hallo PEINE wochenende

45 · 50. Jahrgang · 7. November 2026 www.hallopeine.de **Zustellung** hallowochenende.de/zeitung-nicht-erhalten/ · **Kleinanzeigen** (0800) 1234-913 · **Redaktion** (05371) 808-122



15768601_002426

Klinikum plus Hospiz, starke Schulen: Das wünscht sich Henning Heiß für Peine

Landrat verabschiedet sich nach 20 Jahren in der Kreisverwaltung in den Ruhestand – Jetzt freut er sich auf Italienisch und Radfahren – Was ihn bewegte, was ihn ärgerte

PEINE. In der Bilder-Galerie der ehemaligen Landräte in der ersten Etage im Peiner Kreishaus hängt ein neues Porträt – Henning Heiß ist dazugekommen. Nach fünf Jahren als Chef der Peiner Kreisverwaltung und insgesamt 20 Jahren im Dienst des Landkreises hat sich der 68-Jährige in den Ruhestand verabschiedet. Seiner Nachfolgerin und SPD-Genossin Julia Semper verspricht er schon mal: „Ich werde nicht ständig rumkommen und nette Vorschläge machen. Aber wenn man mich um Rat fragt, stehe ich selbstverständlich zur Verfügung."

Jetzt freut sich der Vater dreier erwachsener Kinder (29, 27, 21) aber erstmal auf mehr Zeit für Dinge, „die ich bisher nur so nebenbei betrieben habe". Er möchte zum Beispiel mehr Radfahren, wieder häufiger im Chor singen, Fußball-Spiele von Eintracht Braunschweig live im Stadion sehen. „Und mit einem Italienisch-Kurs habe ich auch gerade angefangen." Mit seiner Frau berät er zudem gerade, ob sie sich nun einen langgehegten Wunsch erfüllen und sich einen Hund anschaffen. „Hunde sind tolle Lebensgefährten. Ich bin damit groß geworden."

Mit der Peiner Allgemeinen Zeitung blickte der zweite hauptamtliche Landrat nach Franz Einhaus unter anderem auf seinen größten Erfolg und seine größte Enttäuschung zurück. Und verrät auch, über welche Premiere im Landkreis er sich im Zuge des Klinikum-Neubaus freuen würde.


Henning Heiß am Laptop in seinem Büro. Die Monitore sind bereits für Nachfolgerin Julia Semper aufgestellt. Foto: Ralf Büchler

DER BLICK ZURÜCK

Am 1. Februar 2006 heuerte Heiß beim Landkreis Peine an und leitete fortan 15 Jahre als wichtigster Dezernent im Kreishaus die Geschicke mit. Er hatte sich für das Amt des Ersten Kreisrats beworben – und durchgesetzt. „Die Aufgabe hat mich gereizt, und ich musste dafür nicht umziehen", sagt er. Heiß lebt in Didderse, geschätzt keine 500 Meter von der Peiner Kreisgrenze entfernt. Der Ort gehört zwar zu Gifhorn, „aber für mich ist Peine zum Stück Heimat geworden, es ist schließlich ein ganz wichtiger Teil meines Lebens gewesen".

Den Landkreis zeichne vor allem aus, „dass er sehr offene und freundliche Menschen hat" – und eine spannende Entwicklung. Heiß kürte das Hüttengelände in Ilsede mal zu seinem Lieblingsplatz. „Hier ist Geschichte spürbar. Mich beeindruckt zum einen die alte Architektur. Aber hier ist auch abzulesen, warum Peine keine Beamten-Stadt und kein Beamten-Landkreis ist. Hier ist greifbar, welch unfassbaren Wandel die Gemeinde und die Region erlebt haben", schwärmte Heiß einst beim Blick über das Hochofen-Plateau.

In der Kreisverwaltung habe er sich von Anfang an sehr wohlgefühlt. „Auch weil ich sehr gut mit meinem Chef ausgekommen bin". Franz Einhaus war das, den Heiß nach der Kommunalwahl 2021 als Landrat beerbte.

SEIN GRÖßTER ERFOLG

42 dafür, vier dagegen: Mit großer Mehrheit stimmten die Abgeordneten des Peiner Kreistags Anfang September für den Neubau des Peiner Klinikums an der Virchowstraße. Diesen Beschluss wertet Heiß als den größten Erfolg seiner Amtszeit. Er ist überzeugt, Peine braucht einen adäquaten Ersatz für das stark sanierungsbedürftige Krankenhaus. „Weil wir hier im ländlichen Raum auf eine stationäre Versorgung angewiesen sind. In vielen Notfällen ist es eben keine Alternative, erst nach Hannover oder Braunschweig fahren zu müssen", betont der 68-Jährige. Er verweist zudem auf ältere Angehörige, die es dann noch schwerer hätten, ihre Liebsten zu besuchen. Und: „Wir brauchen das Krankenhaus auch, weil es so gut angenommen wird." Auch Patienten aus Lehrte, Lengede oder Vechelde würden hier inzwischen vermehrt behandelt.

SEIN SCHÖNSTER MOMENT

Die Astrid-Lindgren-Schule in Groß Ilsede ist eine Förderschule mit dem Schwerpunkt geistige Entwicklung. 2015 wurde sie bereits zum zweiten Mal an dem Standort erweitert – und an die Einweihungsfeier und das Zusammentreffen mit Schülern und Lehrern denkt Heiß besonders gerne zurück. „Das ist mir sehr nah gegangen. Hier wird etwas für Kinder getan, die in dieser Welt permanent auf Hilfe angewiesen sind", betont er die Wichtigkeit.

DIE GRÖßTE ENTTÄUSCHUNG

Erst der Rückkauf, dann die Neubau-Pläne – das Peiner Klinikum hat Landrat Henning Heiß viel Arbeit beschert, aber schlaflose Nächte hatte er wegen etwas anderem: „Wegen Corona", sagt er. Diese Zeit sei schrecklich gewesen „und sie hat mich auch an meine Grenzen geführt". Der Landkreis Peine musste Verordnungen durchsetzen. Dazu gehörte zwischenzeitlich auch, dass Bewohner von Alten- und Pflegeheimen keinen Besuch mehr empfangen durften, mit der Folge, dass sie mitunter ohne Begleitung der engsten Verwandten gestorben sind. „Das war die unangenehmste Sache überhaupt", so Heiß.

Unangenehm war noch etwas: Heiß wurde vorgeworfen, sich mit dem damaligen Landrat Franz Einhaus beim Impfen „vorgedrängelt" zu haben. Die beiden hatten sich auf Anraten des Krisenstabs und des Impfarztes aus Impfresten nach einer Impfaktion für Sanitäter impfen lassen. „Ein Fehler", wie Heiß später einräumte und auch heute noch betont.

Gekämpft hatte Heiß als Erster Kreisrat für eine Fusion mit dem Landkreis Hildesheim, um Einsparungen in Höhe von rund 20 Millionen Euro zu erreichen. Die Fusion fand keine Mehrheit. „Ich habe diese demokratisch getroffene Entscheidung respektiert. Aber rein fachlich betrachtet, wäre es die für mich die richtige Entscheidung gewesen", betont der Sozialdemokrat.

DER BLICK NACH VORNE

Herausfordernde Themen – da sieht Heiß für den Landkreis in naher Zukunft mehrere. Die Verwaltung sei derzeit „mitten im Digitalisierungsprozess". Künstliche Intelligenz könne die Arbeit erleichtern. „Bisher haben wir vor allem Personal aufgebaut. In drei bis fünf Jahren gehe ich davon aus, dass die Zahl sinken kann."

Die „desaströse Finanzlage" könne der Kreis nicht selbst in den Griff bekommen. Denn: „Wir absolvieren fast nur Pflichtaufgaben. Das heißt: Entweder kommt vom Bund oder dem Land mehr Geld oder man verringert unsere Aufgaben", sagt der Verwaltungsfachmann. Im Bereich Schulen zu sparen, sei dagegen nicht angebracht. „Bildung ist ein Kernthema, da dürfen wir nicht nachlassen, das ist unsere Zukunft", betont Heiß. Er verweist etwa darauf, dass am Schulzentrum in Groß Ilsede investiert werden müsse. In Vechelde soll die Realschule neu gebaut werden. Die Schulentwicklungsplanung laufe.

Nach dem Beschluss des Kreistags hofft Heiß, dass die Arbeiten für den Klinikum-Neubau Anfang 2027 schon starten können. Heiß würde sich wünschen, dass es gelingt, am Standort auch ein stationäres Hospiz einzurichten. „So etwas gibt es bisher in Peine nicht." Der Betreiber könnte privat sein, „aber der Kreis könnte die Sache vielleicht anschieben und begleiten", erläutert er.

Henning Heiß wird die Entwicklung interessiert verfolgen. „Die Bindung werde ich nicht verlieren, ich bin ja auch Mitglied in der Peiner Schützengilde."

EIXER HAUS am See
05171/7696861
CHorneffer@web.de
Frühstücksbuffet
Satt-Angebote
Speisekarte
Veranstaltungen
Weihnachtsgerichte
Alle Infos erhaltet Ihr hier
Härke Braustübchen
14.11.2026 Ü-30 Party
mit DJ Olli
Eintritt 6,00 € · Einlass 19:30
05.12.2026
Christmas Rock die Hobbits live
und DJ Patrick
Eintritt 9,00 € · Einlass 19:30
Silvester 2026
mit DJ Patrick
Getränkeflatrate, Gulaschsuppe, veganes Chili, Fingerfood
85,00 € pro Person
WK im Eixer Haus am See
29186201_002426

Loki
Hausmeister-Dienst
Rundum-Service für Haus & Garten
0176 62970634
service@loki-hausmeister.de
- Gartenpflege
- Baumschnitt
- Gartengestaltung
- Heckenschnitt
- Objektpflege
- Entrümpelung
- Pflasterarbeiten & Reinigung
- Winterdienst
31225301_002426

SEIT 1899 • PERSÖNLICH • KOMPETENT • ZUVERLÄSSIG


Baustoff Brandes
Da bau ich drauf.
IHR BAUSTOFFHÄNDLER MIT FACHMARKT
Baustoffe für jedes Bauvorhaben.
Werkzeuge, Zubehör und Profi-Bedarf in unserem Fachmarkt.
Wir bilden aus! Jetzt bewerben.
sekretariat@baustoff-brandes.de

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
30792101_002426

Kommissariat Peine bekommt neuen Chef

Polizeioberrat Sven Jürgensen übernimmt das Amt von Julia Semper

BRAUNSCHWEIG/PEINE. Lange war es ein Geheimnis, jetzt steht fest: Ab dem 1. Januar 2027 übernimmt Polizeioberrat Sven Jürgensen die Leitung des Polizeikommissariats Peine. Der 40-Jährige folgt damit auf Polizeioberrätin Julia Semper, die künftig als Landrätin des Landkreises Peine tätig sein wird.

Nach seinem Masterstudium an der Deutschen Hochschule der Polizei in Münster-Hiltrup durchlief Sven Jürgensen bereits mehrere Stationen in der Polizeidirektion. So leitete er von 2019 bis 2022 den Einsatzbereich in der Polizeiinspektion Goslar. Anschließend war er bis Dezember 2023 mit der Führung des Dezernats 01 für zentrale Aufgaben in der Polizeidirektion Braunschweig betraut. Dieses Dezernat ist unter anderem für Strategie, Organisation, Controlling sowie für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit zuständig.

In dieser Zeit war er als Dezernatsleiter nah dran am Geschehen rund um die Fußball-Derbys zwischen Hannover 96 und Eintracht Braunschweig. Er plante die Einsätze gegen gewalttätige Fans mit. In einem Interview mit der Hannoverschen Allgemeinen Zeitung sagte Sven Jürgensen im Jahr 2023: „Wir konzentrieren uns an solchen Tagen besonders auf die Risikofanszene, weil von denjenigen Handlungen ausgehen, die wir nicht hinnehmen können und wollen." Um deeskalierend einzuwirken hatte für ihn bei solchen Risiko-Spielen die Fantrennung oberste Priorität.

Im Polizeikommissariat Bundesautobahn Braunschweig sammelte der Polizeioberrat ab Januar 2024 weitreichende Erfahrungen in der Leitung eines Polizeikommissariats. Zuletzt übernahm Jürgensen kommissarisch die Leitung des Dezernats für Wirtschaftsangelegenheiten in der Polizeidirektion Braunschweig. Mit dem Wechsel nach Peine steht dem erfahrenen Beamten nun zum zweiten Mal die Leitung eines Polizeikommissariats bevor.

Zum Amtseintritt von Sven Jürgensen sagt Thomas Ring, Polizeipräsident der Polizeidirektion Braunschweig: „Mit Herrn Jürgensen übernimmt eine erfahrene Führungskraft die Leitung des Polizeikommissariats Peine, die bereits in unterschiedlichen Funktionen Verantwortung getragen hat.



Polizeioberrat Sven Jürgensen tritt die Nachfolger von Julia Semper an, die als neu gewählte Landrätin Verantwortung in der Kreisverwaltung übernimmt. Foto: Polizeidirektion Braunschweig

Ich bin überzeugt, dass er an seine bisherige erfolgreiche Arbeit anknüpfen und das Polizeikommissariat Peine mit großem Engagement und einem klaren Blick für die Anforderungen an eine moderne und digitale Polizei führen wird. Für seine neue Aufgabe wünsche ich ihm viel Erfolg."

Auch bei der bisherigen Kommissariats-Leiterin Julia Semper bedankt sich Polizeipräsident Thomas Ring: „Frau Semper hat sich in ihrer Heimat Peine mit voller Hingabe für die Sicherheit der Bürgerinnen und Bürger eingesetzt. Dafür gebührt ihr Dank und Anerkennung." Es sei etwas ganz Besonderes, für die Menschen seiner Heimatregion politische Verantwortung zu übernehmen, hob Ring hervor. Für diese neue Herausforderung wünschte er ihr abschließend „viel Erfolg und alles Gute".

