hallo SALZGITTER wochenende

PAZ
Jetzt App downloaden!
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland rnd

51 Aktionen für ein vitales Salzgitter

Vom 30. April bis 31. Mai steht der **Fredenberg** ganz im Zeichen der Gesundheit

Salzgitter. Die AWISTA sowie der Bürgerservice für Migranten (BSfM) richten im kommenden Monat wieder die Gesundheitswochen am Fredenberg ein. Sie wollen damit ein deutliches Zeichen setzen für Gesundheitsförderung, Prävention und Aufklärung in dem Stadtteil. Vom 30. April bis zum 31. Mai können die Bürgerinnen und Bürger ein vielfältiges, niedrigschwelliges und mehrsprachiges Programm mit Aktionen, Veranstaltungen und Informationen freuen.



Freuen sich auf die Gesundheitswochen: Beteiligte aus den Institutionen am Fredenberg. FOTO: SZ-PA/RK

Unter dem Motto „Gesundheit für Kopf und Körper“ wurden 51 Aktionen zusammengestellt – getragen von 22 Einrichtungen und Initiativen, die damit gemeinsam ein starkes Zeichen für Lebensqualität und Zusammenhalt setzen wollen.

Den Auftakt bildet am Donnerstag, 30. April, von 10 bis 12 Uhr die große Eröffnungsveranstaltung im AWISTA. Der Zweite Bürgermeister Christian Striese wird mit einem Grußwort offizielle den Startschuss geben. „Wir laden alle Menschen aus Salzgitter und besonders aus dem Fredenberg herzlich ein, dabei zu sein“, betont das Organisationsteam. Unterstützt wird die Aktion unter anderem vom meineSZity Club und der TAG Wohnen.

Ein Höhepunkt dürfte das Unterhaltungsprogramm am Freitag, 29. Mai, von 19 bis 20.30 Uhr sein: Drei Profi Comedians aus Frankfurt präsentieren unter dem Titel „Lachen tut gut – Kiffen ist ungesund“ einen Abend voller Humor und Lebensfreude. Alle Altersgruppen sind willkommen. Dank einer Ermäßigung kostet der Eintritt nur fünf Euro.

So steht am Donnerstag, 7. Mai, von 16 bis 17.30 Uhr steht das Thema Demenz im Mittelpunkt. Gemeinsam mit dem Gesundheitsamt Salzgitter werden Krankheitsbilder erläutert und Unterstützungsangebote vorgestellt.

Für die Suchtprävention sorgt Ex-Fußballprofi Uli Borowka, der am 12. Mai unter dem Titel „Volle Pulle“ in Schulen des Quartiers offen und ehrlich über seine Erfahrungen mit Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit spricht .

„Ob interkulturelles Kochen, K-Pop-Dance oder fachliche Beratung – die Gesundheitswochen 2026 zeigen die Vielfalt und Stärke des Fredenberger Netzwerks“, werben die Veranstalter für die Teilnahme. „51 Aktionen warten darauf, entdeckt zu werden.“ Mehr Informationen gibt es bei Gülcan Dia von der AWiSTA Fredenberg unter Tel. (05341) 9027718 oder per E-Mail an awista@awo-sz-wf.de.

trinkgut
GM Willeke GmbH
Gültig vom 27.04. – 02.05.26
Öffnungszeiten: Mo-Sa 8-20 Uhr
Am Pfingstanger 8 • SALZGITTER-BAD
Berliner Str. 142 • SZ-LEBENSTEDT

Einbecker Brauherren Pils o. alkoholfrei
Kasten = 20 x 0,33 l
(1 l = € 1.67) zzgl. € 3.10 Pfand
10.99

Sinalco Limonaden
versch. Sorten
Kasten = 12 x 1 l
(1 l = € 0.67) zzgl. € 3.30 Pfand
7.99

Vilsa Mineralwasser
versch. Sorten
Kasten = 12 x 0,7 l
(1 l = € 0.48)
zzgl. € 3.30 Pfand
3.99 Glasflaschen

Wolters Pilsener
Kasten = 30 x 0,33 l
(1 l = € 1.06)
zzgl. € 3.90 Pfand
10.49

Erdinger Weißbier
versch. Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l
(1 l = € 1.50)
zzgl. € 3.10 Pfand
14.99
Vorteilspreis 13.99 € mit der trinkgut App (1 l = € 1.40)

Mumm Jahrgangssekt
versch. Sorten
0,75 l Flasche
(1 l = € 5.32)
3.99

Paulaner Spezi o. Limo
versch. Sorten
Kasten = 20 x 0,5 l
(1 l = € 1.10)
zzgl. € 3.10 Pfand
10.99
Vorteilspreis 9.99 € mit der trinkgut App (1 l = € 1.00)

Hasseröder Pils
Kasten = 20 x 0,5 l/24 x 0,33 l
(1 l = € 0.80/1.01)
zzgl. € 3.10/3.42 Pfand
7.99

Jack Daniel's Tennessee Whiskey
40% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 22.84)
15.99

Havana Club Original o. Especial
37,5% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 15.70)
10.99
Vorteilspreis 9.99 € mit der trinkgut App (1 l = € 14.27)

Absolut Vodka
versch. Sorten
20% - 40% Vol.
0,7 l Flasche
(1 l = € 15.70)
10.99

Kleiner Klopfer
versch. Sorten
15% - 17% Vol.
Karton = 25 x 0,02 l
(1 l = € 15.54)
7.77

Irrtum vorbehalten • Abbildungen nicht verbindlich • Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen! • Nur solange der Vorrat reicht! • KW 18/26
5517701_002426

Radweg gesperrt

Salzgitter. Aufgrund von Brückenabrissarbeiten wird der Behelfsradweg auf der Industriestraße Mitte (K30) von Montag, 27. April, für eine Woche voll gesperrt. Auch die Auffahrt über die seitlich liegenden Rampen auf die K30 ist nicht möglich. Radfahrer werden gebeten die Umleitung über die Nord-Süd-Straße, Diebesstieg und Heerter Straße (K20) und zurück zu nutzen. Die Verkehrsführung für den übrigen Straßenverkehr bleibt in diesem Bereich gemäß der bestehenden Beschilderung unverändert. Die zulässige Höchstgeschwindigkeit wird in dieser Zeit an der Baustelle auf Tempo 30 reduziert.

ADFC startet in die Saison

Salzgitter. Der ADFC (Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club) Salzgitter eröffnet am Freitag, 1. Mai, die Saison. Die erste Radtour führt zum Gemeindefest nach Sottrum und ist 50 Kilometer lang. Start ist um 11 Uhr am Stadtbad in Lebenstedt. Die Leitung hat Stefan Zawischa.

Ein kraftvoller Aufruf

DGB lädt ein zu Demonstration und **Familienfest** zum 1. Mai

Salzgitter. Mit einem kraftvollen Aufruf lädt die DGB-Region SüdOstNiedersachsen die Menschen ein, am 1.Mai gemeinsam auf die Straße zu tragen. Unter dem Motto „Erst unsere Jobs, dann eure Profite“ wird der Tag der Arbeit in diesem Jahr an 16 Orten in der Region SüdOstNiedersachsen kämpferisch und bunt begangen. Im Mittelpunkt stehen klare Forderungen nach sicheren Arbeitsplätzen, verlässlichen Perspektiven und Investitionen in eine gerechte Zukunft für die Menschen.

Denn die Beschäftigten sind es, die tagtäglich den gesellschaftlichen Wohlstand erarbeiten – sie müssen im Zentrum politischer und wirtschaftlicher Entscheidungen stehen. Der 8-Stunden-Tag als historische Errungenschaft der Arbeiterbewegung darf nicht aufgeweicht werden. Flexibilisierung darf nicht zu Lasten von Gesundheit, Familie und Planbarkeit gehen. „Salzgitter ist als traditionelle Industriestadt aktuell besonders von der wirtschaftlichen Transformation betroffen. Es braucht belastbare Zusagen für die Zukunft des Standorts und eine Mitbestimmung der Beschäftigten in dem anstehenden Prozess. Nur so können die Herausforderungen adäquat und umfassend bewältigt werden.“ fordert Markus Hulm, Vorsitzender des DGB-Stadtverbandes Salzgitter und 2. Bevollmächtigter der IG Metall Salzgitter-Peine.



Die Band SiXRoCK begleitet das Familienfest im Alten Dorf musikalisch. FOTO: SIXROCK

In Lebenstedt startet um 10.15 Uhr die traditionelle Mai-Demonstration am Festplatz in der Neißestraße und führt zur „Alten Feuerwache“, wo ab 11Uhr die gewerkschaftliche Kundgebung und das Familienfest stattfindet. Dazu wird der Ministerpräsident Olaf Lies erwartet. Es werden Informationsstände, kulinarische Spezialitäten aus vielen Ländern, LiveMusik sowie Aktivitäten für Kinder geboten. Familien, Kolleginnen und Kollegen sowie alle Interessierten sind eingeladen, sich zu beteiligen der Solidarität und des Einsatzes für soziale Gerechtigkeit zu setzen.

Anzeige

Historisch hoher Goldpreis – jetzt prüfen lassen, bevor der beste Moment vorbei ist.
Was jahrelang unbeachtet blieb, kann heute sofort bares Geld wert sein.

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus FOCUS MONEY

April 2026
Aktueller Goldkurs: 4.829,40 USD/Ounce



Braunschweig. In vielen Haushalten liegen Werte, die seit Jahren nicht beachtet werden: alter Schmuck, kaputte Ketten, einzelne Ohrringe, Zahngold, Münzen, Barren oder Stücke aus Erbschaften und Nachlässen. Vieles wirkt unscheinbar, wird nicht mehr getragen oder längst nicht mehr gebraucht. Doch genau darin liegt oft bares Geld. **Wer diese Dinge weiter liegen lässt, verzichtet womöglich Tag für Tag auf einen erheblichen Gegenwert.**

Der Goldpreis befindet sich auf einem außergewöhnlich hohen Niveau. Das bedeutet: Wer jetzt handelt, kann für ungenutzte Goldstücke attraktive Preise erzielen. Wer dagegen weiter abwartet, geht das Risiko ein, eine starke Marktphase ungenutzt verstreichen zu lassen. Denn eines ist klar: Solche Preisniveaus sind keine Selbstverständlichkeit. **Wer zu lange zögert, erlebt am Ende oft nur noch, dass eine gute Gelegenheit ungenutzt verpasst wurde.**

Gerade jetzt lohnt sich deshalb der Gang in die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig. Entscheidend ist nicht, ob ein Stück noch modern aussieht oder vollständig ist. Entscheidend ist allein, was tatsächlich darin steckt. Auch beschädigte Schmuckstücke, Bruchgold, Zahngold oder einzelne Fundstücke können einen erheblichen Wert haben. Viele unterschätzen, was sich über Jahre in Schatullen, Schubladen oder Nachlässen angesammelt hat. **Oft wird erst bei der Bewertung sichtbar, dass vermeintliche Kleinigkeiten in der Summe einen erstaunlich hohen Betrag ergeben.**

Deshalb gilt: **Nichts vorsortieren. Alles mitbringen**. Oft sind es gerade die Dinge, die lange unbeachtet geblieben sind, die am Ende den größten Überraschungseffekt auslösen. Was alt, unmodern oder defekt erscheint, ist aus Sicht des Edelmetallankaufs häufig dennoch hochinteressant. **Wer vorher selbst aussortiert, läuft Gefahr, genau die Stücke auszusondern, die heute noch echtes Geld wert sind.**

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig steht für eine transparente, seriöse und nachvollziehbare Bewertung. Kunden erfahren klar, wie sich der Wert ihrer Stücke zusammensetzt. Hinzu kommt die Partnerschaft mit **Heimerle + Meule**, einer traditionsreichen deutschen Gold- und Silberscheideanstalt mit Erfahrung seit 1845. Das schafft Vertrauen und unterstreicht den professionellen Umgang mit Edelmetallen. **Gerade bei sensiblen Werten aus Nachlässen oder langjährigem Familienbesitz ist ein solcher verlässlicher Rahmen entscheidend.**

Wer jetzt verkauft, nutzt nicht nur ein attraktives Preisniveau, sondern führt Edelmetalle auch zurück in den Wirtschaftskreislauf. Gold ist ein wertvoller Rohstoff, der nahezu vollständig recycelt werden kann. So wird aus ungenutztem Altgold wieder ein sinnvoll eingesetzter Wertstoff. **Aus ungetragenem Schmuck in der Schublade wird damit nicht nur Liquidität, sondern auch ein sinnvoll verwerteter Rohstoff.**

Doch der wichtigste Punkt bleibt: **Ungenutztes Gold bringt nichts, solange es nur herumliegt**. Es schafft keine Liquidität, löst kein Problem und nutzt niemandem. Erst eine professionelle Bewertung zeigt, was tatsächlich vorhanden ist – und was heute daraus werden kann. **Nicht der Besitz allein ist entscheidend, sondern der richtige Zeitpunkt, aus ungenutzten Werten echten Nutzen zu machen.**

Wer also beim Aufräumen, im Nachlass oder in alten Schatullen auf Schmuck, Münzen, Zahngold oder Barren stößt, sollte diesen Moment konsequent nutzen. **Jetzt prüfen lassen, statt später einer verpassten Gelegenheit hinterherzusehen**. Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig lädt zur unverbindlichen Bewertung ein. Denn wer heute Klarheit schafft, kann aus alten Werten sofort bares Geld machen. **Wer jetzt kommt, handelt rechtzeitig – und überlässt attraktive Kurse nicht einfach dem Zufall.**

Niedersächsische GOLD BÖRSE BRAUNSCHWEIG

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

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

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

GESCHÄFTSFÜHRER:
N. GRANHOLM

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

DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE KAUFT

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

12671701_002426

Mahler-Sinfonie in Steterburg

Salzgitter. Das Louis Spohr Orchester tritt unter Leitung seines Dirigenten Tobias Rokahr am Sonntag, 26. April, um 19 Uhr in der Stiftskirche Steterburg in Thiede auf. Es erklingt Gustav Mahlers Sinfonie Nr. 4, G-Dur, in deren 4. Satz das Lied „Das Himmlische Leben“ aus der Liedsammlung „Des Knaben Wunderhorn“ in einem Sopran-Solo erklingt. Kristina Rokahr, Hannover, wird als Sopransolistin auftreten. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

Müllabfuhr kommt eher

Salzgitter. Der Städtische Regiebetrieb teilt mit, dass durch den „Tag der Arbeit“ am 1. Mai die Müllabfuhr vorgezogen wird. Die Abfuhr am nächsten Montag erfolgt bereits an diesem Samstag, 25. April. Entsprechend geht es weiter. Die Abfuhr von Dienstag ist am Montag dran, die Abfuhr am Mittwoch schon am Dienstag, die Abfuhr am Donnerstag schon am Mittwoch, und die Abfuhr am Freitag schon am Donnerstag.

