Bj. 1998, 49.800€ WM jährl. ☎ 0163/1913491

IMMOBILIENKAUF–GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Im EG od. mit Fahrstuhl
Dame, Ende 60, und ihr Dackel su. helle, gemütliche ETW mit 2-3 Zi. Sehr gern mit Balkon oder Terrasse. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Wohlfühl-ETW gesucht
Freundliches Pärchen sucht helle 3- bis 4-Zi-Wohnung zum Kauf mit Balkon ab 70m² und gern Kellerraum. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

HÄUSER

Landschaftsgärtner su.
... Haus mit mind. 4 Zimmern und schönem/großem Garten für sich, seine Frau und Tochter Amelie. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Bungalow gesucht ...
Ehepaar sucht gemütl. Bungalow mit mind. 80m², Garten und gern Keller od. Garage, auch in dörflicher Lage. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Modernes Haus gesucht
Haus oder Haushälfte aus den 90ern oder jünger von Familie aus Hildesheim gesucht. Ab 120m² Wohnfläche und bevorzugt mit großem Garten. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Wohnung zu klein!
Paar mit 2-jähr. Sohn, bald großer Bruder, sucht schönes EFH, DHH oder RH mit mind. 5 Zi im Raum PE. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Großzüg. Haus gesucht
Ärztin und Lehrer su. für sich und die 3 Kinder neues Zuhause mit ausreichend Platz, mind. 5 Zi u. gern Garten. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Gesucht in Wendeburg
Leitende Beamtin und ihre Familie su. gepfl. EFH, DHH oder RH ab 4 Zi. in Wendeb., Broistedt o.ä. Lage. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

Haus in Vöhrum gesucht
EFH, DHH oder größeres RH, gern mit kl. Garten u. ggf. Gäste-WC von frisch verheiratetem Ehepaar gesucht. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

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

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

ANLAGEOBJEKTE

Mehrfam.haus gesucht
von Erbengemeinschaft (2 Brüder) mit mind. 4 Einheiten in gut vermietb. Lage. Provisionsfrei für den Verkäufer. 05172-9644911, ella-henke-immobilien.de

GRUNDSTÜCKE

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

MIETANGEBOTE

3 ZIMMER

3 ZKB, Balkon, Laminat, Peine Stadt, ab sofort.☎0163/1913491

MIETGESUCHE

GARAGEN / EINSTELLPLÄTZE

Garage oder entsprechend großen Stauraum in Groß Ilsede/Ilsede zu mieten gesucht. Angebote bitte an Handy Nr. ☎0160/5416478

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

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

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

15718901_002426

Wenn Sie wüssten...
wie die Regierung hinter den Kulissen tickt.

Der Politik-Podcast mit
Dunz, Lamby und Quadbeck

PAZ

Jetzt reinhören

19250601_002426

Gewinnen Sie Tickets für den Circus Krone in Hannover!

Foto: Circus Krone

Vom 20. August bis zum 12. September gastiert der Circus Krone auf dem Schützenplatz in Hannover. Erleben Sie eine internationale Circusshow mit Weltklasseartisten, legendären Clowns, einem einzigartigen LED-Show-Ballett, Handvoltigen auf rollenden Kugeln und weiteren Highlights. Freuen Sie sich auf 150 Minuten voller Staunen, Lachen und Nervenkitzel in einem der modernsten und größten reisenden Circuszeltbauten der Gegenwart. Die Vorstellung findet im brandneuen Chapiteau des Circus Krone statt, das mit mastenfreiem Innenraum für beste Sicht von jedem Platz sorgt.

Die PAZ verlost 5 x 2 Tickets für die Vorstellung am 27.08.2026 um 19.30 Uhr. Wer gewinnen möchte, der klickt https://aktion.paz-online.de/angebot/krone-paz/ oder scannt bis zum 10.08.2026 den QR-Code und hinterlässt auf unserer Gewinnspielseite seine Kontaktdaten.

Wir wünschen viel Glück!

Scannen Sie den QR-Code und hinterlassen Sie auf unserer Gewinnspielseite Ihre Kontaktdaten.

Teilnahmeschluss ist der 10.08.2026 um 12 Uhr.

Wir wünschen viel Glück!

21201801_002426

Entdecken Sie unsere guten Seiten: Lokales · Sport · Einkaufstipps hallo wochenende

MARKTPLATZ

TV / FOTO / PHONO / ELEKTRONIK

Kaufe Fotoapparate Kameras Ferngläser und Zubehör sowie Plattenspieler, Tonbandgerät ☎ 0179 1698142

GARTEN

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

18943001_002426

Gartenpflege Tel.: (0172) 159 38 60

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

18948501_002426

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

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

16986701_002426

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

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

17020801_002426

KUNST– UND SAMMLERMARKT

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

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

BAUEN & WOHNEN / BAUMARKT

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

18958201_002426

HOBBY UND FREIZEIT

E-Bike, Comfort, 36 Volt, 250 Watt, mit integriertem Rücktritt, aus Krankheitsgründen zu verkaufen, 300€. ☎0151/41386693