Auf den neuen Polizeichef mit zwei goldfarbenen Sternen auf den Schulterklappen warten in Peine große Aufgaben: Die Sanierung des maroden Polizeigebäudes an der Schäferstraße steht bevor, die Clan-Kriminalität bleibt trotz rückläufiger Straftaten ein Problem, und das Sicherheitsgefühl der Bürger steht weiter im Fokus.

Auch wenn die Zahl der tatverdächtigen Kinder und Jugendlichen in den vergangenen zwei Jahren zurückgegangen ist, hatte seine Amtsvorgängerin Julia Semper, ihren Schwerpunkt auf die Präventionsarbeit mit dieser Altersgruppe gelegt. Bleibt abzuwarten, in welchem Bereich Sven Jürgensen den dringendsten Handlungsbedarf sieht.

Anzeige

Alte Ketten in der Schublade – oder bares Geld in der Hand?

Wenn sich die Märkte bewegen, werden Entscheidungen wichtig

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

November 2026

Aktueller Goldkurs: 4.108,50 USD/Feinunze





Braunschweig. An den internationalen Märkten ist derzeit einiges in Bewegung. Auch beim Gold haben die vergangenen Monate gezeigt, wie schnell sich Erwartungen verändern können. Trotz zwischenzeitlicher Rücksetzer klettert der Goldkurs wieder langsam und bewegt sich wieder auf einem **historisch bemerkenswerten Preisniveau**. Für Besitzer, die Gold ohnehin nicht mehr benötigen, bleibt damit eine interessante Gelegenheit, vorhandene Werte zu realisieren.

Denn auch ein hohes Preisniveau ist keine Garantie dafür, dass es immer weiter nach oben geht. **Wer ohnehin verkaufen möchte, sollte deshalb nicht allein auf einen noch höheren Kurs warten: Der heutige Wert ist bekannt – was Gold in einigen Monaten wert sein wird, weiß niemand.**

Dabei muss es gar nicht um große Barren oder wertvolle Münzen gehen. Häufig liegen die Werte längst zu Hause: in **älterem oder beschädigtem Schmuck, Zahngold oder Edelmetallen aus einer Erbschaft**, die seit Jahren aufbewahrt werden und heute kaum noch eine Verwendung haben.

Gerade bei Erbschaften bleiben Schmuckstücke und andere Werte oftmals lange liegen. Erinnerungen spielen dabei verständlicherweise eine Rolle – gleichzeitig gibt es häufig Stücke, zu denen kein persönlicher Bezug besteht und deren tatsächlicher Wert kaum bekannt ist. Was nicht behalten, getragen oder weitergegeben werden soll, kann angesichts des weiterhin hohen Preisniveaus gerade jetzt für einen Verkauf interessant sein.

Aus lange Aufbewahrtem kann heute bares Geld werden

Eine alte Kette muss nicht schön sein, ein Schmuckstück muss nicht mehr dem eigenen Geschmack entsprechen und auch beschädigte Stücke können weiterhin einen beträchtlichen Edelmetallwert besitzen. Entscheidend ist, welche Edelmetalle tatsächlich enthalten sind.

Wer solche Stücke ohnehin nicht mehr benötigt, muss deshalb nicht auf den einen perfekten Zeitpunkt an den internationalen Märkten warten. Der vorhandene Wert lässt sich bereits heute feststellen und bei einem Verkauf unmittelbar nutzen.

Von zu Hause direkt zur Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig

Die Niedersächsische Goldbörse ist ein **deutscher Fachbetrieb für den Edelmetallankauf**, bundesweit vertreten und fest in Braunschweig und Umgebung etabliert. In der Innenstadt von Braunschweig (Damm 38) werden mitgebrachte Gold- und Edelmetallwerte fachkundig untersucht. Mithilfe moderner **Röntgenfluoreszenzanalyse (XRF)** lässt sich die Materialzusammensetzung präzise und zerstörungsfrei bestimmen.

Anschließend erhalten Kunden ein konkretes Ankaufsangebot. Kommt es zum Verkauf, erfolgt die Auszahlung **direkt in bar oder per Echtzeitüberweisung**.

Die Niedersächsische Goldbörse arbeitet zudem eng mit Heimerle + Meule, der ältesten Gold- und Silberscheideanstalt Deutschlands, zusammen. Das 1845 gegründete Traditionsunternehmen steht seit mehr als 180 Jahren für deutsche Kompetenz in der Edelmetallverarbeitung. Auch aus Berichterstattungen in **FOCUS-MONEY, FOCUS Online und verschiedenen Print-Beiträgen** ist **die Niedersächsische Goldbörse** vielen bereits bekannt.

Vorhandene Werte jetzt nutzen

Gerade das weiterhin außergewöhnlich hohe Preisniveau macht deutlich, welche Werte heute in Gold und anderen Edelmetallen stecken können. **Was seit Jahren ungetragen in einer Schublade liegt oder aus einer Erbschaft nicht benötigt wird, muss dort nicht weitere Jahre bleiben**.

Fazit

Aus Schmuck und Edelmetallen, die heute keine Verwendung mehr haben, kann wieder etwas entstehen, das unmittelbar genutzt werden kann: **verfügbares Geld**.

Der Weg dafür ist unkompliziert: Edelmetalle mitbringen, bei der **Niedersächsischen Goldbörse** fachkundig untersuchen lassen – und bei einem passenden Angebot direkt verkaufen und auszahlen lassen.

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
(bis Ende November samstags geschlossen)

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.

31038601_002426



30667501_002426

Abschied mit Horn, Klavier und Arien

Jubiläumskonzerte im Vöhrumhaus No. 5 läuten nach fünf Jahrzehnten einen Generationenwechsel ein

VÖHRUM. Mit zwei Jubiläumskonzerten hat Heidi Spenke ihre aktive Leitung des Vöhrumhauses No. 5 beendet. Die Gründerin der Kammermusikreihe Vöhrum stand jetzt ein letztes Mal gemeinsam mit ihrem Team in ihrer langjährigen Funktion als Gastgeberin vor dem Publikum. Die Reihe feiert aktuell ihr 50-jähriges Bestehen.

Bereits an zwei Konzertwochenenden im Frühjahr und im Sommer war das Jubiläum musikalisch gewürdigt worden. Die Konzerte im Oktober bildeten nun den endgültigen Abschluss. Nach Angaben der Veranstalter verbanden sie den Rückblick auf fünf Jahrzehnte musikalischer Tradition mit einem Ausblick auf die Zukunft des Hauses und markieren zugleich einen Generationenwechsel.



Bis auf den letzten Platz gefüllter Saal: Der Andrang beim Jubiläumskonzert des Trios "Vier Hände – ein Horn" im Vöhrumhaus war groß. Foto: Eike Bruns

Über Jahrzehnte hat Heidi Spenke das kulturelle Leben in Vöhrum mit ihren Konzerten geprägt und einen Ort geschaffen, „an dem Musik, Kunst, Kultur und Begegnung ihren festen Platz haben". Nun übergibt sie die Verantwortung an die nächste Generation: Der Heimat- und Kulturverein Vöhrum-Eixe-Landwehr übernimmt die Trägerschaft und sichert damit den Fortbestand des Hauses. Ziel ist es, das Vöhrumhaus No. 5 als lebendigen Kulturort in der Mitte Vöhrums und weit über die Landkreisgrenzen hinaus zu erhalten und gezielt weiterzuentwickeln. Das Haus soll aber auch weiterhin ein ein Aufführungsort für klassische Musik bleiben.

Den Auftakt des Wochenendes machte am Samstag das Trio „Vier Hände – Ein Horn" aus Halle und Luxemburg. Hioso und Jan-Christoph Homann spielten Klavier, zeitweise vierhändig, Jannik Neß ergänzte die Stücke am Horn. Manche Stücke erklangen mit, andere ohne Hornbegleitung. Das Programm reichte von klassischen Werken von Sergei Rachmaninov, Richard und Franz Strauss, Camille Saint-Saëns, Johannes Brahms, Robert Schumann und Aram Chatschaturjan bis zu Pop, Rock und ruhigen Balladen von Zeitgenossen aus der U-Musik wie Cat Stevens, Stevie Wonder, Billy Joel und Queen. Zu hören waren unter anderem „Sonnenaufgang", „Kinderszenen", „Walzer", „Romance", „Father and Son", „Wiegenlied/Lullabye" und „Don't Stop Me Now".

Der Konzertraum war bis auf den letzten Platz besetzt. Das Publikum bedankte sich mit lang anhaltendem Beifall bei den Musikern, die sich mit Zugaben revanchierten. Darunter fand sich auch der für die Besetzung des Trios leicht abgewandelte Titel „Cello" von Udo Lindenberg, in dem statt des Cellos das Horn zum auserwählten Instrument des Titels umfunktioniert wurde.

Am Sonntag folgte um 12 Uhr eine Matinee als Operngala unter der Leitung von Professorin Raminta Lampsatis, die selbst am Klavier saß. Gemeinsam mit ihr traten Tenor Nerijus Noreika, die Sopranistin Julija Karali nait , die Mezzosopranistin Maggie Pauline Gonthier, die Koloratursopranistin Aija Jermalovi a und die Flötistin Jocelyne Fillion-Kelch auf. Auf dem Programm standen Werke von Wolfgang Amadeus Mozart, Wagner, Richard Strauss, Camille Saint-Saëns und Giuseppe Verdi.

Dem Förderkreis des Vöhrumhauses No. 5 ist es nach eigenen Angaben ein Anliegen, dass Musikinteressierte ebenso wie Künstlerinnen und Künstler im Haus einen Ort des gemeinsamen Austauschs finden. Die Veranstaltungen sind öffentlich, jeder ist willkommen. Der Eintritt war wie immer frei, um eine freiwillige Spende für die Künstler wurde gebeten.

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.voehrum-online.de/voehrumhaus-no5.

NOTDIENSTE

ZAHNÄRZTE

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

APOTHEKEN

PEINE Südstadt Apotheke Tel. (05171) 505600, Märklinstr. 2: Sa. 9-9 Uhr
EDEMISSEN Löns-Apotheke Tel. (05176) 1300, Hermann-Löns-Str. 1: So. 9-9 Uhr
HOHENHAMELN St. Laurentius-Apotheke Tel. (05128) 5731, Clauener Str. 1: So. 9-9 Uhr
LENGEDE Post Apotheke Tel. (05344) 7477, Bodenstedter Weg 5,: Sa. 8.30-8.30 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

HEINEKE Bauunternehmen GmbH
• Hoch- und Stahlbetonbau • Trockenausbau
• Innen- und Außendämmung • An- und Umbauten
• Altbausanierung • Bauwerksabdichtung
• Fliesenarbeiten • Zimmerarbeiten
An den Rotten 4 • 31249 Hohenhameln-Ohlum
☎ 0 51 28 - 6 93 • www.bauunternehmen-heineke.de
17296601_002426

Struck Recycling-Hof OHG
– Wir machen Ihren Schrott zu Geld –
• Schrott & Metalle • Abbruch und Demontage
• Wertstoffe
• Containerdienst
05171-6375
Woltorfer Str. 72
31224 Peine
www.struck-recycling.de
Auch bei uns: Gold- und Silberankauf mit modernster Röntgentechnik zu börsenorientierten Tageshöchstpreisen!
EHRLICH. SAUBER. KONSTANT.
18944801_002426

NASSE WÄNDE? FEUCHTE KELLER?
Vertrauen Sie auf Handwerksarbeit durch unseren anerkannten Meisterbetrieb.
TROCKENLEGUNG
– Ursachenforschung einschließlich Angebot –
Witterungsunabhängige umweltfreundliche Systeme
Das Abdichtungssystem Inh. Carsten Dippelt
Ihr Maurermeisterfachbetrieb für Feuchtigkeitsschäden
Eingetragener Meisterbetrieb!
Celler Straße 124, 38114 Braunschweig
☎ (05 31) 5 90 63 68
www.das-abdichtungssystem.de
30007101_002426

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

Einsteigen. Losfahren! NEUWAGEN PREIS-KNALLER
Ausgewählte Fahrzeuge zu attraktiven Preisen – noch 2026 lieferbar.
Neuwagenhotline: 05171 / 950-508

Der vollelektrische Torres EVX Nomad zum attraktiven Komplettpreis
*E-Auto-Förderung Infos unter www.bafa.de

Familien-SUV zum Kleinwagenpreis
LED Scheinwerfer, Navigation, Sitzheizung- und Lüftung vorn, Sitzheizung hinten, Ledernachbildung, 360° Kamera, Klimaautomatik, Lenkradheizung, elektrische Vordersitze, Wärmempumpe, Assistenzsysteme u.v.m.
KGM Torres EVX Sondermodell Nomad*
7 Jahre Fahrzeug Garantie oder bis zu 150.000 km[1]
10 Jahre Fahrbatterie Garantie oder bis zu 1 Million km[1]
BARPREIS 34.990 €
Elektromotor (152 kw/207 PS), 80,6 kWh Batteriekapazität
Stromverbrauch kombiniert: 19,3 kWh/100 km;
CO_2-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO_2-Klasse A

Der neue vollelektrische KGM Musso EV. Kann fast alles außer laut und 2,3 Tonnen ziehen.

Viel Platz für alle, die Großes vorhaben
Allrad, Automatik, Anhängevorrichtung, Leder, LED-Scheinwerfer, Sitzheizung- und Lüftung vorn, Sitzheizung hinten, Assistenzsysteme, Wärmepumpe, elektrische Vordersitze, 360° Kamera, Navigation u.v.m.
KGM Musso EV Sondermodell Black
7 Jahre Fahrzeug Garantie oder bis zu 150.000 km[1]
10 Jahre Fahrbatterie Garantie oder bis zu 1 Million km[1]
BARPREIS 47.990 €
Dual-Elektromotor (152 kw/207 PS), 80,6 kWh Batteriekapazität
Stromverbrauch Musso EV kombiniert: 26,0 kWh/100 km;
CO_2-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO_2-Klasse A

Der neue KGM Tivoli Nomad – groß rauskommen, wenig ausgeben.