Medienabend für Kinder

Salzgitter. Die Volkshochschule (VHS) hat freie Plätze in ihrem neuen Web-Seminar „Der Medienführerschein für Kinder (9 bis 14 Jahre)“ am Montag, 4. Mai, von 17 bis 18.30 Uhr online (über Zoom). Dabei geht es um das richtige Verhalten in der digitalen Welt. Die Teilnahme kostet 18 Euro. Anmeldung bis 30. September per E-Mail an vhs@stadt.salzgitter.de.



Freuen sich auf viele Gäste: Musikschulleiterin Sabine Petter und die Dozentinnen Annette Boenkendorf, Britta Rex, Alina Ludwig und Natalia Gamper sind am Frühlingskonzert beteiligt.

FOTO: STADT SALZGITTER

Vertauschte Rollen bei der Musikschule

Dozentinnen und Dozenten geben am Sonntag ein **Frühlingskonzert**

Salzgitter . Nach der erfolgreichen Premiere im Vorjahr folgt die Fortsetzung: Die Musikschule der Stadt lädt zu einem besonderen Konzert mit dem Lehrkräfteteam am Sonntag, 26. April, um 17 Uhr im Saal der Alten Feuerwache ein. Der Eintritt ist frei. Um Spenden für ein Umweltprojekt wird gebeten.

Ein musikalischer Rollentausch: Die Dozentinnen und Dozenten der städtischen Musikschule stellen sich vor - die Schülerinnen und Schüler, aber auch andere Gäste sind die Zuhörenden.

Das Publikum erwartet ein abwechslungsreiches Programm von Klassik bis Pop: Sowohl solistische Beiträge als auch kleinere Ensembles zeigen eine große Bandbreite der verschiedenen Instrumente und somit auch das vielseitige Unterrichtsangebot der Musikschule.

Unter anderem werden zu hören sein Akkordeon, Blockflöte, Gesang, Gitarre, Klavier, Querflöte, Saxofon, Schlagzeug, Violine, Violoncello und Bass.

Gleichzeitig wird mit der Spende ein Umweltprojekt unterstützt: Geplant ist die Pflanzung eines schattenspendenden Baumes auf der großen Wiese hinter der Alten Feuerwache.

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
12165801_002426

Getränkeland Sander
Salzgitters großer Getränkemarkt · Riesenauswahl auf ca. 1300 m²
Einbecker Brauherren Pils und Alkoholfrei 11.99 + 3.10 € Pfand
20× 0,33 l, 1 l = 1.82 €
König Pilsener Pilsener 13.99 + 3,42 € Pfand
24× 0,33 l, 1 l = 1,89 €
WOLTERS Pilsener 11.99 + 3.10 € Pfand
20× 0,5 l, 1 l = 1.20 €
BAD HARZBURGER Brunnen, Medium und Naturell 5.99 + 4.50 € Pfand
12× 1,00 l, 1 l = 0.50 €
Mönchshof verschiedene Sorten 15.99 + 4,50 € Pfand
20× 0,50 l, 1 l = 1.60 €
Bayreuther Hell 16.99 + 3,10 € Pfand
20× 0,50 l, 1 l = 1,70 €
VILSA BRUNNEN Classic, Medium, Feinperlig und Naturell 5.49 + 3,30 € Pfand
12× 0,70 l, 1 l = 0,65 €
BAD PYRMONTER Classic und Medium 6.99 + 3,30 € Pfand
12× 1,00 l, 1 l = 0,58 €
Krombacher verschiedene Sorten 15.99
24× 0,33 l, 1 l = 2,02 € + 3,42 € Pfand
20× 0,50 l, 1 l = 1,60 € + 3,10 € Pfand
EXTALER MINERALQUELL Classic, Medium und Naturell 4.99 + 4.50 € Pfand
12× 1,00 l, 1 l = 0.42 €
Wir vermieten für Ihre Feiern und Feste
Zapfanlagen, Schankwagen, Kühlwagen, Tresen,
Stehtische und Bierzeltgarnituren.
Abholpreise – solange Vorrat reicht! – Für Druckfehler keine Haftung
Angebote vom 25.04.2026 bis 02.05.2026
Salzgitter-Bad, Daimlerstraße 6, Industriegebiet, Tel. (0 53 41) 3 18 88,
Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 18.30 Uhr Sa. 8.00 – 16.00 Uhr – Fragen Sie nach unserem Lieferservice
11630501_002426

Tanzen in Lengede
TSM Club e.V.
Tanzen · Sport · Musik
Grubenweg 4a, 38268 Lengede
Info unter 05344 / 802 444
info@tsmclub.de www.tsmclub.de
Räumlichkeiten von 20 bis 130 Pers.
Unser Angebot:
- Grundkurse bis Tanzkreis
- Kindertanzen 3 bis 6 Jahre
- Video Clip Dance 7 bis 18+ Jahre in Unterschiedlichen Gruppen
Bei uns werden Sie von ausgebildeten Tanzlehrern unterrichtet.
9316701_002426

Der Problemlöser für Ihr Bad!
Wannenhelden
Ihr Problemlöser No.1
Wanne raus, Dusche rein
• mit Rückwandverkleidung u. Glaswand
• inkl. Antragstellung bei der Pflegekasse
Einbau von Wannentüren in bestehende Badewannen – für einen sicheren und bequemen Einstieg inkl. Antragstellung bei d. Pflegekasse
Komplettsanierung – Planung,- Beratung u. Koordination aller Gewerke aus 1 Hand
Kontaktieren Sie uns!
05331 900 981 13 Am Alten Schlachthof 4b
wannenhelden.de 38304 Wolfenbüttel
Fachbetrieb Komfort Barrierefrei
12165401_002426



12953301_002426

Die Nr. 1 am Wochenende!
hallo wochenende

BGE BUNDESGESELLSCHAFT FÜR ENDLAGERUNG
Regelmäßig informiert
Abonniere unseren Newsletter für:
- Veranstaltungshinweise
- Projektfortschritte
- Persönliche Einblicke
dialog@bge.de
12381701_002426

Märchenbühne erzählt von Michel

Theaterstück am 30. April ist in der Cafeteria des Gymnasiums zu sehen

Salzgitter. Der 30. April ist nicht nur Walpurgistag, sondern auch ein Theatertag. Denn die Märchenbühne der Theatergruppe SZ-Bad steigt jedes Jahr im Hasenspring auf die Bühne. Einen Auftritt gibt es auch 2026, allerdings ziehen die Jugendlichen um. Sie zeigen kommenden Donnerstag um 16 Uhr in der Cafeteria des Gymnasiums Salzgitter-Bad das Stück „Michel in der Suppenschüssel“. Der Eintritt ist frei.


Die Proben laufen: Die Schüler und Schülerinnen der Märchenbühne zeigen „Michel in der Suppenschüssel“. FOTO: PRIVAT

Die Vorlage liefert Astrid Lindgren, die sich mit Michel einen richtigen Lausebengel und ein ganz besonderes Kind ausdachte. Das findet auch dessen Mutter Alma. Wie sollte man sonst erklären, dass Michel eines Tages mit seinem Kopf in einer Suppenschüssel feststeckt und Vater Anton mit ihm zum Arzt fahren muss. Der Knabe hat auch immer originelle Ideen und verzapft jede Menge Blödsinn. Zur Strafe muss er dann Holzmännchen im Schuppen schnitzen. Ungünstig, wenn in diesem Schuppen ein voller Korb mit leckeren Würstchen steht.

Astrid Lindgren hat mit Michel eine Romanfigur geschaffen, über die Kinder und Erwachsene lachen können. Denn trotz aller Streiche hat der Junge doch „das Herz am rechten Fleck“ – und deshalb schafft er es auch, auf dem Jahrmarkt in Vimmerby einen Dieb zu entlarven und so seinem Freund, Knecht Alfred, aus der Klemme zu helfen.

Farbenfrohe Kunst, die berührt

Die Salzgitteranerin **Yvonne Weber** bringt tierische Motive ins Tilly-Haus

Salzgitter-Bad. Mit ihrer Ausstellung „Wild, Weich. Wunderbar.“ bringt die Künstlerin Yvonne Weber tierische Motive in die Kleine Galerie im Tilly-Haus. Sie setzt dabei bewusst auf Emotion statt reiner Abbildung. Zu sehen sind groß- und kleinformatige Acrylarbeiten auf Leinwand, „die zwischen ruhiger Harmonie und intensiver Farbigkeit wechseln“, beschreibt es die Künstlerin.

Im Zentrum der Werke stehen Tiere, die als innere Begleiter gedacht sind. Sie stehen für Mut, Leichtigkeit, Schutz und Lebensfreude und sollen genau diese Qualitäten auch in die Räume der Betrachter tragen. „Ich möchte im besten Fall gute Laune in die Räume bringen und in die Herzen der Betrachter“, sagt Yvonne Weber.


Yvonne Weber zeigt mit „Wild, Weich. Wunderbar.“ erstmals ihre Werke im Tilly-Haus. FOTO: PRIVAT

Die Künstlerin, die seit 2018 malt, ist in der Region verwurzelt. Mit der Ausstellung im Tilly-Haus präsentiert sie ihre Werke nun erstmals an diesem Ort, ein Schritt, der ihr besonders am Herzen liegt. Yvonne Weber ist Mitglied im Spektrum – Freies Kunststudium Salzgitter e. V., einem Zusammenschluss regionaler Kunstschaffender. Die Ausstellung wird am Dienstag, 5. Mai, um 19 Uhr eröffnet.

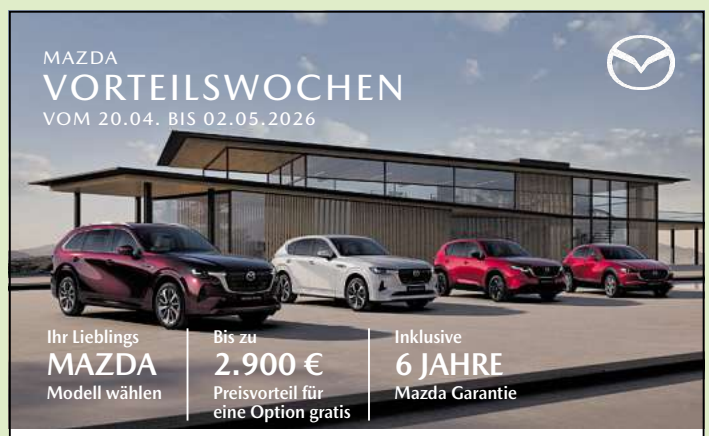
Meist sonnig, mäßig warm!

Vorhersage
Wir liegen am Rand eines Hochdruckgebietes. Es schickt uns meist trockene, aber nicht allzu warme Luftmassen. Deshalb scheint auch häufig die Sonne und Wolken stören vorerst weniger. Die Temperaturen bewegen sich nahe der 15 Grad Marke.

Biowetter
Die meisten wetterfühligen Menschen haben in der nächsten Zeit kaum gröbere Beschwerden und damit geht es diesen zumeist gut. Lediglich vereinzelt könnten bei Personen mit bereits zu niedrigem Blutdruck wetterbedingt Kopfschmerzen auftreten.

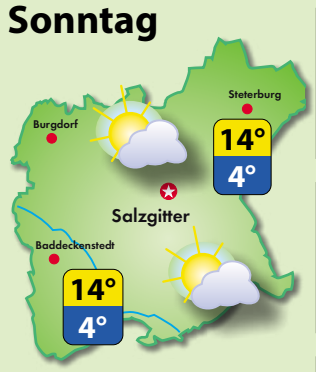
Bauernregel
Ist's an Georgi warm und schön, wird man noch rauhe Wetter seh'n. (23.4.)