Modelleisenbahn und altes Spielzeug gesucht ☎(039403) 94168

KAMINE / SAUNA

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

DIENSTLEISTUNGEN

GARTENPFLEGE & MEHR zuverlässig Heckenschnitt, Rasenpflege, Zaunbau uvm. DW-Gartenbau - 0160 764 66 52

Wohnungsrenovierung **☎0160 97739654**

Treppen- Balkone- Terrassenfliesenverlegung ☎0160/977 396 54

Badsanierung mit Sanitär Tel: 0160 97739654

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

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

Flachdach sanieren, Dachdeckerei Petermann ☎ 0176/80702644

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

18958701_002426

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

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

22416001_002426

Bachmann Tapezier- und Anstricharbeiten ☎ 05171/9881742

Erledige Gartenarbeit, jeglicher Art Steinreinigung, Pflasterarbeiten uvm. ☎01 76/ 77 12 34 46

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

KFZ GESUCHE

CITROEN

Citroen C 1, Bestzustand, 90 Tkm, TÜV + Insp. neu, Vollausstattung, sehr sparsam, 2.900 VB, ☎ 0152 11545982

PKW KAUFGESUCHE

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

4854901_002426

PKW gesucht, auch mit Mängel. Alles anbieten. ☎0172/8415509

WOHNMOBILE / –WAGEN

Wohnmobil (Kastenwagen), 145PS, TÜV 02/28, 90.000Km, Vorzelt, SAT-Anlage, 21.500€. ☎ 0157/56539754

Sie haben die Wahl
– Es gibt kleinformatige Wochenblätter, aber auch großformatige Wochenblätter
– Es gibt billige Wochenblätter, aber auch preiswerte Wochenblätter
Wir haben Format, ein vernünftiges Preis-Leistungsverhältnis und eine kontrollierte Auflage
Was wollen Sie mehr?
hallo wochenende

MOTORRÄDER / ZWEIRÄDER

Kaufe gebr. Motorräder
auch defekt ☎ (0531) 8789370

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

Deutsches Rotes Kreuz
Hilfe, die ankommt.
Jetzt spenden!
drk.de/spenden

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

312 € Ersparnis in 24 Monaten

Gilt nur für Neukunden. Mehr Informationen zum Angebot auf abo.PAZ-online.de/rabatt
oder telefonisch unter 05171/406176

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

Peiner Allgemeine ZEITUNG PAZ

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

22503601_002426

Gute Junior-Zahnpasta muss nicht teuer sein. Foto: Patrick Pleul/dpa/dpa-mag

Junior-Zahnpasta im „Öko-Test“: Günstig glänzt

Zahnwechsel bedeutet in vielen Familien auch Zahnpastawechsel: Nun zieht eine Junior-Zahnpasta in den Badezimmerschrank ein.

Der Fluoridgehalt dieser Produkte ist etwas höher als der von Kinderzahnpasta. Der Zahnschmelz der bleibenden Zähne ist schließlich zu Beginn noch nicht voll ausgereift - und kann etwas mehr Kariesschutz gut vertragen.

Doch wie gut sind die Junior-Zahncremes? Dieser Frage ist die Zeitschrift „Öko-Test“ in einer Untersuchung nachgegangen (Ausgabe 8/2026).

Die meisten der 20 analysierten Junior-Zahnpasten gehen dabei mit einem glänzenden Ergebnis aus dem Test hervor. 11 bekommen die Bestnote „sehr gut“ - darunter auch alle günstigen Eigenmarken-Zahncremes, die es in Supermärkten und Drogerien zu kaufen gibt. Sie kosten pro 50 Milliliter gerade einmal 25 Cent.

Nahezu alle Junior-Zahncremes haben einen deklarierten Fluoridgehalt von 1.450 ppm (parts per million), was aktuellen Empfehlungen verschiedener Fachgesellschaften zur Kariesvorbeugung entspricht. Nur ein Produkt geht einen ganz anderen Weg - und rasselt damit im Test mit der Note „ungenügend“ durch.

EINE ZAHNCREME VERZICHTET AUF FLUORID – NOTE: SECHS

Eine Junior-Zahncreme verzichtet nämlich auf Fluorid und setzt für Kariesschutz komplett auf einen anderen Inhaltsstoff: Hydroxylapatit. Das lassen die Öko-Tester nicht durchgehen: „Aus unserer Sicht ist die verfügbare Studienlage zu Hydroxylapatit noch nicht tragfähig genug, um für Kariesschutz nur auf diesen Stoff zu setzen.“

Immerhin: Erst gibt erste Hinweise für eine zahnschützende Wirkung von Hydroxylapatit, Gesundheitsgefahren sind nicht bekannt. Es fehlt den Testerinnen und Testern zufolge jedoch noch weitere, breit angelegte Forschung zu dem Inhaltsstoff.