Kompakter SUV nicht nur für die Stadt
6-Gang-Schaltgetriebe, Navigation, Sitzheizung vorn, Klimaanlage, LM-Felgen, Zentralverriegelung, Parkpilot, Verkehrszeichenerkennung, Geschwindigkeitsregelanlage, Rückfahrkamera, Privacy Verglasung u.v.m.
KGM Tivoli Sondermodell Nomad
5 Jahre Fahrzeug Garantie oder bis zu 100.000 km[1]
BARPREIS 19.980 €
1.5 GDI Turbo Benziner, 120 kW (163 PS),
Kraftstoffverbrauch kombiniert: 7,1 l/100 km;
CO_2-Emissionen kombiniert: 162 g/km; CO_2-Klasse F

[1] Das zuerst Erreichte gilt. Es gelten die aktuellen Garantiebedingungen des Herstellers, die Sie hier einsehen können: www.kgm.de/services/garantie Abbildungen ähnlich. Änderungen und Irrtum vorbehalten. Überführungskosten sind jeweils enthalten.
Made in Korea
KGM: Koreanisches Know-how trifft Offroad-Tradition
KGM Enjoy with Confidence
AUTOHAUS BURIAN
Autohaus Burian e. K.
Werner-Nordmeyer-Straße 11
31226 Peine
Tel. Verkaufsteam 05171/950-508
29902801_002426

PAZ

Reisemesse

POWERED BY

FUHRMANN MUNDSTOCK *Mein Reiseprofi*

BENZER Touristik

14. bis 15. November 2026

Gebläsehalle in Ilsede

Ilseder hütte 14, 31241 Ilsede

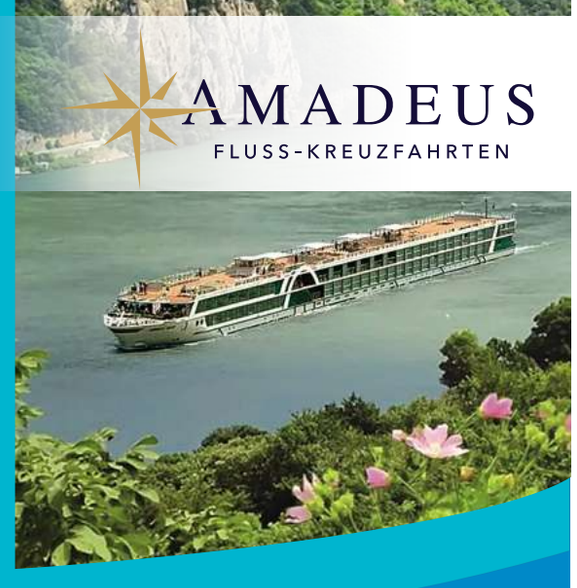
Samstag 10 – 17 Uhr • Sonntag 10 – 17 Uhr

Zusätzliche virtuelle Messe mit digitalen Messeständen
vom 14. November 2026 bis Ende Februar 2027









TICKETS

Gibt es für 5 Euro
unter www.paz-online.de/
reisemesse

TICKETS AUCH AN DER **TAGESKASSE**
GEGEN BARZAHLUNG ODER UNTER DER
BESTELL-HOTLINE:

01806-570070



Über 40 Aussteller
Entdecken Sie attraktive
Angebote

Gastronomie
Für das leibliche Wohl ist
gesorgt- thematisch passend

Transferfahrten ab MD/HE, H/HI, WOB/BS/PE,
HBS/WF/SZ-Lebenstedt zubuchbar | **10 ,- € p.P.**

27439401_002426

Der letzte Schnitt: So machen Sie den Rasen winterfest

Bevor der Winter kommt, braucht der Rasen noch einmal etwas Pflege. Dazu gehört auch der letzte Schnitt des Jahres. Wann der richtige Zeitpunkt dafür ist, hängt aber weniger vom Kalender als vom Wetter ab.

Laut «Ökotest» gilt die Faustregel: Solange der Rasen noch wächst, kann er auch gemäht werden. Sinken die Temperaturen stellt er sein Wachstum ein, sodass kein Mähen mehr nötig ist. Ein guter Zeitpunkt für den letzten Rasenschnitt ist nach der ersten frostigen Nacht.



Gut durch den Winter: Vier bis fünf Zentimeter sollte das Gras hoch sein, damit es vor Kälte geschützt ist und nicht fault.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Bis dahin kann der Rasen laut Bundesverband der Kleingartenvereine Deutschlands (BKD) an trockenen Tagen weiter gemäht werden. Wichtig ist, dass Gras und Boden gut abgetrocknet sind, damit das Schneidewerkzeug nicht durch feuchte Schnittreste verklebt.

Ist der Boden zu nass, kann er sich zudem stark verdichten, wenn man ihn betritt oder mit dem Rasenmäher befährt. Dadurch gelangen Nährstoffe möglicherweise schlechter zu den Wurzeln. Auch das Wasser kann dann langsamer versickern und sich auf der Fläche sammeln, wodurch Staunässe entsteht.

Grundsätzlich sollte man vor dem Winter auf die richtige Halmlänge achten. Ist das Gras zu lang, kann es laut Industrieverband Agrar (IVA) leicht faulen. Wird es zu kurz geschnitten, fehlt ihm dagegen der natürliche Kälteschutz. „Ökotest“ empfiehlt deshalb eine Schnitthöhe von vier bis fünf Zentimetern.

Wo sich Wasser staut, lässt sich der Boden mit einer Grabgabel lockern, damit die Wurzeln besser mit Sauerstoff versorgt werden. Herbstlaub und Fallobst sollten Sie regelmäßig vom Rasen entfernen. Für die nötige Stärkung empfiehlt die Deutsche Rasengesellschaft (DRG) außerdem einen kaliumbetonten, stickstoffarmen Dünger. (dpa)

Gültig: MO 09.11. bis SA 14.11.2026
BIG! DURST Cello´s Getränkehandel
+++ MO-FR VON 8.00-18.00 UHR • SA VON 8.00-14.00 UHR GEÖFFNET +++
11.99 Dithmarscher Pilsener 20x0.33 Ltr. + 4.50 Pfand Ltr. 1.82
12.99 Lindener Spezial 20x0.5 Ltr./ 30x0.33 Ltr. + 3.10/3.90 Pfand Ltr. 1.30/1.31
5.49 Vilsa Mineralwasser versch. Sorten 12x1 Ltr. PET + 3.30 Pfand Ltr. 0.46
8.99 Graf Rudolf Sport Iso-Aktiv 12x1 Ltr. PET + 3.30 Pfand Ltr. 0.75
15.99 Bitburger Alkoholfrei 0.0/ Radler 0.0 24x0.33 Ltr. + 3.42 Pfand Ltr. 2.02
9.99 Ohlenhof Apfelsaft klar 6x1 Ltr. Glas + 2.40 Pfand Ltr. 1.67
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
18916201_002426

Nase ständig dicht? Woran das liegen kann – und was hilft

Die Nase ist dicht - in der Erkältungszeit nichts Außergewöhnliches. Wird sie über Wochen oder Monate hinweg nicht mehr richtig frei, macht das Betroffene stutzig: Da stimmt doch etwas nicht, oder?

Es ist eine gute Idee, diese Beschwerden ärztlich abklären zu lassen. Dahinter kann sich zum Beispiel eine chronische Nasennebenhöhlenentzündung verbergen. Dann sind die Schleimhäute von Nase und Nasennebenhöhlen dauerhaft - mindestens zwölf Wochen lang - entzündet, wie der Deutsche Allergie- und Asthmabund (DAAB) erklärt. Nasennebenhöhlen sind übrigens luftgefüllte Kammern hinter Nase, Augen und Wangen.

Typische Beschwerden einer chronischen Nasennebenhöhlenentzündung:

- Die Atmung durch die Nase wird erschwert.
- Der Geruchssinn wird schlechter.
- Sekret läuft über die Nase ab - oder auch in den Rachen.
- Hinzu kommen manchmal Druckgefühle im Gesicht.

Eine chronische Nasennebenhöhlenentzündung kann von Nasenpolypen begleitet werden. Das sind weiche, tropfenförmige Wucherungen der Schleimhaut. Sie sind gutartig, stören aber, wenn sie so groß sind, dass sie die Atmung behindern.

Eine verstopfte Nase kann laut DAAB auch andere Ursachen haben, etwa eine Allergie, zum Beispiel auf Hausstaubmilben oder Tiere. Neben einer dichten Nase sind Niesanfälle, Juckreiz und tränende Augen typische Beschwerden.

WAS HILFT BEI CHRONISCHER NASENNEBENHÖHLEN-ENTZÜNDUNG?

Hat der Arzt oder die Ärztin eine chronische Nasennebenhöhlenentzündung diagnostiziert, fragen sich Betroffene: Was kann man dagegen tun?

- Kortison-Nasensprays

Gut wirken kortisonhaltige Nasensprays. Sie lassen die Schleimhäute abschwellen und können auch Polypen verkleinern, so das Portal „gesundheitsinformation.de“. Allerdings müssen sie über längere Zeit - meist über Monate hinweg - angewendet werden. Dabei kann es zu Nebenwirkungen wie Reizungen der Nasenschleimhaut kommen.

- Biologika

Ergänzend zu Kortison-Nasensprays können bei schweren chronischen Nasennebenhöhlenentzündungen die Wirkstoffe Dupilumab, Omalizumab oder Mepolizumab helfen. Diese sogenannten Biologika greifen in die Entzündungsmechanismen des Immunsystems ein und müssen alle zwei bis vier Wochen gespritzt werden.

- Nasenspülungen und -duschen mit Kochsalzlösungen

Ein beliebtes Hausmittel, ergänzend zu Medikamenten, sind regelmäßige Nasenspülungen oder -duschen mit Kochsalzlösungen. Wie „gesundheitsinformation.de“ erklärt, sind hypertone Lösungen (20 Gramm Salz bzw. 5 Teelöffel pro Liter) hier etwas wirksamer als isotone Lösungen (9 Gramm Salz bzw. 2 Teelöffel Salz pro Liter). Allerdings können hypertone Lösungen auch mehr Nebenwirkungen im Gepäck haben, etwa trockene, gereizte Nasenschleimhäute.



Kortison-Nasensprays können Beschwerden lindern.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

WAS HILFT NICHT?

Vorsicht ist bei abschwellenden Nasensprays und -tropfen geboten, etwa mit den Wirkstoffen Xylometazolin und Oxymetazolin. Sie eignen sich Fachleuten zufolge nicht für die Behandlung einer chronischen Nasennebenhöhlenentzündung.

Zwar lassen sie die Schleimhäute abschwellen, was Durchatmen wieder möglich macht. Nach einigen Stunden schwillt sie jedoch wieder an - was die Verstopfung der Nase sogar noch verstärken kann, wie der DAAB warnt.

Generell gilt: abschwellende Sprays sollten maximal sieben Tage am Stück genutzt werden.

WANN IST EINE OP SINNVOLL?

Bessern sich die Beschwerden durch Medikamente nicht, kann eine Operation eine Option sein. Die häufigste OP-Methode dabei nennt sich FESS.

Dabei wird ein dünner Schlauch mit einer Kamera und kleinen Instrumenten über die Nasenlöcher in die Nebenhöhlen eingeführt. Auf diesem Wege können Nasenpolypen und entzündete Bereiche der Schleimhaut abgetragen werden. Oft verschwindet die chronische Nasennebenhöhlenentzündung durch den Eingriff nicht ganz, die Beschwerden können sich aber bessern. (dpa)

XXXLutz Alles für dein schönes Zuhause.
Nur bis zum Samstag 14. November
DAS GAB'S NOCH NIE NIE NIE!
Mindestens 35% 1) + S) mit Freundschaftskarte
zusätzlich
20% 2) + S) IN ALLEN ABTEILUNGEN
Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware
ZUSÄTZLICH zur aktuellen Werbekampagne (35% + 20% + 10%) 1) - 3) + S)
zusätzlich
10% 3) AUSGENOMMEN WERBEARTIKEL AUF ALLES
ILDE46-6-b Für Druckfehler keine Haftung. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg.Artikel im Online Shop immer zum Freundschaftskartenpreis - unabhängig jeglicher Rabattaktionen. Marktplatz-Verkäufer/Drittanbieter sind von allen Aktionen ausgenommen. Einkaufen im Online Shop nur mit Wohnsitz in Deutschland möglich.
1) Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber auf gekennzeichnete Artikel. Ausgenommen: siehe S). Gültig bis mindestens 14.11.2026.
2) Exklusiv und nur gegen Vorlage der Freundschaftskarte. Gültig auf gekennzeichnete Artikel. Ausgenommen: siehe S). Soweit anwendbar, Kombination mit dem 35%-Freundschaftskartenpreis möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Gültig bis mindestens 14.11.2026. Baby-Exklusivmarken: Jimmy Lee, My Baby Lou, Avelia und Patinio. S) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung, in der Ausstellung als „Dauertiefpreis“ und „Bestpreis“/„Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel, Blomus, Boxxx, Depot, Elle Decoration, JAB, Joop! Teppiche, Leifheit, Musterring, Paidi, Schöner Wohnen, Soehnle, Team 7, Tilo, Tom Tailor Teppiche und Vorwerk, bereits reduzierte Ware, Abverkaufsartikel, Saisonartikel, Badzubehör, Elektro-Kleingeräte, Gutscheinkauf und Bücher. Bei XXXLutz in Blankenburg keine Baby-Artikel platziert, aber bestellbar. Keine Barauszahlung. 3) Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber, gültig zusätzlich zur aktuellen Werbekampagne. Nicht mit anderen Gutscheinen kombinierbar. Ausgenommen: Artikel in der Werbung sowie in der Ausstellung als „Bestpreis“/„Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel. Nur gegen Abgabe des Gutscheins in der Fachabteilung oder an der Kasse einlösbar. Gültig nur vom 07.11.2026 bis 14.11.2026.
Weitere Angebote finden Sie hier
Alles für dein schönes Zuhause. XXXLutz
6x in Ihrer Region! In Wolfsburg, Garbsen, Braunschweig, Gadenstedt, Goslar & Blankenburg
29332901_002426

Emotionale Arbeit

Erziehungsexpertin Susanne Mierau: „Es ist nicht die Aufgabe der Mütter, Väter zu guten Vätern zu erziehen“

VON FRANZISKA HERRMANN

Väter verbringen heute mehr Zeit mit ihren Kindern als früher. Doch bei der emotionalen Arbeit hapert es noch, sagt Erziehungsexpertin Susanne Mierau. Warum Mütter oft nicht nur das Kind regulieren müssen, sondern auch die Wut des Vaters – und wie Väter echte Verantwortung übernehmen können, erzählt Sie im Interview.