Das Wochenwetter wird präsentiert von



Informationen zur elektrischen Reichweite, Energiekosten, Kfz-Steuer und CO_2-Kosten finden Sie unter www.mazda.de/Energieverbrauch.
AUTOHAUS PISKE GMBH
DER MAZDA HÄNDLER VON WOLFENBÜTTEL
Ahlumer Str. 86 · 38302 Wolfenbüttel · Tel. 05331-97020
12671501_002426

Sonntag



Sonne: Auf- und Untergang
6:01 Uhr 20:34 Uhr

Vollmond: 01.05.2026
14:47 Uhr 4:14 Uhr

Montag	14° / 3°
Dienstag	14° / 3°
Mittwoch	15° / 4°
Donnerstag	15° / 4°

FUHRMANN MUNDSTOCK Mein Reiseprofi

2 % Frühbucherrabatt **

Haustürservice zubuchbar!

mit Durchführungs-garantie



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



Italien — 6 Tage Busreise

Limone am Gardasee

Ein Juwel unter den Alpenseen

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 5 x Übernachtung im DZ im ****Hotel Garda Bellevue (oder vergleichbar) in Limone
- 5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet mit warmen und kalten Speisen
- 5 x 3-Gang-Wahlmenü am Abend mit Salatbuffet
- Begrüßungsdrink
- freie Nutzung des Außenpools
- durchgehende Reisebegleitung
- Ausflüge Gardaseeküstenfahrt, Venedig, Panroama-schifffahrt, Seen-Fahrt inkl. Weinprobe zubuchbar

Termine

07.06. - 12.06.26
21.06. - 26.06.26
30.08. - 04.09.26
06.09. - 11.09.26
20.09. - 25.09.26
27.09. - 02.10.26
04.10. - 09.10.26
11.10. - 16.10.26
18.10. - 23.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 639,- €***

EZ-Zuschlag: 180,- €

Reisecode: I-GAV



Italien — 6 Tage Busreise

Alles Inklusive am Comer See

In traumhafter Umgebung verwöhnt werden

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 5 x Übernachtung im DZ im Hotel Milano in Lanzo D´Intelvi
- 5 x Frühstücksbuffet
- 4 x Abendessen als 3-Gang-Menü mit Salatbuffet
- 1 x Themen-Abendessen mit typischen Produkten
- Getränke von 17:00 - 21:00 Uhr (Hauswein, Bier, Soft-Drinks, warme Getränke)
- Stadtführungen Como und Mailand
- Ausflüge Lago Maggiore, Villa Carlotta und Bellagio
- Schifffahrten Isola Bella und Pescatori und Argegno-Bellagio
- Eintritte Palazzo Borromeo und Villa Carlotta
- durchgehende Reisebegleitung

Termine

01.06. - 06.06.26
31.08. - 05.09.26
15.10. - 20.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 859,- €**

EZ-Zuschlag: 90,- €

Reisecode: I-COMO



Italien — 8 Tage Busreise

Liebliche Blumenriviera und einmalige Cote d'Azur

Eine der schönsten Küsten der Welt entdecken

Leistungen

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

Termine

07.06. - 14.06.26
18.10. - 25.10.26

Preise pro Person

im DZ: **ab 919,- €***

EZ-Zuschlag: 170,- €

Reisecode: I-RIVE



Niederlande — 3 Tage Busreise

André Rieu in Maastricht

Ein unvergesslicher Abend

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 2 x Übernachtung im DZ im ****Mercure Hotel Düsseldorf Neuss
- 2 x Frühstücksbuffet
- 1 x Abendessen am Anreisetag
- Stadtführung Düsseldorf
- Bootsfahrt auf der Maas
- Eintrittskarte Konzert André Rieu in Maastricht PK 4
- durchgehende Reisebegleitung
- PK 3 und 1 zubuchbar

Termine

02.07. - 04.07.26
09.07. - 11.07.26

Preise pro Person

im DZ: **559,- €***

EZ-Zuschlag: 90,- €

Reisecode: NL-QRIEU



Frankreich — 8 Tage Busreise

Zur Lavendelblüte in die Provence

Land der Farben und des Lichts

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 1 x Ü/F in Besançon im DZ
- 1 x Ü/F in Mulhouse im DZ
- 5 x Ü/F im Kyriad Orange im DZ
- 7 x 3-Gang-Abendmenü, davon einmal beim Stierzüchter
- Stadtführungen Orange, Nimes
- Ausflüge: Saint Remy de Provence, Les Baux de Provence, Aix-en-Provence, Avignon, Pont du Gard, Nîmes, Camarque, Ardechesschlucht
- Besuch eines Lavendelmuseums inkl. Eintritt
- Weinprobe
- Besuch eines Stierzüchters inkl. Planwagenfahrt
- qualifizierte örtliche Reiseleitung vom 2. - 7. Reisetag
- durchgehende Reisebegleitung

Termine

28.05. - 04.06.26
25.06. - 20.07.26

Preise pro Person

im DZ: **1199,- €***

EZ-Zuschlag: 320,- €

Reisecode: F-LFDP



Frankreich — 7 Tage Busreise

Normandie & Bretagne

Frankreichs malerischer Nordwesten

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- 6 x Übernachtung im DZ in Hotels der guten Mittelklasse
- 6 x Frühstücksbuffet
- 6 x Abendessen als 3-Gang-Menü
- durchgehende Reiseleitung vom 2. - 6. Tag
- Rundreise Rouen und Honfleur, St. Malo und Cancale und Mont Saint Michel, Vannes und Carnac, Rennes und Dinan, Festung von Fougères und Chartres
- Besuch der Calvados-Destillerie Père Magloire in Pont-l´Évêque inkl. Verkostung
- Eintritt Mont St. Michel
- Kurtaxe
- durchgehende Reisebegleitung

Termine

16.07. - 22.07.26
13.08. - 19.08.26

Preise pro Person

im DZ: **1249,- €***

EZ-Zuschlag: 360,- €

Reisecode: F-NOBRE



Deutschland — 8 Tage Bus-/Schiffsreise

Große Rheinreise mit Mosel

Basel-Straßburg-Speyer-Mannheim-Rüdesheim-Koblenz-Cochem-Köln-Amsterdam

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Kofferservice an/von Bord
- 7 x Übernachtung in der gebuchten Kabine auf der AMADEUS RIVA
- Vollpension an Bord (Frühstücksbuffet, mehrgängige Mittags- und Abendmenüs mit Menüwahl)
- Tee- und Kaffeestation rund um die Uhr
- Nachmittagstee und Mitternachtssnack
- Willkommensdinner und Abschieds-Galadinner
- Benutzung der Bordeinrichtungen
- Unterhaltungsprogramm an Bord
- Reiseleitung an Bord des Schiffes
- Busbegleitung während der Flussreise
- alle Hafengebühren, Ein- und Ausschiffungsgebühren

Termin

29.06. - 06.07.26
14.09. - 21.09.26

Preise pro Person

Hauptdeck
2-Bett-Kabine achtern: **1599,- €***
Hauptdeck 2-Bett-Kabine: 1799,- €
Mitteldeck 2-Bett-Kabine achtern: 2049,- €
Mitteldeck 2-Bett-Kabine: 2199,- €
Ausflugspaket: 429,- €

Reisecode: D-RHEIN3



Deutschland — 8 Tage Bus-/Schiffsreise

Von der Kieler Woche bis Berlin

Kiel - Hamburg - Uelzen - Wolfsburg- Burg-Brandenburg - Potsdam - Berlin

Leistungen

- Fahrt im Luxusreisebus
- Kofferservice an/von Bord
- 7 x Übernachtung in der gebuchten Kabine auf der MS Johannes Brahms
- 7 x Vollpension an Bord (Frühstücksbuffet, Mittag-, Abendessen)
- 1 x pro Tag Kaffee/Tee mit Kuchen (je nach Tagesprogramm)
- Mitternachtssnack
- Kapitäns-Dinner inkl. Abschiedsgetränk (i.R.d.VP)
- Unterhaltungsprogramm an Bord
- Nutzung aller Einrichtungen im Passagierbereich
- alle Hafensteuern und Schiffsgebühren
- Stadtrundfahrt Berlin
- durchgehende Reise- und Busbegleitung

Termin

27.06. - 04.07.26

Preise pro Person

Hauptdeck 2-Bett-Kabine:: **1999,- €***
Hauptdeck Einzelkabine: 2499,- €
Oberdeck 2-Bett-Kabine: 2399,- €
Ausflugspaket: 200,- €

Reisecode: D-JBKIEBE

*** zzgl. Treibstoffkostenzuschlag (nähere Infos online oder telefonisch)**

Beratung und Buchung: 0531 - 250 99 30 oder im Reisebüro

www.fumu-reisen.de • info@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. ** Sie erhalten bei Buchung bis 4 Monate vor Reisebeginn 2% Preisnachlass auf den Reisegrundpreis.

Besuchen Sie uns im Internet

10615101_002426

Keine einsamen Wölfe

Wie enge **Freundschaften** zwischen Männern klappen können

VON JAN THINIUS-HEEMANN



FOTO: KAMPUS PRODUCTION / PEXELS

Hand aufs Herz: Wer meldet sich nur bei seinem Kumpel, wenn es einen konkreten Anlass dafür gibt? Von 35 Köpfen in einem Veranstaltungsraum in Berlin-Mitte stimmen zehn spontan nickend zu, einer hält sich die Hand vors Gesicht und murmelt etwas leise vor sich hin.

Auch bei diesen Aussagen gibt es viel Zustimmung im Raum: „Ich habe gar keine Vorbilder, wenn es um die Pfle%ge von Freundschaften zu Männern geht“, „Mein Vater hatte nie richtige Freunde, meine Mutter hat sich um den Freundeskreis gekümmert“. Bevor es bei dem Workshop mit dem Titel „Tiefe männliche Freundschaften“ des Kollektivs „hotboyscry“ um Lösungen geht, müssen erst mal alle Gefühle raus. Der Diplom-Psychologe Umut Özdemir steht vorne, guckt ermutigend und stellt vorsichtige Rückfragen in die Gruppe: „Du sagst, deine Partnerin rockt das Freundschaftsding komplett? Könnte sie nicht auch das Vorbild sein, das dir fehlt?“ Wieder ein anerkennendes Nicken, einige Workshopteilnehmer kämpfen mit den Tränen. Özdemir scheint einen Nerv getroffen zu haben.

Unangenehmes aushalten

Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) sterben pro Stunde 100 Menschen auf der Welt an Einsamkeit und an den Folgen sozialer Isolation. Jede vierte Person in Deutschland fühlte sich 2023 einsam, ergab eine Befragung der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Und insgesamt fühlen sich junge Menschen heute so einsam wie noch nie zuvor.

Bei Männern ist, so das Survey Center on American Life, besonders das Problem, dass es nur wenige oder keine engen Freunde gibt. Zusammengefasst wird das oft unter dem Begriff der „male loneliness epidemic“ oder „Einsamkeitsepidemie der Männer“. Das ist aber eher ein Begriff aus den sozialen Netzwerken und nicht aus der Forschung. Während einige Menschen damit die emotionale Einsamkeit von Männern beschreiben, nutzen ihn frauenfeindliche Incel-Gruppen, um Frauen die schuld daran zu geben, dass Männer heute häufiger single sind als früher. Je nach Studie haben Männer manchmal sogar genug enge Freunde, die sie aber nicht ansprechen, wenn es ihnen schlecht geht (Pew Research Center).

Das bestätigen auch die Teilnehmer in Berlin bei einer ersten Fragerunde. Nach dem Warmup folgt die erste Übung in Zweiergruppen, die Frage, die wir dafür mit auf den Weg bekommen: „Wann hast du das letzte Mal die Chance nicht genutzt, eine echte Freundschaft zu einem Mann aufzubauen?“ Mir fällt sofort eine Situation ein und auch mein Gesprächspartner Simon* überlegt nicht lange. Wir stellen fest, was uns zurückgehalten hat und was wir gebraucht hätten. Bei mir war es die Sorge, dass sich Arbeit und Freundschaft zu sehr vermischen könnten. Simon erzählt, dass er und der betreffende Mann sich in einer Art Konkurrenzsituation befanden, näher wollte er nicht darauf eingehen.

Die zweite Übung an diesem Abend fällt mir dagegen extrem schwer: sich einem der Anwesenden öffnen und etwas sehr Intimes erzählen, beziehungsweise etwas, das einem sehr unangenehm ist. Mir gehen sofort zig Situationen und Dinge durch den Kopf. Und trotzdem stehe ich so lange sprachlos herum, bis sich Psychologe Özdemir meiner erbarmt, zu mir kommt und mit mir die Übung macht. Ihm gegenüber fällt es mir erstaunlich leicht, mich zu öffnen, was vermutlich mit seinem Beruf zu tun hat.

Ein Phänomen, das er selbst schon öfter beobachtet hat: Männer kommen in seine Praxis und haben überhaupt keine Probleme emotional und ehrlich zu sein. Dabei ist er ein Fremder. Er fragt in die Runde, woran das liegen könnte und ein Teilnehmer erzählt von sich, dass er seinen Freunden nicht zur Last fallen will. Genau das sollten gute Freundschaften aber können.