Bei einer anderen Junior-Zahncreme bemängelten die Öko-Tester hingegen einen aggressiven Schaumbildner: Natriumlaurylsulfat („Sodium Lauryl Sulfate“).

Dieser Inhaltsstoff kann nämlich die Mundschleimhaut reizen, was gerade für Zahnwechsel-Kinder mit einem strapazierten Zahnfleisch unangenehm werden kann. Das gab ordentlich Punktabzug - Note „ausreichend“.

BIS ZU WELCHEM ALTER ELTERN NACHPUTZEN SOLLTEN

Zweimal täglich für mindestens zwei Minuten - das ist die Faustregel fürs Zähneputzen in Zeiten des Zahnwechsels. Auch wenn der Nachwuchs im Grundschulalter immer sicherer in der Handhabung der Zahnbürste wird: Experten raten Eltern dennoch, etwa bis zum achten Geburtstag nachzuputzen. (dpa)

Absprachen und Versicherung: Housesitting richtig absichern

Aufs fremde Haus aufpassen, ein Auge auf den Hund werfen oder den Garten in Form halten - und dabei kostenlos Urlaub an tollen Orten machen? Das versprechen sich einige vom sogenannten Housesitting. Dabei quartiert man sich auf bestimmte Zeit in den Häusern oder Wohnungen anderer Leute ein - und erledigt gegen die kostenlose Logis bestimmte Dinge.

Doch was tun, wenn dabei was schief- oder gar kaputtgeht? Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen (NRW) informiert über Regeln, Versicherungen und Regressansprüche. Kurz: Klare Absprachen und Versicherungen minimieren den Ärger im Nachgang.

Vor dem Housesitting sollte unbedingt der private Haftpflichtversicherer kontaktiert werden, um zu klären, was im In- und Ausland versichert ist. Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

WIE BEKOMMT MAN KONTAKT ZU DEN HOSTS?

Man meldet sich in der Regel über spezielle Plattformen im Internet an und schließt eine Mitgliedschaft ab. Das kann den Angaben zufolge zwischen 25 Euro bis über 200 Euro pro Jahr kosten.

Wenn man sich einig ist, sollten Interessenten mit den Gastgebern - schriftlich - die Rahmenbedingungen des Aufenthalts fixieren. Etwa den genauen Umfang der gewünschten Tätigkeiten wie das Versorgen von Haustieren oder Hausarbeiten. Aber auch Tabus sollten festgelegt sein - beispielsweise welche Räume oder Schränke verschlossen bleiben müssen. Darf man im Haus rauchen? Wer haftet für fahrlässig verursachte Schäden?

Allerdings können die Hosts die Housesitter auch von der Pflicht zum Schadenersatz vollumfänglich entbinden oder die Entschädigung auf einen gewissen Betrag begrenzen, notieren die Verbraucherschützer. Liegt ein Versicherungsschutz vor, sollte der in der Vereinbarung aufgeführt werden.

Darf man etwa sogar während des Aufenthalts Fahrzeuge wie Autos oder Motorräder nutzen, sollte man fixieren, ob man über die Kfz-Versicherung der Gastgeber mitversichert ist.

DAS IST BEIM VERSICHERUNGSSCHUTZ ZU BEACHTEN

Apropos Versicherung - das ist der zweite wichtige Baustein: Die Verbraucherschätzer raten zu einer eigenen Privat-Haftpflichtversicherung. Denn diese reguliert Schäden, die man Dritten unabsichtlich zufügt. Aber: Das unbezahlte Housesitting werde in der Regel als Gefälligkeits- oder Freundschaftsdienst angesehen. Das falle dann in vielen privaten Haftpflichtversicherungen nicht unter den Versicherungsschutz.

Also: Den Haftpflichtversicherer vorher kontaktieren und abklären, was im In- und Ausland beim Housesittig versichert ist. Auch hier ist geraten, sich die Antworten schriftlich geben zu lassen. So sollte die private Haftpflicht auch für Gefälligkeits- und Freundschaftsdienste eintreten, und zwar möglichst mit hoher Versicherungssumme ohne Einschränkungen.

Die Verbraucherschützer raten dabei zu einem Vertrag ohne Ausschlussklauseln und mindestens zehn Millionen Euro Versicherungssumme. Kommt ein Auslandsaufenthalt infrage, hier auch auf weltweiten Versicherungsschutz achten. Auch eine Auslandsreisekrankenversicherung für sich ist dann sinnvoll.

ARBEITEN DOKUMENTIEREN – AM BESTEN MIT FOTOS

Wer Tätigkeiten übernimmt, sollte diese während des Aufenthalts dokumentieren - am besten auch mit Fotos. Dann hat man etwas vorzuweisen, sollte sich ein Host nach dem Aufenthalt über etwas beschweren.

Etwaige Regressforderungen sollte man dann der Haftpflichtversicherung melden und dazu eine Stellungnahme mit möglichst aussagekräftigen Dokumenten einsenden, so die Verbraucherzentrale NRW. (dpa)