Sie schreiben in Ihrem Buch „Genug erklärt! Warum Mütter nicht für die Erziehung von Vätern verantwortlich sind“ von der bewussten oder auch unbewussten Verweigerung der Care-Arbeit durch den Mann. Was macht es mit Müttern, wenn sie die fehlende Beteiligung ihres Partners immer wieder auffangen müssen?

Oft haben wir „nur“ die Aufgabenüberlastung im Blick, wenn wir darüber sprechen, dass eine Person in einer Familie mehr Sorgearbeit übernimmt. Schon allein diese Überlastung wirkt sich auf das Wohlbefinden bis hin zur Gesundheit der Mütter aus. Mir ist es wichtig, dass wir auch auf die emotionalen Folgen blicken, die entstehen, wenn man merkt, dass der Partner die eigene Überlastung nicht wahrnimmt oder ihr keine Bedeutung beimisst. Das wirkt auf das Gefühl von Sicherheit in der Beziehung und auch auf den Selbstwert und die Partnerschaftszufriedenheit.

Worin unterscheidet sich das Verständnis des Erziehungsauftrags bei Vätern zu jenem von Müttern?

Glücklicherweise bringen sich Väter heute schon mehr ein in der Erziehung: Sie verbringen mehr Zeit mit ihren Kindern und lassen sich auch auf gemeinsames Spiel ein. Doch die emotionale Arbeit findet in der neuen Vaterrolle noch weniger Beachtung. Besonders bei jüngeren Kindern, die noch auf Co-Regulation angewiesen sind. Darauf, dass die Bezugsperson ihre Signale liest und dabei hilft, mit herausfordernden Gefühlen umgehen zu lernen durch Unterstützung und Vorbild. Vielen Vätern fallen emotionale Anteile des Erziehungsverhaltens noch schwer. Immer wieder beschreiben mir Mütter, wie sie das Gefühl haben, dass sie nicht nur ein wütendes Kleinkind co-regulieren müssen, sondern gleichzeitig auch die Wut des Vaters über die Wut des Kindes managen müssen.

Viele Mütter denken, dass alles zusammenbricht, wenn sie aufhören, sich zu kümmern und zu planen: Wie können Mütter lernen, die Verantwortung abzugeben, ohne dass die Kinder den Preis dafür zahlen?

Es ist zunächst wichtig, zu verinnerlichen, dass Väter für ihre Bindung und Beziehung zum Kind selbst zuständig sind. Natürlich müssen wir alle Kinder vor körperlicher oder psychischer Gewalt schützen. Es ist nicht die Aufgabe der Mütter, Väter zu guten Vätern zu erziehen. Mütter übernehmen ihren Teil der Sorgearbeit, ohne für den Vater mitdenken und mitorganisieren zu müssen. Sie können Leerstellen benennen, seine Verantwortung ist es dann, sich selbst zu informieren und zu kümmern.

Welche Sätze fallen im Alltag, die oft doch keine tatsächliche Verantwortungsübernahme sind?

Neben Sätzen, die an das Kind gerichtet sind, gibt es auch auf der Paarebene typische Sätze, wie zum Beispiel: „Meine Mutter hat nie so viel gejammert!“. Darin schwingen gleich mehrere Probleme mit: Erstens bedeutet das fehlende Jammern der eigenen Mutter ja nicht, dass diese es nicht auch schwer hatte, sondern dass sie vielleicht nicht die Worte, den Raum, die Ressourcen hatte, um Probleme zu benennen. Und zweitens sollte das Benennen von Überlastung in einer gesunden Paarbeziehung einen Raum bekommen.

Wie entlasten Väter Mütter?

Er sollte sich auf die Gefühlswelt der Partnerin einlassen und vielmehr danach fragen, welche Probleme bestehen und eigene Vorschläge machen, um Lösungen zu finden. Typisch ist auch, wenn in solchen Gesprächen auf einmal der Ton der Partnerin zum Thema wird, statt das benannte Problem. Natürlich kann es sein, dass bei Überlastung ein Gespräch emotional wird. Schließlich geht es ja um Grenzen, Erschöpfung, fehlende Anteilnahme. Wird dann aber erklärt „Also so lasse ich nicht mit mir reden!“ oder „Was ist denn los mit dir, bekommst du deine Tage?“, dann wird das eigentliche Themenfeld verlassen.



Foto: Ilya Semenov / Unsplash

In Ihrem Buch führen Sie die Thematik um Care-Arbeit auf verinnerlichte patriarchale Muster zurück. Wie verhindern diese Strukturen gleichberechtigte Elternschaft?

Wir bewerten Erwerbsarbeit als Arbeit, während das Umsorgen des Kindes nicht als gleichwertig betrachtet wird, obwohl es nicht nur eine enorm zeit- und emotionsintensive Arbeit ist, sondern auch gesellschaftlich unglaublich bedeutsam. Rollenbilder und gesellschaftliche Strukturen greifen stark ineinander: Mütter nehmen mehr Elternzeit und arbeiten mehr in Teilzeit, dadurch sind sie es, die dann einen Eltern“abend“ besuchen können, der schon um 17 Uhr beginnt, wodurch sie sich dann zuständig fühlen für die Themen, die bei dieser Veranstaltung an sie herangetragen wurden. Sie müssen dann dem Vater erzählen, was auf dort gesagt wurde, weil er aufgrund seiner Rolle durch Pay Gap etc. nicht teilnehmen konnte.

Wann würden Sie von gleichberechtigter Aufgabenverteilung sprechen?

Wenn Väter sich vollumfänglich auf die Elternschaft einlassen. Das bedeutet nicht nur, dass sie die alltäglichen Aufgaben mit anpacken, sondern sich auch mit Erziehung bewusst auseinandersetzen: über Werte austauschen, über Herausforderungen, über die Probleme der eigenen Kindheit, was man vielleicht anders oder gleich machen möchte, was dieses individuelle Kind überhaupt braucht.

Verlassen Väter sich zu oft darauf, dass die Partnerin am Ende ohnehin einspringt?

Väter müssen die Konsequenzen oft nicht tragen. Wenn beispielsweise die Brotdose nicht richtig gefüllt oder das Kind in den Augen anderer unpassend gekleidet ist, dann wird das häufig der Mutter angelastet. Wir sagen eher nicht „Na hat Papa da was vergessen?“, sondern eher „Hat Mama da nicht aufgepasst?“.

Es gibt aus männlicher Perspektive den Vorwurf des „Maternal Gatekeeping“ – dass Frauen zu viel vorgeben, wenn der Mann das Kind hat. Wie lässt sich damit innerhalb der Beziehung umgehen?

Mangelnde Erfahrungswissen ist durchaus ein Problem: Wenn Väter weniger Zeit mit den Kindern verbringen, erwerben sie weniger Handlungswissen. Das führt manchmal dazu, dass das Trösten länger dauert, dass das Kind vielleicht eher Mama einfordert, bei der alles schneller und gewohnter geht. Und das kann dazu führen, dass der Vater sich abgelehnt fühlt und sich vielleicht auch darauf ausruht. Hier ist wichtig, immer wieder ein Beziehungsangebot zu machen und das Miteinander einfühlsam auszubauen, damit das Kind lernt, dass es genauso gut umsorgt werden kann vom Vater.

Sie fordern in Ihrem Buch auch, dass wir uns mit unserem Bild von Liebe beschäftigen, da ungleiche Machtverhältnisse in Beziehungen unser Zusammenleben und unseren Blick aufeinander negativ prägen. Wie sähe das aus, wenn es gelänge?

Wir müssen betrachten, dass wir Liebe als Konzept lernen in eben jenem oben genannten politisch-sozialem System. Oft ist dieses Konzept mit Gewalt verbunden. „Was sich liebt, das neckt sich!“ kennen viele als Aussage. Aber ist das so? Muss das so sein? Ist es wirklich Liebe, wenn darin auch psychische oder körperliche Gewalt enthalten sein können? Ich denke, wir sollten hinterfragen, wie viel Gewalt in unserem Begriff von Liebe enthalten ist und wie viel Hierarchie. Das ermöglicht, dass wir sowohl in Erziehung als auch Partnerschaft unserem Gegenüber auf einer Ebene begegnen können, die ihn als Mensch ernst nimmt und wertschätzt und so die Basis dafür bildet, dass wir ihn als Menschen mit gleicher Würde betrachten.

Zur Person: Susanne Mierau ist Diplom-Pädagogin mit Schwerpunkt Kleinkindpädagogik, Familienbegleiterin und mehrfache Spiegel-Bestsellerautorin. Seit September 2012 betreibt sie mit „Geborgen wachsen“ einen der größten deutschen Blogs für Eltern. Die Mutter von drei Kindern hält Fachvorträge und Workshops rund um den Themenbereich Elternschaft, bildet selbst Beraterinnen und Berater aus und ist Speakerin im Bereich der Elternberatung und Familienforschung. Ihr neues Buch „Genug erklärt! Warum Mütter nicht für die Erziehung von Vätern verantwortlich sind“ (Kösel-Verlag, 160 Seiten. ISBN: 978-3466312603. 14 Euro) ist im Oktober erschienen.

ANZEIGE

Ist Ihr Teppich beschädigt? Oder nicht ganz sauber?

Damit es in der aktuellen Jahreszeit gemütlich wird in den eigenen vier Wänden, sollten Teppiche ein schönes Bild abgeben. Beim Teppichhaus Schulz sorgen Teppichmeisterwäscher und -knüpfer aus namhaften Manufakturen für Sauberkeit. „Denn die traditionelle persische Wäsche ist eine Kunst für sich“, sagt Robert Weiß, der als Experte für die Kunden zur Verfügung steht. Das Teppichunternehmen hat sich speziell auf Wäsche und Reparatur von hochwertigen und antiken Teppichen spezialisiert. „Zum Werterhalt eines Teppichs ist eine fachgerechte Wäsche im Abstand von etwa fünf bis sieben Jahren notwendig, denn Schmutz, Staub, Milben und mikrobiologische Belastungen schaden nicht nur dem guten Stück, sondern auch der Gesundheit“, sagt Robert Weiß.







Damit die Teppiche nach der Wäsche in neuem Glanz erstrahlen, empfiehlt der Geschäftsführer die sogenannte „Rückfettung“. Die Wolle habe zwar einen natürlichen Fettgehalt, der gegen Schmutz resistent macht, die Faser elastisch hält und für brillante Farben sorgt. „Aber durch Temperaturschwankungen und Sonneneinstrahlung wird das Fett mit der Zeit trocken. Die Wolle wird stumpf und fängt an zu brechen“, so der Experte. Deshalb werden die Teppiche zunächst geklopft, damit scharfkantige Teilchen herausfallen. Anschließend wäscht man die Teppiche gründlich per Hand und einer speziellen Bürste. Danach tragen die Profis Lanolin auf – ähnlich wie bei einer Haarkur. Entsprechend wird das Mittel wieder herausgespült.

Auch die Rückseite des Teppichs wird gewaschen. „Bei den meisten Anbietern ist das nicht üblich“, sagt Robert Weiß. Zu guter Letzt kommt das edle Knüpfwerk in eine Trockenkammer bei 45 Grad. „Höhere Temperaturen dürfen nicht sein, sonst verlaufen die Farben“. Nach dem Trocknen wird der Teppich gebügelt und gekämmt. „Der Flor muss ja wieder eine Richtung haben“, sagt der Experte. Damit das kostbare Stück nach der Reinigung wieder aussieht wie neu, wird es auf Flecken untersucht. Auch Reparaturen jeglicher Art an Teppichen werden fachgerecht durchgeführt. Ein kostenfreier Hol- und Bringdienst im Umkreis von 200 Kilometern gehört dabei selbstverständlich zum Rundumservice – natürlich geschützt und kontaktlos.

Kunden können auch Teppiche kaufen. Das Angebot reicht von edlen klassischen bis zu Designer-Teppichen. Jetzt anrufen und Termin sichern!

Kontakt: Teppichhaus Schulz
Reinigung – Reparatur – Verkauf
Steinriedendamm 15 – 38108 Braunschweig
Tel. 0531 / 22 43 61 69 oder 0178 / 466 88 78
Termin nach telefonischer Vereinbarung

30082201_002626

Pflege nach Schlaganfall: Was Angehörigen hilft

Ein Schlaganfall teilt das Leben in ein Davor und ein Danach - nicht nur für Betroffene, auch für Partner oder Partnerin. Letztere müssen dann oft in eine ganz neue Rolle schlüpfen: die der Pflegeperson.

So zeigen Befragungen, dass Partnerinnen und Partner nach einem Schlaganfall meist den größten Teil der Versorgung übernehmen - zum Teil komplett ohne Unterstützung von anderen Familienmitgliedern oder professionellen Diensten.