Wie Männer bessere Freunde werden können

„Das Unangenehme aussprechen und aushalten“, ist einer der Tipps, die Özdemir an diesem Abend gibt. „Wir machen immer nur Witze, aber reden nie über unsere Probleme oder Gefühle. Ich wünsche mir aber mal eine männliche Perspektive auf meine Fragen.“

Solche Sätze könnten bei männlichen Freunden viel Kraft entwickeln. Diese Dynamik ist ein Muskel, den wir trainieren können, sagt der Diplom-Psychologe. Hat er noch weitere Tipps? „Die einfachste Form der Bestätigung ist aktives Zuhören. Das ist ja auch gemeinsames Denken.“ Viele der Anwesenden schreiben mit. „Auch das Übersetzen von Gefühlen in Sprache hilft. Wenn ein Freund auf den Chef wütend ist, könnte die Antwort lauten: ‚Oh ja, da wäre ich auch verdammt sauer.‘“ Durch so eine Form der Bestätigung fühlen sich alle normal.

Viele Teilnehmer kommen nun auch selbst mit Ideen, wie man regelmäßiger Kontakt zu seinen Freunden halten kann: Wenn man an einen Freund denkt, ihm zum Beispiel direkt und auch ohne Anlass eine Nachricht zu schreiben. Oder sich Erinnerungen in den Kalender oder ins Handy notieren, um sich zu melden. „Wir wollen das anscheinend alle, aber was machen wir mit den Männern, die heute nicht hier sind?“ Zunächst sind alle still und dann sickert so langsam die Erkenntnis in den Raum, dass das wohl unsere nächste große Aufgabe ist. Auf die zugehen, die noch nicht in den Genuss dieses Seminars gekommen sind.

Während des Workshops erzählt Simon, dass er schon öfter bei den Veranstaltungen von „hotboyscry“ gewesen ist. Nicht alle legen den Fokus auf Emotionen, so wie heute. Manchmal schaut man auch Filme zusammen, macht Pilates oder fährt Fahrrad. „Wir brauchen Räume, in denen sich Männer öffnen können, damit niemand in dieses Alphamännchen-Gehabe verfällt. Und damit nicht alle ständig in irgendeiner scheinbaren Vergangenheit leben“, sagt Simon.

Unterschied zwischen Männer- und Frauenfreundschaften

Warum fällt es vielen Männern so schwer, tiefgreifende Freundschaften zu initiieren, während es Frauen offenbar leichter von der Hand geht, viele sogar von sich sagen, dass sie in heterosexuellen Partnerschaften die emotionale Carearbeit für beide Partner übernehmen?

„Frauen und Mädchen werden eher dazu angehalten, sich zu öffnen, miteinander über ihr Innenleben zu reden. Bei Männern wird das oft verpönt, von uns werden eher andere Sachen erwartet. So etwas speichern wir ab.“ Dadurch würden Männer verlernen, sich zu öffnen, stattdessen fangen sie an, sich selbst zu zensieren. Diese Erziehung ist auch ein Grund dafür, dass es vielen Männern im Raum relativ leicht fällt, emotionale Verbindungen mit Frauen und Freundinnen aufzubauen.

Denn auch Frauen haben „Gründe“, sich bei ihren Freundinnen zu melden, wie Özdemir sagt. Einer ist schlicht und ergreifend die Stärkung der Freundschaft und das Interesse am Leben der anderen. Frauen waren zu dem Workshop übrigens auch eingeladen, um über ihre Freundschaften mit Männern zu sprechen und daran zu arbeiten, gekommen ist aber keine.

Am Ende des Abends treffe ich Simon beim Rausgehen, wir umarmen uns und er dankt mir für meine Offenheit. Ich fühle mich inspiriert und habe Lust, das gerade Gelernte direkt umzusetzen. „Wir haben uns ewig nicht gesprochen: Wie geht’s dir eigentlich?“ schreibe ich noch in der Bahn nach Hause einem alten Freund. Jetzt habe ich ja einen Grund.

*Name von der Redaktion geändert

SZENE

© Gregor Wiebe



09 BULGARISCHE TANZMUSIK VOLLER KRAFT UND ENERGIE

GANKINO CIRCUS IST BEIM KLESMERFESTIVAL VOM 29. BIS 31. MAI IN SALZGITTER-BAD MIT DABEI

12
MIT MUSIK UND SPORT FIT BIS INS HOHE ALTER
Die Stadt richtet am 25. Juni den Seniorentag vor dem Rathaus aus

12
MIT TIEFEN SCHLÄGEN DURCH DAS WASSER
Die Drachenboote jagen im Juni wieder über den Salzgittersee

13
VOM IHR ZUM WIR IN NIEDERSACHSEN
Sonderausstellung in Salder erzählt vom Zusammenwachsen nach dem Krieg



7704301_002426

ERST ZWEI MUSIKER, DANN FÜNF

Das Fredenberg Forum serviert ganz viel Musik zum Kulturfrühstück

Zweimal serviert das Fredenberg Forum in diesem Halbjahr noch das Kulturfrühstück. Zum Anfang kommen am **Sonntag, 10. Mai, um 11 Uhr** die experimentierfreudigen **Gregor Hilden und Richie Arndt** in die Begegnungsstätte Brücke. Immer wieder überraschten die Musiker nicht nur mit unterschiedlichsten Plattenproduktionen. So etwa bei Gregor Hilden mit feinsinnigen Eigenkompositionen im Grenzbereich von Blues, Soul und Jazz. Richie Arndt ist als Kopf der Band Bluenatics ohnehin jedem Live-Musik-Fan ein Begriff. Seine Alben zeichnen sich durch Ideenreichtum, kreatives Gitarrenspiel und einen faszinierenden Gesang aus. Die zweite gemeinsame CD „Moments ‚electric'" erntete wie schon das Debüt 2018 überall Bestnoten. Beide haben sich dafür persönliche Favoriten der R-'n'-B-Geschichte vorgenommen. Dort finden sich Klassiker, aber auch weniger bekannte Titel von Peter Green und Jimi Hendrix bis hin zu Herman Brood.



10.05. Gregor Hilden und Richie Arndt spielen zum Frühstück. *© Manni Pollert*



07.06: Front Porch Picking aus Göttingen kommt in die Begegnungsstätte Brücke. *© Christina Hinzmann*

Am **7. Juni** ist dann **Front Porch Picking** aus Göttingen zu Gast und bringt einen in Deutschland einzigartigen Sound-Mix mit, der Western und Hawaii Swing, Improvisationen und Blues miteinander vereint. Die Instrumentierung ist außergewöhnlich und besteht aus Steel-Gitarre, E-Gitarren, Mandoline, Ukulele, Bass und Schlagzeug.

Ob mit mitreißenden Rhythmen des Western Swings, der entspannten Tropenatmosphäre des Hawaii Swings oder dem rauchigen, gefühlvollen Blues – die fünfköpfige Band versteht es, die verschiedenen Genres auf beeindruckende Weise zu kombinieren.

Es spielen und singen Peter Funk (Gesang, Dobro Steelguitar, Lapsteel, Mundharmonika), Dirk Heimberg (Akustik- und E-Gitarren), Wolfgang Beisert (Mandoline, Ukulele, Gesang), Hans-Jörg Maucksch (Kontrabass, Gesang) und Tom Dyba (Schlagzeug, Gesang).

Der Eintritt kostet jeweils 22 Euro (Mitglieder 19 Euro). Karten gibt es nur im Vorverkauf unter Tel. (05341) 50512 oder per Mail unter fredenberg-forum@t-online.de. Anmeldeschluss für das erste Frühstück ist am Mittwoch, 6. Mai, für das zweite am 3. Juni.

SONNENSCHUTZ + INSEKTENSCHUTZ

Vielfältige Gewebearten schützen vor Insekten, Pollen und Kleintieren



SPANNRAHMEN

Der klassische Insektenschutz läßt sich im Frühjahr mit nur wenigen Handgriffen einsetzen und im Winter ebenso leicht wieder entfernen.





PLISSEE

Kinderleicht und mit geringer Kraft zu bedienen. Es benötigt keinen Schwenkbereich, ist platzsparend und robust. Auch für große Öffnungen geeignet.

Halbkassetten-Markise mit Funkmotor und LED-Beleuchtung
Gestell: anthrazit, Tuch: mittelgrau oder khaki
Breite: 400 cm, Ausfall: 300 cm — € 1890,–
Gestell: anthrazit, Tuch: mittelgrau
Breite: 500 cm, Ausfall: 300 cm — € 2580,–

Vollkassetten-Markise mit Funkmotor
Gestell: weiß, Tuch: bordeaux/beige
Breite: 400 cm, Ausfall: 300 cm — € 1380,–

Halbkassetten-Markise mit Funkmotor
Gestell: anthrazit, Tuch: gelb/orange
Breite: 400 cm, Ausfall: 300 cm — € 1390,–

Offene Gelenkarmmarkise mit Kurbel
Gestell: anthrazit, Tuch: grau gestreift
Breite: 300 cm, Ausfall: 200 cm — € 652,–

Abholpreise, Lieferung und Montage möglich.

Nutzen Sie unseren Aufmaß- und Montageservice

Stolze

76 Stolze Jahre

Ottostraße 5 · 38259 Bad Salzgitter · Marktstraße 2
Tel. 0 53 41- 3 99 99 + 8 76 72 55

12214101_002426

EIN FEST FÜR ALLE SINNE

Drei Tage lang trifft sich die Weltmusik in Salzgitter-Bad

Zum 27. Mal verwandelt sich der Klesmerplatz in Salzgitter-Bad in ein buntes Musikmekka: Das „Festival der Klesmer und Weltmusik" steht von **Freitag, 29. Mai, bis Sonntag, 31. Mai**, an. Auf der Open-Air-Bühne präsentieren namhafte und preisgekrönte Künstlerinnen und Künstler ein abwechslungsreiches Programm aus Klesmer- und Weltmusik – und der Eintritt ist frei.



Auftakt für das „Festival der Klesmer und Weltmusik": Das Uusikuu-Quartett eröffnet die dreitägige Veranstaltung in Salzgitter-Bad.
© Tatjana Coralie Klytta

Los geht es am Freitag um 18 Uhr mit Uusikuu, ab 19.30 Uhr spielt Tico Tico auf der Nebenbühne, den Abschluss um 20.30 Uhr übernehmen Gankino Circus . Weiter geht es am Samstag um 17 Uhr mit Helmut Eisel & JEM & Brass, um 19 Uhr mit Adjiri Odametey & Band und um 21 Uhr Andrew Murphy & Band. Um 18.45 und 20.45 Uhr tritt die Ben Waldraff & Band auf der Nebenbühne auf.

Am Sonntag sind von 13 bis 13.15 Uhr die Sölter Kinder zu hören, von 13.30 bis 14.45 Uhr LUMAIO, von 15 bis 16.30 Uhr das Duo Lina Bó und von 17 bis 18.30 Uhr die Band Tone Fisch.

Das Festival würdigt die Tradition der Salzgitteraner Wandermusikantinnen und -musikanten, den sogenannten „Klesmern", die im 19. Jahrhundert die Welt bereisten und an Fürstenhöfen, Gasthöfen und auf Straßen ihr Publikum begeisterten. Heute kehrt die Musik zurück nach Salzgitter-Bad: Künstlerinnen und Künstler aus aller Welt kommen, um Klesmer- und Weltmusik, aber auch und insbesondere Klezmer auf der Open-Air-Bühne zu spielen. So trifft historische Tradition auf moderne Musikkultur – ein Fest für alle Sinne und ein einmaliges Erlebnis für die ganze Familie.

HÖREN, PROBIEREN UND MITMACHEN

Musikschultage vom 8. bis 12. Juni

Instrumentenrundlauf, Kinder- und Familienkonzerte und vieles andere mehr: Die Musikschule der Stadt Salzgitter lädt im Juni zu ihren traditionellen und beliebten Musikschultagen ein.

Wer Musik liebt, verschiedene Instrumente entdecken möchte oder Fragen zu den Angeboten der Musikschule hat, ist zu den Musikschultagen eingeladen. Vom 8. bis 12. Juni gibt es viele Möglichkeiten, die unterschiedlichen Instrumente zu probieren, Konzerten zu lauschen, zu tanzen, sich über das Angebot der Musikschule zu informieren sowie mit dem erfahrenen Team der Pädagoginnen und Pädagogen ins Gespräch zu kommen.

Zur musikalischen Entdeckungsreise gehören darüber hinaus auch der Instrumentenrundlauf und die Kinder- und Familienkonzerte. Wer möchte, kann auch einfach ein paar schöne Stunden in der Musikschule in der Wehrstraße 27 in Lebenstedt bei Musik, Kaffee, Kuchen und Tanz verbringen. Der Eintritt ist kostenlos.

Alle Veranstaltungspunkte sind in einer Programmübersicht zusammengefasst, die ab Mitte Mai in der Musikschule in der Alten Feuerwache oder per E-Mail an verwaltung-musikschule@stadt.salzgitter.de erhältlich sind und auf der Internetseite www.salzgitter.de (Stichwort Musikschultage) zum Herunterladen bereitstehen. Eine Übersicht der verschiedenen Instrumente gibt es dort ebenfalls. Während der Musikschultage findet kein Unterricht statt. Weitere Informationen erhalten Interessierte unter Tel. (05341) 839-3387 oder 839-3435.