„Das macht diese Menschen sehr verletzlich: Fällt die Hauptpflegeperson aus, gerät schnell die gesamte Versorgung in Gefahr“, so der Pflegewissenschaftler Christian Voigt von der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe. Welche Herausforderungen erleben pflegende Partnerinnen und Partner typischerweise - und was hilft ihnen, besser mit ihnen umzugehen?

WESENSVERÄNDERUNGEN KÖNNEN ANGEHÖRIGE BELASTEN

Früher war der Ehemann die gelassenste Person der Welt - jetzt ist er immer öfter aggressiv oder ungeduldig? Je nachdem, welche Hirnareale bei einem Schlaganfall Schaden genommen haben, können Wesensveränderungen die Folge sein - eine große Belastung für Angehörige.



Einen geliebten Menschen zu pflegen, kostet Kraft. So eine Situation kann aber auch die Verbindung zwischen Paaren stärken.
Foto: Benjamin Nolte/dpa-mag

Wohnt man gemeinsam unter einem Dach, fehlen zudem oft Rückzugsmöglichkeiten. Pflegende Angehörige sind somit ständig verfügbar - das schlaucht. „Viele stellen die Bedürfnisse der Betroffenen konsequent über ihre eigenen. Dabei gerät ihre Gesundheit aus dem Blick“, sagt Christian Voigt. Hobbys, Freundschaften oder Sport fallen gerne mal weg - und damit wichtiger Ausgleich. Denn all die Pflegeaufgaben, die sich ansammeln, kosten Zeit und Kraft.

Doch die Pflege kann auch positive Seite haben, so der Pflegewissenschaftler. „Viele Angehörige pflegen gerne, es ist ihnen eine Herzensangelegenheit. Oft berichten sie, dass sich durch die Pflege die Beziehung intensiviert habe.“

NIEMAND MUSS DIE PFLEGE GANZ ALLEIN WUPPEN

Doch: Nur wer gut auf sich selbst achtet, hat genug Kraft, um für andere da sein. Gut also, wenn pflegende Angehörige regelmäßig Aktivitäten einplanen, die ihren Akku wieder aufladen. Christian Voigt rät zudem, auf Warnzeichen für Überlastung zu achten, etwa:

- dauerhafte Erschöpfung
- Schlafprobleme
- das Gefühl, nie Zeit für sich zu haben

Bemerken pflegende Angehörige diese, sollten sie gegensteuern - und nach Unterstützungsmöglichkeiten suchen. „Niemand muss alles allein schaffen“, so der Experte. Ein guter erster Schritt ist, einen Termin bei einem Pflegestützpunkt oder einer kommunalen Pflegeberatungsstelle auszumachen. Dort können sich pflegende Angehörige informieren über Entlastungsangebote, Leistungen der Pflegeversicherung und auch Pflegekurse. Hier lernen Angehörige von Fachleuten, was die Pflege erleichtert - zum Beispiel rückenschonende Hebetechniken.

Auch der Austausch mit Menschen in einer ähnlichen Situation kann erleichtern. Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe bietet auf ihrer Webseite eine Suche nach Selbsthilfegruppen für Angehörige an. (dpa)

Steinriedendamm 15 • 38108 Braunschweig • Termin nach Vereinbarung

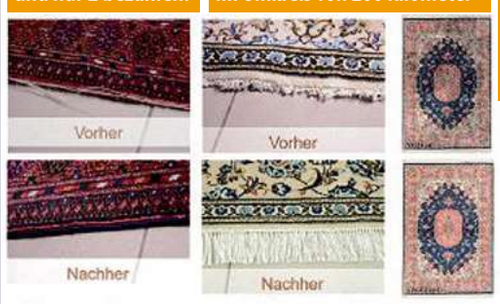
TEPPICHHAUS SCHULZ

• Reinigung • Reparatur • Verkauf

3 Teppiche waschen und nur 2 bezahlen!

kostenloser Hol- & Bringservice im Umkreis von 200 Kilometer

Aktion ist gültig bis zum 13.11.2026



Wäsche ab 8,90 € pro m²

- Handwäsche nach persischer Methode
- Entfernung von Flecken und Verfärbungen
- Seidenglanzwäsche
- Rückfettungs-Imprägnierung
- Schonende Biowäsche
- Motten- und Milbenbeseitigung
- Fransen werden erneuert
- Kantenreparatur
- Wir schmälern und kürzen Ihren Teppich
- Teppich Restauration jeglicher Art

35 % RABATT auf alle Reparaturen

7 % Rentnerrabatt

0531 / 22 43 61 69 oder 0178 / 466 88 78

Inh. R.Weiß

30080301_002626

FUHRMANN MUNDSTOCK Mein Reiseprofi

Auf zu neuen Reiseerlebnissen!

Entspannt und komfortabel reisen
im modernen Luxusreisebus

Bequem einsteigen
Zustieg auch in Braunschweig, Peine und Hildesheim

Haustürservice
Auf Wunsch holen wir Sie von zu Hause ab

Seit über 30 Jahren
ihr Reiseveranstalter aus Braunschweig



Italien — 6 Tage

Limone am Gardasee

Ein Juwel unter den Alpenseen

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 5 x Übernachtung im DZ im ****Hotel Garda Bellevue (oder vergleichbar)
- 5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 5 x 3-Gang-Wahlmenü am Abend mit Salatbuffet
- Begrüßungsdrink
- freie Nutzung des Außenpools
- durchgehende Reisebegleitung

Ausflüge Küstenfahrt, Venedig, Panoramaschifffahrt, Seen-Fahrt mit Weinprobe zubuchbar

Termine

24.03. - 29.03.27
09.04. - 14.04.27
25.04. - 30.04.27
09.05. - 14.05.27
23.05. - 28.05.27
06.06. - 11.06.27
22.08. - 27.08.27
05.09. - 10.09.27
19.09. - 24.09.27
26.09. - 01.10.27
10.10. - 15.10.27
17.10. - 22.10.27
24.10. - 29.10.27

Preise pro Person

im DZ: ab **599,- €**
EZ-Zuschlag: 180,- €

Reisecode: I-GAV6



Italien — 7 Tage

Toskanische Impressionen für Alleinreisende

Ohne Einzelzimmerzuschlag

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 2 x Übernachtung im Raum Gardasee mit Halbpension
- 4 x Übernachtung im ****Grand Hotel Continental in Tirrenia (oder vergleichbar)
- 4 x Halbpension
- Begrüßungsgetränk
- Lucca mit Stadtführung
- Weinprobe mit Imbiss
- Stadtführung Pisa
- Viareggio und Livorno mit Reiseleitung
- durchgehende Reisebegleitung

Termin
09.03. - 15.03.27

Preise pro Person

im DZ oder EZ: **1029,- €**
KEIN EZ-Zuschlag

Reisecode: I-SITOS6



Tschechien — 4 Tage

Prag zum Sonderpreis

Zentral in der goldenen Stadt

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 3 x Übernachtung im DZ im ****Hotel Amigo City Centre
- 3 x Frühstücksbuffet
- Altstadtführung
- Hradschin-Rundgang
- Citytax
- durchgehende Reisebegleitung

Ausflüge Moldauschifffahrt inkl. AE, Böhmischer Abend inkl. AE zubuchbar

Termin
04.03. - 07.03.27

Preise pro Person

im DZ: **299,- €**
EZ-Zuschlag: 80,- €

Reisecode: CZ-PRA6



Deutschland — 3 Tage

Elbgenuss kompakt

Tangermünde - Magdeburg - Braunschweig

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Flusskreuzfahrt laut Reiseverlauf auf der ****MS Thurgau Saxonia
- 2 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Vollpension: Frühstücksbuffet, Mittagessen und Abendessen (als Buffet oder Menü)
- Kaffee- und Kuchenempfang am Einschiffungstag
- Kapitänsempfang mit Begrüßungscocktail
- Gepäckservice an/von Bord
- Tägliche Live-Musik
- alle Schifffahrtsgebühren
- Benutzung der Bordeinrichtungen
- durchgehende Reisebegleitung

Ausflugspaket zubuchbar: 75,- €

Termin
14.03. - 16.03.27

Preise pro Person

Hauptdeck 2-Bett-Kabine achtern: **399,- €**
Hauptdeck 2-Bett-Kabine: 489,- €
Hauptdeck Einzelkabine: 639,- €
Oberdeck 2-Bett-Kabine: 549,- €
Oberdeck Einzelkabine: 699,- €

Reisecode: D-SAXTBS6



Deutschland — 4 Tage

Elbidylle & Heidezauber

Braunschweig - Uelzen - Scharnebeck - Lauenburg - Hamburg - Drochtersen

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Flusskreuzfahrt laut Reiseverlauf auf der ****MS Thurgau Saxonia
- 3 x Übernachtung in der gebuchten Kabine
- Vollpension: Frühstücksbuffet, Mittag- und Abendessen
- Kaffee- und Kuchenempfang am Einschiffungstag
- Kapitänsempfang mit Begrüßungs-Cocktail
- Gepäckservice an/von Bord
- Tägliche Live-Musik
- alle Schifffahrtsgebühren
- Benutzung der Bordeinrichtungen
- durchgehende Reisebegleitung

Ausflugspaket zubuchbar: 70,- €

Termin
16.03. - 19.03.27

Preise pro Person

Hauptdeck 2-Bett-Kabine achtern: **599,- €**
Hauptdeck 2-Bett-Kabine: 699,- €
Hauptdeck Einzelkabine: 925,- €
Oberdeck 2-Bett-Kabine: 799,- €
Oberdeck Einzelkabine: 999,- €

Reisecode: D-SAXBSDR6





Silvesterreisen – letzte Plätze

Silvester im Altmühltal	**28.12. - 02.01.27**	ab **899,- €**
Silvester in der Pfalz	**29.12. - 02.01.27**	ab **799,- €**
Silvester im Spreewald	**29.12. - 01.01.27**	ab **799,- €**
Silvester in der Lausitz	**29.12. - 01.01.27**	ab **699,- €**
Silvester in Dresden	**30.12. - 01.01.27**	ab **559,- €**
Silvester in Prag	**30.12. - 02.01.27**	ab **879,- €**
Silvester im Dorf Münsterland	**30.12. - 02.01.27**	ab **829,- €**

Jetzt beraten lassen und buchen:

0531 - 250 99 30

www.fumu-reisen.de • buchungszentrale@fumu-reisen.de

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

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

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

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

30510705_002426



Lilien sind für Katzen hochgiftig: Schon kleine Mengen können schwere Vergiftungen auslösen.

Foto: Soeren Stache/dpa-Zentralbild/dpa

Beliebte Blume: Lilien für Katzen lebensgefährlich

Lilien wirken elegant und werden auch wegen ihrer Symbolik gern in Sträußen und Gestecken verarbeitet, denn sie stehen für Würde und Wiedergeburt. Für Katzen kann der Blumenschmuck jedoch tödlich sein, warnt Aktion Tier.

„Bei Lilien ist die gesamte Pflanze hochtoxisch", sagt Aktion-Tier-Tierärztin Tina Hölscher. Giftig seien Blütenblätter, Stängel und sogar das Wasser in der Vase. Besonders gefährlich sei der Blütenstaub: Er kann am Gesicht der Katze haften bleiben und beim Putzen über die Pfoten aufgenommen werden.

Innerhalb weniger Stunden könnten Erbrechen, Appetitlosigkeit, Abgeschlagenheit und vermehrtes Speicheln auftreten. Unbehandelt führe das Gift innerhalb von 24 bis 72 Stunden zu irreparablem akutem Nierenversagen und zum Tod.

Besteht der Verdacht, dass eine Katze an einer Lilie geknabbert oder Blütenstaub abbekommen hat, sollten Halter sofort eine Tierarztpraxis oder Tierklinik aufsuchen, rät Hölscher. Je früher eine Notfallbehandlung mit Infusionen und weiteren Präparaten beginne, desto höher seien die Überlebenschancen.

ETLICHE PFLANZEN GIFTIG FÜR KATZEN

Nicht nur Lilien sind gefährlich für Katzen - auch die saisonal beliebten Weihnachtssterne. Vor allem ihr milchiger Saft kann zu Vergiftungen führen. Wer bemerkt, dass die Katze an einem Weihnachtsstern oder einem anderen Wolfsmilchgewächs genagt hat, sollte ebenfalls tierärztlichen Rat suchen.

Auch Alpenveilchen, Christrosen und Amaryllis können Katzen schaden. Katzenhalter sollten sich zunächst damit beschäftigen, ob eine Pflanze für die Katze giftig ist, bevor sie sie ins Haus holen, rät das Magazin „Ein Herz für Tiere". (dpa)

Blödes Geschenk: Soll ich Freude vortäuschen oder nicht?

Oftmals sind Beschenkte im Zwiespalt. Sie packen ein Geschenk aus und denken: Ach herrje, wie blöd, wie hässlich oder was soll ich denn damit? Andererseits sind da Gedanken: Da hat sich ja jemand wirklich Mühe gegeben, Zeit investiert, zugehört und sich gemerkt, was ich mal erzählt habe. Soll ich jetzt ehrlich sein und verkünden, dass das Geschenk für mich nicht gerade toll ist?

„Nein, das sage ich nicht, sondern ich versuche zu lächeln", sagt Imme Vogelsang, Trainerin für Etikette, Wirkungskompetenz und Empathie, und nimmt einem gleich jegliche Hoffnung auf ein elegantes Hintertürchen für eine halbwegs ehrliche Reaktion.

Da nur die wenigsten Menschen den Unterschied zwischen echter Freude und sozialem Lächeln erkennen würden, sei die Devise: Mundwinkel hochziehen und Worte finden wie „Oh, wie nett. Es ist toll, dass ihr daran gedacht habt und euch noch erinnert, was ich gesagt habe."



Jeder Zweite hat schon mal Freude über ein missratenes Weihnachtsgeschenk vorgetäuscht.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

JEDER ZWEITE HAT SCHON MAL FREUDE ÜBERS GESCHENK VORGETÄUSCHT

Mit dieser Reaktion ist man nicht allein. „Ohhh, wie schön..." hat schon einmal jeder Zweite gesagt und damit Freude über ein missratenes Weihnachtsgeschenk vorgetäuscht. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Weihnachtsstudie des Marktforschungsinstituts Appinio, bei der im Auftrag des Onlineportals mydays 1000 Personen im Alter von 18 bis 65 Jahren in Deutschland befragt wurden. 56 Prozent sagten auch, dass sie enttäuschende Geschenke kennen - und nur 32 Prozent freuen sich immer über ihre Weihnachtsgeschenke.

Warum sagen wir trotzdem nicht einfach die Wahrheit? Weil ein Geschenk offenbar mehr sein kann als ein Gegenstand: 21 Prozent fühlen sich durch ein unpassendes Geschenk nicht gekannt. Aus einem missglückten Präsent kann manchmal sogar ein Konflikt werden: 19 Prozent haben sich wegen eines Geschenks schon einmal gestritten.

Ist vorgetäuschte Freude da doch nettere Weg, der auch die Mühe würdigt, die sich der Schenkende gegeben hat? „Mal ganz ehrlich", so Vogelsang, „auch wenn ich das nicht mag, haben wir doch wahrscheinlich alle irgendwo so eine Schublade für Wandergeschenke." Auch das bestätigt die Studie: Vier von zehn Befragten haben ein Geschenk schon einmal weitergegeben. Imme Vogelsang würde die Fehl-Geschenke allerdings beschriften, so dass man sie nicht peinlicherweise zurückschenkt. Schlau!

WAS PASSIERT, WENN ICH EHRLICH BIN?

Zu sagen „Das ist nett von euch, aber ganz ehrlich, das gefällt mir nicht" ist für die Stil-Beraterin keine Option: „Wenn sich jemand Mühe gegeben hat und mir eine Freude machen wollte, ist das einfach so verletzend und drückt echt mangelnde Wertschätzung aus."

Und wenn ein geschmacksverirrtes Geschenk, etwa ein extra angefertigtes Schmuckstück vom Partner oder der Partnerin kommt? Dann wäre es für Imme Vogelsang ein No-Go zu sagen: „„Du, ganz ehrlich, das gefällt mir nicht. Ich würde das jetzt gerne einschmelzen und mir da was anderes draus machen lassen." Das kann ich einfach nicht machen."

Man könne höchstens später mal sagen: „Ach, wenn du noch mal irgendwie Schmuck schenken möchtest, dann lass uns das doch mal zusammen aussuchen. Wenn etwas extra angefertigt wird, bringt mir das solchen Spaß zu gucken, wie so etwas hinterher aussehen könnte." Doch trotz netter Formulierung, gibt die Etikette-Trainerin zu bedenken, dass die indirekte Kritik dennoch total verletzend aufgenommen werden kann.

Es gäbe sicher Menschen, die sich sagen: Ich bleib mir treu und bin einfach nur ehrlich - was soll's? Aber die sollten sich fragen, ob das diese Kränkung wert ist und nicht unterschätzen: „Jeder Mensch - und wirklich jeder - fühlt sich da ein bisschen gekränkt", sagt Vogelsang. Wenn eine Eitelkeit verletzt wird, sei das nichts, was man mal eben wegschieben kann: „Das ploppt irgendwann wieder hoch. Insofern, ich würde lieber einmal runterschlucken und den Schmuck auch ab und an tragen." (dpa)



Ein Paar streitet, aber einer schweigt – was hilft?

„Du hast doch was?" - „Nein", und dann wird weiter passiv-aggressiv die Küche geputzt. In Streit- oder Konfliktsituationen ziehen sich manche Menschen verbal zurück: Sie schweigen, ignorieren ihr Gegenüber oder vermeiden weitere Gespräche. Fachleute nennen dieses Verhalten auch „Silent Treatment" (auf Deutsch etwa: Schweigebehandlung).

„Dieses Verhalten kann unterschiedliche Funktionen haben", sagt die Diplom-Psychologin und Paartherapeutin Sarah Willeke. Und es müsse dabei nicht unbedingt mit einer bewussten bösartigen Absicht verbunden sein. „Das ist mir wichtig zu betonen, da es vermehrt diese einseitige Sichtweise gibt."



Das große Schweigen: Verbaler Rückzug in der Beziehung kann auch ein Ausdruck von Überforderung und Verletzung sein.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

EINE SCHUTZSTRATEGIE AUS EMOTIONALER ÜBERFORDERUNG

Aus Sicht von Willeke kann der Rückzug eine Schutzstrategie sein: „Eine Reaktion auf emotionale Überforderung, Verletzung oder Hilflosigkeit." Die Ursachen seien vielfältig. Erlernte Konfliktmuster aus der Herkunftsfamilie könnten eine Rolle spielen. Manche Menschen wollen so auch die Beziehung schützen.

Vielleicht soll das Schweigen dabei helfen, die benötigte emotionale Distanz wiederzuerlangen oder durch die provozierte Reaktion die Sicherheit der Beziehung zu überprüfen. „Wenn das Verhalten bewusst schädigend eingesetzt wird, steckt meist ein hohes Bedürfnis nach Macht und Kontrolle dahinter", so Willeke.

Aus der Perspektive des Gegenübers sei das Verhalten immer problematisch, da es einem Verbindungsabbruch gleichkomme. Die Folge: Konflikte blieben ungeklärt, eigene Bedürfnisse unerklärt. Es entstehe Distanz, die die emotionale Sicherheit zumindest zeitweise beeinträchtige.

BEDÜRFNIS NACH RÜCKZUG KLAR BENENNEN

Aber wie schaffen Paare den Ausweg aus dem festgefahrenen Verhaltensmuster? Schweigen für einen Moment sei keine grundsätzlich schlechte Verhaltensweise, sagt Sarah Willeke. Es helfe, die eigenen Gefühle zu sortieren.

Wichtig ist der Psychologin zufolge aber, dass Paare das gemeinsame Muster und die dahinterliegenden Gefühle anerkennen. Dann würden auch Reaktionen verständlicher. Ziel sei, dass beide verstehen, was in ihnen selbst und beim anderen während und nach einem Konflikt passiert. „Durch Selbstreflexion, Verständnis und Unterstützung kann das Verhaltensmuster durchbrochen werden", sagt sie.

EINE KERZE, DIE SIGNALISIERT: «ICH KANN WIEDER SPRECHEN»

Ein Weg im Streitfall kann etwa so aussehen: Wer sich zurückziehen möchte, benennt sein Bedürfnis nach Ruhe und vereinbart einen konkreten Zeitpunkt für das Gespräch. Das macht das Verhalten verständlich und berechenbar.

Vielleicht ist selbst das zu schwierig. Dann schlägt die Paartherapeutin ein anderes klares Zeichen vor, das nach einem Rückzug signalisiert: „Ich bin wieder gesprächsbereit." Paare können zum Beispiel vereinbaren, in dem Moment eine Kerze anzuzünden.

WIE UNTERSTÜTZUNG AUSSEHEN KANN

Ist eine Person in der Beziehung eher immer Empfängerin oder Empfänger des Silent Treatments, kann sie unterstützend wirken. „Damit meine ich aber nicht, dass es an ihr liegen sollte, das Verhalten zu verhindern", betont Sarah Willeke.

Sie könne aber zum Beispiel Kontaktangebote machen, die es der schweigenden Person leichter machen, aus dem Verhalten auszusteigen. Hilfreich sei zudem, Verständnis für den Rückzug zu zeigen. Dabei sollte aber auch immer klar eine Grenze formuliert werden. Nämlich, dass der Rückzug in Form von Schweigen nicht unendlich lange hingenommen werden kann.

Anders liegt es, wenn Schweigen gezielt eingesetzt wird, um den anderen zu bestrafen, zu kontrollieren oder Bedingungen durchzusetzen. Dann kann es eine Form der emotionalen Manipulation sein. Wenn es die Sicherheit in der Beziehung immer wieder gefährdet, gilt laut Willeke: „Ein solches Verhalten ist psychische Gewalt." (dpa)

16353901_002626



29790401_002426

So kommen Sie mit dem Fahrrad sicher durch den Herbst

Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da - und mit ihm die große Rutschgefahr. Denn feuchtes Laub, Reif und glatte Oberflächen machen die Straßen öfters ziemlich rutschig. Das ist naturgemäß für Zweiradfahrer noch mal brenzliger.

Beim Bremsen, in Kurven und bei Ausweichmanövern können Räder wegrutschen. Mit diesen Tipps vom Auto Club Europa (ACE) kommt man nun aber auch auf zwei Rädern sicherer an:



Damit die Radtour nicht zur Rutschpartie wird, sollte man bei Nässe und Laub langsam und defensiv fahren. Foto: Julian Stratenschulte/dpa/dpa-mag

NASS, KALT, GLITSCHIG? UMSICHTIG FAHREN UND BREMSEN

Bei Nässe und Laub auf den Straßen fährt man lieber etwas langsamer und defensiv. Auf glatten Strecken braucht das Rad nämlich länger zum Anhalten. Laub kann Vorder- und Hinterrad wegrutschen lassen. Zudem kann es Unebenheiten und Hindernisse wie Schlaglöcher, Steine oder Pfützen verdecken.

Auf rutschigem Belag dosiert man beide Bremsen fein. Zu starkes Bremsen mit der Vorderradbremse kann das Vorderrad wegrutschen lassen. Durch ein zu kräftiges Bremsen auf Rutschigem kann es die Seitenführung verlieren. Dann lasse sich ein Sturz nur bei „sofortigem Loslassen des Bremsgriffs" verhindern. Ein blockierendes Hinterrad lässt sich besser ausgleichen. Hier genügt es in der Regel, weniger stark zu bremsen.

Die Bremswirkung und Bremskraftverteilung sollte man auf verschiedenen Untergründen üben - dann, wenn die noch nicht oder kaum glatt sind. Der ACE rät, sich sicher abseits des Verkehrs mit der Bremswirkung vertraut zu machen. Welcher Hebel wirkt auf welches Rad und wie verhält sich das Fahrrad beim dosierten Einsatz beider Bremsen?

Bei Pedelecs kann das angetriebene Rad durch die Unterstützung des E-Motors besonders beim Anfahren und Beschleunigen in Kurven die Haftung verlieren. Bei Nässe und Rutschgefahr fährt man also besser in einer niedrigeren Unterstützungsstufe an und tritt erst einmal behutsam.

DIE TECHNIK SOLLTE IN SCHUSS SEIN

Haben die gezogenen Bremshebel kaum noch Abstand zum Lenker, ist das ein Indiz für abgefahrene Bremsbeläge - prüfen und bei Bedarf rasch austauschen. Auch Quietschen oder Kratzen der Bremsen checken lassen. Verschlissene Scheibenbremsbeläge oder festsitzende Bremssättel können sich dadurch bemerkbar machen, dass es bereits während der Fahrt quietscht - nicht erst beim Bremsen.

BESONDERS HIER SIND REIF UND FROST MÖGLICH

Bei Temperaturen um den Gefrierpunkt können sich Reif und Eis bilden. Speziell auf Brücken, im Schatten und auf wenig befahrenen Wegen besteht erhöhte Sturzgefahr. Wer nicht weiß, ob eine Strecke nur nass oder sogar bereits vereist ist, kann auf gerader Strecke vorsichtig und kurz mit dem Hinterrad anbremsen. Im Zweifel sollte man zunächst an einer weniger glatten Stelle anhalten.

Eine Schicht aus feinen weißen Eiskristallen rät der ACE unbedingt ernst zu nehmen. Dann: Tempo raus, mit mehr Anhalteweg als sonst kalkulieren, da Lenk- sowie Bremsmanöver möglichst mit Bedacht ausgeführt werden sollten.

Auf offensichtlich vereisten Flächen oder bei unsicherer Bodenhaftung heißt es: absteigen und schieben. Beim Abstützen und Absteigen ist aber Vorsicht geboten, weil Schuhe oft weniger Halt geben als Fahrradreifen. Nasse Fahrbahnmarkierungen, Kanaldeckel und Kopfsteinpflaster sind rutschiger als trockener Asphalt.

REIFEN UND LUFTDRUCK CHECKEN

Wer häufig auf Wald- oder Baumstrecken fährt, sollte möglichst breite Reifen mit ausgeprägtem Profil verwenden. Ein etwas reduzierter Luftdruck kann die Auflagefläche vergrößern und die Anpassung an den Untergrund verbessern.

Der auf der Reifenflanke angegebene Luftdruck darf aber nicht unterschritten werden. Und natürlich spielt das Gewicht des Fahrers eine Rolle. Keinesfalls darf der Druck so niedrig sein, dass die Felge durchschlägt. Wer häufiger im Winter fährt, kann auch über spezielle Winterreifen oder solche mit Spikes nachdenken. (dpa)



Wer im Freien von einem Sturm oder Gewitter überrascht wird, sollte schnell geeigneten Schutz suchen oder eine sichere Haltung einnehmen. Foto: Arne Dedert/dpa/dpa-mag

Plötzlich im Sturm: Tipps für Fußgänger

Der Herbst ist da – und mit ihm das raue Wetter. In den kommenden Tagen sind mehrere Stürme in vielen Teilen Deutschlands und vereinzelt auch Graupelgewitter angesagt. Grundsätzlich gilt: „Die oberste Regel ist: Bleiben Sie zu Hause", rät das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe. Doch was ist zu tun, wenn es einen doch mal im Freien erwischt?

„Meiden Sie ungeschützte Orte, an denen Sie von Gegenständen getroffen werden könnten, die der Sturm mitreißt", heißt es. Besser: Schutz in einem Gebäude abseits eines Fensters suchen. Vermeiden Sie, wenn es geht, eine Halle mit großer Deckenspannweite, denn diese kann bei extremen Windböen stark belastet werden und im Extremfall einstürzen.