In der Musikschule lassen sich viele Instrumente lernen, nicht nur die Blockflöte. *© panthermedia/Mimiau*



DAS VOLLE PROGRAMM
Veranstaltungskalender

TERMINE VON
MAI BIS ENDE JUNI 2026



18.05. Kinderkonzert: Timmy auf Musikreise. © FLTB

FREITAG, 01.05. *10.15 Uhr*
Demonstration zum Maifeiertag, danach Familienfest im Alten Dorf
Festplatz Neißestraße, Lebenstedt

SONNTAG, 03.05. *10.00 Uhr*
Burgführung, Start am Parkplatz
Burgruine Lichtenberg

SONNTAG, 03.05. *18.00 Uhr*
Orgelkonzert mit Sietze de Vries
Klosterkirche St. Abdon und Sennen, Ringelheim

DIENSTAG, 05.05. *13.00 Uhr*
Cupcake-Backen
Seniorentreff Lebenstedt

DIENSTAG, 05.05. *16.00 Uhr*
Buchvorstellung beim Literaturkreis
Stadtbibliothek Salzgitter-Bad

DIENSTAG, 05.05. *19.00 Uhr*
„Wild. Weich. Wunderbar", Eröffnung der Ausstellung von Yvonne Weber
Tillyhaus Salzgitter-Bad

DONNERSTAG, 07.05. *16.00 Uhr*
„Demenz besser verstehen", Vortrag
AWiSta am Fredenberg, Lebenstedt

DONNERSTAG, 07.05. *17.00 Uhr*
„Gewalt im KZ und eine humanitäre Rettungsaktion", Vortrag
Alte Feuerwache, Lebenstedt

FREITAG, 08.05. *20.00 Uhr*
Comedy mit dem Trio Sekt & The city
Kniestedter Kirche, SZ-Bad (ausverkauft)

SAMSTAG, 09.05. *09.00 Uhr*
Gratis-Comic-Tag
Stadtbibliothek Salzgitter-Bad

SAMSTAG, 09.05. *09.00 Uhr*
Tag der Städtebauförderung, Ost- und Westsiedlung
Salzgitter-Bad

SAMSTAG, 09.05. *10.00 Uhr*
Gratis-Comic-Tag
Stadtbibliothek Lebenstedt

SAMSTAG, 09.05. *11.00 Uhr*
Bürgersingen im Rosengarten
Salzgitter-Bad



30.05. Klesmerfestival: Helmut Eisel und Juan Pablo Gonzáles Tobón spielen. © HONKPHOTO

SAMSTAG, 09.05. *14.00 Uhr*
Museumfest
Schloss Salder

SAMSTAG, 09.05. *14.00 Uhr*
Altstadtrundgang
Vöppstedter Ruine, Salzgitter-Bad

SAMSTAG, 09.05. *15.00 Uhr*
Öffentlicher Zugang
Gedenk- und Dokumentationsstätte KZ Drütte, Watenstedt

SAMSTAG, 09.05. *17.00 Uhr*
Orgelkonzert mit Martin Kohlmann
Friedenskirche am Fredenberg, Lebenstedt

SONNTAG, 10.05. *09.00 Uhr*
Offene Stadtmeisterschaft im Petanque
Familiensportbund, Ringelheim

SONNTAG, 10.05. *10.00 Uhr*
Kulturfrühstück mit Gregor Hilden und Richie Arndt
Begegnungsstätte Brücke, Lebenstedt

SONNTAG, 10.05. *11.00 Uhr*
Museumfest
Schloss Salder

SONNTAG, 10.05. *18.00 Uhr*
Orgelkonzert mit Christian Barthen
Klosterkirche St. Abdon und Sennen, Ringelheim

SONNTAG, 10.05. *17.00 Uhr*
„Küstenrock", Konzert mit Nordward Ho
Ev. Gemeindehaus Steterburg

SONNTAG, 10.05. *18.30 Uhr*
„Es gibt ein Leben über 60!", Kabarett mit Peter Vollmer
Wasserburg, Gebhardshagen

FREITAG, 15.05. *11.00 Uhr*
Internationaler Tag der Familie
SOS-Mütterzentrum, Salzgitter-Bad

SONNTAG, 17.05. *14.00 Uhr*
„KZ-Häftlinge in der Rüstungsproduktion", Führung durch die Ausstellung
Gedenkstätte KZ Drütte, Watenstedt

SONNTAG, 17.05. *18.00 Uhr*
Orgelkonzert mit Aaron Triebler
Klosterkirche St. Abdon und Sennen, Ringelheim



31.05. Klesmerfestival: Celina von Wochem und Luca Bo Hansen sind das Duo LinaBo. © privat

MONTAG, 18.05. *10.00 Uhr*
„Von Ihr zum Wir", Start der Ausstellung über „Flüchtlinge und Vertriebene im Niedersachsen der Nachkriegszeit"
Museum Schloss Salder

MONTAG, 18.05. *10.00 Uhr*
„Wie Timmy Lust auf Musik bekam", Kinderkonzert
Aula am Fredenberg, Lebenstedt

MONTAG, 18.05. *16.00 Uhr*
„Die wilden Kerle", Abenteuer-Lesung mit Joachim Masannek
Stadtbibliothek Salzgitter-Bad

MONTAG, 18.05. *16.00 Uhr*
„Sinne-Entdecker-Parcours"
Begegnungsstätte Brücke, Lebenstedt

DONNERSTAG, 21.05. *09.30 Uhr*
„Ohne Hindernisse durch Salzgitter", Inklusionskonferenz
Rathaus, Lebenstedt

DONNERSTAG, 21.05. *13.00 Uhr*
Cupcake-Backen
Seniorentreff Lebenstedt

DONNERSTAG, 21.05. *15.30 Uhr*
Vorlese-Nachmittag
Stadtbibliothek Lebenstedt

SONNTAG, 24.05. *18.00 Uhr*
Orgelkonzert mit Martin Kohlmann
Klosterkirche St. Abdon und Sennen, Ringelheim

FREITAG, 29.05. *17.30 Uhr*
Musik und Schwof – Tanzvergnügen für Oldies
Alte Feuerwache, Lebenstedt

FREITAG, 29.05. *18.00 Uhr*
Klesmerfestival mit Uusikuu, Tico Tico und Gankino Circus
Klesmerplatz, Salzgitter-Bad

SAMSTAG, 30.05. *12.00 Uhr*
Seeviertelfest und Sommerfest der Schule
Grundschule St. Michael, Lebenstedt

SAMSTAG, 30.05. *17.00 Uhr*
Klesmerfestival mit Helmut Eisel & JEM, Ben-Waldraff-Band, Adjiri Odametery & Band sowie Andrew Murphy & Band
Klesmerplatz, Salzgitter-Bad



13.06. Das Duo „Lütt un Lütt" singt in St. Mariae Jakobi. © privat

SAMSTAG, 30.05. *11.00 Uhr*
Aqua-Action-Tag
Stadtbad, Lebenstedt

SONNTAG, 31.05. *13.00 Uhr*
Klesmerfestival mit den Sölter Kinder, Lumaï .OT, Lina Bo und Tone Fish

DIENSTAG, 02.06. *16.00 Uhr*
Buchvorstellung beim Literaturkreis
Stadtbibliothek Lebenstedt

SONNTAG, 07.06. *10.00 UHR*
Burgführung
Start am Parkplatz, Burgruine Lichtenberg

SONNTAG, 07.06. *11.00 Uhr*
Kulturfrühstück mit Front Porch Picking
Begegnungsstätte Brücke, Lebenstedt

SONNTAG, 07.06. *17.00 Uhr*
Festkonzert der Hochbegabtenklasse der Musikhochschule Hannover
Schloss Salder

SONNTAG, 07.06. *18.00 Uhr*
Open-Air-Konzert der Band The Nightbreakers
St.-Petri-Kirche, Heerte

DIENSTAG, 09.06. *19.30 Uhr*
„Cahokia: eine präkolumbianische indigene Hochkultur in Nordamerika"
VHS-Online-Vortrag mit Michael Hochgeschwender

MITTWOCH, 10.06. *19.30 Uhr*
„Kunst im Ohr – ein Live-Stream für alle Sinne"
VHS-Online-Vortrag

DONNERSTAG, 11.06. *10.00 Uhr*
Lesen und lecker, Buchvorstellung
Begegnungsstätte Brücke, Lebenstedt

SAMSTAG, 13.06. *15.00 Uhr*
„Lust auf eine kleine Schlagerei?", Konzert mit dem Duo Lütt un Lütt
St.-Mariae-Jakobi-Kirche, Salzgitter-Bad

SAMSTAG, 13.06. *15.00 Uhr*
Öffentlicher Zugang
Gedenk- und Dokumentationsstätte KZ Drütte, Watenstedt

SONNTAG, 14.06. *11.00 Uhr*
Schwimmabzeichen-Tag
Stadtbad Lebenstedt und Thermalsolbad SZ-Bad



25.06. Seniorentag: Die Piratensänger aus der Grundschule am See. © privat

DONNERSTAG, 18.06. *17.00 Uhr*
„Was ist Antiziganismus?", Vortrag der Reihe „Pro Demokratie"
Gedenkstätte KZ Drütte, Watenstedt

DONNERSTAG, 18.06. *19.30 Uhr*
„Bauchentscheidungen – die Macht der Intuition",
VHS-Online-Vortrag mit Prof. Dr. Gerd Gigerenzer

FREITAG, 19.06. *17.00 Uhr*
Sommerparty am See
Sporthafen am Stadtbad, Lebenstedt

SONNTAG, 21.06. *09.00 Uhr*
Helios-Drachenboot-Cup
Sporthafen am Salzgittersee, Lebenstedt

SONNTAG, 21.06. *12.00 Uhr*
Sommerfest im Mütterzentrum
Salzgitter-Bad

SONNTAG, 21.06. *14.00 Uhr*
Golfplatzführung
Treffpunkt Union-Stadion, Salzgitter-Bad

MONTAG, 22.06. *08.00 Uhr*
Sparkassen Schüler-Drachenboot-Cup
Sporthafen am Salzgittersee, Lebenstedt

MONTAG, 22.06. *17.00 Uhr*
„Sowjetische Kriegsgefangene in Salzgitter", Vortrag
Gedenkstätte KZ Drütte, Watenstedt

DIENSTAG, 23.06. *19.30 Uhr*
„Die Zukunft der industriellen Produktion"
VHS-Online-Vortrag mit Dr. Björn Sautter

DONNERSTAG, 25.06. *10.00 Uhr*
Seniorentag
Rathausvorplatz, Lebenstedt

DONNERSTAG, 25.06. *16.30 Uhr*
„MigrationSZgeschichten", Fahrradtour zur Migrations- und Industriegeschichte
Treffpunkt Bahnhof Lebenstedt

SONNTAG, 28.06. *17.00 Uhr*
„Vivaldiana – von Vivaldi bis Deep Purple", Konzert der Schlesischen Kammersolisten mit Christoph Soldan am Klavier
Museum Schloss Salder



25.05. Seniorentag Polizeiorchester BlasMusik © privat

DIE NÄCHSTE SZENE-AUSGABE FÜR DIE TERMINE IM JULI UND AUGUST ERSCHEINT AM 27. JUNI 2026, ANZEIGEN- UND REDAKTIONSSCHLUSS DAFÜR IST AM MONTAG, 15. JUNI 2026.

VERFOLGUNGSJAGD IM DRACHENBOOT

Bei den Rennen um den Helios-Cup am 21. Juni gibt es eine neue Disziplin

Noch sind es fast zwei Monate bis zum ersten Startschuss am Salzgittersee, aber die Vorbereitungen für den Helios-Drachenbootcup 2026 laufen seit Wochen. Die Gruppen können sich bei der Bäder Sport und Freizeit GmbH (BSF) anmelden. „Interessierte Teams sollten schnell sein, denn die Startplätze sind begehrt", empfehlen die Organisatoren Doreen Plutta und Lukas Nowak. Insbesondere dürfte das neue 1.000-Meter-Verfolgungsrennen für Aufmerksamkeit sorgen. Dort stehen jeweils nur acht Startplätze für 10er- und 20er-Boote zur Verfügung.



Are you ready? Attention! Go!: So lautet das Startsignal für die Drachenbootrennen am 21. Juni auf dem Salzgittersee. *©sz-pa/rk*

Am 21. Juni werden die Helios-Cups ausgefahren, am 22. Juni folgt dann der Wettbewerb der Schulen. 2026 steht unter einem besonderen Stern. Der Wettbewerb in Salzgitter besteht seit 20 Jahren. Aus diesem Anlass ist die Teilnahme am 1.000-Meter-Rennen kostenfrei für alle Teams, die sich zusätzlich für den regulären Cup anmelden.

Ob Unternehmen, Verein oder befreundete Leute aus der Nachbarschaft – teilnehmen können alle. Paddeln ist schnell gelernt. Am 19. und 20. Juni gibt es zwei Trainingstage. Benötigt werden mindestens zehn Personen für den 10er-Cup beziehungsweise 18 Paddelnde für den 20er-Cup sowie jeweils ein Trommler oder eine Trommlerin. „Als lokaler Partner ist es uns ein besonderes Anliegen, Salzgitter noch lebenswerter zu machen. Der Helios-Drachenbootcup ist ein mitreißendes Event für die ganze Familie. Unser Team ist wieder hoch motiviert und blickt voller Zuversicht auf die Titelverteidigung im 20er-Cup", so Sascha Kucera, Klinikgeschäftsführer des Helios Klinikums als Hauptsponsor.