Hagelt es und es ist nirgendwo Unterschlupf zu finden, legen Sie sich mit dem Gesicht auf den Boden und schützen Kopf und Nacken mit den Händen. Geraten Sie ohne Schutz in ein Gewitter, gehen Sie dagegen mit eng zusammenstehenden Füßen, möglichst in einer Mulde, auf den Fußballen in die Hocke.

Wichtig: Bei Gewitter offenes Gelände, Berggipfel, Bäume, Türme, Masten und Antennen meiden und sich nicht an Zäune lehnen. Vermeiden Sie es generell, Gegenstände aus Metall zu berühren. Zu Überlandleitungen sollten Sie laut dem Bundesamt für Katastrophenschutz einen Mindestabstand von 50 Metern einhalten.

Damit Sie gar nicht erst von Unwettern überrascht werden, empfiehlt unter anderem der Deutsche Feuerwehrverband die Installation von offiziellen Warn-Apps wie NINA, der offiziellen Notfall-Informations- und Nachrichten-App des Bundes. In die Anwendung für Mobiltelefone sind Warnungen des Deutschen Wetterdienstes und Hochwasserinformationen der zuständigen Stellen der Bundesländer integriert. (dpa)

Glatteis-Unfall: Haftet der Betreiber einer Sprinkleranlage?

Autofahrer müssen ihr Tempo an Witterung und Straßenverhältnisse anpassen. Sonst wird es schwer bis unmöglich, nach einem Unfall eine Verletzung der Verkehrssicherungspflicht durch Dritte geltend zu machen. Etwa dann, wenn von deren Grundstück Sprinklerwasser auf die Straße gelangt ist. Denn dafür muss der Verursacher nicht automatisch haften, wenn die Glättegefahr erkennbar war. Das geht aus einer Entscheidung des Oberlandesgerichts (OLG) Frankfurt am Main hervor (Az.: 14 U 88/24), auf die die Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) hinweist.



Extreme Vorsicht, bitte: Autofahrer müssen ihr Tempo immer an die Witterungsverhältnisse anpassen. Foto: Karl-Josef Hildenbrand/dpa/dpa-mag

SCHWERER UNFALL – SORGTE SPRINKLERANLAGE FÜR GLÄTTE?

In dem Fall war ein Mann nach eigenen Angaben mit seinem Auto mit einem Tempo von bis zu 99 km/h unterwegs. Bei Temperaturen von bis zu minus zwei Grad kam er dann auf eisglatter Fahrbahn ins Schleudern und rutschte von der Landstraße. Im Bereich dieser Landstraße befand sich auch ein Holznasslagerplatz mit Sprinkleranlage.

Der Autofahrer behauptete, dass er auf einer von der Sprinkleranlage verursachten Glättestelle von der Straße abgekommen sei. Bei seiner anschließenden Klage gegen das Land Hessen als Betreiberin des Lagerplatzes ging es um ein gefordertes Schmerzensgeld von mindestens 450.000 Euro. Diese Klage wegen einer behaupteten Verletzung der Verkehrssicherungspflicht wies das Landgericht ab. Dagegen legten die Erbinnen des zwischenzeitlich verstorbenen Mannes Berufung ein.

SO BEWERTETE DAS OLG DIE VERKEHRSSICHERUNGSPFLICHT VOR ORT

Aber auch das OLG Frankfurt am Main konnte keine für den Unfall ursächliche Verletzung von Verkehrssicherungspflichten feststellen. Dem Gericht zufolge müssten Verkehrsteilnehmer grundsätzlich Verkehrsflächen so hinnehmen und sich ihnen anpassen, wie sie sich ihnen erkennbar darböten: Mit typischen Gefahrenquellen sei zu rechnen. Auf Landstraßen außerorts müsse nur an besonders gefährlichen Stellen gestreut oder gewarnt werden, hieß es zur Begründung.

Kennzeichnend für solche Stellen sei eine objektive Gefährlichkeit sowie ein Überraschungsmoment. Dem Gericht zufolge sprach aber kein sogenannter Anscheinsbeweis dafür, dass die Sprinkleranlage des Platzes für so eine besonders gefährliche Stelle gesorgt hätte - und damit ursächlich für den Unfall gewesen wäre. Der Kläger konnte den erforderlichen Zusammenhang also nicht vollständig nachweisen.

GANZ GENAU LIEß SICH DER UNFALL NICHT MEHR REKONSTRUIEREN

Es konnte zudem auch nicht mehr zweifelsfrei geklärt werden, ob tatsächlich Wasser der Anlage auf die Straße gelangt war. Selbst wenn die Glätte durch die Anlage entstanden wäre: Diese wäre nicht überraschend gewesen, da diese Anlage für einen „durchschnittlich aufmerksamen Verkehrsteilnehmer ohne weiteres erkennbar" gewesen sei, so das Gericht. Der Fahrer selbst kannte zudem die Anlage, da er bis dahin seit sieben Jahren die Strecke täglich fuhr.

Selbst bei einer Pflichtverletzung des Landes wäre dessen Haftung deshalb hinter dem überwiegenden Mitverschulden des Fahrers zurückgetreten. Auch konnte eine stark erhöhte Unfallzahl am Holzlagerplatz nicht festgestellt werden. In rund 20 Jahren hatte sich dort nur ein einziger weiterer Unfall ereignet - zu einem Zeitpunkt, als die Sprinkleranlage außer Betrieb war.

Als weitere mögliche Ursachen für die Glätte kamen der hügelige und bewaldete Verlauf der Landesstraße sowie die feuchtkalte Witterung infrage. Auch ein Fahrfehler des Autofahrers, der bei diesen Bedingungen mit bis zu 99 km/h unterwegs war, blieb damit als mögliche Unfallursache bestehen. Die Berufung blieb also erfolglos. (dpa)



31092201_002426

So steuern Sie Ihr Auto sicher bei Sturm

Herbstzeit - sonnig und mit dem Tanz güldner Blätter? Oder einfach nur grau - und extrem windig. Der Herbst hat viele Gesichter. Sturm zum Beispiel. Wer dann Auto fahren muss, kommt mit diesen Tipps des ADAC besser an:

- Besser auf laute Musik oder intensive Gespräche verzichten - und zwar egal, ob über Freisprechanlage oder mit den Mitfahrern.
- Mit beiden Händen am Lenkrad bleiben, so kann man schnell reagieren.
- Fuß vom Gas. Je langsamer man nun fährt, desto besser lässt sich mit dem Lenken noch etwas ausrichten. Erfasst eine Böe das Auto, kann nur gefühlvolles Gegenlenken helfen. Wer hektisch am Lenkrad dreht, kann hingegen ins Schleudern geraten.
- Bei Sturm besser den Abstand zu Vorausfahrenden noch einmal erhöhen und genug Abstand zur Seite einhalten. Das schafft mehr Raum, falls auf der Gegen- oder Nebenfahrbahn Autos oder Lastwagen durch den Wind ins Schlingern geraten. Den übrigen Verkehr beobachtet man am besten noch intensiver.

Den Kleinwagen trifft es auch, aber weniger. Vans, Kleinlaster, Busse oder Laster hingegen bieten dem Wind viel Angriffsfläche. Ebenso Gespanne mit hoch aufbauenden Anhängern oder Wohnmobile. Aber auch Dachboxen oder auf dem Dach montierte Fahrräder erhöhen die Angriffsfläche.

Wer mit Anhänger unterwegs ist und bemerkt, dass dieser unruhig wird, nimmt sofort Tempo heraus und bremst, um das Gespann zu stabilisieren. Das aber immer erst tun, nachdem man einen Blick in den Rückspiegel geworfen hat, um eine Gefährdung anderer auszuschließen. Nicht der Pendelbewegung hektisch entgegen lenken.

Auch solche großen Fahrzeuge wie Busse und Lkw zu überholen, kann schnell brenzlig werden, wenn das eigene Auto aus deren Windschatten fährt und der Wind es plötzlich voll erfasst. Im Zweifel besser auf das Manöver verzichten und dahinter bleiben.

Besonders an Stellen wie Waldschneisen, Talbrücken sowie an Tunneleinfahrten und -ausfahrten ist mit starkem Wind zu rechnen. Und plötzliche Böen oder Verwirbelungen sind gerade dort tückisch.

Baumreiche Strecken meidet man besser, wenn Stürme vorhergesagt wurden. Der ADAC rät, bereits ab Windstärke 5 (29 bis 38 km/h Windgeschwindigkeit) vorsichtig zu sein. Wird vor schwerem Sturm (ab Windstärke 10) oder Orkan gewarnt, empfiehlt der Autoclub: besser gar nicht mehr losfahren und besseres Wetter abwarten. Warum? Herabgewehte Äste oder umstürzende Bäume sind ein reales Risiko und treffen Autofahrer oft unvermittelt.

Motorradfahrer sollten bei starkem Wind möglichst mittig auf der Fahrbahn fahren, damit bei Böen nach beiden Seiten Platz für Korrekturen bleibt. Eng anliegende Kleidung, am besten eine gut sitzende Lederkombi, verringert das Flattern und macht das Motorrad ruhiger. Gepäck wie Tankrucksack oder Topcase erhöht die Windanfälligkeit, deshalb mit Gepäck besonders vorsichtig fahren Tempo drosseln. (dpa)

Nasse Keller? Feuchte Wände? Schimmelpilz?
• 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
TÜVRheinland ÜBERWACHT
Fachbetrieb für Bautenschutz
www.tuv.com ID 0000001510
29237401_002626

STELLENANGEBOTE

MINI– UND NEBENJOBS

Reinigungskraft m/w/d für Autohaus in Peine– Neustadtmühlendamm ges. AZ. Mo. – Fr. ab 7:30 Uhr, 1,75 Std. tgl. Tel. Bewerbung: 0170/4553815 Hans Schulz Gebäudereinigung GmbH

Reinigungskraft auf Minijob-Basis gesucht. ☎ 05171/55336

HAUS– UND REINIGUNGSPERSONAL

Ich brauche dringend einen kräftigen Menschen, der mir in Haus und Garten in Edemissen, für gutes Geld hilft. ☎ 0157 5179 2559

Dein Job in Peine und Region
lokalboten.de
#1 für Zustelljobs
Freie Stellen in
- Bierbergen
- Soßmar
- Adenstedt
- Gadenstedt
- Schwiecheldt
- Essinghausen
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)
30786401_002426
Die Nr. 1 am Wochenende! hallo wochenende

Schülerjob gesucht?
Komm zu uns!
Zeitung austragen & Geld verdienen
bewerben und arbeiten bei der WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH
freie Gebiete:
Sierße
Bortfeld
Vöhrum
Telgt
Edemissen
Kl. Bülten
Kl. Ilsede
einfach bewerben:
online oder über WhatsApp
hallo PEINE wochenende
30084001_002426

Viel mehr als ein Stück Papier
Gutes tun mit Ihrem Testament!
Jetzt informieren: johanniter.de/testament
JOHANNITER


IMMOBILIENMARKT

IMMOBILIENVERKAUF

HÄUSER

7 Zimmer | 157 m² | 249.900,- €



Festpreis Impuls 157

Wärmepumpe, Sicherheitsfenster 3-fach verglast, Rollläden, Gästezimmer im EG, inkl. Ausbaureserve, Drempel 1,31 m
☎ 0531/877040
Westermann Massivhaus GmbH, 38122 BS, Steinberganger 2
30007001_002426

MIETGESUCHE

WOHNUNGEN

Eigenbedarfskündigung
Ruhiges dt. Paar Mitte 40 sucht Whg. KFZ Meister & Homeoffice. Großraum Peine, bevorz. EG & Garten zwecks Hund (11). Keller/ Garage für Werkzeug notwendig.
☎ **0176 845 267 82**

IMMOBILIEN DIENSTLEISTUNGEN

TRANSPORTE / UMZÜGE

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

IMMOBILIENKAUFGESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

ETW mit 3-4 Zi gesucht
Krankenschwester u. ihr Mann suchen helle Whg. zum Kauf im Raum PE mit Balkon und Keller-/Abstellraum. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

Kapitalanlage gesucht
Ehepaar sucht helle, gut geschnittene ETW mit 2-4 Zi u. Balkon in gut vermietb. Lage, vermietet oder frei. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

HÄUSER

Junge Familie sucht ...
... bezahlbares, solides EFH, DHH oder RH mit mind. 4-5 Zimmern. Budget bis ca. 250.000,-, je nach Zustand. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

Bis max. 350.000,- gesu.
Freisteh. Haus od. großzüg. Haushälfte mit mind. 120m² u. guter Ausstattung von Familie aus Lehrte gesucht. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

Raum Lengede gesucht
Bosch-Mitarbeiter mit Familie sucht gepfl. EFH, DHH od. RH mit 4-5 Zi in Lengede, Broistedt o.ä. Lage. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

Gemütl. Bungalow gesu.
Arztehepaar im Ruhestand sucht gepfl. Bungalow mit mind. 3-4 Zi, ggf. Keller und gern Garage oder Carport. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

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

Bis ca 420.000,- gesucht
Patchwork-Familie sucht großes Haus mit 6-8 Zi in Peine oder altern. Ilsede. Mit Garten u. ggf. 1-2 Garagen. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

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

Raum Vechelde gesucht
Gepfl. EFH, DHH oder großzüg. RH mit 4-6 Zi bis spät. März 27 oder früher von Vertriebsleiter+ Familie gesucht. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

ANLAGEOBJEKTE

Mind. 8-10 Einheiten ...
Investmentgesellschaft aus Hannover sucht große Wohnanlagen in den LK Peine, Gifhorn, Wolfenbüttel oder BS. Provisionsfrei für den Verkäufer. 05171-9063999, ella-henke-immobilien.de

GRUNDSTÜCKE

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

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-Leistungs-verhältnis und eine kontrollierte Auflage
Was wollen Sie mehr?
hallo wochenende

AnzeigenSpezial

Winterspezial: Die Peiner Allgemeine Zeitung mit neuem Gerät und 100 Euro Prämie.