Für die BSF-Crew mit Doreen Plutta und Lukas Nowak ist der Wettbewerb „die perfekte Gelegenheit, sportlichen Ehrgeiz und Teamgeist zu verbinden". Die beiden Organisatoren blicken gespannt auf die Premiere des 1.000-Meter-Verfolgungsrennens. Das dürfte für „jede Menge Action, spannende Überholmanöver und Spannung bis zum Schluss" sorgen. Bereits am Freitag, 19. Juni 2026, stimmt die Sommerparty am See auf das Rennwochenende ein. Alle Informationen zur Anmeldung, zu den teilnehmenden Teams sowie zur Sommerparty gibt es unter www.drachenboot-sz.de.

JUNGE MUSIK BEIM SENIORENTAG

New SoulGeneration gastiert am 25. Juni vor dem Rathaus in Lebenstedt

Unter dem Motto „Miteinander sicher und selbstbestimmt" steht am Donnerstag, 25. Juni, von 10 bis 15 Uhr der beliebte Seniorentag des Seniorenbüros und Pflegestützpunktes sowie des Seniorenbeirates der Stadt Salzgitter an. Auf dem Platz vor dem Rathaus in Lebenstedt werden verschiedene Stände mit spannenden Angeboten von Organisationen, Unternehmen und Vereinen aufgebaut sein, die diese Gelegenheit nutzen werden, sich und ihre Arbeit vorzustellen. Auch die Stadtverwaltung ist mit vor Ort, wo die Besucherinnen und Besucher eine bunte Palette an Informationen erhalten.

Um 10 Uhr wird der Seniorentag offiziell eröffnet. Danach treten die Kinder vom Chor Die Piratensänger der Grundschule am See auf. Ab 10.40 Uhr präsentiert sich die Tanzschule Kwiatkowski mit einem sportlichen Angebot zum Mitmachen. Der Singkreis des Seniorentreffs in Lebenstedt lädt mit seinem Auftritt ab 11.10 Uhr alle Musikbegeisterten zum Mitsingen ein. Ab 11.30 Uhr schließt die Band Die Schnulzenreiter den Vormittag mit musikalischer Unterhaltung ab. Im Anschluss folgt ab 12.15 Uhr die stille halbe Stunde, damit die Veranstaltung auch reizarm erkundet werden kann.

Das Nachmittagsprogramm eröffnet das Fredenberg Forum mit einer Runde Hockergymnastik. Ab 13 Uhr übernimmt die New SoulGeneration die Bühne, zehn junge Musiker und Musikerinnen aus Braunschweig. Sie stehen für Funk-Musik der 60er- und 70er-Jahre mit hoher Authentizität und versprechen dem Publikum eine ordentliche Ladung Soul-Power.

Ab 13.50 Uhr sind die Gäste eingeladen, an einer Runde Bingo mit tollen Preisen teilzunehmen, bereitgestellt vom Seniorenbüro. Das Tagesprogramm wird ab 14.15 Uhr durch ein Konzert des Niedersächsischen Polizeiorchesters abgeschlossen.

Der Eintritt am Seniorentag ist wie immer frei. Mehr Informationen gibt es beim Seniorenbüro unter Telefon (05341) 839-3780, -4434 oder -3257 sowie per E-Mail an spn@stadt.salzgitter.de.



11874101_002426



Junge Leute machen Musik beim Seniorentag: Die New SoulGeneration stellt sich um 13 Uhr vor dem Rathaus vor.

© franktobianphotography



Aktiv sein bis ins hohe Alter: Das Fredenberg Forum präsentiert die Hockergymnastik.

©Fredenberg Forum

WIE AUS DEM IHR EIN WIR WURDE

Ausstellung über das Zusammenwachsen von Geflüchteten und Einheimischen nach dem Krieg

Das Städtische Museum Schloss Salder zeigt bis Sonntag, 28. Juni, die Ausstellung „Vom Ihr zum Wir. Flüchtlinge und Vertriebene im Niedersachsen der Nachkriegszeit". Dort wird der Beitrag der Flüchtlinge und Vertriebenen am Aufbau des Landes Niedersachsen dokumentiert. Nur wenig hat das Bundesland seit seiner Gründung 1946 so sehr geprägt wie die Ankunft von mehr als 1,8 Millionen Geflüchteten und Vertriebenen infolge des Zweiten Weltkrieges. Diese Menschen stellten 1950 etwa ein Viertel der Gesamtbevölkerung.

Ihre Integration brauchte Zeit und Energie. Doch es war ein holpriger, ja teils steiniger Weg vom „Ihr" zum „Wir" – geprägt von Missverständnissen, Ablehnung, Entbehrungen, aber auch von unbändigem Aufbauwillen, Offenheit und gemeinsamer Arbeit. In Zeiten des Mangels, der West- wie Ostdeutsche gleichermaßen traf, war dies eine große Herausforderung. Der Anfang in dem kriegszerstörten Land war schwer. Die Neubürgerinnen und Neubürger konkurrierten mit den Einheimischen um knappe Ressourcen wie Wohnraum und Nahrung. Gleichzeitig halfen sie durch ihre Arbeitskraft, das Land wieder aufzubauen. Religiöse Differenzen trugen zur gelebten Ökumene bei. Die Ankunft der Flüchtlinge und der Vertriebenen lässt sich bis heute an vielen Straßennamen mit osteuropäischem Bezug und den neu entstandenen Flüchtlingssiedlungen auch in Salzgitter ablesen.

Die Ausstellung erzählt Geschichten, die exemplarisch die großen Anstrengungen verdeutlichen, die den Weg vom „Ihr" zum „Wir" geprägt haben. Ergänzt wird sie um lokale Aspekte, denn die junge Großstadt Salzgitter stand wie wohl kaum ein Ort im damals geteilten Deutschland für die Herausforderungen dieser Zeit – und für deren Bewältigung.

Die Sonderausstellung wurde 2021 anlässlich des 75-jährigen Bestehens des Landes Niedersachsen durch den Museumsverband für Niedersachsen und Bremen im Rahmen des Projektes „Herkunft.Heimat.Heute." erarbeitet. Zu sehen ist sie im Obergeschoss des Bereichs „Salzgitter – Die neue Stadt" im „Pferdestall" des Museums Schloss Salder. Der Zugang ist barrierearm, der Eintritt kostenlos. Die Laufzeit endet am 28. Juni mit dem Konzert „Soldan und die Schlesischen Kammersolisten" im Fürstensaal. Weitere Informationen gibt es beim Fachdienst Kultur per E-Mail an museum@stadt.salzgitter.de oder unter der Telefonnummer (05341) 839-4619.



Ein Highlight aus der Sammlung des Museums: Das Modell eines ostpreußischen Keitelkahns.

© Stadt Salzgitter



Blick in die Ausstellung: 14 Banner vermitteln Flucht, Vertreibung, Neubeginn in Niedersachsen.

© Stadt Salzgitter



© Christoph Soldan

VON VIVALDI BIS DEEP PURPLE

Christoph Soldan und die Schlesischen Kammersolisten im Fürstensaal

Im Rahmen der Ausstellung „Vom Ihr zum Wir" im Städtischen Museum Schloss Salder geben sich Pianist Christoph Soldan und die Schlesischen Kammersolisten am Sonntag, 28. Juni, ab 17 Uhr die Ehre mit ihrem Konzert „Vivaldiana". Von Vivaldi bis Deep Purple reicht die Bandbreite an diesem Abend. Im Fürstensaal des Städtischen Museums Schloss Salder erleben die Gäste, was entsteht, wenn ein klassischer Musiker Hits aus den 60er-Jahren für sein eigenes Kammerensemble arrangiert: äußerst liebevoll komponierte Stücke, in denen die Ohrwürmer der Popmusik als auch große klassische Musik auftauchen.

Ein wahres Crossover-Projekt. Und der Erfolg gibt dem Komponisten Dariusz Zboch und seinem Ensemble recht. Sein neuestes Werk „Vivaldiana" ist ein virtuoses viersätziges Klavierkonzert auf Basis der „Vier Jahreszeiten" Vivaldis, das im Jazz, Swing, Tango und Bossa Nova angesiedelt ist. Die Schlesischen Kammersolisten arbeiteten mit bedeutenden Künstlern zusammen wie zum Beispiel Krzysztof Penderecki, Yehudi Menuhin, Christoph Eschenbach, Pinchas Zukerman, Maxim Vengerov, Mstislav Rostropovich und dem deutschen Pianisten und Dirigenten Christoph Soldan. Eintrittskarten gibt es online auf dem Kartenportal Eventim.



11874801_002426



FOTO: IMAGO IMAGES

Manhattan der Wüste: Diese Hochhäuser sind Hunderte Jahre alt

Seit 1982 gelten die Hochhäuser von Schibam als **Unesco-Weltkulturerbe**



Schibam ist die historische Hauptstadt der Region Hadramaut im Jemen. FOTO: IMAGO IMAGES/ DANITA DELIMONT

Mitten in der Wüste ragen Hochhäuser in den Himmel – gebaut aus Lehm. Schibam im Jemen ist eine der außergewöhnlichsten Städte der Welt.

Wolkenkratzer verbindet man normalerweise mit Metropolen wie New York oder Dubai. Glasfassaden, Stahlkonstruktionen, moderne Technik. Doch es gibt einen Ort, der dieses Bild komplett auf den Kopf stellt – und das schon seit Jahrhunderten.

Die historische Stadt Schibam im Jemen wird nicht ohne Grund „Manhattan der Wüste" genannt. Denn hier stehen dicht gedrängt Hunderte Hochhäuser – gebaut aus einem Material, das eigentlich als vergänglich gilt: Lehm.



Wohnhäuser in der Altstadt von Schibam.

FOTO: IMAGO/IMAGEBROKER/STRIGL

Hochhäuser aus Lehm – ein Wunderwerk der Architektur

Was Schibam so besonders macht, ist die Bauweise. Rund 500 Gebäude stehen hier auf engstem Raum, viele davon sind bis zu 25 oder sogar 30 Meter hoch. Für eine Stadt, deren Häuser größtenteils aus Lehmziegeln bestehen, ist das nahezu einzigartig.

Die Konstruktion folgt dabei einem klaren Prinzip: Nach oben hin werden die Wände immer dünner, während Holzstrukturen die Stabilität sichern. So entsteht eine erstaunlich robuste Bauweise – trotz des scheinbar einfachen Materials. Die Häuser wirken wie frühe Wolkenkratzer und gelten als eines der ältesten Beispiele für vertikales Bauen in der Geschichte, berichtet das Magazin „Zenith".

Leben in der Vertikalen

Die Architektur von Schibam ist nicht nur spektakulär, sondern auch funktional. Die Häuser sind klar strukturiert: Unten lagern Vorräte oder befinden sich Tiere, darüber befinden sich Empfangsräume und Bäder, und in den oberen Stockwerken leben die Menschen.

Besonders faszinierend ist das Leben auf den Dächern. In den kühleren Abendstunden verlagert sich das soziale Leben nach oben. Dort treffen sich Familien, tauschen sich aus und nutzen die Höhe als natürlichen Rückzugsort vor der Hitze der Wüste.

Warum die Häuser überhaupt so hoch sind

Die ungewöhnliche Höhe der Gebäude hat einen praktischen Ursprung: Platzmangel. Die Stadt wurde auf einer begrenzten Fläche im Tal errichtet und von einer schützenden Mauer umgeben. Um trotzdem möglichst vielen Menschen Raum zu bieten, bauten die Bewohnerinnen und Bewohner einfach nach oben statt in die Breite.

Das Ergebnis ist eine der dichtesten historischen Städte der Welt – mit einer Skyline, die eher an moderne Großstädte erinnert als an eine Siedlung in der Wüste. Seit 1982 gelten die Hochhäuser von Schibam als Unesco-Weltkulturerbe.

Ein Blick in die Geschichte von Schibam

Die Wurzeln der Stadt reichen weit zurück: Schon früh entwickelte sich der Ort zu einem wichtigen Handelszentrum entlang der Weihrauchstraße. Kaufleute nutzten die strategisch günstige Lage im Hadramaut-Tal, um am lukrativen Handel zwischen Arabien, Afrika und dem Mittelmeerraum teilzuhaben.

Die heutige Stadtstruktur mit ihren markanten Lehmhochhäusern entstand vor allem im 16. Jahrhundert. Damit gilt Schibam als „älteste Wolkenkratzerstadt der Welt" – und steht mit diesem Titel sogar im Guinnessbuch der Rekorde. Über die Jahrhunderte wurde Schibam immer wieder angepasst, erweitert und erneuert.

Ein fragiles Meisterwerk

So beeindruckend die Lehmhochhäuser sind, so empfindlich sind sie nämlich auch. Das Material ist anfällig für Regen, Feuchtigkeit und Erosion. Deshalb müssen die Gebäude regelmäßig ausgebessert und neu verputzt werden. Genau hier liegt das Problem: Viele Häuser verfallen, weil Geld und Arbeitskräfte für die Instandhaltung fehlen. Gleichzeitig verlassen immer mehr Menschen die historische Stadt, da das Leben dort im Vergleich zu modernen Gebäuden als unbequem gilt.

Das Unesco-Welterbe gilt deshalb als gefährdet. Das einzigartige Stadtbild wird nach und nach zum Sanierungsfall und ist gleichzeitig vom seit Jahren herrschenden Bürgerkrieg und von bewaffneten Auseinandersetzungen bedroht.

Ohne kontinuierliche Pflege droht das „Manhattan der Wüste" langsam zu verschwinden.

Weitere Informationen findest du unter:
» **www.reisereporter.de/manhattan-wueste**

Steuererklärung mit nur einem Klick: Revolution oder Risiko?

Ab dem 1. Juli wird sie Realität: die Steuererklärung mit nur einem Klick. Über die App „MeinElster+“ des offiziellen Online-Finanzamts Elster können ausgewählte Steuerzahlerinnen und Steuerzahler ihre Einkommensteuererklärung erstmals vollständig mobil und stark vereinfacht abgeben.

„Die Finanzverwaltung greift dabei auf Daten zurück, die ihr bereits elektronisch vorliegen, wie Lohnsteuerbescheinigungen der Arbeitgeber, Rentenbezugsmitteilungen oder Beiträge zur Kranken- und Pflegeversicherung“, sagt Daniela Karbe-Geßler vom Bund der Steuerzahler. „Aus diesen Informationen wird eine vorausgefüllte Steuererklärung erstellt.“ Nutzerinnen und Nutzer sehen in der App dann eine bereits fertige Berechnung. Stimmt alles, genügt ein Klick zur Übermittlung.



Steuererklärung mit nur einem Klick? Ab Juli wird das mit der „MeinElster+“-App für manche Menschen möglich sein.

FOTO: NICO TAPIA

Das Verfahren basiert auf dem bekannten System der vorausgefüllten Steuererklärung, das es auch bislang schon gab - geht aber einen Schritt weiter: Statt Formulare zu öffnen, Daten zu übertragen und Anlagen auszuwählen, reduziert sich der Prozess im Idealfall auf das Prüfen und Bestätigen.

Noch richtet sich das Angebot nicht an jeden

Zum Start richtet sich das Angebot vor allem an ledige, kinderlose Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sowie Rentnerinnen und Rentner mit überschaubaren steuerlichen Verhältnissen. Komplexere Lebenssituationen - etwa mit Kindern, Vermietungseinkünften oder selbstständiger Tätigkeit - sind zunächst nicht vorgesehen.

Damit wird deutlich: Die Ein-Klick-Erklärung ist kein Ersatz für die vollständige Steuererklärung für alle Steuerzahler, sondern ein vereinfachtes Angebot für Standardfälle.

Vor dem Absenden unbedingt kritisch prüfen

Die Vorteile liegen auf der Hand: weniger Bürokratie, weniger Hemmschwellen, mehr digitale Beteiligung. Gerade Menschen, die bislang aus Unsicherheit oder Bequemlichkeit auf eine freiwillige Steuererklärung verzichtet haben, könnten profitieren.

Daniela Karbe-Geßler mahnt jedoch zur Vorsicht: „Die vorausgefüllten Daten enthalten nur Informationen, die dem Finanzamt ohnehin gemeldet werden.“ Werbungskosten über dem Pauschbetrag, außergewöhnliche Belastungen, haushaltsnahe Dienstleistungen oder Handwerkerleistungen erscheinen nicht automatisch in der Berechnung. Wer unkritisch bestätigt, verschenkt womöglich Geld. Wer steuerlich abzugsfähige Aufwendungen melden kann, sollte diese darum selbst noch ergänzen.

Die Steuererklärung per Klick ist dem Bund der Steuerzahler zufolge ein bedeutender Schritt in Richtung digitale Verwaltung. Sie vereinfacht Prozesse, ersetzt aber nicht die individuelle Prüfung. Der Klick mag technisch genügen. Steuerlich klug sei er aber nur, wenn man zuvor genau hingesehen hat. (dpa)

MIX Markt
Gültig von Mo. 27.04.26 bis Sa. 02.05.26*

SCHWEINENACKEN OHNE KNOCHEN frisch, 1 kg 4.99
SCHWEINEZUNGE 1 kg 2.99
HÄHNCHENBRUSTFILET frisch, 1 kg 8.99
DICKE RIPPE VOM SCHWEIN 1 kg 4.99
SCHWEINE-BAUCH WIE GEWACHSEN 1 kg 4.99
HÄHNCHENSCHENKEL, frisch 1 kg 2.99
*Geflügel frisch - Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung

Hackfleischröllchen "CEVAPCICI" aus Schweine- und Rindfleisch, tiefgefroren 900 g Pack, 1 kg = 7,10 TOP 6.39
Brühwurst, mittelgrob, geräuchert und gedörrt "Kielbasa rzeszowska" 100 g, 1 kg = 12,50 1.25
Kochsalami "Servelat Otbornyj", heißgeräuchert 300 g Pack, 1 kg = 9,64 2.89
Gekochter Schweinebauch "Salowiza s lawruschkoj" gepökelt 300 g Pack, 1 kg = 12,30 3.69

LACHSFORELLE AUSGENOMMEN, MIT KOPF, roh, küchenfertig, tiefgefroren 1 kg 5.99
MAKRELEN OHNE KOPF, kaltgeräuchert, 1 kg
Fanggebiet: Gefangen im Nordostatlantik (westlich Schottlands) TOP 13.99
GARNELEN, 1 kg 10.99
* frische Fischware - Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung

EINLEGEGURKEN, 1 kg 1.79
*Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung
Hefegebäckringe versch. Sorten 300 g Btl, 1 kg = 2,97 0.89
Eingelegte Gurken "Hrustjaschie" versch. Sorten 900 ml Gl, Abtr. 1 kg = 4,56 2.05
Frisch eingesäuerter Weißkohl versch. Sorten 900 g Eimer, Abtr. 1 kg = 4,43 2.99
Eingelegte Tomaten nach kawkasischer Art oder nach khersoner Art 850 ml Gl, Abtr. 1 kg = 4,82 TOP 2.19
Teigtaschen mit Kartoffeln "Wareniki", tiefgefroren 450 g Pack, 1 kg = 4,43 1.99

Erfrischungsgetränk mit Fruchtgeschmack "Uludag" 0,5 L Fl, 1 L = 2,10 zzgl. Pfand 0,25 1.05
Buchweizen mit Dampf behandelt 800 g Btl, 1 kg = 1,99 TOP 1.59
Salatmayonnaise nach Provencal-Art, mit Süßungsmittel 800 ml Btl, 1 L = 3,82 TOP 3.05

*Alle Artikel solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Preise sind in Euro inkl. MwSt. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Alle Artikel ohne Deko. Diese Angebote gelten nur in dem nachfolgenden werbenden Markt:

Mix Markt 111, Inh. Olga Reichert
Krühgarten 79, 38228 Salzgitter
Mo - Fr: 09:00 - 19:00
Sa: 09:00 - 18:00
05341 - 2259420
www.mixmarkt.eu
Kostenlose Kundenhotline: 0800 - 325 325 325

11562101_002426

Begleitung gesucht: Welche Stauden passen zu Rosen?

Rosen müssen im Garten nicht allein stehen, um zu glänzen – im Gegenteil: In Gesellschaft passender Stauden kommen sie richtig zur Geltung. Die Begleitpflanzen schützen nach Angaben des Grünen Medienhauses auch den Boden und locken nützliche Insekten an. Doch mit welchen Stauden lassen sich Rosen kombinieren?

Rosen und ihre Begleiter sollten ähnliche Ansprüche haben: ein sonniger Platz und ein nährstoffreicher, lockerer Boden. Viele Stauden kommen damit gut zurecht. Wichtig ist auch genug Abstand – Rosen mögen es luftig und nicht zu eng. Auch die Größe der Rosen spielt eine Rolle.

So werden Beetrosen und Kleinstrauchrosen meist nicht höher als einen Meter. Sie lassen sich daher gut mit Stauden wie Scheinwaldmeister oder Teppichsedum kombinieren. Sie zeichnen sich durch einen kriechenden Wuchs aus und lassen den Rosen genug Platz, um sich zu entfalten.

Rosen vertragen sowohl Harmonie als auch Kontraste. Sanfte Blütenpolster wie beim Frauenmantel schaffen einen ruhigen Hintergrund, während aufrechte Blütenstände wie beim Steppen-Salbei lebendige Akzente setzen. Bei den Farben zählt vor allem der eigene Geschmack. Besonders beliebt sind blaue Blüten wie bei Glockenblumen, Katzenminze oder Storchschnabel.



Katzenminze ist nur eine von vielen Stauden, die Rosen im Beet schön in Szene setzen. FOTO: BETTINA BANSE

Vorsicht ist hingegen beim Lavendel geboten. Anders als Rosen bevorzugt er magere und trockene Böden. Zu viele Nährstoffe schaden ihm – die Blüte lässt nach und auch die Frosthärte kann leiden. Wer Rosen und Lavendel trotzdem kombinieren möchte, kann den Boden gezielt anpassen. Mit Splitt, Kalkschotter oder Kies wird er durchlässiger. (dpa)

JETZT ONLINE: NEUE FOLGE, NEUER YOUTUBE-KANAL

GESUND GEHÖRT



EUER VIDEOPODCAST
RUND UM DAS THEMA GESUNDHEIT

Darmgesundheit – Mehr als nur Verdauung

ARLETT DÜKER UND CARINA BLASI



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

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

powered by

PAZ Südstadt Apotheke

Enthält bezahlte Werbung. Die Redaktionen der PAZ, AZ und WAZ haben keinen Einfluss auf den Inhalt des Podcasts.

11754401_002426

Körper nicht bewerten: Was den kindlichen Selbstwert stärkt

„Du hast heute aber ein tolles Kleid an“ oder „Das ist aber eine starke Frisur“: Schon kleine Kinder bekommen oft Kommentare zu ihrem Äußeren. Auch wenn dahinter oft keine negative Absicht steht: Kinder würden solche Aussagen schon früh verinnerlichen, heißt es in der Zeitschrift „Apotheken Umschau Eltern“ (Ausgabe 04/2026).

Mit zunehmendem Alter prägen gesellschaftliche Schönheitsideale dann verstärkt das Denken, Verhalten und den Selbstwert von Kindern und Jugendlichen. Das zeigt sich etwa darin, dass Kinder oft schon früh unzufrieden mit ihrem Körper sind oder bereits als Teenager den Wunsch haben, schlanker zu sein.

Wertschätzende Worte zu Charakter und Fähigkeiten

Eltern können dem aber entgegenwirken, indem sie bewusst darauf achten, den Selbstwert ihrer Kinder unabhängig vom Aussehen zu stärken. Dazu sollten sie Körper generell möglichst wenig bewerten - egal, ob positiv oder negativ, heißt es in dem Beitrag.

Nachhaltig und langfristig helfen Kindern eher wertschätzende Worte über ihren Charakter, ihre Fähigkeiten und ihr Verhalten. Eltern können zum Beispiel betonen, wie konzentriert ihr Sohn heute in der Küche geholfen oder wie einfühlsam er seine Spielkameradin getröstet hat.

Das hat einen weiteren positiven Effekt: „Wenn Kinder von Anfang an von ihren Eltern lernen, dass sie gut sind, wie sie sind, dann bringen sie negative Kommentare von anderen später auch nicht so leicht aus der Fassung“, so die psychologische Psychotherapeutin Marny Münnich von der Bergischen Universität Wuppertal in der Zeitschrift. Dadurch lernen Kinder eine wichtige Botschaft: Ich darf so sein, wie ich bin. (dpa)



„Du bist gut, so wie du bist“: Kinder, die diese Botschaft hören, sind später weniger anfällig für negative Kommentare von anderen. FOTO: CHRISTIN KLOSE



Hauchdünn aufgeschnitten: Parmaschinken hat ein mildes und leicht nussiges Aroma. FOTO: DANIEL KARMANN

So funktioniert der Aroma-Trick für den Parmaschinken

Im Gegensatz zu kräftigen, rauchigen und würzigen Rohschinkensorten ist Parmaschinken viel zarter und wird von der Zunge fast wie Butter wahrgenommen. Damit er sein mildes und leicht nussiges Aroma voll entfalten kann, sollte Parmaschinken immer schon eine halbe Stunde vor dem Verzehr aus dem Kühlschrank genommen werden. Das empfiehlt das Herstellerkonsortium „Consorzio del Prosciutto di Parma".

Die Italiener genießen Parmaschinken am liebsten pur, hauchdünn und roh, als Antipasti zu Melone und Feigen, mit Grissini oder frischem Brot.

Zum Kochen oder Braten, etwa um Schweinefilet oder Zucchiniröllchen zu umwickeln, sind Schinken mit stärkeren Aromen besser geeignet.

Das milde Aroma ist auch ein Unterschied etwa zu kräftigeren Schinkensorten wie Schwarzwälder oder Serrano. Denn Parmaschinken wird ausschließlich mit Salz eingerieben - ohne Rauch, weitere Kräuter und Gewürze.

So entsteht der Parmaschinken

Der Einsalzmeister, der Maestro Salatore, reibt die frischen Keulen mit Meersalz ein und wäscht es nach ein paar Tagen wieder ab. Das wird mehrmals wiederholt, bis der Schinken so viel Wasser verloren hat, dass er ein Drittel weniger Gewicht auf die Waage bringt.

Dann trocknet und reift die Keule mindestens 14 Monate in einer Reifehalle, die nur in der Parma-Region stehen darf. Die Luftzufuhr wird über gegenüberliegende Fenster gesteuert, durch die salzige Meer- und Bergluft strömt und so das Salz im Reifeprozess gleichmäßig im Schinken verteilt.