E-Paper wahlweise mit iPad, Galaxy Tab oder iPhone

Peine. Mit der PAZ bleiben Sie nah dran: an den Menschen, den Entwicklungen und den Themen aus Stadt und Region, die Sie im Alltag betreffen. Die PAZ informiert verlässlich und erklärt die Hintergründe. So behalten Sie den Überblick – über Peine und die Welt.

Mit den Digitalpaketen der Peiner Allgemeinen Zeitung verbinden Sie verlässlichen Journalismus mit einem neuen Tablet oder Smartphone – für entspannte Lesemomente zu Hause und aktuelle Informationen unterwegs. Wählen Sie zwischen dem Samsung Galaxy Tab A11+, dem Apple iPad (11. Gen.) oder dem iPhone 18 Pro.

Die digitale Version der gedruckten PAZ steht Ihnen bereits ab 20 Uhr am Vorabend zur Verfügung. Dazu bietet Ihr Digitalpaket uneingeschränkten Zugang zu allen Artikeln, Podcasts, Videos und Services auf PAZ-online.de sowie in der PAZ Nachrichten & Podcast App. Die PAZ am Sonntag, das digitale Rätselmagazin und ausgewählte Digitalmagazine sind ebenfalls verfügbar. Alles bequem auf Ihrem neuen Tablet oder Smartphone.

Freuen Sie sich außerdem auf ein besonderes Extra zur Winterzeit: Eine 100 Euro Geldprämie! Das Angebot können Sie als Neukundin oder Neukunde ebenso nutzen wie beim Wechsel von der gedruckten Ausgabe zum digitalen Lesen. Die Mindestlaufzeit beträgt jeweils 24 Monate.

Alle Digitalpakete enthalten die digitale Ausgabe der PAZ sowie ein Tablet bzw. das iPhone. Folgende Geräte stehen dabei zur Auswahl:

- Samsung Galaxy Tab A11+: 46,90 Euro monatlich, einmalige Gerätezuzahlung 1 Euro
- Apple iPad (11. Gen.): 50,90 Euro monatlich, einmalige Gerätezuzahlung 49 Euro
- iPhone 18 Pro: 60,90 Euro monatlich, einmalige Gerätezuzahlung 749 Euro

Bestellen Sie bis zum 04.01.2027 unter abo.PAZ-online.de/angebot und sichern Sie sich Ihr Digitalpaket mit neuem Gerät und 100 Euro Geldprämie. Bei Fragen erreichen Sie das Team der Peiner Allgemeinen Zeitung unter 05171/406 176.



30790001_002426

KRAFTFAHRZEUGMARKT

KFZ ANGEBOTE

Wir kaufen auch Ihr Auto!!!
Sie wollen Ihr Auto verkaufen? Ihr Fahrzeug wird nach Zustand und Laufleistung bewertet und Sie erhalten ein faires Angebot für Ihren Gebrauchten.
Wir verkaufen gepflegte und werkstattgeprüfte Gebrauchtwagen aller Fabrikate.
Wunschbestellung auch für Gebrauchtwagen möglich sowie die Vermittlung von Kraftfahrzeugen.
KRAFTFAHRZEUGTECHNIK FÜR ALLE FABRIKATE
Auto Börse Guse
Jahres- und Gebrauchtwagen
Kfz-Meisterbetrieb
Andreas Guse · Mühlenstraße 1 · 31234 Edemissen-Abbensen
Telefon: 05177 - 8217 · Telefax: 05177 - 985109 · Mobil: 0172 - 4228351
www.auto-boerse-guse.de info@auto-boerse-guse.de
18950401_002426

AUDI

Audi A 4 TDI Bj 2007 1hand 242000 km TÜV neue 3950€ 01637379739

VW

Lupo, 1.0, Sondermodell, sehr gepfl., TÜV/Insp. neu, ohne Mängel, Extras, nur 1.900€ VB ☎ 0152/11545982

KIA

Kia Sorento, 2.2L Diesel, autom., EZ 08/2010, mit TÜV, Exportpreis 3.900€ FP, ☎0176/72242617

Die aktuelle Wochenendzeitung
hallo wochenende

KFZ GESUCHE

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
4855801_002426

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

WOHNMOBILE / –WAGEN

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

VERSCHIEDENES

Gebrauchtes Tonbandgerät oder Plattenspieler zu kaufen gesucht Te. 0179/1698142

Kaminholz Eiche/Buche trocken, mit Lieferung ☎ 0173 / 8793906

BEKANNTSCHAFT

ER SUCHT SIE

Humorv. ER (57, 185 cm, NR) sucht nette schlanke SIE (bis 58) für Spaziergänge, Ausflüge usw. Whatsapp 01525/1007418

VERANSTALTUNGEN

Flohmarkt Harz+Heide BS! Sa./So. 07. u. 08. NOV. - pinguin-maerkte.de

hallo PEINE wochenende
erscheint an jedem Sonnabend
Verlag:
Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG
31224 Peine, Werderstraße 49
www.hallopeine.de
Geschäftsführer:
Carsten Winkler, Lars Rehman
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Carsten Winkler
Redaktion: Melanie Stallmann
E-Mail: redaktion@hallopeine.de
Anzeigen-Annahme:
Tel. (08 00) 1234-906
*kostenlose Servicenummer
E-Mail: anzeigen@hallopeine.de
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

MARKTPLATZ

MÖBEL / HAUSRAT

!!Seriöser Ankauf!!
Pelze, Krüge Römergläser, Handtasch., Porzellan, Damenbekleidung, Näh-Schreibma., Schmuck, Zinn, Münzen, Möbel, Bleikristall, Schallpl., Bücher
☎01636248911 Frau Kahl auch Sa/So
30772201_002626

KAMINE / SAUNA

Kaminholz frei Haus (0170) 1045267

GARTEN

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

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN
Seit über 27 Jahren alles rund ums Haus von A–Z. Kostenl. Voranschlag vor Ort.
Tel. 0170 - 8 34 70 11
25215601_002426

Laub & Heckenschnitt mit Entsorgung. ☎ (01 60) 760 95 28

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
27763901_002426

Kola Garten- und Landschaftsbau
Terrassenbau, Wegebau, Pflasterarbeiten, Zaunbau, Rohrleitungsbau, Gehölz- und Heckenschnitt
☎ 05171/295182 von 9 – 13 Uhr
Vöhrumer Str. 20 in Peine
info@kola-peine.de
23633001_002426

Gartenpfl. 35% Rabatt, 0172/1593860

Malner Gartenbau
Als GaLabau-Fachbetrieb gestalten und pflegen wir Ihren Garten, fällen Bäume, bauen Zäune u. Terrassen, führen Pflasterarbeiten aus u.v.m.
www.malner-gartenbau.de
☎ 05171 / 29 23 22
18948501_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

TV / FOTO / PHONO / ELEKTRONIK

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

HOBBY UND FREIZEIT

Modelleisenbahn und altes Spielzeug gesucht ☎ (039403) 94168

DIENSTLEISTUNGEN

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

Dachdecker Adolf aus ihrer Region hat noch freie Kapazitäten. Neukundenrabatt 20% ☎0151/23574130

PLATE UMZÜGE
Kein Umzug ohne unser Angebot!
Porschestr. 4 · 38112 Braunschweig
Kostenlose Servicenummer
0800-0400666
info@plate-umzuege.de
30694501_002426

Fachmännische Maler und Sanierungsarbeiten, kurzfristige Termine frei.☎0162/5278335

Dachdecker aus der Region hat kurzfristig Termine frei. ☎0163 2045605

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

Dach& Bau Schuller Betrieb hat noch Termine frei ☎ 0531/37957766

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

Feuchte Keller, nasse Wände??? Außenabdichtungen, Balkon-/Terrassen sanierung, Innenabdichtung, Horizontalsperre. www.fa-arslan.de ☎05341/1885594

Älteres, erfahrenes Dachdeckerteam bietet Holz- Schiefer-, Flachdach, Carport, Terrassendach, Trapezblech, Veluxfenster und gerne kleine Reparaturen. 15% Herbstrabatt ☎ 0176/ 218 38 876

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

Entrümpelungen von Wohnungen, Häusern, Kellern, Garagen sowie Renovierungen. P. Held ☎ 0163/2061828

BBB Entrümpelungen
Alles aus einer Hand, innerhalb 24 Std., Nachlassräumungen mit Anrechnung, Entrümpelungen jeder Art auch Extremfälle mit Grundreinigung, Tapeten und Bodenbelagsentfernung, Renovierungsarbeiten zu Sonderpreisen.
Telefon (05 31) 2 50 89 00 oder 01 60 / 6 45 91 41
BBBBuesing@gmx.de
Inh. U. Büsing
30006901_002426

TIERMARKT

Nestjunge und zuchtreife Wellensittiche und Kanarien.☎0162/3084690

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

Immer wieder
gute Unterhaltung und
viele Tipps um Reise,
Freizeit und Erholung …
… und eine gute Reise
hallo wochenende

Deutsches Rotes Kreuz

Hilfe, die ankommt.
Jetzt spenden!
drk.de/spenden

1× 2 exklusive Emotional Seats für das Eishockeyspiel der Grizzlys Wolfsburg gegen die Eisbären Berlin zu gewinnen



Foto: Moritz Eden/City-Press GmbH

Tickets für diese außergewöhnlichen Plätze gibt es nicht zu kaufen, aber zu gewinnen! Die Plätze bieten ein exklusives Live-Erlebnis direkt an der Eisfläche. Erleben Sie die Geschwindigkeit, Spannung und Intensität des Grizzlys-Spiels so nah wie nie zuvor – für zwei Personen und mit bester Sicht auf das Geschehen. Für das Spiel der Grizzlys Wolfsburg gegen die Eisbären Berlin am Freitag, 13. November 2026 um 19:30 Uhr verlosen die Wolfsburger Allgemeine Zeitung, Aller-Zeitung und Peiner Allgemeine Zeitung 1x 2 Tickets.

So sichern Sie sich Ihre Chance auf dieses besondere sportliche Highlight:

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

Teilnahmeschluss ist am 09.11.2026 um 12:00 Uhr.

Wir wünschen Ihnen viel Glück!

30353101_002426



24824201_002426



NEU in Peine

FINALE

DIE BESTEN ERÖFFNUNGS-ANGEBOTE

bis einschl. Sa. 14.11.2026

MÖBEL HEINRICH PEINE

7 TAGE SPAREN!

Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
7 NOVEMBER bis 18 Uhr	8 NOVEMBER geschlossen	9 NOVEMBER bis 19 Uhr	10 NOVEMBER bis 19 Uhr	11 NOVEMBER bis 19 Uhr	12 NOVEMBER bis 19 Uhr	13 NOVEMBER bis 19 Uhr	14 NOVEMBER bis 18 Uhr

KOPFSTÜTZEN GEGEN MEHRPREIS

SITZTIEFENVERSTELLUNG GEGEN MEHRPREIS

QUERSCHLÄFERFUNKTION GEGEN MEHRPREIS

5 Jahre Garantie inklusive MONDO

MEGA ERÖFFNUNGSKANLLER

MONDO NATUR

WOHNLANDSCHAFT *LIVENTO*,
Stellmaß ca. 285x220 cm.
2671 0003 03

1999.- 4132.-* WERBEPREIS

FEDERKERN POLSTERUNG

MEGA ERÖFFNUNGSKNALLER



6 TEILE 1 PREIS

WMF Silit

SOFORT verfügbar

TOPF-SET,
6-teilig,
Cromargan Edelstahl.
0964 0201 00
Nur solange der Vorrat reicht.

149.99 329.-* WERBEPREIS

KI GENERIERT

MÖBEL + KÜCHEN

Bis zu **45%** [1]

SPAREN!

+ KOSTENLOSE LIEFERUNG [2]

+

EINKAUFSGUTSCHEIN

Bis zu **500€** [3]

BONUS SICHERN

AB 5000€ EINKAUFSWERT

+

GUTSCHEIN

20% [4]

HAUSHALTSWAREN • DEKO-ARTIKEL
HEIMTEXTILIEN • LEUCHTEN

0996 1045

Gültig bis einschl. 14.11.2026. Gilt nur für Neuaufträge. I **1) Dauertiefpreise:** Nachlass ist bereits im Verkaufspreis berücksichtigt. I **2) Kostenlose Lieferung:** Ab einem Lieferwert von 2000 € liefern wir Ihre Bestellung zu Ihnen nach Hause bis zum gewünschten Aufstellort, ausgenommen die Lieferung von reduzierten Ausstellungsstücken. I **3) Einkaufsgutschein:** Sie erhalten einen Einkaufsgutschein im Wert von bis zu 500 € für Ihren nächsten Einkauf in Ihrer Möbel Heinrich Filiale. Gilt nicht auf Werbeware. Keine Auszahlung möglich. Die Ausstellung des Gutscheins setzt eine Anzahlung in Höhe des Gutscheinbetrags voraus. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. 0996 3000/3001 I **4) 20% Gutschein :** Gilt auf alle Haushaltswaren, Deko-Artikel, Heimtextilien und Leuchten. Gilt auch auf Sale-Artikel, ausgenommen Werbeware. Keine Kombination mit weiteren Nachlässen. Nur ein Gutschein pro Einkauf einlösbar. 0996 1045 I Alle Preise in Euro. I Ohne Deko. I *) Listenpreis.

PEINE
Dieselstr. 4
31228 Peine
Tel.: 05171 54597 - 0
peine@moebel-heinrich.de

ÜBER 5.000 M² • DIREKT AN DER A2

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag - Freitag: 10.00 – 19.00 Uhr
Samstag: 10.00 – 18.00 Uhr

MÖBEL HEINRICH PEINE
wurde auf Google mit 4,7 ★ bewertet.
Stand: 30.10.2026, 35 Rezensionen

Weitere Infos unter
www.moebelheinrich.de

Folgen Sie uns:

MÖBEL HEINRICH

20408501_002426