Hat der Schinken alle Qualitätsprüfungen bestanden, erhält er den Brandstempel des „Consorzio del Prosciutto di Parma", die fünfzackige Parma-Krone, die ihn als einen Parmaschinken mit geschützter Ursprungsbezeichnung kennzeichnet.

Tipp zur Lagerung: Lose Parmaschinken-Scheiben aus der Bedientheke gehören zur Aufbewahrung in den Kühlschrank und sollten innerhalb von zwei Tagen gegessen werden. Dies gilt der Empfehlung zufolge auch für Packungen aus dem Supermarktregal, deren Inhalt nicht auf einmal verspeist wurde.

Rezept für Kräuterpfannkuchen mit Parmaschinken

Das Herstellerkonsortium hat einen Vorschlag, wie man Parmaschinken wirkungsvoll in Szene setzt - mit Pfannkuchen und einem Joghurt-Topping:

Zutaten für 3-4 Personen:
Für die Pfannkuchen:

- 135 g Mehl
- 1 gehäufter TL Backpulver
- 4 Prisen Salz, Pfeffer
- 1 großes Ei
- 130 g Milch
- 1 gehäufter TL Kurkuma
- 1 EL geschmolzene Butter
- Petersilie und Thymian geschnitten
- Butter

Für das Topping:

- 200 g stichfester Joghurt
- 2 TL Olivenöl
- Thymian
- Salz, Pfeffer
- 100 g Parmaschinken in Scheiben

(dpa)

Ist es wirklich sinnvoll, Eier anzupieksen?

Konnten Generationen von Hausfrauen oder -männern irren? Damit das Ei nicht platzt, haben sie es vor dem Kochen angepiekst. Schließlich gibt es dafür ja sogar extra ein kleines Gerät. Stellt man das Ei darauf und drückt es runter, kommt ein Stachel hoch und pikst das Ei an.

Die Idee hinter dem Piks: Beim Erhitzen dehnt sich Luft im Ei aus. Durch das kleine Loch in der Schale soll Luft entweichen können und so das Platzen des Eis verhindert werden. „Obwohl vermutlich die meisten das Ei anpieksen, ist es tatsächlich gar nicht nötig. Es gibt keinen Beleg dafür, dass das Anpieksen wirklich verhindert, dass das Ei platzt", sagt Daniela Krehl, Ernährungsexpertin bei der Verbraucherzentrale Bayern.

Große Temperaturunterschiede sind schuld an Rissen

Worauf es wirklich ankommt, sei die Temperatur: „Wenn ich ein eiskaltes Ei aus dem Kühlschrank ins kochende Wasser gebe, ist der Temperaturunterschied ziemlich groß und die Schale kann eher reißen." Krehls Tipp für den Alltag, lautet daher: Die Eier einfach ein paar Minuten vor dem Kochen aus dem Kühlschrank holen und mit dem Löffel ganz vorsichtig ins kochende Wasser heben". So sei der Temperaturunterschied zum Kochwasser geringer und verhindere Risse in der Schale - ganz ohne Eierpieksen.

Wie lange ein Ei gekocht wird, hängt dann vor allem vom persönlichen Geschmack ab. Faustregel der Verbraucherzentrale: Nach etwa sechs Minuten ist es wachsweich, nach rund zehn Minuten hart

Und wie sieht es mit dem Abschrecken von Eiern aus?

Das eiskalte Wasserbad nach dem Kochen sorgt nach Omas Überlieferung dafür, dass man die Schale besser pellen kann und sie nicht am Häutchen kleben bleibt. Das ist aber auch ein Mythos. Ob die Schale hartnäckig am Ei kleben bleibt, hängt nicht vom Abschrecken ab, sondern vom Alter der Eier. „Wenn die Schale schlecht abgeht, sind die Eier nur wenige Tage jung. Ältere Eier lassen sich leichter pellen, weil die dünne Haut um das Eiklar herum mit der Zeit elastischer wird", klärt die Verbraucherzentrale Brandenburg auf.

Abschrecken sei nur sinnvoll für diejenigen, die ein wirklich weichgekochtes Ei genießen wollen, denn die Kälte unterbricht den Garprozess.

Kontraproduktiv ist Abschrecken allerdings, wenn man gekochte Eier lagern möchte, etwa die buntgefärbten zu Ostern. Dann sollte sowohl auf das Anpieksen als auch auf das Abschrecken mit kaltem Wasser verzichtet werden. Denn durch den starken Temperaturunterschied beim Abschrecken können laut Daniela Krehl Risse in der Schale entstehen. Durch diese können Bakterien und Mikroorganismen ins Innere des Eis gelangen eindringen.

Stattdessen sollte man die Eier in Ruhe abkühlen lassen und dann im Kühlschrank aufbewahren - so bleiben sie am besten geschützt. Dort zwischen 2 bis 6 Grad gelagert, sind sie überraschend lange haltbar: „Bis zu 4 Wochen", so Krehl. (dpa)



Mythos oder Wahrheit: Das Anstechen von Eiern vor dem Kochen soll das Platzen verhindern, doch wissenschaftlich bewiesen ist diese Methode nicht. FOTO: ZACHARIE SCHEURER

ACHTUNG!
– Expertentage –
Wir kaufen gegen sofortige Bezahlung
Goldschmuck, Brillantschmuck, Goldmünzen, Zahngold, Altgold,
Antikschmuck, Armband- und Taschenuhren,
Silberbestecke, Silbermünzen, Münzsammlungen u.s.w.
Goldschmiede Rückum
Sonnenstraße 5a
38268 Klein Lafferde
Der Fachmann ist für Sie da!
Dienstag 28.04.2026
Mittwoch 29.04.2026
Donnerstag 30.04.2026
9.30 - 12.30 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr
Alles anbieten!
Einfach spontan vorbeikommen
Bringen Sie Ihren Ausweis mit!
Der weiteste Weg lohnt sich!
10505401_002426

Mein Sterne-Hotel ist hier.

Mein Job gleich nebenan.

Jobs für
NIEDERSACHSEN.de



Jetzt Job finden unter:
www.jobsfuerniedersachsen.de

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Schülerjob gesucht?

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

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



Freie Gebiete:

- Salzgitter Bad
- Immendorf
- Lobmachtersen
- Lesse

hallo SALZGITTER wochenende

STELLENGESUCHE ALLGEMEIN

Fliesenleger sucht Arbeit.
☎ 0160/ 977 39 654

IMMOBILIENMARKT ANGEBOTE

7 Zimmer | 157 m² | 249.900,- €



Festpreis Impuls 157

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

12165601_002426

IMMOBILIENMARKT GESUCHE

EIGENTUMSWOHNUNGEN

Anleger sucht Wohnung oder MFH von priv., leer oder verm., auch unrenov. oder sanbedarf rasche Kaufabwicklung! Tel.: 0151/65444218

ANTIQUITÄTEN VERKAUF

Antik Galerie Braunschweig, www.biedermeier.co

WOHNWAGEN-BODENBURG.DE

Reisemobile & Wohnwagen
Hobby & Weinsberg

Sie sind herzlich eingeladen zu unserem Frühlingsfest am 25. und 26. April von 10 bis 17 Uhr mit Sektempfang, Kaffee, Kuchen und Gegrilltem.

Telefon: 05174 800 880,
Bierstr. 118, 31246 Groß Lafferde/B1

12711401_002426

CAMPINGFAHRZEUGE ANKAUF

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



Deutsches Rotes Kreuz

Was wirklich zählt: **Wärme**

Ihre Spende hilft! drk.de/spenden

ANKAUF PKW

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

4851301_002426

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

HANDWERKER

Dachdeckerteam macht Rinne, Flachdach, Terrassendach, Schiefer, Carport, gern auch kleine Reparaturen. ☎ 0176/ 21838876

Dachsanierung, Isolierungen, Fassaden/Verkleidung, Reparatur, Dachrinnen, Garage, Carport (0157) 33370799

9795401_002426

Arbeiten rund ums Haus innen und außen zu fairen Preisen. 0163 2061828

GÄRTNER

Gartenbaufachbetrieb AGIRMAN

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

4463701_002426

12148001_002426

KONTAKTANZEIGEN



13031001_002426



13031501_002426



13032701_002426



13033001_002426

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

hallo SALZGITTER wochenende

erscheint an jedem Sonnabend

Verlag:
Madsack Medien Ostniedersachsen GmbH & Co. KG
31224 Peine, Werderstraße 49
www.hallosalzgitter.de
Geschäftsführer:
Carsten Winkler, Lars Rehman
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Carsten Winkler
Redaktion: Roland Weiterer, Melanie Stallmann (verantwortlich)
E-Mail: redaktion@hallosalzgitter.de
Anzeigen-Annahme
Telefon: 0800 1234-906
*kostenlose Servicenummer
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
Gutenbergstaße 1, 31552 Rodenberg
Gültige Preisliste im Internet:
www.paz.mediadaten.online/anzeigenblaetter
Erfüllungsort und Gerichtsstand ist für das Mahnverfahren und im Verkehr zu Vollkaufleuten Hannover
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

37212101_002425

ALLGEMEIN ANKAUF

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

ANTIQUITÄTEN ANKAUF

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

BASTELN, HEIMWERKER, MODELLBAU ANKAUF

Modellbahner suchen Eisenbahn & Zubehör. Anlage oder Sammlung. Auch Modellfahrzeuge usw. 0175-777 44 99

ENTRÜMPELUNG

BBB Entrümpelungen

Alles aus einer Hand, innerhalb 24 Std., Nachlassräumungen mit Anrechnung, Entrümpelungen jeder Art auch Extremfälle mit Grundreinigung, Tapeten und Bodenbelagsentfernung, Renovierungsarbeiten zu Sonderpreisen.

Telefon (05 31) 2 50 89 00
oder 01 60 / 6 45 91 41
BBBBuesing@gmx.de
Inh. U. Büsing

12165701_002426

FLIESENLEGER

Treppen- Balkone- Terrassenfliesenverlegung ☎0160/977 396 54

MÖBELTRANSPORTE

PLATE UMZÜGE

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

12670901_002426

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

DACHDECKER

Dachdecker bietet an: Flachdachsanierung, Dachreparaturen, Asbest Abbau + Entsorgung Schweißbahn, Garagendach, Carport, Dachrinne reparieren u. erneuern, Dämmung, Fassade, Terrasse bauen. Matthias ☎ 0176/42559229

Immer wieder sonntags gute Unterhaltung und viele Tipps um Reise, Freizeit und Erholung …

… und eine gute Reise

hallo wochenende

Begegnung mit Wolf: Wie verhalte ich mich?

Ein Wolf hat in Hamburg eine Frau gebissen und verletzt. Viele Details des Vorfalls in der Hansestadt sind noch unklar – etwa, warum sich das Tier und die Frau so nahe gekommen sind. Denn Wölfe weichen Menschen in der Regel aus, weil sie scheu sind. Furcht ist laut Experten unbegründet, Respekt - wie vor allen Wildtieren - aber angebracht.

Dass Wolfsbegegnungen vorkommen können, zeigt nicht nur dieses drastische aktuelle Beispiel – gerade in Wäldern, aber auch in der Nähe von Ortschaften ist das in vielen Regionen des Landes nicht ausgeschlossen.



Dieser Wolf wurde in einem Gehege in Baden-Württemberg fotografiert - doch es gibt auch viele Wölfe in freier Wildbahn in Deutschland. FOTO: BERND WEIßBROD

Eine Sichtung in der Nähe von Siedlungen sei nichts Ungewöhnliches, heißt es vom Naturschutzbund (Nabu) Deutschland. „Bei ihrer Wanderung wählen Wölfe schlicht den kürzesten und oftmals auch bequemsten Weg – und der kann schon mal mitten durch eine Siedlung gehen."

Dem Wolf muss man Raum lassen

Was ist, wenn es zur Begegnung kommt? Dann sollte man das Tier ruhig beobachten und ihm genug Raum zum Zurückziehen lassen, empfehlen die Naturschützer. «Wenn Sie sich unwohl fühlen, richten Sie sich auf und machen Sie sich groß.» Lautes, energisches Rufen oder Klatschen könne den Wolf vertreiben.

Was man nicht tun sollte: Dem Wolf hinterherlaufen oder gar versuchen, ihn anzulocken und zu füttern.

Wolf gesehen? Das kann man im Netz melden

Was Fachleuten bei der Dokumentation hilft: Aus der Entfernung Bilder des Tieres machen. Seine Beobachtung sollte man der zuständigen Wolfsberatung in den einzelnen Bundesländern melden – dort werden Hinweise zu den Tieren gesammelt, so der Nabu.

Die Ansprechpartner sind auf der Website der «Dokumentations- und Beratungsstelle des Bundes zum Thema Wolf» unter dbb-wolf.de gelistet – etwas versteckt unter dem Menüpunkt Wolfsmanagement.

Wolfsterritorien gibt es laut der Dokumentationsstelle aktuell in Baden-Württemberg, Bayern, Hessen, Rheinland-Pfalz, Thüringen und Schleswig-Holstein. Die meisten, in Summe 57, finden sich in Sachsen und Mecklenburg-Vorpommern – einige der Territorien reichen auch über Grenzen in andere Bundesländer hinüber, etwa nach Brandenburg. (dpa)

